

Actividades Wellness



WELLNESS

Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE DICIEMBRE

| | | |
|--------------|-------------------------|-------|
| VIE 1 | Yoga facial | 11:00 |
| | Entrenamiento funcional | 17:00 |
| SÁB 2 | Pilates suelo | 09:30 |
| | TRX | 17:00 |
| DOM 3 | Vinyasa yoga | 09:30 |
| | Circuito | 17:00 |

Cortesía para huéspedes del hotel · 50 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.



WELLNESS

Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE DICIEMBRE

LUN 4 Entrenamiento funcional 09:30
Relajación con cristales y esencias 17:00

MAR 5 TRX 09:30
Vinyasa yoga 17:00

MIÉ 6 Libre 10:00
Bandas elásticas 17:00

JUE 7 Yoga aéreo 09:30
Introducción al diseño humano 17:00

VIE 8 Yoga facial 11:00
Circuito 17:00

SÁB 9 Pilates suelo 09:30
Movimiento articular 17:00

DOM 10 Estiramiento miofascial 09:30
Pesas rusas 17:00

Cortesía para huéspedes del hotel · 50 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 DICIEMBRE

LUN 11 Entrenamiento funcional 09:30
Fuerza y estabilidad 17:00

MAR 12 Circuito 09:30
Abdominales 17:00

MIÉ 13 Libre 10:00
Estiramientos 17:00

JUE 14 Yoga activo 09:30
La magia del Tarot 17:00

VIE 15 Yoga facial 11:00
Entrenamiento funcional 17:00

SÁB 16 Pilates suelo 09:30
Yoga aéreo 17:00

DOM 17 Circuito 09:30
Movimiento articular 17:00

Cortesía para huéspedes del hotel · 50 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 DICIEMBRE

LUN 18 TRX 09:30
Vinyasa yoga 17:00

MAR 19 Entrenamiento funcional 09:30
Relajación con cristales y esencias 17:00

MIÉ 20 Libre 10:00
Bandas elásticas 17:00

JUE 21 Circuito 09:30
Estiramientos 17:00

VIE 22 Yoga facial 11:00
Entrenamiento funcional 17:00

SÁB 23 Pilates suelo 09:30
Movimiento articular 17:00

DOM 24 Yoga aéreo 09:30
Bandas elásticas 17:00

Cortesía para huéspedes del hotel · 50 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 DICIEMBRE

| | | |
|---------------|---------------|-------|
| LUN 25 | Estiramientos | 09:30 |
| | Vinyasa yoga | 17:00 |

| | | |
|---------------|-------------------------|-------|
| MAR 26 | Entrenamiento funcional | 09:30 |
| | Meditación | 17:00 |

| | | |
|---------------|----------------------|-------|
| MIÉ 27 | Libre | 10:00 |
| | Movimiento articular | 17:00 |

| | | |
|---------------|-------------|-------|
| JUE 28 | Abdominales | 09:30 |
| | Circuito | 17:00 |

| | | |
|---------------|-------------|-------|
| VIE 29 | Yoga facial | 11:00 |
| | TRX | 17:00 |

| | | |
|---------------|-------------------------|-------|
| SÁB 30 | Pilates suelo | 09:30 |
| | Entrenamiento funcional | 17:00 |

| | | |
|---------------|------------------|-------|
| DOM 31 | Yoga | 09:30 |
| | Bandas elásticas | 17:00 |

Cortesía para huéspedes del hotel · 50 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