

Actividades Wellness



WELLNESS

Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE JULIO

| | | |
|---------------|--------------|-------|
| LUN 30 | HarmoniZen* | 09:30 |
| | Vinyasa yoga | 17:30 |

| | | |
|--------------|--------------------|-------|
| MAR 1 | Danza de la vida* | 10:30 |
| | Charla saludable** | 15:00 |
| | Yoga | 17:30 |

| | | |
|--------------|--------------------------|-------|
| MIÉ 2 | Respiración consciente** | 10:30 |
| | Entrenamiento de core | 17:30 |

| | | |
|--------------|--------------------|---------------|
| JUE 3 | Meditación OPO | 09:00 |
| | Análisis capilar** | 11:00 - 13:00 |
| | TRX | 17:30 |

| | | |
|--------------|--------------------|-------|
| VIE 4 | Partidos de pádel* | 09:30 |
| | Senderismo* | 09:30 |
| | Circuito | 17:30 |

| | | |
|--------------|------------------|-------|
| SÁB 5 | Meditación | 09:30 |
| | Bandas elásticas | 17:30 |

| | | |
|--------------|---------------|-------|
| DOM 6 | Vinyasa yoga | 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.



WELLNESS

Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE JULIO

| | | |
|--------------|-------------|-------|
| LUN 7 | HarmoniZen* | 09:30 |
| | TRX | 17:30 |

| | | |
|--------------|--------------------------|-------|
| MAR 8 | Danza de la vida* | 10:30 |
| | Charla saludable** | 15:00 |
| | Entrenamiento de piernas | 17:30 |

| | | |
|--------------|--------------------------|-------|
| MIÉ 9 | Respiración consciente** | 10:30 |
| | Vinyasa yoga | 17:30 |

| | | |
|---------------|--------------------------------------|---------------|
| JUE 10 | Meditación OPO | 09:00 |
| | Análisis capilar** | 11:00 - 13:00 |
| | Kundalini yoga y meditación con Coco | 17:30 |

| | | |
|---------------|--------------------|-------|
| VIE 11 | Circuito | 09:30 |
| | Senderismo* | 09:30 |
| | Partidos de pádel* | 17:30 |

| | | |
|---------------|-----------------------|-------|
| SÁB 12 | Entrenamiento de core | 09:30 |
| | Elastic bands | 17:30 |

| | | |
|---------------|---------------|-------|
| DOM 13 | Estiramientos | 09:00 |
| | Aeroyoga | 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.



WELLNESS

Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE JULIO

| | | |
|---------------|-------------|-------|
| LUN 14 | HarmoniZen* | 09:30 |
| | Circuito | 17:30 |

| | | |
|---------------|---------------------------------|-------|
| MAR 15 | Danza de la vida* | 10:30 |
| | Charla saludable** | 15:00 |
| | Práctica de auto reiki con Coco | 17:30 |

| | | |
|---------------|--------------------------|-------|
| MIÉ 16 | Respiración consciente** | 10:30 |
| | Entrenamiento de core | 17:30 |

| | | |
|---------------|--------------------------------------|---------------|
| JUE 17 | Meditación OPO | 09:00 |
| | Análisis capilar** | 11:00 - 13:00 |
| | Kundalini yoga y meditación con Coco | 17:30 |

| | | |
|---------------|--------------|-------|
| VIE 18 | Circuito | 09:30 |
| | Senderismo* | 09:30 |
| | Vinyasa yoga | 17:30 |

| | | |
|---------------|------------------|-------|
| SÁB 19 | Aeroyoga | 09:30 |
| | Bandas elásticas | 17:30 |

| | | |
|---------------|---------------|-------|
| DOM 20 | Yoga | 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.



WELLNESS

Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE JULIO

| | | |
|---------------|--------------------------|-------|
| LUN 21 | HarmoniZen* | 09:30 |
| | Entrenamiento de piernas | 17:30 |

| | | |
|---------------|---------------------------------|-------|
| MAR 22 | Danza de la vida* | 10:30 |
| | Charla saludable** | 15:00 |
| | Práctica de auto reiki con Coco | 17:30 |

| | | |
|---------------|--------------------------|-------|
| MIE 23 | Respiración consciente** | 10:30 |
| | TRX | 17:30 |

| | | |
|---------------|--------------------------------------|---------------|
| JUE 24 | Meditación OPO | 09:00 |
| | Análisis capilar** | 11:00 - 13:00 |
| | Kundalini yoga y meditación con Coco | 17:30 |

| | | |
|---------------|--------------------|-------|
| VIE 25 | Senderismo* | 09:30 |
| | Circuito | 09:30 |
| | Partidos de pádel* | 17:30 |

| | | |
|---------------|-----------------------|-------|
| SÁB 26 | Yoga | 09:30 |
| | Entrenamiento de core | 17:30 |

| | | |
|---------------|---------------|-------|
| DOM 27 | Vinyasa yoga | 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.



WELLNESS

Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE JULIO

| | | |
|---------------|--------------------------|-------|
| LUN 28 | HarmoniZen* | 09:30 |
| | Entrenamiento de piernas | 17:30 |

| | | |
|---------------|---------------------------------|-------|
| MAR 29 | Danza de la vida* | 10:30 |
| | Charla saludable** | 15:00 |
| | Práctica de auto reiki con Coco | 17:30 |

| | | |
|---------------|--------------------------|-------|
| MIE 30 | Respiración consciente** | 10:30 |
| | Aeroyoga | 17:30 |

| | | |
|---------------|--------------------------------------|---------------|
| JUE 31 | Meditación OPO | 09:00 |
| | Análisis capilar** | 11:00 - 13:00 |
| | Kundalini yoga y meditación con Coco | 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.



WELLNESS

MARBELLA CLUB

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