



WELLNESS

## CHARLAS SOBRE NUTRICIÓN SALUDABLE

*Wellness Talks*

Todos los jueves a las 11:00 h / *Every Thursday from 11am*

9 de mayo / 9th May

¿Qué es exactamente la perimenopausia?

*What exactly is perimenopause?*

16 de mayo / 16th May

Cómo ayunar de manera segura y eficiente

*How to fast safely and efficiently*

23 de mayo / 23rd May

Aprenda por qué necesitamos desintoxicarnos y las formas efectivas de cómo hacerlo para ayudar a nuestros órganos

*Learn why we need to detox and effective ways to help our detox organs*

30 de mayo / 30th May

8 cosas saludables que no hacemos

*8 health things we don't do*

Gratuito para clientes del hotel | Clientes externos € 50 p/p

Complimentary for hotel guests | External Guests € 50 p/p

[wellness@marbellaclub.com](mailto: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