

# เผาผลาญแคลอรี กระชับหุ่นเฟิร์ม กับคลาสบ็อกซิ่ง

## ณ LIFESTYLES ON 26



LIFESTYLES ON 26 โรงแรมเซ็นทาราแกรนด์และบางกอกคอนเวนชันเซ็นเตอร์ เซ็นทรัลเวิลด์ ขอเชิญคุณมาโยกย้าย สุขซ่าย สุขขวา ไปกับศิลปะการต่อสู้ประจำชาติไทยที่กำลังอินเทรนด์สุดๆ ในเวลานี้ กับคลาสพื้นฐานมวยไทย ที่จัดอยู่ในหมวดคาร์ดิโอ โดยการออกหมัด เท้า เข่า ศอก และการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างต่อเนื่องเพื่อให้เลือดสูบฉีด และเกิดการเผาผลาญพลังงานอย่างต่อเนื่อง และยังเสริมความแข็งแรงให้กล้ามเนื้อทุกส่วน 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](http://www.centarahotelsresorts.com/centaragrand/cgcw/services)

เฟสบุ๊ก: Centara Grand & Bangkok Convention Centre at CentralWorld

อินสตาแกรม: Centaragrand\_Centralworld

ทวิตเตอร์: Centara Grand at CTW