

Wellness & Beauty



Feel Your Feet

Nuria, Terapeuta de Nagomi SPA

"Para mí la reflexología es magia, porque realizando un masaje con presión digital tocando los puntos adecuados, influimos en un órgano del cuerpo y así se produce una mejora del estado físico. Proporciona al que la recibe una agradable sensación de relajación y bienestar y tiene innumerables beneficios, por ejemplo:

- mejorar la circulación de la sangre linfática y aliviar el dolor
- Ayuda a purificar el organismo corporal eliminando toxinas del organismo
- Tranquiliza y regula el sistema nervioso.

Por ello y muchas cosas más animo a todo el mundo a probar al menos una sesión incluso pueden aprender secuencias que puedan aplicarse ustedes mismos para aliviar su dolor."

Nuria Nagomi Spa Therapist

"I would love to introduce you to a subject that I am very much passionate about, foot reflexology. Foot reflexology, for me, feels like magic. This technique uses digital pressure by massaging the correct zones of the feet, influencing different organs of the human body. It also confers a pleasant sensation of relax and wellness and it has countless benefits:

- Improves circulation of blood and lymph and relieves pain
- Helps purify the body by eliminating toxins from the organism
- Calms and regulates the nervous system.

Because of the benefits and more, I encourage everyone to try at least one session and furthermore, you could even learn various sequences in order to relieve the pain yourself."

Tratamiento Aftersun
Aftersun Treatment

¡La sensación de confort con efecto calmante que tanto reclama nuestro cuerpo!

Peeling corporal y mascarilla profundamente hidratante para el Cuerpo que reduce visiblemente los signos del envejecimiento provocados por el sol. Suaviza las rugosidades, mejora la tonicidad de la piel y elimina con suavidad las células muertas que apagan la piel.

45€ oferta de Agosto.

The feeling of comfort with soothing effect, that our body needs so much in the summer months!

Body peeling followed by deeply moisturizing mask for the Body that visibly reduces the signs of aging caused by the sun. Softens roughness, improves skin tone and gently removes dead skin cells.

€45.00 August offer.



Da la bienvenida a agosto

El mes más caluroso del año ya está aquí y eso no va a impedir que paremos de sorprenderte con nuevas actividades y torneos organizados solo para ti.

Este mes vuelve más cargado que nunca, no solo porque se vaya a inaugurar pronto nuestro nuevo gimnasio, sino que también se celebra por séptima vez consecutiva el Campeonato de España de Vóley Playa organizado por Madison Beach Volley Tour, como sabréis, en las instalaciones del Sport Club de Reserva del Higueron Resort.

Además tendrán lugar el Torneo de Menores Babolat 2000, el Torneo de Padel Adidas y el Torneo Madison de Vóley Playa...

Un sinfín de actividades en las que lo único que buscamos es que disfrutes, ya sea jugando o aplaudiendo, de los deportes más veraniegos y divertidos.

¿A qué estás esperando...?

Welcome August

The hottest month of the year it's already here and it's not going to stop us of surprising you with new tournaments and activities organized just for you.

This month is back and it comes busier than ever, not only because of the fact that we are opening our brand new gym soon, it's also because the Beach Volley Spanish Championship organized by Madison Beach Volley Tour is being celebrated for the seventh consecutive year, as you already know, at the Sport Club facilities of Reserva del Higueron. It will also take place the Minors Babolat 2000 Tournament, the ADIDAS Padel Tournament and Beach Volley Madison Tournament... an endless list of activities where our only aim is you to enjoy, either playing or applauding, in the most summery and

ss funny sports.

¿What are you waiting for...?



Soon you'll be able to enjoy the very latest gym technology that will allow you to develop a high quality training achieving your most optimal routine. -Do you know what BIOCIRCUIT is?. It's a new training way that takes less than 30 minutes; customized training that will allow you achieving specific training goals and increasing your performance capability. Every user can choose their very own kind of exercise, workload and work-resting relation. -APP "My Wellness". We also introduce the latest technology in your training with the new app where timetables, reservations even installation availability will be shown. -New Spin Bikes. Get to know them at Group cycle; they bring in touch screens, potentiometer, kms counter and other details that will provide you a complete report of your activity during your training.

Descubre próximamente nuestro nuevo gimnasio
Discover our brand-new gym

Próximamente vas a poder disfrutar en nuestro nuevo gimnasio de la última tecnología en maquinaria de gimnasio que te permitirá desarrollar un entrenamiento de calidad para alcanzar tu rutina más óptima. - ¿Sabes lo que es BIOCIRCUIT?. Una nueva forma de entrenar en menos de 30 minutos; entrenamiento personalizado para alcanzar objetivos de entrenamiento específicos y aumentar tu rendimiento. Cada usuario puede seleccionar ejercicios, carga de trabajo y la relación trabajo-descanso que considere conveniente. - APP "My Wellness". Además incorporamos las nuevas tecnologías a tu entrenamiento con la nueva app en la que podrás comprobar horarios, reservas de clases incluso la disponibilidad del lugar donde quieras entrenar. -Nuevas Spin Bikes. Conócelas en las clases de Group cycle; incorporan pantallas táctiles, potenciometro, contador de kms y otros datos que proporcionan un informe completo de tu actividad durante el entrenamiento.



Consulta los nuevos horarios y grupos de las Escuela de Natación y Pádel a partir de septiembre. Para más información visite la web del Sport Club.

Check new groups and timetables for Swimming and Padel Schools as of September. For more information visit Sport Club website.



18 AGO
Torneo Madison Vóley Playa
Madison Beach Volley Tournament

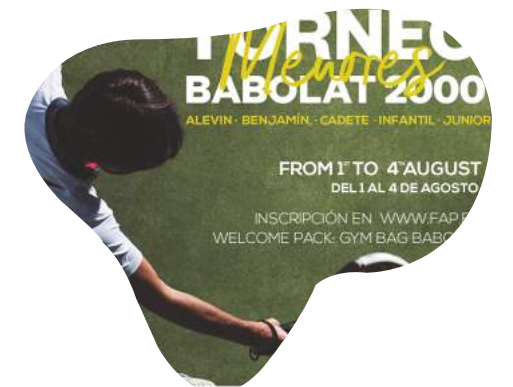
Disfruta de una jornada de vóley playa en las pistas de arena de Reserva del Higuero Sport Club donde competirán las categorías infantil, cadete y senior masculino y femenino. Contará con premios como camisetas oficiales del MBVT, entradas al Campeonato de España de Vóley sorteos y más regalos. Para más información, organiza Alba: 6963991

Enjoy a volley day at the sand courts of Reserva del Higuero Sport Club where the child, cadet, female and masculine senior categories will be competing in this beach volley tournament where there'll be prizes as official MBVT t-shirts, tickets for Spanish Volley Championships , draws and other gifts. For more information, contact Alba: 696399111

1-4 AGO
Torneo de padel de Menores Babolat 2000
Minors Babolat padel Tournament 2000

Las categorías alevín, benjamín, cadete, infantil y junior son las que participarán en este torneo en el que se prima el compañerismo y sobretodo, ¡Las ganas de jugar! Realiza la inscripción en la web www.fap.es

Alevín, benjamín, cadete, child and junior categories will take part in this tournament where fellowship and the yearning to play are rewarded! Register on www.fap.es



23-25 AGO
Torneo de Padel Adidas
Adidas Padel Tournament

Disfruta de un torneo pensado para los y las amantes del padel, donde todos los participantes contarán con un Welcome Pack ADIDAS y habrá premios, trofeos, sorteos ¡Y mucho más! La inscripción se debe formalizar mediante Padel Manager y su coste será de 15€ para abonados y de 20€ para jugadores externos. No dejes pasar este magnífico evento.

Enjoy this tournament intended for padel lovers, where all participants will receive a Welcome Pack ADIDAS and there'll be prizes, trophies, draws and much more! Register at Padel Manager and inscription cost for subscribers is €15 and €20 for external players. as official MBVT t-shirts, tickets for Spanish Volley Championships, draws and other gifts. Don't miss this great event.

29 AGO - 1 SEP
Campeonato de España Vóley Playa
Beach Volley Spanish Championship

Llega la cita más importante del Voley Nacional a Reserva del Higuero Sport Club. El campeonato de España de voley playa llega una vez más a Fuengirola para cerrar por séptimo año seguido el circuito Madison Beach Volley Tour. Las recién remodeladas instalaciones de Reserva del Higuero Sport Club se vestirán con los veraniegos colores del circuito para vivir un exitoso cierre de temporada.

Most important Beach Volley national event arrives at Reserva del Higuero Sport Club. Beach Volley Spanish Championship takes place again in Fuengirola for seventh consecutive year with Madison Beach Volley Tour circuit. The recently renewed features of Reserva del Higuero Sport Club will be donning the circuit summery colors to live an optimum season closure.

