

ร่วมค้นหาความเป็นนักกีฬาในตัวคุณ The LAB ทำ ให้คุณสัมผัสประสบการณ์การออกกำลังกายแนวใหม่ เพิ่มความฟิตใจกลางกรุงเทพฯ

7 สิงหาคม 2555 กรุงเทพฯ - The LAB โดย Total Body Training ผู้นำด้านการให้บริการเทรนเนอร์ส่วนตัว และแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพ ได้เปิดให้บริการแล้วที่กรุงเทพฯ The LAB นำเสนอระบบการออกกำลังกายล้ำสมัย สำหรับบุคคลที่ชื่นชอบการออกกำลังกายและผู้ที่อยากจะเปลี่ยนไลฟ์สไตล์ของตัวเอง มาร่วมสัมผัสประสบการณ์กับเราที่ชั้น 3 ดิการ์เฮลthy หัวมุมถนนสุขุมวิท 31 ห่างจากสถานีบีทีเอสพร้อมพงษ์เพียง 2 นาทีเท่านั้น



The LAB เป็นแนวคิดรูปแบบใหม่ที่จะปฏิวัติสถานที่ออกกำลังกายในกรุงเทพฯ โดยสตูดิโอของ The LAB ได้รวมเอาอุปกรณ์ซึ่งได้ชื่อว่าเป็นสุดยอดแห่งอุปกรณ์ออกกำลังกาย เช่น Olympic bars, dumbbells, kettlebells, TRX suspension trainers, ViPR, Free Form รวมไปถึง Big Tyre, ceiling ropes และ gymnastic rings มารวมไว้ที่นี่ที่เดียว ครูฝึกสอนของ The LAB มีความเชี่ยวชาญในการใช้อุปกรณ์เพื่อออกแบบโปรแกรมให้เหมาะสมกับแต่ละบุคคลทั้งด้านความแข็งแรง การออกกำลังกายแบบเข้มข้นสูง (high intensity intervals) การออกกำลังกายเพื่อบริหารกล้ามเนื้อลำตัว (core stability) การออกกำลังกายเพิ่มพิสัยการเคลื่อนไหวได้อย่างถูกต้อง (correctional movement) การฝึกความเร็วคล่องตัวและการออกกำลังกายเพื่อลดน้ำหนัก ให้คุณรู้สึกสนุกไปกับทุกการเคลื่อนไหวของร่างกาย



The LAB แตกต่างจากสถานที่ออกกำลังกายแห่งอื่นในกรุงเทพฯ เนื่องจากมีพื้นที่กว้างขวางเพดานสูงและโครงสร้างแนวอินดัสเทรียลที่โดดเด่นเป็นเอกลักษณ์ เหมาะสำหรับเป็นสถานที่ออกกำลังกายแห่งสุดมคติกของคุณ

The LAB เตรียมบาร์สำหรับบริการเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ ห้องอาบน้ำ ล็อกเกอร์ เพื่ออำนวยความสะดวกให้แก่ผู้ออกกำลังกาย รวมถึงพื้นที่นุ้ยางเพื่อการออกกำลังกายด้วยเท้าเปล่า



มร. ริชาร์ด โคเฮน เจ้าของ The LAB เทรนเนอร์ส่วนตัว ผู้เชี่ยวชาญด้านการออกกำลังกายเพื่อความแข็งแรงและการปรับสภาพ และมาสเตอร์เทรนเนอร์ด้านการบำบัดฟื้นฟูสุขภาพ กล่าวว่า “แนวคิดของเราก็คือให้บริการเทรนนิ่ง

แบบส่วนตัวหรือคลาสเล็กๆ ภายใต้การออกแบบและดูแลของเทรนเนอร์ผู้เชี่ยวชาญและเลือกใช้ระบบการออกกำลังกาย
กายใหม่ล่าสุดแทนที่เครื่องออกกำลังกายขนาดใหญ่ที่มีให้เห็นทั่วไป นอกจากนี้ในส่วน Combat Zone สมาชิกจะ
ได้รับการฝึกสอนจากเทรนเนอร์มวยไทยที่มีประสบการณ์และความเชี่ยวชาญสูง”



นอกจากนั้น **The LAB** ยังมีการจัดค่ายฝึกอบรม (boot camps) โปรแกรมการออกกำลังกายให้กับองค์กรหรือ
หน่วยงานต่างๆ (corporate fitness programs) และเวิร์คช็อปฝึกอบรมการออกกำลังกายประจำทุกเดือนเพื่อให้
สมาชิกเรียนรู้เทคนิคการออกกำลังกายได้อย่างสมบูรณ์แบบ เลือกทานอาหารถูกหลักโภชนาการ พร้อมทั้งมีไลฟ์
สไตล์ที่ถูกสุขลักษณะ

The LAB จะนำคุณสู่ประสบการณ์การออกกำลังกายแนวใหม่กับนวัตกรรมโปรแกรมการออกกำลังกายที่ทันสมัย
ที่สุดในกรุงเทพฯ

ขอต้อนรับคุณเข้าสู่มหัศจรรย์แห่งโลกกีฬา มาฟิตพร้อมไปกับเราที่ **The LAB!**

ติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ 02-662-1618 หรือ www.tbtlab.com

ข่าวประชาสัมพันธ์โดย:

บริษัท โทเทิล ควอลิตี้ ฟีอาร์ท (ประเทศไทย) จำกัด

เมธาวรินทร์ มณีกุลพันธ์/ ธัญธิดา ธรรมครุฑัตย์

โทร.02-260-5820 ต่อ 115/ 120

เผยแพร่ข่าวโดย:

Thaimedipr.com