“ABSOLUTE YOU” นำเทรนด์เฮลท์ตี้ เปิดสตูดิโอ Rhythm Cycling และ Pilates Reformer แห่งใหม่ใจกลางเมือง

“ABSOLUTE YOU” นำเทรนด์เฮลท์ตี้
เปิดสตูดิโอ Rhythm Cycling และ Pilates Reformer แห่งใหม่ใจกลางเมือง

ABSOLUTE YOU ผู้นำเทรนด์การออกกำลังกาย ที่ตอบโจทย์ไลฟ์สไตล์ของทุกคน ล่าสุดจัดงานเปิดตัวสตูดิโอแห่งใหม่ที่มี Rhythm Cycling (ริทึ่ม ไซคลิ่ง) และ Pilates Reformer (พิลาทิส รีฟอร์เมอร์) ตอบรับกระแสเทรนด์ที่ยังคงมาแรงอย่างต่อเนื่อง ณ ชั้น 2 อาคารจีทาวเวอร์ แกรนด์ พระราม 9

คุณเบญจพร การุณกรสกุล กรรมการผู้จัดการและผู้ก่อตั้ง ABSOLUTE YOU เผยว่า “ABSOLUTE YOU เปรียบเหมือนบ้านหลังที่ 3 ของคนที่มีไลฟ์สไตล์รักการออกกำลังกายเหมือนกัน ภายใต้สโลแกน “Health & Lifestyle Evolution” เราถือว่าเป็นผู้นำเทรนด์การออกกำลังกายและรักษาสุขภาพแบบครบวงจร พร้อมสร้างเทรนด์การออกกำลังกายให้กลายเป็นไลฟ์สไตล์ในชีวิตประจำวัน โดยเน้นการออกกำลังกายในระยะเวลาอันสั้น และเห็นผลชัดเจน เพราะเราอยากให้ทุกคนหันมาออกกำลังกายมากขึ้น เพื่อสุขภาพที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ โดยล่าสุดเราได้เปิดสตูดิโอแห่งใหม่ ที่ตึกจี ทาวเวอร์ แกรนด์ พระราม 9 เพื่อรองรับให้คนที่ทำงานอยู่ในตึกนี้และบริเวณใกล้เคียง ได้มีสถานที่สำหรับออกกำลังกายที่ได้มาตรฐาน ในราคาที่เหมาะสม มีเทรนด์เนอร์ผู้เชี่ยวชาญคอยให้คำแนะนำ โดยสตูดิโอแห่งใหม่นี้ เรามีห้อง Pilates Reformer (พิลาทิส รีฟอร์เมอร์) และ Rhythm Cycling (ริทึ่ม ไซคลิ่ง) ซึ่งเป็นเทรนด์การออกกำลังกายแบบใหม่ที่กำลังมาแรง และได้รับความนิยมทั่วโลก โดยการออกกำลังกายทั้ง 2 ประเภทนี้ จะช่วยทำให้มีหุ่นที่ฟิตแอนด์เฟิร์มควบคู่ไปกับความสมดุลทางด้านจิตใจอีกด้วย”

ด้านนักแสดงสาว เฌอเบลล์-ลัลณ์ลลิน เตจะศา เวศซ์ ผู้ที่ใส่ใจสุขภาพรักการออกกำลังกายเป็นชีวิตจิตใจ พร้อมแชร์ประสบการณ์ว่า “เฌอเบลล์เป็นคนที่ชอบออกกำลังกายเป็นประจำ และเป็นคนที่ชอบลองเล่นอะไรใหม่ๆ เมื่อก่อนเคยเล่นมาหมดแล้วทั้งพิลาทิส รีฟอร์เมอร์ และโยคะ พอรู้ว่า ABSOLUTE YOU มีคลาส ริทึ่ม ไซคลิ่ง เลยมาเล่น ซึ่งเป็นสิ่งที่ชอบมากๆ เพราะเป็นการปั่นจักรยานไปพร้อมกับจังหวะเพลงที่มีแสงสีเสียงจัดเต็ม และมีเทรนด์เนอร์ที่ทำให้การออกกำลังกายเป็นเรื่องสนุก ทำให้เล่นจนจบคลาสได้อย่างไม่น่าเบื่อเลยค่ะ”

ABSOLUTE YOU อาคารจีทาวเวอร์ แกรนด์ พระราม 9 มีสตูดิโอสำหรับ Rhythm Cycling (ริทึ่ม ไซคลิ่ง) และ

Pilates Reformer (พิลาทิส รีฟอร์เมอร์) เป็นคลาสแบบกลุ่ม (Group Class) โดยครู ผู้ฝึกสอนมากด้วยประสบการณ์และได้มาตรฐานสากล ทั้งนี้ยังมีห้องแต่งตัว ห้องอาบน้ำ ล็อคเกอร์ พร้อม สิ่งอำนวยความสะดวกอย่างครบครัน

• Rhythm Cycling (ริทึ่ม ไซคลิ่ง) เป็นการออกกำลังกายบนจักรยานที่ผสมผสานการเคลื่อนไหวร่างกายเข้ากับจังหวะดนตรี โดยเป็นเทรนด์การออกกำลังกายที่นิยมอย่างมากในนิวยอร์ก และกำลังมาแรงในประเทศไทย โดยมีเครื่อง Cycle จำนวน 42 เครื่อง ซึ่งความพิเศษจะอยู่ที่การตกแต่งห้องให้มีแสงสี ผสมผสานกับเพลงหลากหลายแนว เช่น EDM, House, Hip Hop เพื่อกระตุ้นให้ผู้เล่นสามารถเผาผลาญพลังงานได้ถึง 800 แคลอรี่

• Pilates Reformer (พิลาทิส รีฟอร์เมอร์) คือ การออกกำลังกายและเคลื่อนไหวที่ออกแบบมาเพื่อทำให้เกิดการยืดสร้างความแข็งแกร่ง และความสมดุลของการร่างกายบนเครื่อง Reformer (รีฟอร์เมอร์) ซึ่งช่วยปรับสภาพกล้ามเนื้อให้ฟิตแอนด์เฟิร์ม และที่สำคัญยังช่วยฟื้นฟูสภาพร่างกายจากอาการบาดเจ็บอีกด้วย

ABSOLUTE YOU ชั้น 2 อาคารจีทาวเวอร์ แกรนด์ พระราม 9 เปิดให้บริการทุกวันเวลา 8.00 น. – 20.00 น. ติดตามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 02 046 4640 หรือ www.absoluteyou.com