

Actividades Wellness



WELLNESS

Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE NOVIEMBRE

LUN 30	TRX	9:30
	Entrenamiento funcional	18:00

MAR 31	Fuerza y estabilidad	9:30
	Paddle Surf	13:00
	Abdominales	18:00

MIÉ 1	Viva con la respiración	10:00
	Entrenamiento funcional	17:00

JUE 2	Vinyasa yoga	9:30
	Lectura de iridología	17:00

VIE 3	Yoga facial	11:00
	TRX	17:00

SÁB 4	Pilates suelo	9:30
	Fuerza y estabilidad	17:00

DOM 5	Circuito	9:30
	Yoga aéreo	17:00

Cortesía para huéspedes del hotel · 50 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 6	Relajación con cristales y esencias	9:30
	Entrenamiento funcional	17:00

MAR 7	Yoga aéreo	9:30
	Abdominales	17:00

MIÉ 8	Viva con la respiración	10:00
	TRX	17:00

JUE 9	Vinyasa yoga	9:30
	¿Qué es el diseño humano?	17:00

VIE 10	Yoga facial	11:00
	Estiramientos	17:00

SÁB 11	Pilates suelo	9:30
	Trabajo con pesas rusas	17:00

DOM 12	Bandas elásticas	9:30
	Abdominales	17:00

Cortesía para huéspedes del hotel · 50 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 13 Hatha yoga 9:30
Circuito 17:00

MAR 14 Bandas elásticas 9:30
Yoga aéreo 17:00

MIÉ 15 Abdominales 9:30
Entreno funcional 17:00

JUE 16 Trabajo con pesas rusas 9:30
Introducción al Tarot 17:00

VIE 17 Yoga facial 11:00
Estiramiento miofascial 17:00

SÁB 18 Pilates suelo 9:30
Movimiento articular 17:00

DOM 19 Vinyasa yoga 9:30
Entrenamiento funcional 17:00

Cortesía para huéspedes del hotel · 50 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 20 Circuito 9:30
Yoga aéreo 17:00

MAR 21 Abdominales 9:30
Vinyasa yoga 17:00

MIÉ 22 Viva con la respiración 10:00
Bandas elásticas 17:00

JUE 23 TRX 9:30
Los beneficios de la medicina holística 17:00

VIE 24 Yoga facial 11:00
Abdominales 17:00

SÁB 25 Pilates suelo 9:30
Yoga aéreo 17:00

DOM 26 Entrenamiento funcional 9:30
Estiramientos 17:00

Cortesía para huéspedes del hotel · 50 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 27	TRX	9:30
	Bandas elásticas	17:00

MAR 28	Entrenamiento funcional	9:30
	Yoga aéreo	17:00

MIÉ 29	Viva con la respiración	10:00
	Movimiento articular	17:00

JUE 30	Vinyasa yoga	9:30
	Lectura de iridología	17:00

Cortesía para huéspedes del hotel · 50 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