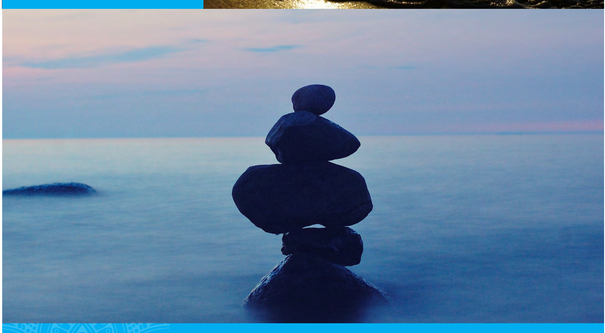
Servicios Deportivos y Wellness

RIO REAL GOLF & HOTEL
MARBELLA



En Río Real Golf & Hotel Marbella queremos cuidar cada detalle, para que cada una de sus visitas sea aún más inolvidable.

Por esa razón, además de disfrutar de un hotel boutique, de un campo de golf de referencia en la Costa del Sol y de un exquisito restaurante, le ofrecemos una completa gama de Servicios Deportivos y Wellness, que podrá reservar durante su estancia.

ELECTROFITNESS
NOVEDAD

El entrenamiento de moda entre los famosos. Se realiza en sesiones de 25 minutos de duración, con un traje especial que tonifica, estimula la pérdida de grasa y rehabilita, bajo la supervisión de un entrenador cualificado. Las sesiones se personalizan en función de los objetivos del cliente. El entrenamiento puede ser individual o en pareja.

YOGA

Conjunto de movimientos físicos, de concentración que se practica para conseguir un mayor control físico y mental. Incrementa la fuerza y la flexibilidad, alivia tensiones emocionales y mejora la respiración y el riego sanguíneo.

FITWOMEN

Entrenamiento orientado a la mujer, haciendo hincapié en piernas, glúteos, abdomen y brazos para la pérdida de grasa y moldear el cuerpo a través del entrenamiento.

PILATES

Sistema de entrenamiento a través de movimientos controlados y coordinados con la respiración, que pone el énfasis en la percepción del ejercicio en vez de en la repetición. Refuerza la musculatura y aumenta el control, fuerza y flexibilidad.

BEAUTY & WELLNESS

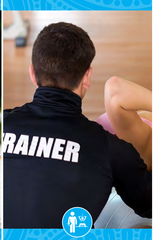
El área Wellness de Río Real Golf & Hotel Marbella ofrece una amplia cartera de tratamientos, tanto para huéspedes (masajes, tratamientos faciales) como específicos para jugadores de golf (masajes especializados).

NUTRICIÓN, DIETÉTICA Y VALORACIÓN ANTROPOMÉTRICA

Servicio de nutrición y dietética enfocado a los objetivos de cada cliente con una valoración antropométrica periódica para la consecución los objetivos en menos tiempo y seguir una dieta equilibrada y saludable.

CLASES DE TENIS Y PADEL

En nuestras propias instalaciones deportivas se imparten clases personalizadas, tanto individuales como de grupo de tenis y padel.

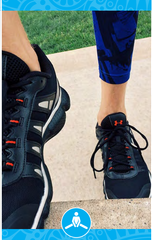


ENTRENAMIENTO PERSONAL

Sesiones específicas a cargo de entrenadores personales, según las necesidades, objetivos, deporte practicado o situación física de cada cliente.

ENTRENAMIENTO GOLFISTAS

Entrenamientos orientados a prevenir lesiones en golfistas amateurs y profesionales, así como a mejorar aspectos del juego: alcance, precisión, elasticidad, resistencia para recorridos de 18 hoyos, etc.



ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

Entrenamiento que busca un óptimo rendimiento muscular a través de la creación y reproducción de ejercicios basados en gestos de la vida cotidiana y la práctica deportiva. Mejora la fuerza y la aptitud física, previniendo dolores de espalda, accidentes y lesiones.

REHABILITACION DE LESIONES Y PATOLOGIAS

Entrenamiento orientado a mejorar la calidad de vida de personas con cualquier lesión o patología: lesiones de rodilla, espaldas, cervicales, tobillos, fibromialgia, escoliosis, etc.

FISIOTERAPIA Y OSTEOPATÍA

Fisioterapia deportiva, kinesioterapia, fisioterapia manual, reducción postural global, control motor, estiramientos analíticos, vendaje funcional, masoterapia, etc.

RIO REAL GOLF & HOTEL
MARBELLA

pure golf
at Río Real in Marbella

URBANIZACIÓN GOLF RIO REAL • 29600 MARBELLA • ESPAÑA • +34 952 765 732 | Fax. +34 952 772 140 • reservas@rioreal.com