

Actividades Wellness



WELLNESS

Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE DICIEMBRE

DOM 1	Boxeo**	09:30
	Estiramientos	17:30

LUN 2	Vinyasa yoga	09:30
	Entrenamiento de piernas	17:30

MAR 3	Danza de la vida*	10:30
	Charla saludable**	11:30
	Hatha yoga	17:30

MIÉ 4	Respiración consciente**	10:30
	TRX	17:30

JUE 5	Meditación OPO	10:30
	Análisis capilar**	11:00 - 13:00
	Entrenamiento de core	17:30

VIE 6	Yoga facial**	11:00
	Partidos de pádel*	17:30

SÁB 7	Senderismo*	09:30
	Circuito	09:30
	Bandas elásticas	17:30

DOM 8	Boxeo**	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 DICIEMBRE

LUN 9	Aeroyoga	09:30
	Bandas elásticas	17:30

MAR 10	Danza de la vida*	10:30
	Charla saludable**	11:30
	TRX	17:30

MIÉ 11	Respiración consciente**	10:30
	Entrenamiento de core	17:30

JUE 12	Meditación OPO	10:30
	Análisis capilar**	11:00 - 13:00
	Circuito	17:30

VIE 13	Yoga facial**	11:00
	Partidos de pádel*	17:30

SÁB 14	Entrenamiento de core	09:30
	Senderismo*	09:30
	Boxeo**	17:30

DOM 15	Entrenamiento de piernas	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 DICIEMBRE

LUN 16	Vinyasa yoga	09:30
	Circuito	17:30

MAR 17	Danza de la vida*	10:30
	Charla saludable**	11:30
	TRX	17:30

MIÉ 18	Respiración consciente**	10:30
	Bandas elásticas	17:30

JUE 19	Meditación OPO	10:30
	Análisis capilar**	11:00 - 13:00
	Entrenamiento de piernas	17:30

VIE 20	Yoga facial**	11:00
	Partidos de pádel*	18:30

SÁB 21	Senderismo*	09:30
	Estiramientos	09:30
	Bandas elásticas	17:30

DOM 22	Boxeo**	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.



WELLNESS

Actividades Wellness

CALENDARIO SEMANAL DE DICIEMBRE

LUN 23	Hatha yoga	09:30
	Estiramientos	17:30

MAR 24	Charla saludable**	11:30
	Entrenamiento de piernas	17:30

MIÉ 25	Aeroyoga	09:30
	TRX	17:30

JUE 26	Meditación OPO	10:30
	Análisis capilar**	11:00 - 13:00
	Circuito	17:30

VIE 27	Senderismo*	09:30
	Yoga facial**	11:00
	Partidos de pádel*	17:30

SÁB 28	Bandas elásticas	09:30
	Entrenamiento de core	17:30

DOM 29	Boxeo**	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 DICIEMBRE

LUN 30	Vinyasa yoga	09:30
	TRX	17:30

MAR 31	Danza de la vida*	10:30
	Charla saludable**	11:30
	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