

【深圳·養生】上班族中流行運動 輕鬆健身，美妙飛躍！



位於龍崗區坂田的星河 WORLD-COCO Park 的商場定位是新銳文創生活中心，延續 COCO Park 的年輕人氣路線，結合了各種時尚、美食和文化體驗。你還可以在商場內享受健康活力的養生體驗！



位於商場 3 樓的「新體室內蹦極」，可體驗一種在上班族中正流行的運動『室內蹦極』。就算是零基礎的朋友，都可以在這裡的專業教練帶領下脫離地心吸力。室內蹦極就像電影中吊威也的場景，透過彈力繩的輔助，完成具難度的舞蹈、健身、瑜伽動作，體驗飛起來的美妙快感。這運動是結合有氧運動、體耐力、訓練腹肌核心和平衡鍛煉的綜合型訓練，配上富節奏感的流行音樂，一節課堂可消耗 600 至 900 大卡！健身同時輕鬆又好玩，新奇又減壓，做 gym 做到悶了，不妨來試試『室內蹦極』吧。

【新體室內蹦極】

地址：深圳市龍崗區五和大道與雅寶路交匯處 星河 WORLD-COCO Park 《坂田》商場 L3S-022 舖

前往方法：

1. 市內交通：深圳地鐵 10 號綫雅寶站下車，於 C 出口步行約 2 分鐘。
2. 東鐵綫羅湖站出發：步行前往深圳地鐵羅湖站乘搭 1 號綫，於崗廈站轉乘 10 號綫前往。
3. 東鐵綫落馬洲站出發：步行前往深圳地鐵福田口岸站乘搭 10 號綫前往。
4. 高鐵深圳北站出發：步行前往深圳地鐵深圳北站乘搭 5 號綫，於五和站轉乘 10 號綫前往。

以上資料只供參考，如有更改恕不另行通知。