

สุขภาพดีเกินร้อยสำหรับมือใหม่



เทรนเนอร์ออกกำลังกายลงทุนกับร่างกาย เพื่อสุขภาพที่ดีในวันหน้ากำลังมาแรง สำหรับผู้ใหญ่สูงวัยที่กำลังมองหาสถานที่ที่ดี ๆ กว้างขวาง พร้อมอุปกรณ์ครบครันทันสมัย แวะมาได้ทีดี โอลิมปิก คลับ แอท บางกอก กอล์ฟ คลับ ช่วงนี้มีโปรโมชั่นดี ๆ สำหรับผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 21 ปี หรือผู้สูงอายุ “Senior Class Package” ที่ให้คุณได้เลือกเรียนระหว่างสองคลาส ได้แก่

- Aqua Exercise for Senior เวลา 60 นาที การออกกำลังกายในสระน้ำเหมาะสำหรับผู้สูงวัยโดยเฉพาะผู้ที่มีปัญหาเรื่องข้ออักเสบส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เพื่อลดอาการบาดเจ็บขณะออกกำลังกาย สร้างความยืดหยุ่น ให้การคาร์ดิโอที่เพิ่มความสดชื่นในการออกกำลังในน้ำ
- Yoga for Senior เวลา 60 นาที การออกกำลังกายด้วยโยคะ ที่ปรับประยุกต์ท่วงท่าให้ง่าย ช่วยสร้างความสมดุลของจิตใจ และการยืดเหยียดร่างกายไปพร้อมๆ กัน

ไม่ว่าจะออกกำลังกายในน้ำ สร้างความยืดหยุ่น และความสดชื่น ระยะเวลา 60 นาที เพื่อเสริมสร้างความสมดุลระหว่างร่างกายและจิตใจไปพร้อมๆ กัน ทั้งแพ็คเกจราคาเพียง 3,424 บาทสุทธิ ใช้ได้ถึง 8 ครั้ง ระยะเวลา 60 วัน อยากมีสุขภาพที่ดีวันนี้ อย่ารอช้าโทรเลย 02 147 5858

สนใจติดต่อสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

ดี โอลิมปิก คลับ แอท บางกอก กอล์ฟ คลับ

เปิดบริการทุกวัน 06:00 น. – 22:00 น.

โทร. 02 147 5858