



WELLNESS

Precios especiales para residentes. Reservas: wellness@camiral.com



Pilates

Disfruta de los beneficios del Pilates con el equipo de última generación de la reconocida marca española ARREGON®. Nuestras sesiones están diseñadas para fortalecer el core, mejorar el rendimiento deportivo y ofrecer estiramientos profundos y restauradores.

- Sesiones individuales o en dúo en el estudio
- Lunes, jueves y viernes bajo demanda
- Pilates Studio
- 55 minutos
- Desde 70€/persona



Microbiota Saludable

Una sesión reveladora con nuestra nutricionista Mireia Cervera, donde descubrirás como la alimentación puede mejorar la salud intestinal, reforzar el sistema inmunitario y potenciar tu bienestar general.

- 28 de junio de 17:00 a 19:00 h
- Wellness Kitchen
- Idiomas: español / catalán
- 60€/ persona



Barre

El barre es un entrenamiento funcional que mezcla ballet, yoga y pilates con una barra. Mejora el control corporal y tonifica los músculos con movimientos y música precisos e isométricos, alternando la barra y el suelo.

- Todos los lunes a las 8:30 h y todos los jueves a las 17:30 h
- Pilates Studio
- Sesiones de 60 minutos
- 25 €/ persona
- Máximo 15 personas



Yoga & Brunch Series

Recárgate con nuestra escapada mensual de bienestar, guiada por la especialista en Navakarana Vinyasa, Sara Juan. Cada sesión esta alineada con el ciclo lunar e incluye:

- Clase grupal de yoga de 60 min
- Acceso al Pabellón Termal
- Brunch saludable en la Wellness Kitchen
- 21 junio · 19 julio · 9 agosto
- 60€ por persona
- Plazas limitas. Reserva previa.