



MANDARIN ORIENTAL

RITZ  
MADRID

# TBC

---

THE BEAUTY CONCEPT

---

*en Mandarin Oriental Ritz, Madrid.*

---

[mandarinoriental.es/madrid/hotel-ritz/luxury-spa](http://mandarinoriental.es/madrid/hotel-ritz/luxury-spa)

## FITNESS Y ENTRENAMIENTO PERSONAL

Nos complace informarle que tiene a su disposición un equipo de entrenadores personales para guiarle en sus rutinas de ejercicio y acondicionamiento físico. Este servicio es gratuito con atención personalizada. También puede disponer de sesiones de entrenamiento personal.

Si desea reservar un entrenamiento personalizado, por favor contáctenos en el teléfono: 917 016 760



---

## CONOZCA NUESTRO EQUIPO DE PERSONAL TRAINERS

### Fernando Zayas

Graduado en Ciencias del Deporte, certificado en NSCA, experto en entrenamiento de fuerza, control postural y natación terapéutica. Medalla de oro en el CCAN Barbados en 2022 y en los Juegos Centroamericanos y del Caribe en 2023.

Idiomas: Español e inglés

---

Graduated in Sport Science, NSCA certificate, expert in strength training, postural control and therapeutic swimming. Gold medal in the 2022 CCCAN in Barbados and 2023 Central American Games in El Salvador.

Languages: Spanish and English



---

## CONOZCA NUESTRO EQUIPO DE PERSONAL TRAINERS

### Mario de las Heras

Graduado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte [CAFyD]. Máster en Readaptación y Rehabilitación de lesiones. Entrenador Nivel I de Boxeo.

Idiomas: Español e Inglés



---

Graduated in Physical Activity and Sport Science [CAFyD].  
Injury Readaptation and Rehabilitation  
Master's Degree. Boxing trainer Level 1

Languages: Spanish and English

---

## CONOZCA NUESTRO EQUIPO DE PERSONAL TRAINERS

### Pablo Lima

Técnico Superior en Actividades Físicas y Deportivas [CAFyD], con máster en Nutrición y certificación en Peak Pilates. Con más de cinco años de experiencia como director de fitness, ha trasladado su conocimiento al ámbito del bienestar integral a través de El Método Lima, su libro centrado en detox y definición corporal.

Idiomas: español, inglés, italiano y francés.

---

Qualified in Physical and Sports Activities [CAFyD], with a Master's in Nutrition and certification in Peak Pilates. With over five years of experience as a Fitness Director, he brings a global perspective to wellness, reflected in his The Lima Method book, focused on detox and body definition.

Languages: Spanish, English, Italian, and French.





MANDARIN ORIENTAL  
RITZ  
MADRID

Plaza de la Lealtad, 5  
Madrid, 28014 España  
+34 917 016 760  
mrmad-spa@mohg.com  
mandarinoriental.com