

ความลับหุ่นสวย อวดหุ่นแซ่บกับ “พิลาทิส” ณ ไลฟ์ สไตร์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ ชั้น 26 โรงแรมเซ็นทาราแกรนด์ฯ เซ็นทรัลเวิลด์



ไลฟ์สไตร์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ ชั้น 26 โรงแรมเซ็นทาราแกรนด์และบางกอกคอนเวนชันเซ็นเตอร์ เซ็นทรัลเวิลด์ เอาใจสาวๆ ที่ต้องการดูแลรูปร่างให้ฟิตแอนด์เฟิร์ม หุ่นสวยตั้งใจกับ คลาสพิลาทิส ทุกวันศุกร์ เวลา 18:30 น. – 19:30 น. และวันเสาร์ เวลา 14:30 น. – 15:30 น. คลาสออกกำลังกายยอดเยี่ยมสำหรับผู้ที่ต้องการเปลี่ยนแปลงรูปร่าง เหมาะสำหรับทุกเพศทุกวัย รวมถึงผู้ที่ต้องการฟื้นตัวจากอาการบาดเจ็บ พิลาทิสมีความปลอดภัยสูง เป็นการออกกำลังกายที่ใช้ทุกส่วนของร่างกาย เสริมสร้างความแข็งแรงเป็นหลัก ช่วยยืดกล้ามเนื้อ สลายไขมัน ทำให้กล้ามเนื้อฟิตและเฟิร์มยิ่งขึ้น รวมถึงการฝึกใช้จิตใจช่วยในการควบคุมการทำงานของร่างกาย เพื่อสร้างความสมดุล ช่วยให้รู้สึกร่องสบาย เพิ่มความกระฉับกระเฉง ให้ผู้ฝึกคล่องตัวและมีความยืดหยุ่น พัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งแตกต่างจากการออกกำลังกายชนิดอื่น ทำให้ผู้ฝึกมีบุคลิกภาพดีขึ้น และมีสุขภาพที่แข็งแรงกว่าเดิม

พิเศษ! สำหรับลูกค้าทั่วไป ราคา 400 บาท/ครั้ง หรือจะเลือกซื้อแบบแพ็คเกจ 10 ครั้ง ในราคาเพียง 3,500 บาท หรือแบบ 20 ครั้ง ในราคา 6,000 บาทเท่านั้น

สนใจสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมหรือสำรองคลาสออกกำลังกายล่วงหน้าได้ที่ โทร. 0-2100-6299