



FITNESS MEMBERSHIP

العضوية في إسبا

ESPA

MONDRIAN

DOHA

SHORT AND SWEET!

Do you travel a lot or you're not ready commit just yet? These short term, straight to the point memberships are made just for you.

1 MONTH MEMBERSHIP

Single 2000 QAR

Couple 3000 QAR

3 MONTH MEMBERSHIP

Single 5000 QAR

Couple 8000 QAR

INCLUSIONS

- * Full use of the pool every day from 8am – 6pm
- * Full use of the gym 24 hours (Ladies only timings 10am – 12noon)
- * 50% off pop up fitness sessions
- * Full use of the spa thermal facilities
- * 15% Discount on all spa services
- * Access to our steam and sauna rituals

عضوية ممتعة لفترة قصيرة

هل تسافرون كثيرا ولستم على استعداد بعد للالتزام؟ عروض العضوية قصيرة المدة المصممة بدقة وفق الحاجة ستناسبكم حتما

عضوية لشهر واحد للفرد 2000 ر ق للثنائي 3000 ر ق

عضوية لثلاثة أشهر للفرد 5000 ر ق للثنائي 8000 ر ق

تتضمن

- إستخدام كافة تسهيلات بركة السباحة كل يوم من 8.00 صباحا حتى 6.00 مساء
- إستخدام كافة تسهيلات صالة الألعاب الرياضية على مدار الساعة (الوقت المخصص للسيدات فقط هو من 10.00 صباحا حتى 12.00 ظهرا)
- حسم بنسبة 50% على حصص اللياقة البدنية
- إستخدام كافة المرافق الحرارية في المنتجع الصحي
- حسم بنسبة 15% على علاجات المنتجع الصحي
- الاستمتاع بطقوس غرف البخار والسونا

HOME AWAY FROM HOME

As part of the Espa Mondrian family we want to make you to feel like we are your second home, a place where you can come to be yourself and elevate your state of wellbeing on a daily basis.

To help you achieve your optimal state of wellness these memberships offer a variety of special inclusions.

We will start every membership with a complimentary DNA test. DNA testing uses ground-breaking genetic science to usher in a new era of nutrition, fitness and wellbeing. This test will help you to understand how your DNA affects your response to nutrition and exercise, following the test you will receive a comprehensive report with fitness and nutrition guidance, including specific meals suggestions and exercises. You can share these results with our personal trainers to enable them to personalize your training requirements according to your DNA results.

Enjoy your workout, swim or relaxation time and then head to our very own Magnolia Bakery for a complimentary health shot, available daily from 8am – 11pm.

Wellness is not only about exercise and eating healthy, we also need to feed our soul and feel happy and content, as part of this membership we encourage you do the things that make you happy and help you do this with our Super Sundays, where we offer you a chance to have a cheat night at any Mondrian restaurant with 30% off your bill! We will also hold members only special events and occasions such as brunch, cocktail evenings, wellness evenings and much more!

شعور بالأجواء المنزلية

لأنكم تنتمون الى عائلة إسبا موندريان، نريدكم أن تشعروا بأننا منزلكم الثاني، حيث يمكنكم التصرف براحتكم وتعزيز شعوركم بالرفاهية والعافية بشكل يومي

لمساعدتكم في تحقيق شعور العافية والرفاهية بشكل مثالي، تقدم لكم شروط العضوية مجموعة متنوعة من المزايا الخاصة

سنبداً كل عضوية بإجراء فحص مجاني للحمض النووي. يستخدم فحص الحمض النووي العلوم الجينية المتقدمة لدخول حقبة جديدة من التغذية واللياقة البدنية والعافية. سيساعدكم هذا الفحص على فهم كيفية تأثير الحمض النووي الخاص بكم على استجابتكم للتغذية وممارسة الرياضة، وسنقدم لكم بعد الفحص تقريراً شاملاً مع إرشادات اللياقة البدنية والتغذية، بما في ذلك اقتراحات لوجبات محددة وتمارين رياضية. يمكنكم مشاركة هذه النتائج مع المدربين الشخصيين لدينا لتمكينهم من وضع تمارين تدريب خاصة بكم وفقاً للنتائج المتعلقة بحمضكم النووي

استمتعوا بممارسة التمارين الرياضية أو السباحة أو الاسترخاء، ثم توجهوا إلى مخبز مقنوليا لدينا للحصول على مشروب غذائي صحي مجاناً، والمتوفر يومياً من الساعة 8.00 صباحاً حتى 11.00 مساءً

لا تقتصر العافية على ممارسة الرياضة وتناول الطعام الصحي فحسب، بل نحتاج أيضاً إلى تغذية روحنا والشعور بالسعادة والرضا، وكجزء من هذه العضوية، نشجعكم على ممارسة الأشياء التي تشعركم بالسعادة ويمكنكم القيام بذلك من خلال عرض SUPER SUNDAYS، حيث نقدم لكم فرصة الاستمتاع بأمسية الطعام الحر في أي من مطاعم موندريان مع حسم بنسبة 30% على فاتورتكم! كما سننظم نشاطات خاصة بالأعضاء مثل البرانش، أمسيات الكوكتيل، أمسيات العافية وأكثر من ذلك بكثير

6 MONTH MEMBERSHIP

Single 9000 QAR

Couple 15000 QAR

COMPLIMENTARY

- * DNA test (Value of 2500 QAR)
- * Full use of the pool every day from 8am – 6pm
- * Full use of the gym 24 hours (Ladies only timings 10am – 12noon)
- * Free access to pop up fitness sessions
- * Full use of the spa thermal facilities daily from 9am - 10pm
- * 2 complimentary personal Training sessions
- * Complimentary health shots – 8am-11PM daily in magnolia
- * 2 complimentary 1 hour spa treatments (one per quarter)
- * One 1 night stay at Mondrian Doha
- * 3 complimentary guest passes for pool, gym and thermal facilities
- * Quarterly members events
- * Access to our steam and sauna rituals

DISCOUNTS

- * Super Sundays! Cheat day specials with 30% off at any Mondrian restaurants
- * 15% Discount on all spa services
- * 10% discount on Espa products
- * Ongoing 15% discount in Mondrian restaurants
- * 15% off on all room reservations at Mondrian Doha

العضوية لسته أشهر للفرد: 9000 ر ق للشائى: 15000 ر ق

تتضمن مجاناً التالى:

- فحص الحمض النووي (قيمتة 2500 ر ق)
 - إستخدام كافة تسهيلات بركة السباحة كل يوم من 8.00 صباحا حتى 6.00 مساء
 - إستخدام كافة تسهيلات صالة الألعاب الرياضية على مدار الساعة، الوقت المخصص للسيدات فقط هو من 10.00 صباحا حتى 12.00 ظهرا
 - الاستفادة مجاناً من كل حصص اللياقة البدنية
 - إستخدام كافة المرافق الحرارية في المنتجع الصحي يوميا من 9.00 صباحا حتى 10.00 مساء
 - حصتان مجانيتان مع مدرب شخصي على التمارين الرياضية
 - مشروبات صحية مجاناً - من 8.00 صباحا حتى 11.00 مساء في مقنوليا
 - جلستان مجانيتان من علاجات المنتجع الصحي لساعة واحدة لكل جلسة (مرة كل فصل
 - إقامة ليلة واحدة في موندريان الدوحة -
 - ثلاث دعوات مجانية لضيوف من اختياركم الى مرافق بركة السباحة وصالة الألعاب الرياضية والمرافق الحرارية
 - نشاطات فصلية للأعضاء
 - الاستمتاع بطقوس غرف البخار والسونا
- الحسومات
- SUPER SUNDAYS وهو يوم حر للطعام مع حسم بنسبة 30% في أي من مطاعم موندريان
 - حسم بنسبة 15% على كل خدمات المنتجع الصحي
 - حسم بنسبة 10% على منتجات إسبا
 - حسم دائم بنسبة 15% في مطاعم موندريان
 - حسم بنسبة 15% لكل حجوزات الغرف في موندريان الدوحة

12 MONTH MEMBERSHIP

Single 17000 QAR

Couple 23000 QAR

COMPLIMENTARY

- * DNA test (Value of 2500 QAR)
- * Full use of the pool every day from 8am – 6pm
- * Full use of the gym 24 hours (Ladies only timings 10am – 12noon)
- * Free access to pop up fitness sessions
- * Full use of the spa thermal facilities daily from 9am - 10pm
- * 4 complimentary personal Training sessions
- * Complimentary health shots – 8am-11pm daily in magnolia
- * 4 complimentary 1 hour spa treatments (one per quarter)
- * One 2 night stay at Mondrian Doha
- * Free Black Orchid Night Club Membership
- * 6 complimentary guest passes for pool, gym and thermal facilities
- * Quarterly members events
- * Access to our steam and sauna rituals

DISCOUNTS

- * Super Sundays! Cheat day specials with 30% off at any Mondrian restaurants
- * 20% Discount on all spa services
- * 15% discount on Espa products
- * Ongoing 20% discount in Mondrian restaurants
- * 20% off on all room reservations at Mondrian Doha

العضوية لمدة 12 شهرا للفرد: 17000 ر ق للثنائي: 23000 ر ق

تتضمن مجانا التالي:

- فحص الحمض النووي قيمته 2500 ر ق
- إستخدام كافة تسهيلات بركة السباحة كل يوم من 8.00 صباحا حتى 6.00 مساء
- إستخدام كافة تسهيلات صالة الألعاب الرياضية على مدار الساعة الوقت المخصص للسيدات فقط هو من 10.00 صباحا حتى 12.00 ظهرا
- الاستفادة مجانا من كل حصص اللياقة البدنية
- إستخدام كافة المرافق الحرارية في المنتجع الصحي يوميا من 9.00 صباحا حتى 10.00 مساء
- أربع حصص مجانية مع مدرب شخصي على التمارين الرياضية
- مشروبات صحية مجانا - من 8.00 صباحا حتى 11.00 مساء في مقنوليا
- أربع جلسات مجانية من علاجات المنتجع الصحي لساعة واحدة لكل جلسة (مرة كل فصل)
- إقامة لليلتين في موندريان الدوحة
- عضوية مجانية في النادي الليلي بلاك أوركيد
- ست دعوات مجانية لضيوف من اختياركم الى مرافق بركة السباحة وصالة الألعاب الرياضية والمرافق الحرارية
- نشاطات فصلية للأعضاء
- الاستمتاع بطقوس غرف البخار والسونا

الحسومات :

- SUPER SUNDAYS وهو يوم حر للطعام مع حسم بنسبة 30% في أي من مطاعم موندريان
- حسم بنسبة 20% على كل خدمات المنتجع الصحي
- حسم بنسبة 15% على منتجات إسبا
- حسم دائم بنسبة 20% في مطاعم موندريان
- حسم بنسبة 20% لكل حجوزات الغرف في موندريان الدوحة

Children up to 6 years can come with a member complimentary. For children 6-16 years they can be added to the memberships at the below rates per child. Children will only be allowed to use the pool, for under 16 years of age gym and thermal facilities are prohibited. Children 16 years and above will be at the standard mentioned rate.

1 MONTH – 500 QAR

3 MONTHS – 1250 QAR

6 MONTHS – 2250 QAR

12 MONTHS – 4250 QAR

يمكن الاطفال البالغين من العمر ٦ سنوات كحد اقصى بالتمتع بها بالمجان اما للأطفال من 6 إلى 16 عامًا يمكن إضافتهم إلى العضويات بالمعدلات التالية لكل طفل. يسمح للأطفال باستخدام المسبح فقط ، حيث يمنع استخدام الجيم لمن هم أقل من 16 عامًا ، سيكون الأطفال بعمر 16 سنة وما فوق بسعر قياسي معياري

1 شهر - 500 ر ق 3 أشهر - 1250 ر ق

6 أشهر - 2250 ر ق 12 شهرا - 4250 ر ق



