

# 體能鍛鍊小組



## Group Exercise Class

- ✓ 小班形式指導
- ✓ 自組自選時間
- ✓ 靈活度高

報名及詳情



**New** TRX 懸吊阻抗訓練

**New** Stick Mobility

**New** Kickboxing

**New** ViPR 炮筒訓練

**New** 藥球

• 壺鈴

• 雙桿

• 瑜珈磚等

自組2-4人

每組每節 \$900 (1小時)

4堂集中訓練價 \$3200

☎ 2275 6338

☎ 5507 8038