



WELLNESS

CHARLAS SOBRE NUTRICIÓN SALUDABLE

Wellness Talks

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

2 de noviembre / 2nd November

¿Qué es exactamente la perimenopausia?

What exactly is perimenopause?

9 de noviembre / 9th November

Cómo ayunar de manera segura y eficiente

How to fast safely and efficiently

16 de noviembre / 16th November

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

23 de noviembre / 23rd November

Seis plantas botánicas para mejorar el sueño

Six herbs to aid sleep

30 de noviembre / 30th November

Nutrición personalizada para el Síndrome del Intestino Irritable

Personalised nutrition for Irritable Bowel Syndrome (IBS)

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 encuentro: Estudio Holístico / Meeting point: Holistic Studio