

ปลุกความฟิตในตัวคุณ พิชิตหุ่นสวยด้วยการออก สเต็ปกับคลาสบ็อกซิ่ง



LIFESTYLES ON 26 โรงแรมเซ็นทาราแกรนด์ และบางกอกคอนเวนชันเซ็นเตอร์ เซ็นทรัลเวิลด์ ขอเชิญคุณมาปลุกความฟิตในตัวคุณ ด้วยศิลปะการต่อสู้แม่ไม้มวยไทยที่กำลังอินเทรนด์ในเวลานี้กับ คลาสพื้นฐานมวยไทย ที่คุณจะได้เรียนรู้เทคนิคพื้นฐานของมวยไทยอย่างถูกต้อง เน้นการออกกำลังกายโดยใช้ทุก ส่วนของร่างกาย ในการออกสเต็ปทั้งหมด เท้า เข่า ศอก และการเคลื่อนไหว ที่จัดอยู่ในหมวดคาร์ดิโอ ช่วยให้คุณได้ เผาผลาญพลังงาน และออกกำลังกายแบบเต็มที่ได้ เสริมความแข็งแรงให้กล้ามเนื้อทุกส่วน อีกทั้งยังฝึกสมาธิจากการจดจ่อ อยู่กับเป้าหมาย เหมาะสำหรับผู้ที่ต้องการลดน้ำหนัก กระชับสัดส่วน พร้อมเสริมสร้างกล้ามเนื้อให้คุณฟิตแอนด์เฟิร์ม และเรียนรู้วิธีการป้องกันตัวอีกด้วย คลาสพื้นฐานมวยไทย ทุกวันอังคาร เวลา 18.00 น. – 19.00 น. สำหรับลูกค้า ทั่วไป ราคา 400 บาท/ครั้ง ตั้งแต่วันนี้ไปจนถึง 30 พฤศจิกายน 2562 นี้

สนใจสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม โทร. 0-2100-6299

ติดตามข่าวสารของไลฟ์สไตล์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ โรงแรมเซ็นทาราแกรนด์ฯ เซ็นทรัลเวิลด์ได้ที่

เว็บไซต์: www.centarahotelsresorts.com/centaragrand/cgcw/services

เฟสบุ๊ค: Centara Grand & Bangkok Convention Centre at CentralWorld

อินสตาแกรม: centaragrand_centralworld