
Pilates, Barre & Stretching
RETREAT
en el hotel Zel Mallorca
1 - 5 de Abril



Recap:

4 Noches y 5 días

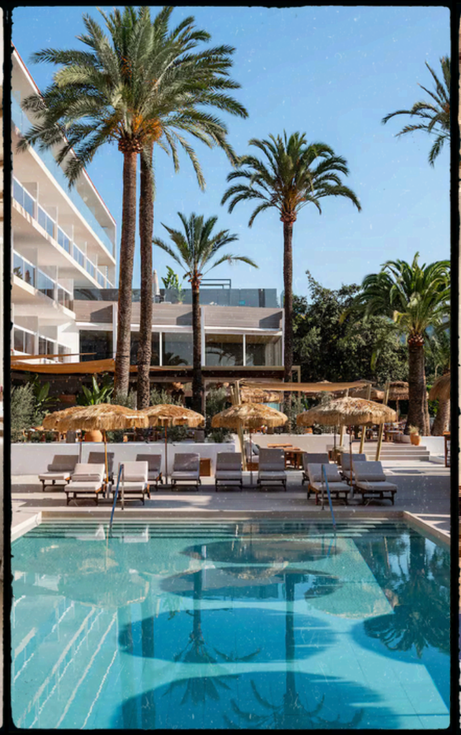
1 - 5 Abril

MALLORCA X ZEL HOTEL

14 Pax

595€













Alojamiento

Zel Mallorca es un exclusivo hotel lifestyle creado por Meliá en colaboración con Rafa Nadal, ubicado frente al mar en Palmanova. El concepto del hotel combina el estilo mediterráneo, el deporte y el bienestar en un entorno elegante y relajado, pensado para desconectar y cuidar el cuerpo.

Cuenta con habitaciones luminosas y modernas, zonas comunes abiertas y cuidadas al detalle, piscina exterior, espacios de entrenamiento y áreas diseñadas para la recuperación y el descanso. Todo el complejo transmite una filosofía activa y saludable inspirada en el estilo de vida mediterráneo y en el alto rendimiento deportivo.

Es el entorno perfecto para vivir el retiro en un ambiente de calidad y prestigio, donde pilates, stretching y barre se integran con el descanso, el mar y una experiencia hotelera de primer nivel.


SOTTSASS
Mediterranean
Garden






zel

Sesiones de Pilates & Barre

Las sesiones de pilates y barre están diseñadas como un espacio para trabajar el cuerpo desde la consciencia, priorizando la conexión mente-movimiento, la calidad de la ejecución y el respeto por cada ritmo personal.

A través de ejercicios de control, movilidad, fuerza y estabilidad, se busca activar el cuerpo de forma equilibrada y segura, mejorando la postura, la coordinación y la sensación de ligereza.

Son clases enfocadas en el disfrute y el bienestar, donde el objetivo no es solo entrenar, sino sentirse mejor, reconectar con el cuerpo y vivir el movimiento desde una experiencia amable, consciente y energizante.



Taller de arte y creatividad

Talleres de arte: expresión y conexión interior.

Un espacio para conectar con nuestro mundo interior y
dar voz a aquello que sentimos a través del arte.
Mediante una experiencia creativa e intuitiva, exploraremos nuestras emociones,
pensamientos y sensaciones, dejando a un lado los juicios y las expectativas.

No es necesario tener experiencia artística, solo ganas de explorar, sentir y expresarse libremente. Un momento para escucharnos, soltar, descubrir y transformar nuestras emociones en una creación propia.

Un viaje hacia dentro, donde el arte se convierte en una forma de expresión, autoconocimiento y conexión con nosotras mismas.

Sesión de Stretching

Dependiendo de las previsiones del tiempo que condicionarán las demás actividades, las sesiones de Strectching las realizaremos por la mañana o por la tarde.

Las clases serán o bien en la playa o bien en la casita, dependiendo del día.

En estas sesiones realizaremos trabajo de flexibilidad y estiramientos, así como trabajo de movilidad articular e invertidas.

*Si nunca has hecho yoga/stretching, no te preocupes. Las sesiones están dirigidas a todos los niveles y los ejercicios se adaptarán en todo momento para poder disfrutar juntos.





Cata del "Café de Finca"

En Zel Mallorca, el café forma parte de la experiencia mediterránea que define el hotel. El "café de finca" nace de una cuidada selección de granos de origen único, cultivados en fincas donde se prioriza la calidad, la trazabilidad y el respeto por el proceso natural del cultivo.

Cada taza refleja el carácter de su tierra de origen y el trabajo artesanal detrás de cada cosecha: desde la recolección manual hasta el tostado preciso que potencia sus matices y aromas. El resultado es un café de especialidad equilibrado, aromático y lleno de personalidad.

Durante el retiro, el hotel nos invita a disfrutar de este delicioso café de finca, una pequeña pausa consciente para saborear el momento, compartir conversaciones y empezar el día con energía y calma.



Clases de pilates y Barre ...

Sesiones de Stretching

Taller de arte

Desayunos/brunch buffet diarios

Café de especialidad

Marcas sorpresa x Zel

Sunsets

Y mucho más...

Incluye:

- 3 sesiones de Pilates y Barre
- 2 sesiones de stretching
- Desayunos/ brunch buffet libre en el hotel
- Uso de todas las instalaciones del alojamiento
- Detalle de bienvenida
- Talleres de creatividad
- Coctel/smothie de bienvenida
- Habitaciones Premiere Room
- 4 noches y 5 días en este increíble alojamiento con vistas al mar
- Giftimg de marcas por participación en el Retreat
- Acompañamiento durante todo el Retreat de la host: Ana Ortega

Excluye:

1

TRANSPORTE Y TRANSFER

Lo mejor para llegar hasta aquí es coger el vuelo hasta MALLORCA (intentar llegar a horarios parecidos) y de ahí, organizaros para coger taxis hasta llegar al aeropuerto. (no incluidos)

2

COMIDAS Y CENAS

Como desayunaremos fuerte después de entrenar, la otra comida que haremos al día únicamente será la cena.

3

COCHES DE ALQUILER / GASOLINA

Si nos apetece movernos por la isla para poder visitar algunas de sus zonas más bonitas, cogeremos coches de alquiler para desplazarnos.

Precio: 590€

Como reservar tu plaza:

- 1º: Nos envías un Whatsapp aquí: 653440570
- 2º: Realizas un primer pago de 355€ por transferencia con tu nombre y apellidos en el concepto, y MALLORCA RETREAT al número de cuenta que os enviemos.
- 3º: Compramos los vuelos .
- 4º: Realizas el último pago de 240€ en efectivo al llegar.

Si tienes alguna duda,
puedes ponerte en contacto conmigo o bien por instagram o bien por email:
ortegaprz@gmail.com





¿Te unes?

Bienveinida/o a la familia,

En todo momento vas a estar acompañado y te aseguro,que va a ser luna de las mejores experiencias de tu vida.