

ตัวอย่างสารบัญ (ภาษาอังกฤษ)

(ตัวอักษร Times New Roman ระยะบรรทัด Double Spacing)

2 นิ้ว นับจากขอบบน

**CONTENTS**

(ตัวอักษรเข้ม ขนาด 16)

ตัวอักษรเข้ม ขนาด 12  
จัดแนวข้อความแบบ Right

Page

ABSTRACT IN THAI .....	I
ABSTRACT IN ENGLISH .....	II
ACKNOWLEDGEMENTS .....	III
CONTENTS .....	IV
LIST OF TABLES .....	V
LIST OF FIGURES .....	VI
LIST OF ABBREVIATIONS .....	VII
<b>CHAPTER</b> .....	
<b>I INTRODUCTION</b> .....	<b>1</b>
1.1 Research objectives.....	1
1.2 Research hypotheses .....	3
<b>II LITERATURE REVIEWS</b> .....	<b>5</b>
2.1 Oxidation of fat.....	6
2.2 Energy sources .....	8
2.2.1 The ATP-PCr system .....	8
2.2.2 The glycolytic system .....	9
2.3 Training.....	10
2.3.1 Yoga training .....	11
2.3.1.1 Swastikasana .....	12
2.3.1.2 Pravatasana.....	15
2.3.1.3 Trikonasana .....	19

1.5 นิ้ว นับ  
จากขอบซ้าย

1 นิ้ว นับ  
จากขอบขวา

1 นิ้ว นับจากขอบล่าง

ตัวอย่างสารบัญ (ภาษาอังกฤษ) (หน้าต่อ)

(ตัวอักษร Times New Roman ระยะบรรทัด Double Spacing)

V

1.5 นิ้ว นับจากขอบบน

ตัวอักษรปกติ ขนาด 12  
1 นิ้ว นับจากขอบบนและขอบขวา

**CONTENTS (Continued)**

(ตัวอักษรเข้ม ขนาด 16)

เว้น 1 บรรทัด

ตัวอักษรเข้ม ขนาด 12  
จัดแนวข้อความแบบ Right

Page

<b>III</b>	<b>MATERIALS AND METHODS</b> .....	<b>23</b>
	(ตัวอักษรเข้ม ขนาด 12 ตัวพิมพ์ใหญ่ทั้งหมด)	
<b>IV</b>	<b>RESULTS</b> .....	<b>30</b>
<b>V</b>	<b>CONCLUSION</b> .....	<b>42</b>
<b>REFERENCES</b> .....	(ตัวอักษรปกติ ขนาด 12 ตัวพิมพ์ใหญ่ทั้งหมด)	<b>45</b>
<b>APPENDICES</b>	APPENDIX A, B, ... ต้องมีชื่อ APPENDIX นั้น ๆ เสมอ	
	ตัวอักษรปกติ ขนาด 12 ตัวพิมพ์ใหญ่ทั้งหมด	
	<b>APPENDIX A RATING OF PERCEIVED EXERTION SCALES (RPE):</b>	
	10 POINTS SCALE TYPE.....	<b>50</b>
	<b>APPENDIX B SUMMARY OF HEART RATE OF TRAINING</b>	
	<b>GROUPS</b> .....	<b>53</b>
	<b>APPENDIX</b> .....	<b>50</b>
	ใช้กรณีมี APPENDIX เดียว	
	<b>CURRICULUM VITAE</b> .....	<b>60</b>

1.5 นิ้ว นับ  
จากขอบซ้าย

1 นิ้ว นับ  
จากขอบขวา

หน้าเดียวหรือหน้าแรกไม่ต้องใส่เลขหน้า (แต่นับหน้า) หน้าต่อไปจึงใส่เลขหน้า  
- วิทยานิพนธ์ภาษาไทย ใช้เลขหน้าเป็นตัวอักษรภาษาไทย (ไม่ใช้ ช และ ต)  
- วิทยานิพนธ์ภาษาอังกฤษ ใช้เลขหน้าเป็นตัวเลขโรมันใหญ่

1 นิ้ว นับจากขอบล่าง