

# เพื่อหุ่นสวย สุขภาพดี “โยคะฟลาย” เทรนด์สุดฮิต ของการออกกำลังกาย



ไลฟ์สไตล์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ ชั้น 26 โรงแรมเซ็นทาราแกรนด์ เซ็นทรัลเวิลด์ ขอเชิญคุณมาหุ่นสวย สุขภาพดี กับ “โยคะฟลาย” ที่จะเน้นการออกกำลังกายแบบร้ายร้ายบนผืนผ้า หรือโยคะแบบลอยตัว และยังรวบรวมศาสตร์ของการออกกำลังกายถึง 5 ศาสตร์ อาทิ โยคะ, พิลาทิส, แดนซ์, การสร้างความแข็งแรงและสร้างสัดส่วน (การเพาะกาย) และ ยิมนาสติกเข้าไว้ด้วยกัน โยคะฟลายจะช่วยให้คุณได้ความสนุกสนานที่ไม่น่าเบื่อเหมือนการออกกำลังกายในรูปแบบอื่น พร้อมทั้งสร้างความแข็งแรงของร่างกายอย่างเห็นได้ชัด และเพิ่มความกระชับของกล้ามเนื้อ พัฒนาระบบประสาทสัมผัส สมาธิ รวมถึงช่วยปรับให้แกนกลางลำตัวและสรีระของคุณมีความสมดุลและสมส่วนมากยิ่งขึ้น ทำให้คุณมีบุคลิกภาพดีขึ้น ร่างกายแข็งแรง สดชื่น กระปรี้กระเปร่าอีกด้วย ไลฟ์สไตล์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ ชั้น 26 เชิญคุณมาสัมผัสประสบการณ์ที่สนุก ตื่นเต้นและผ่อนคลายไปกับการโยกบนผืนผ้าใหม่ หรือ “โยคะฟลาย” ได้ทุกวันจันทร์ เวลา 19:45 น. – 20:45 น. ในราคาเพียงท่านละ 400 บาท/ครั้ง พิเศษ! ซื้อแพ็คเกจ 10 ครั้ง ในราคาเพียง 3,500 บาท หรือ 20 ครั้ง ในราคา 6,000 บาทเท่านั้น

สนใจสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมหรือสำรองคลาสออกกำลังกายล่วงหน้าได้ที่ โทร 0-2100-6299

ติดตามข่าวสารของไลฟ์สไตล์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ โรงแรมเซ็นทาราแกรนด์ 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