

Actividades Wellness



WELLNESS

Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE OCTUBRE

MIÉ 1	Respiración consciente**	10:30
	Entrenamiento de core	17:30

JUE 2	Meditación OPO	09:00
	Análisis capilar**	11:00 - 13:00
	TRX	17:30

VIE 3	Circuito	09:30
	Senderismo*	09:30
	Partidos de pádel*	17:30

SÁB 4	Entrenamiento de piernas	09:30
	Bandas elásticas	17:30

DOM 5	Estiramientos	09:30
	Yoga	17:30

*Cargo adicional **Reserva requerida antes de las 18:00h del día anterior, si no hay reservas se cancelará la actividad

Cortesía para huéspedes del hotel · 60 EUROS por actividad por visitante

Reserva requerida, contacta con nuestro Equipo Wellness: (+34) 952 822 211 | marque 3 | wellness@marbellaclub.com

Se ruega ser puntual. Aquellos clientes que lleguen tarde no podrán acceder.



Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE OCTUBRE

LUN 6	HarmoniZen**	08:30
	Circuito	17:30

MAR 7	Danza de la vida*	10:30
	Charla saludable**	15:00
	Estiramientos	17:30

MIÉ 8	Respiración consciente	10:30
	Entrenamiento de core	17:30

JUE 9	Meditación OPO	09:00
	Análisis capilar**	11:00 - 13:00
	Bandas elásticas	17:30

VIE 10	Senderismo*	09:30
	Circuito	09:30
	Partidos de pádel*	17:30

SÁB 11	Yoga	09:30
	Entrenamiento de piernas	17:30

DOM 12	TRX	09:30
	Estiramientos	17:30

*Cargo adicional **Reserva requerida antes de las 18:00h del día anterior, si no hay reservas se cancelará la actividad

Cortesía para huéspedes del hotel · 60 EUROS por actividad por visitante

Reserva requerida, contacta con nuestro Equipo Wellness: (+34) 952 822 211 | marque 3 | wellness@marbellaclub.com

Se ruega ser puntual. Aquellos clientes que lleguen tarde no podrán acceder.



Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE OCTUBRE

LUN 13	HarmoniZen**	08:30
	Entrenamiento de piernas	17:30

MAR 14	Danza de la vida*	10:30
	Charla saludable**	15:00
	Yoga	17:30

MIÉ 15	Respiración consciente**	10:30
	Bandas elásticas	17:30

JUE 16	Meditación OPO	09:00
	Análisis capilar**	11:00 - 13:00
	Entrenamiento de core	17:30

VIE 17	Senderismo*	09:30
	Circuito	09:30
	Vinyasa yoga	17:30

SÁB 18	Aeroyoga	09:30
	TRX	17:30

DOM 19	Bandas elásticas	09:30
	Estiramientos	17:30

*Cargo adicional **Reserva requerida antes de las 18:00h del día anterior, si no hay reservas se cancelará la actividad

Cortesía para huéspedes del hotel · 60 EUROS por actividad por visitante

Reserva requerida, contacta con nuestro Equipo Wellness: (+34) 952 822 211 | marque 3 | wellness@marbellaclub.com

Se ruega ser puntual. Aquellos clientes que lleguen tarde no podrán acceder.



Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE OCTUBRE

LUN 20	HarmoniZen**	08:30
	Entrenamiento de piernas	17:30

MAR 21	Danza de la vida*	10:30
	Charla saludable**	15:00
	TRX	17:30

MIÉ 22	Respiración consciente**	10:30
	Vinyasa yoga	17:30

JUE 23	Meditación OPO	09:00
	Análisis capilar**	11:00 - 13:00
	Entrenamiento de core	17:30

VIE 24	Senderismo*	09:30
	Circuito	09:30
	Partidos de pádel*	17:30

SÁB 25	Entrenamiento de piernas	09:30
	Aeroyoga	17:30

DOM 26	Bandas elásticas	09:30
	Estiramientos	17:30

*Cargo adicional **Reserva requerida antes de las 18:00h del día anterior, si no hay reservas se cancelará la actividad

Cortesía para huéspedes del hotel · 60 EUROS por actividad por visitante

Reserva requerida, contacta con nuestro Equipo Wellness: (+34) 952 822 211 | marque 3 | wellness@marbellaclub.com

Se ruega ser puntual. Aquellos clientes que lleguen tarde no podrán acceder.



Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE OCTUBRE

LUN 27	HarmoniZen**	08:30
	TRX	17:30

MAR 28	Danza de la vida*	10:30
	Charla saludable**	15:00
	Entrenamiento de core	17:30

MIÉ 29	Respiración consciente**	10:30
	Vinyasa yoga	17:30

JUE 30	Meditación OPO	09:00
	Análisis capilar**	11:00 - 13:00
	Bandas elásticas	17:30

VIE 31	Senderismo*	09:30
	Circuito	09:30
	Partidos de pádel*	17:30

*Cargo adicional **Reserva requerida antes de las 18:00h del día anterior, si no hay reservas se cancelará la actividad

Cortesía para huéspedes del hotel · 60 EUROS por actividad por visitante

Reserva requerida, contacta con nuestro Equipo Wellness: (+34) 952 822 211 | marque 3 | wellness@marbellaclub.com

Se ruega ser puntual. Aquellos clientes que lleguen tarde no podrán acceder.



MARBELLA CLUB

Bulevar Príncipe Alfonso von Hohenlohe, s/n, 29602, Marbella, Málaga, Spain
Telephone (+34) 952 822 211 marbellaclubwellness.com