



THE WELLNESS **CLUB**

GUÍA DEL MIEMBRO

TEMPORADA 25/26

ibwellness.es

GUÍA DEL MIEMBRO



PSICOLOGÍA
4 EVENTOS



NUTRICIÓN
3 RETOS



ACT. FÍSICA Y SALUD
7 EVENTOS



AUTOCUIDADO
2 EVENTOS

TEMPORADA 25/26

ibwellness.es

1 DE OCTUBRE
PSICOLOGÍA

¿Burnout o síndrome postvacacional? Cuando el descanso no basta.

15 - 30 OCTUBRE
NUTRICIÓN

Establece hábitos sostenibles en el tiempo.

29 DE OCTUBRE
ACT. FÍSICA Y SALUD

Taller zapas entreno.

5 DE NOVIEMBRE
ACT. FÍSICA Y SALUD

Taller fisio y podo infantil

8 DE NOVIEMBRE
ACT. FÍSICA Y SALUD

Entreno + descanso

17 DE DICIEMBRE
AUTOUIDADO

Estética

17 DE DICIEMBRE
PSICOLOGÍA

Receta navideña: Autocuidado, autoestima y límites.

11 DE FEBRERO
PSICOLOGÍA

Relaciones sin guion: más allá del cuento.

13 - 28 FEBRERO
NUTRICIÓN

Mejora tu rendimiento y composición corporal.

19 DE FEBRERO
ACT. FÍSICA Y SALUD

Taller Running

7 DE MARZO
ACT. FÍSICA Y SALUD

Taller fisio y podo infantil

18 DE MARZO
ACT. FÍSICA Y SALUD

Salud en el trabajo: menos dolor y más movimiento.

16 DE ABRIL
ACT. FÍSICA Y SALUD

Greentrack

20 DE MAYO
PSICOLOGÍA

Verano sin filtros, más salud y menos presión.

28 DE MAYO
ACT. FÍSICA Y SALUD

Taller de pádel

1 -15 DE JUNIO
NUTRICIÓN

Mejora tu salud digestiva.

3 DE JUNIO
AUTOUIDADO

Estética



CENTROS IBWELLNESS



DE 1 A 2 HORAS



EXPERIENCIA DE VALOR + OCIO

¿TE GUSTARÍA PERTENECER AL CLUB?

UNIRME AL CLUB

TEMPORADA 25/26

ibwellness.es

GUÍA DEL MIEMBRO



THE WELLNESS CLUB

EL LUGAR PARA PERSONAS QUE BUSCAN IMPACTAR EL MUNDO DE FORMA POSITIVA.

TEMPORADA 25/26

ibwellness.es

GUÍA DEL MIEMBRO