



Asst. Prof. Maninthorn Rugbumrung, Ph.D.

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. มณีนทร รักษ์บำรุง

+66 54 466 666 ext. 3891

Maninthorn.ru @up.ac.th

Summary

Assistant Professor in Exercise and Sport Science and Physical Education. Experienced and Specialists in Fitness and Nutrition, Physical Fitness Physiology, Sport and Exercise Pedagogy, Physical Activities, Aging and Exercise Therapy.

Skill Highlights

- Fitness and Nutrition
- Metabolic Analysis
- Exercise Prescription Program
- Functional Exercise, Body Weight and Weight Training
- Physical Education Curriculum Design
- Aerobic, Yoga and Pilates
- Aging and Exercise Therapy
- Energy System Training

Experience

- 1997 Fitness Instructor: Clark Hatch Amari Watergate. (Trainee)
- 2000 Fitness Manager: Sriracha Fitness and Sport Club
- 2003 Lecture: Department of Physical Education; Faculty of Education, Burapha University.
- 2007 Lecture: School of Liberal Arts Naresuan University, Phayao Campus
- 2010 Associate Dean for Student Affair: School of Medical Science Naresuan University, Phayao Campus
- 2016 Head of the Division of Exercise and Sport Science: School of Science, University of Phayao
- 2019 Chairperson of B.Sc. Program in Exercise and Sport Science: School of Science, University of Phayao
- 2020 Head of Unit of Exercise and Sport Science Laboratory: School of Science, University of Phayao

Education

- | | |
|-----------------|---|
| Doctoral degree | Ph.D. (Education) Chiang Mai University
Ph.D. Candidate (Sport Science) Chulalongkorn University |
| Master degree | M.Sc. (Exercise and Sport Science) Burapha university |
| Bachelor degree | B.Sc. (Physical Education) Burapha university |

Languages

- Thai native speaker
- English

Training / Certifications

- 1997 Fitness Instructor Training: Clark Hatch Amari Watergate. (Trainee)
1997 Aerobic Dance Instructor Training: Clark Hatch Amari Watergate.
1997 Beginner Yoga Training: Clark Hatch Amari Watergate.
1998 13th Asian Game Basketball Technical Official Training.
2020 PNOË VO2max and Metabolic Analysis.
2021 Pilates Instructor (Reformer, Cadillac, Mat, Chair and Spine Correction): Pilates prop (Base on Principle and Practice of PhysicalMind Institute, USA (2021).

Textbook

มณีนทร รัชช์บำรุง. (2556). วิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อสุขภาพทางกาย. คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา (in Thai)

International Publication and Conference

- Thatsanee Limpisophon, Somkid Pabpai, **Maninthorn Rugbumrung** , Tavarintorn Rukbumrung. (2023). Prevalence and Job Behavioral Risk factors cause Low Back Pain among Nursing staff in Tertiary Care Hospital. *Kurdish Studies*, 11(2), pp. 1698-1708.
<https://kurdishstudies.net/menu-script/index.php/ks/article/view/730/358> (Scopus)
- Maninthorn Rugbumrung**, Sittiwit Impanya, Adison Thurayot, Tavarintorn Rukbumrung, Pichet Chailert, Pattawan Lapo, Pitirat Kongtongkum, Patcharin Tangchaisuriya, Kritsada Tampradit, Athiti Valunpion, Katanyu Yammi, Suphatchoke saochan, Watcharaphong Sutthawong. (2022). The effects of moderate intensity continuous and interval training on physical fitness in obesity. *International Journal of Health Sciences*, 6(S5), 8891–8901. 6(S5), 8891–8901.
<https://doi.org/10.53730/ijhs.v6nS5.11799> (Scopus)
- Maninthorn Rugbumrung**, Sittiwit Impanya, Adison Thurayot, Tavarintorn Rukbumrung, Thatsanee Limpisophon, Patcharin Tangchaisuriya, Katanyu Yammi, Suphatchoke Saochan, Watcharaphong Sutthawong. (2022). The Quality of Life of the Ageing in Phayao Province. *Journal of Positive School Psychology*. 2022, Vol. 6, No. 8, pp 1474-1480.
<https://journalppw.com/index.php/jpsp/article/view/9959> (Scopus)
- Maninthorn Rugbumrung**, Jarunee Dibyamandala, Charin Mangkhang and Kanya Kamsiripiman. (2020). The Health Status of the Aging in Northern Thailand. *International Journal of Crime, Law and Social Issue*. Vol 7, No. 1: June, 2020. pp 34-40.
<http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3898401> (SSRN, TCI 1)
- Maninthorn Rugbumrung**, Jarunee Dibyamandala, Charin Mangkhang and Kanya Kamsiripiman. (2020). The Ability to Help Themselves and Depression of Aging. *International Journal of Crime, Law and Social Issue*. Vol 7, No. 1: June, 2020. pp 26-33.
<http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3898392> (SSRN, TCI 1)
- Maninthorn Rugbumrung**, Jarunee Dibyamandala, Charin Mangkhang, Thavarinthorn Rugbumrung, Sittiwit Impunya, Athiti Valanpion, Adisorn Thurayod, Katanyu Yammi, Watcharaphong . Sutthawong, Suphatchoke saochan. (2020). The Health Status of the Aging in Northern Thailand. 7th National and International Conference on Administration and Management 24-25 February 2020. Mahanakorn University of Technology, Bangkok, Thailand. (Conference)
- Maninthorn Rugbumrung**. (2020). Effects of Low Intensity Training on Physical Fitness in Aging. Thailand. 7th National and International Conference on Administration and Management 24-25 February 2020. Mahanakorn University of Technology, Bangkok, Thailand. (Conference)
- Siriprasert, J., Vongjaturapat,. N **Rugbumrung, M.&** et al. The Effect of Yoga Exercise on Physical and Mental Stress Reduction. (1998). 13th Asian Games Scientific Congress Nov 30 – Dec 3 1998.(Conference)

National Publication and Conference

นิสมาน มะสีละ,ถาวรินทร รักษ์บำรุง, **มณินทร รักษ์บำรุง**, ธีระยุทธ รัชชะ, พิเชษฐ์ ชัยเลิศ. (2565). การพัฒนาโปรแกรมการฝึกออกกำลังกายโดยใช้น้ำหนักตัว เพื่อสร้างเสริมสุขสมรรถนะสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายในจังหวัดปัตตานี. รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ "วิทยาศาสตร์วิจัย" ครั้งที่ 13. 12-13 พฤษภาคม.289-301 **(Conference)**

สิทธิวิทย์ อิมปัญญา, **มณินทร รักษ์บำรุง**, พชรินทร์ ตั้งชัยสุริยา, ถาวรินทร รักษ์บำรุง, อติศร ธีระยศ, วัชรพงษ์ สุทธวงศ์, กตัญญู ยามมี, สุภัทโชค เสาร์จันทร์. (2565). ผลของการฝึกด้วยน้ำหนัก แบบการฝึกทั่วร่างกายมีผลต่อขนาดและความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขนและขา. รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ "วิทยาศาสตร์วิจัย" ครั้งที่ 13. 12-13 พฤษภาคม. 220-228 **(Conference)**

สิทธิวิทย์ อิมปัญญา, **มณินทร รักษ์บำรุง**, พงศกร พรหมชัย, พีระพงษ์ ชุ่มสุข, ธีระดนัย สาระภี. 2563. ผลของการฝึกออกกำลังกายแบบต่อเนื่องและการฝึกออกกำลังกาย แบบหนักสลับเบาที่มีต่ออัตราการใช้ออกซิเจนสูงสุดและองค์ประกอบของร่างกาย. รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ “การประชุมวิชาการระดับชาติครั้งที่ 17 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. 4595-4606 **(Conference)**

วรรณิภา อินตะประสิทธิ์, **มณินทร รักษ์บำรุง**, ถาวรินทร รักษ์บำรุง, สิทธิวิทย์ อิมปัญญา, วัชรพงษ์ สุทธวงศ์, สุภัทโชค เสาร์จันทร์. 2563. ผลของการฝึกออกกำลังกายแบบแอโรบิกตามความหนักที่ได้จากการคำนวณสูตรอัตรา การเต้นของหัวใจสูงสุดและอัตราชีพจรเป้าหมายที่แตกต่างกันที่มีต่อค่าการใช้ออกซิเจนสูงสุดในผู้ที่มีน้ำหนักตัวเกิน. รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ “การประชุมวิชาการระดับชาติครั้งที่ 17 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน วันที่ 2-3 ธันวาคม 2563”. 4584-4594 **(Conference)**

อติศร ธีระยศ, กตัญญู ยามมี, สิทธิวิทย์ อิมปัญญา, **มณินทร รักษ์บำรุง**, ถาวรินทร รักษ์บำรุง, นิสมาน มะสีละ. (2563). ผลของการออกกำลังกายด้วยการเดินแอโรบิกแบบความเข้มข้นสูง แบบบอดี้คอมแบทที่มีต่อความแข็งแรงของกล้ามเนื้อในผู้ที่มีค่าไขมันปกติและมีค่าไขมันเกินเกณฑ์มาตรฐาน. รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ “การประชุมวิชาการ ระดับชาติครั้งที่ 17 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์วิทยาเขตกำแพงแสน วันที่ 2-3 ธันวาคม 2563”. 4573-4583 **(Conference)**

ถาวรินทร รักษ์บำรุงและ**มณินทร รักษ์บำรุง**. (2562). Doping: เส้นแบ่งแห่งพัฒนาการทาง วิทยาศาสตร์การกีฬาและการละเมิดจริยธรรม. วารสารวิชาการ สถาบันการพลศึกษา. ปีที่ 11 ฉบับที่ 1 มกราคม - เมษายน, 2562. 312-322 **(TCI 1)**

สิทธิวิทย์ อิมปัญญา, **มณินทร รักษ์บำรุง**, ถาวรินทร รักษ์บำรุง, ปราณีย์ อยู่ศิริ,อทิติ วลัยุฑ์เพียร และ พัชรพรรณ ละโป้. (2562). สมรรถภาพทางกายของนักเรียนระดับประถมศึกษาในจังหวัดพะเยา. รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ "วิทยาศาสตร์วิจัย" ครั้งที่ 11. 495-502. พฤษภาคม **(Conference)**

สมฤทัย แก้วแก่ง, ถาวรินทร รักษ์บำรุง, **มณินทร รักษ์บำรุง**, สิทธิวิทย์ อิมปัญญา, ปรีดาวรรณ เป้นชูผล, อทิติ วลัยุฑ์เพียร. (2561) . การจัดการเรียนรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ. รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ "วิทยาศาสตร์วิจัย" ครั้งที่ 10. BI 179-186. พฤษภาคม **(Conference)**

ปรีดาวรรณ เป้นชูผล, ถาวรินทร รักษ์บำรุง, สิทธิวิทย์ อิมปัญญา,**มณินทร รักษ์บำรุง**, ศุภวิทย์ ยามมี, ปรัชญา วังตะกูด. (2561). ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุใน จังหวัดพะเยา. รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ "วิทยาศาสตร์วิจัย" ครั้งที่ 10. BI 195 – BI 201. พฤษภาคม **(Conference)**

อติศร สุธรรม, **มณินทร รักษ์บำรุง**, ถาวรินทร รักษ์บำรุง, ปราณีย์ อยู่ศิริ, สิทธิวิทย์ อิมปัญญา, ปิติรัฐ คงทองคำ. (2561). ระดับความหนักของการ ออกกำลังกายที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงสัดส่วนในร่างกาย. รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ "วิทยาศาสตร์วิจัย" ครั้งที่ 10. BI 171 - 178. พฤษภาคม **(Conference)**

มณินทร รักษ์บำรุง. (2556). สุขภาพและสุขสมรรถนะโรงเรียน. วารสารวิชาการ สถาบันการพลศึกษา. ปีที่ 5 ฉบับที่ 1 มกราคม - เมษายน, 2556. **(TCI 1)**