



WELLNESS

## CHARLAS SOBRE NUTRICIÓN SALUDABLE

*Wellness Talks*

A partir de las 11:30 h / *From 11:30am*

14 de enero / 14th January

Aprenda a perder peso de forma saludable

*Learn how to lose weight healthily*

21 de enero / 21st January

Únase al reto de “Vegenero” y descubra maneras sencillas y deliciosas de incluir más alimentos vegetales en su dieta diaria

*Join the “Veganuary” challenge and discover simple and delicious ways to include more plant-based foods in your daily diet*

28 de enero / 28th January

Descubra por qué su cuerpo necesita una desintoxicación tras los excesos navideños y conozca métodos efectivos para revitalizarse y recuperar su energía

*Discover why your body needs a detox after the festive indulgence and learn effective methods to revitalise and regain your energy*

**Gratuito para clientes del hotel | Clientes externos € 50 p/p**  
Complimentary for hotel guests | External Guests € 50 p/p

**wellness@marbellaclub.com · (+34) 952 82 22 11**

Es necesario reservar con antelación / Pre-booking is necessary

Punto de encuentro: Estudio Holístico / Meeting point: Holistic Studio