ฟิตลิงก์จัดงาน “ชม เช็ค แชร์เฮลตี้” ฟรี สุขภาพดีวัยไหนก็สร้างได้

คุณสหชาต กล่อมชุ่ม ผู้จัดการ ฟิตลิงก์ สปอร์ตคลับ เปิดเผยว่า ฟิตลิงก์ สปอร์ตคลับ เป็นหนึ่งในสโมสรที่ให้ความสำคัญของการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพที่ดีและความแข็งแรง โดยมองไปถึงการใช้กีฬาและการออกกำลังกายช่วยปรับพฤติกรรมการใช้ชีวิตใหม่กับหลักสูตรใหม่ Vitality Course เราเชื่อว่าการดูแลสุขภาพอย่างถูกวิธีเหมาะสม จะเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับร่างกาย จึงเป็นที่มาของการจัดงาน “ชม เช็ค แชร์เฮลตี้” ในวันเสาร์ที่ 7 กันยายน 2562 ตั้งแต่เวลา 9.00 – 17.00 น. พร้อมด้วยกิจกรรมมากมาย สำหรับผู้ที่สนใจสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ฟรีที่สโมสรฟิตลิงก์

งาน “ชม เช็ค แชร์เฮลตี้” วันเสาร์ที่ 7 กันยายน 2562 ตั้งแต่เวลา 9.00-17.00 น. งานสุขภาพที่เตรียมไว้เพื่อเปิดโอกาสให้คนที่สนใจได้ร่วมกิจกรรมที่หลากหลายฟรี อาทิ กิจกรรมคลาสโยคะเช้า โดยครูสอนโยคะมากด้วยประสบการณ์ เวลา 9.00-10.00 น. รับจำนวนจำกัด กิจกรรมรับคำปรึกษาด้านสุขภาพจากนักกายภาพ ผู้เชี่ยวชาญและมีประสบการณ์กว่า 7 ปี คอยให้คำปรึกษาและแนะนำแบบเอ็กซ์คลูซีฟเฉพาะบุคคล ด้วยการวางแผนการดูแลสุขภาพและการออกกำลังกาย การยืดเหยียด การบริหารร่างกาย เพิ่มความแข็งแรง กระชับสัดส่วนและลดน้ำหนักไปพร้อม

กัน เพื่อสร้างแนวทางการใช้ชีวิตใหม่ นอกจากนี้ยังมี กิจกรรมการตรวจวัดสุขภาพเบื้องต้นด้วยเครื่องคำนวณหาค่าดัชนีมูลกาย (BMI) การตรวจสมรรถภาพทางกีฬา พร้อมอาหารคลีนและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพฟรีตลอดงาน สำหรับ Vitality Course คือ คอร์สที่วางแผนการออกกำลังกาย และแนะนำการปรับพฤติกรรม เพื่อลดความเสี่ยงของการเจ็บป่วยจากพฤติกรรมการใช้ชีวิตในปัจจุบัน ทั้งการรับประทานอาหาร การใช้คอมพิวเตอร์ มือถือ และแท็บเล็ต หรือการทำงานในท่าเดิม ซ้ำ ๆ เป็นเวลานานก็จะก่อให้เกิดการเจ็บป่วยได้

ฟิตลิงก์ สปอร์ตคลับ สโมสรกีฬาแห่งใหม่ย่านพระราม 2 บนถนนพระราม 2 ซอย 47 แยก 11 (อนามัยงามเจริญ) พรั่งพร้อมไปด้วยกิจกรรมทางกีฬาหลากหลายประเภท ทั้งกีฬากลางแจ้งและในอาคาร รวมถึงคลาสออกกำลังกาย อาทิ ว่ายน้ำ เทนนิส แบดมินตัน ฟิตเนส คลาสโยคะ มวยไทย ซูมบ้า แอโรบิก คาร์ดิโอ พร้อมเทรนเนอร์ผู้มีประสบการณ์เฉพาะทางคอยให้คำแนะนำ ภายใต้บรรยากาศเป็นธรรมชาติ ร่มรื่น มีความเป็นส่วนตัว และสิ่งอำนวยความสะดวกทั้งที่จอดรถ ล็อกเกอร์ ห้องน้ำแยกชาย-หญิง เพราะการเล่นกีฬาและออกกำลังกายเป็นสิ่งสำคัญ สุขภาพดีวัยไหนก็สร้างได้ที่ฟิตลิงก์ สปอร์ตคลับ

สำรองสิทธิ์ร่วมงานและสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ฟิตลิงก์ สปอร์ตคลับ เปิดบริการทุกวัน เวลา 9.00-21.00 น. ถนนพระราม 2 ซอย 47 (อนามัยงามเจริญ แยก 11) โทร. 02-042-8880, 082-055-7092 หรือ www.facebook.com/Fitlink-Sports-Club, www.fitlinksportsclub.com

.....

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ
โยชนา เกียรติลัภนชัย ฝ่ายประสานงาน
ฟิตลิงก์ สปอร์ตคลับ
โทร. 0-2318-0083 ต่อ 576
อีเมลล์ : fitlinkrama2@gmail.com