

ฟิตหุ่นสวย เฟิร์มกระชับทุกสัดส่วนจากภายในสู่ ภายนอกกับ “พิลาทิส” แบบฉบับ LifeStyles on 26 ณ ไลฟ์สไตล์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ ชั้น 26 โรงแรมเซ็น ทาราแกรนด์ฯ เซ็นทรัลเวิลด์



เทรนด์สาวสุขภาพดีกำลังมาแรง ไลฟ์สไตล์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ ชั้น 26 โรงแรมเซ็นทาราแกรนด์และบางกอก
คอนเวนชันเซ็นเตอร์ เซ็นทรัลเวิลด์ เลยไม่พลาดเอาใจสาวๆ ที่ต้องการดูแลรูปร่างให้ฟิตแอนด์เฟิร์มจากภายในสู่
ภายนอกกับ คลาสพิลาทิส ทุกวันศุกร์ เวลา 18:30 น. – 19:30 น. และวันเสาร์ เวลา 14:30 น. – 15:30 น. คลาส
การออกกำลังกายที่ใช้การเคลื่อนไหวร่างกาย ช่วยพัฒนากล้ามเนื้อ เหมาะสำหรับทุกเพศทุกวัย รวมถึงผู้ที่ต้องการ
ฟื้นตัวจากอาการบาดเจ็บ พิลาทิสมีความปลอดภัยสูง เป็นการออกกำลังกายที่ใช้ทุกส่วนของร่างกาย ช่วยพัฒนาใน
เรื่องของความยืดหยุ่น การสร้างความแข็งแกร่ง และเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อลำตัว อีกทั้งยังช่วย
พัฒนาความสมดุลของการทำงานระหว่างการหายใจและการฝึกสมาธิอีกด้วย ซึ่งแตกต่างจากการออกกำลังกายชนิด
อื่น 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