

เคล็ดลับหุ่นสวย สุขภาพดี ด้วยสเต็มมัด ต่อย เตะ ศอก กับ คลาสบ็อกซิ่ง ณ LIFESTYLES ON 26



การมีสุขภาพที่ดีและหุ่นที่เฟิร์มไม่ใช่เรื่องยากอีกต่อไป LIFESTYLES ON 26 โรงแรมเซ็นทาราแกรนด์ และ
บางกอกคอนเวนชันเซ็นเตอร์ เซ็นทรัลเวิลด์ เราขอแนะนำการออกกำลังกายที่สร้างความแข็งแรงให้กับผู้เล่นอย่าง
มากกับศิลปะการต่อสู้ประจำชาติไทยที่กำลังอินเทรนด์สุดๆในเวลานี้ กับ คลาสพื้นฐานมวยไทย ที่เน้นการออกกำลังกาย
โดยใช้ทุกส่วนของร่างกาย ที่จัดอยู่ในหมวดคาร์ดิโอ ถือว่าเป็นตัวเลือกหนึ่งที่จะช่วยให้คุณได้ เผาผลาญและได้
ออกกำลังกายแบบเต็มที เพื่อให้หัวใจสูบฉีดโลหิตได้เป็นปกติ และเกิดการเผาผลาญพลังงานอย่างต่อเนื่อง และยังเสริม
ความแข็งแรงให้กล้ามเนื้อทุกส่วน อีกทั้งยังฝึกสมาธิจากการจดจ่ออยู่กับเป้า จึงเหมาะกับคนที่ต้องการลดน้ำหนัก
กระชับสัดส่วน พร้อมเสริมสร้างกล้ามเนื้อให้คุณฟิตแอนด์เฟิร์ม

ขยับร่างกายตามจังหวะกับ คลาสพื้นฐานมวยไทย ทุกวันพฤหัสบดี เวลา 18.00 น. – 18.50 น. สำหรับลูกค้าทั่วไป
ราคา 400 บาท/ครั้ง

สนใจสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม โทร. 0-2100-6299

ติดตามข่าวสารของไลฟ์สไตล์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ โรงแรมเซ็นทาราแกรนด์ฯ เซ็นทรัลเวิลด์ได้ที่

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

เฟสบุ๊ก: Centara Grand & Bangkok Convention Centre at CentralWorld

อินสตาแกรม: Centaragrand_Centralworld

ทวิตเตอร์: Centara Grand at CTW