

# ‘บ๊าวซ์ฟิต’ โปรแกรมรีดหุ่นฟิตแอนด์เฟิร์มกับการ ออกกำลังกายแนวใหม่บนแทรมโพลีนที่รับรองว่าเบิ ร์หนักกว่าและสนุกยิ่งกว่า!



บ๊าวซ์ ไทยแลนด์ ส่ง ‘บ๊าวซ์ฟิต’ โปรแกรมรีดหุ่นฟิตแอนด์เฟิร์มกับการ ออกกำลังกายแนวใหม่บนแทรมโพลีนที่  
รับรองว่าเบิร้หนักกว่าและสนุกยิ่งกว่า!

การทำคลาสบ๊าวซ์ฟิต 45 นาที สามารถเผาผลาญได้มากกว่าการออกกำลังทั่วไปถึง 3 เท่าในระยะเวลาเท่ากัน

เมื่อเร็วๆ นี้ บ๊าวซ์ ไทยแลนด์ แทรมโพลีนอารีน่าที่ใหญ่ที่สุดในเอเชีย ชั้น 5 เดอะสตาร์ท รัชดาฯ

นำเทรนด์กระแส ‘เฮลท์ตี้ ลิฟวิ้ง’ (healthy living) ด้านการออกกำลังกาย ซึ่งผู้คนส่วนมากล้นหาความแปลกใหม่  
มาสร้างสีสันกันอยู่เสมอ ประกอบกับการแสวงหาความท้าทายในชีวิต ทำให้กิจกรรมและกีฬาแนวเอ็กซ์ตรีมเข้ามามี  
บทบาทในสังคมไทยมากยิ่งขึ้น

บ๊าวซ์ฟิต 1 คลาส ในระยะเวลา 1 ชม. แบ่งออกเป็นการวอร์มร่างกาย 15 นาที และอีก 45 นาทีในการทำบ๊าวซ์ฟิต  
ซึ่งพิสูจน์แล้วว่าการทำงานบ๊าวซ์ฟิตเพียง 10 นาที สามารถเผาผลาญได้เทียบเท่ากับการวิ่ง 30 นาที ซึ่งนอกจากการเบิ  
ร์นแคลลอรี่ได้อย่างเหลือเชื่อแล้ว ความสนุกบนแทรมโพลีนนี้ยังช่วยให้หัวใจแข็งแรง ลดภาวะความเสี่ยงของสภาพ  
ข้อกระดูก กระชับกล้ามเนื้อ พร้อมจังหวะการบ๊าวซ์ที่คึกคักจนทำให้การออกกำลังกาย 1 ชั่วโมง ผ่านไปอย่างรวดเร็ว