WELLNESS

CHARLAS SOBRE NUTRICIÓN SALUDABLE

Wellness Talks

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

7 de diciembre / 7th December

Prepara tu sistema inmunológico para la temporada festiva

Prepare your immune system for the Festive Season

14 de diciembre / 14th December

Cómo reducir el colesterol malo a través de tu dieta

How to reduce bad cholesterol via your diet

21 de diciembre / 21st December

Cómo nuestra nutrición puede impactar en la inflamación silenciosa del cuerpo – Aceites vegetales

How our nutrition can impact silent inflammation in the body – Seed oils

28 de diciembre / 28th December

Multivitamínicos y suplementos – ¿Debo tomarlos?

All things multivitamins – Should I take one?

Gratuito para clientes del hotel | **Clientes externos** € 40 p/p
Complimentary for hotel guests | External Guests € 40 p/p

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

Es necesario reservar con antelación / Pre-booking is necessary

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