

Actividades Wellness



WELLNESS

Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE NOVIEMBRE

SÁB 1	Entrenamiento de piernas	09:30
	Bandas elásticas	17:30
DOM 2	Estiramientos	09:30
	TRX	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.



Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE NOVIEMBRE

LUN 3	HarmoniZen**	08:30	VIE 7	Senderismo*	09:30
	Circuito	17:30		Vinyasa yoga	09:30
				Partidos de pádel*	17:30
MAR 4	Danza de la vida*	10:30	SÁB 8	Aeroyoga	09:30
	Charla saludable**	15:00		Entrenamiento de core	17:30
	Entrenamiento de core	17:30			
MIÉ 5	Respiración consciente	10:30	DOM 9	TRX	09:30
	Entrenamiento de piernas	17:30		Estiramientos	17:30
JUE 6	Meditación OPO	09:00			
	Análisis capilar**	11:00 - 13:00			
	Bandas elásticas	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.



Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE NOVIEMBRE

LUN 10	HarmoniZen**	08:30	VIE 14	Senderismo*	09:30
	Vinyasa yoga	17:30		TRX	17:30
MAR 11	Danza de la vida*	10:30	SÁB 15	Entrenamiento de core	09:30
	Charla saludable**	15:00		Entrenamiento de piernas	17:30
	Circuito	17:30	DOM 16	Estiramientos	17:30
MIÉ 12	Respiración consciente	10:30			
	Entrenamiento de piernas	17:30			
JUE 13	Meditación OPO	09:00			
	Análisis capilar**	11:00 - 13:00			
	Bandas elásticas	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.



Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE NOVIEMBRE

LUN 17	HarmoniZen**	08:30	VIE 21	Senderismo*	09:30
	Bandas elásticas	17:30		Circuito	09:30
				Partidos de pádel*	17:30
MAR 18	Danza de la vida*	10:30	SÁB 22	Entrenamiento de core	09:30
	Charla saludable**	15:00		TRX	17:30
	TRX	17:30			
MIÉ 19	Respiración consciente**	10:30	DOM 23	Bandas elásticas	09:30
	Entrenamiento de piernas	17:30		Estiramientos	17:30
JUE 20	Meditación OPO	09:00			
	Análisis capilar**	11:00 - 13:00			
	Yoga	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.



Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE NOVIEMBRE

LUN 24	HarmoniZen**	08:30	VIE 28	Senderismo*	09:30
	Entrenamiento de piernas	17:30		Yoga	09:30
				Partidos de pádel*	17:30
MAR 25	Danza de la vida*	10:30	SAB 29	Bandas elásticas	09:30
	Charla saludable**	15:00		Entrenamiento de core	17:30
	TRX	17:30			
MIE 26	Respiración consciente**	10:30	DOM 30	Vinyasa yoga	09:30
	Bandas elásticas	17:30		Estiramientos	17:30
JUE 27	Meditación OPO	09:00			
	Análisis capilar**	11:00 - 13:00			
	Circuito	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.



MARBELLA CLUB

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