

**Fit for Life** ผอมด้วยจิต พิษิตพุง  
วันที่ 31 มีนาคม 2557 ณ คลินิกสร้างเสริมสุขภาพ  
เรียนรู้ในเรื่องการออกกำลังกาย โดย...นพ.ณพล ตั่งบุญนิธิวงศ์





## Fit for Life ผอมด้วยจิต พิษิตพุง

วันที่ 31 มีนาคม 2557

ณ คลินิกสร้างเสริมสุขภาพ  
เรียนรู้เรื่องการออกกำลังกาย

โดย...นพ.ณพล ตั่งบุญนิธิวงศ์



เรียนรู้เรื่องอาหาร

โดย...น.ส.พิมพ์พรรณ นิตยคำหาญ

