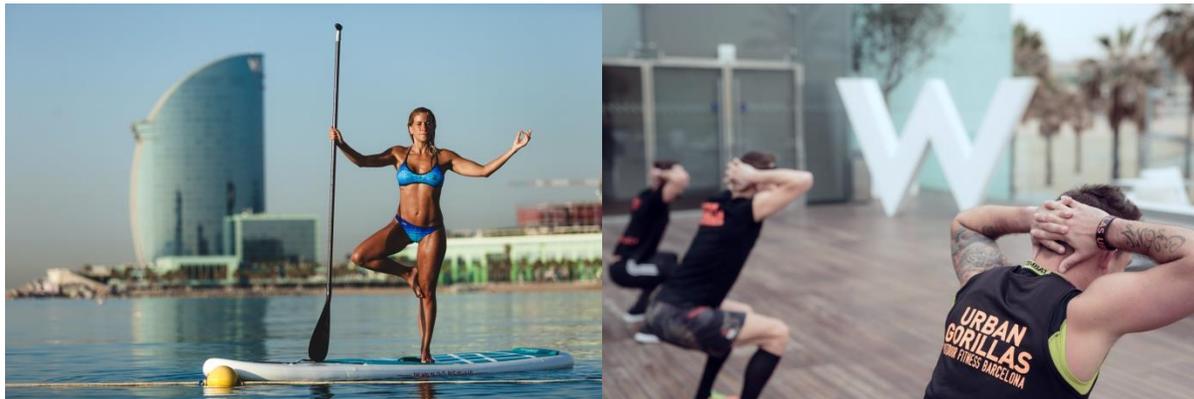




## W BARCELONA SUBE LAS PULSACIONES CON URBAN GORILLAS Y PILATES SUP & BEACH ESTE VERANO

W Barcelona y FIT®, el gimnasio del icónico hotel barcelonés, rompen barreras con una innovadora propuesta de *workouts* y llevando al aire libre los entrenos más *cool* de este verano.

El hotel ofrece la opción de seguir el día *post workout* en las más exclusivas WOW Cabanas, con vistas infinitas al Mar y Barcelona, están disponibles tanto para huéspedes del hotel como visitantes.



**BARCELONA** – 11 de julio de 2017 - W Barcelona, el emblemático hotel de la Barceloneta forma parte del portafolio exclusivo de W Escapes, 12 hoteles de la innovadora marca W elegidos como los hoteles más *cools* ofreciendo experiencias épicas para sus huéspedes en los destinos más *hot*. Celebrando su ubicación privilegiada, este verano W Barcelona ofrece un nuevo programa de *fitness* al aire libre para mantenerse en forma durante los meses más calurosos del año mientras se disfruta de las mejores vistas a la orilla del mar.

Bajo del lema *fuel your workout*, W Barcelona se ha aliado con Ely Merino – fundadora de **Pilates SUP & Beach** - y Brent Meister - *fitness* gurú y fundador de **Urban Gorillas**, para ofrecer el programa de *workout* más urbano y motivador para sentirse bien, superar límites y quedarse con ganas de repetir.

Haciendo frente al famoso “no puedo”, la misión de **Urban Gorillas**, el programa de *fitness* de alta intensidad más urbano de Barcelona, es superar los límites y motivar a llevar el ejercicio al máximo nivel. Con dinámicos ejercicios entre la terraza del hotel y la playa, **Urban Gorillas** desafía el sistema aeróbico y anaeróbico, mejorando la resistencia cardiovascular y trabajando en la fuerza del cuerpo al mismo tiempo. W Barcelona en colaboración con Urban Gorillas, ofrece sus clases como cortesía a huéspedes del hotel cada jueves por la tarde junto con sus miembros.

La práctica del Pilates y Yoga en Stand up Paddle es una innovadora disciplina deportiva que se realiza sobre una tabla en el agua. Una tendencia muy completa y beneficiosa para el organismo al añadir técnicas como el Pilates y el Yoga que, además de ayudar a conseguir un físico más fuerte y tonificado, fortalece aspectos tan relevantes como la coordinación o el equilibrio.

Este verano, Pilates SUP & Beach introduce **Total SUP Body**, una nueva fusión de ejercicios aeróbicos y de *fitness* enfocado a hombres que ayuda a endurecer, tonificar y perder esos kilos de más. Se trabaja con elásticos integrados a la tabla de SUP, gracias a los cuales, la carga del *workout* es más intensa, obteniendo así resultados en muy pocas sesiones.



Anímate a llevar el entrenamiento al próximo nivel, a dejarlo todo y a sorprenderte con tu versión más FIT.

Para seguir tu día *Escape*, W Barcelona te propone la mejor zona de recargar las pilas. Las **WOW Cabanas**, con sus vistas *infinity* desde **SUN Deck**, es el espacio preferido para relajarse entre huéspedes del hotel. No obstante, también quiere serlo para los barceloneses y visitantes. Por ello, las WOW Cabanas están a disposición de todas aquellas personas que las deseen alquilar para un día entero de uso. Las exclusivas WOW Cabanas disponen de todo tipo de comodidades tales como sofás, hamacas para tomar el sol, minibar, televisión y sistema de audio. También se ofrece una versión aún más exclusiva, la **Extreme WOW Cabana** que incluye un jacuzzi privado y una botella de champagne la Extreme WOW Cabana es perfecta para pasar el día entre amigos. Para acabar un día redondo, **Bliss Spa** lleva sus exclusivos tratamientos de masajes y manicuras a tu cabana.

Para asistir a las nuevas sesiones Urban Gorillas y SUP Pilates & Beach de FIT® es imprescindible reservar plaza a través de la página web [www.w-barcelona.com/fit](http://www.w-barcelona.com/fit).

Para reservas de las WOW Cabanas y la Extreme WOW Cabana, por favor visite

<http://www.w-barcelona.es/forms/wow-cabanas>

Para más información de Bliss Spa, por favor visite <http://www.blissbarcelonaspa.es/>

###

### Sobre FIT

Un gimnasio único frente al mar Mediterráneo - FIT brinda la posibilidad de ponerse en forma en unas instalaciones únicas con vistas privilegiadas al mar mediterráneo, en el fitness center con más estilo de la ciudad justo al lado de su centro de belleza y spa Bliss Barcelona. Con más de 300 metros cuadrados y equipado con la última generación de máquinas Technogym, FIT dispone de una completa variedad de cintas para correr, máquinas elípticas y bicicletas fijas equipadas con pantallas, así como máquinas con pesas, las pesas libres, colchonetas para yoga y pelotas para equilibrio. Asimismo, el centro ofrece la posibilidad de realizar clases dirigidas como sesiones de yoga, pilates, cross fit y boxeo. Para más información: [www.w-barcelona.es/gimnasio-y-fitness](http://www.w-barcelona.es/gimnasio-y-fitness)

### Sobre W Barcelona

Diseñado por el renombrado arquitecto Ricardo Bofill, W Barcelona es el escenario ideal para una estancia inolvidable. Situado en primera línea de playa, en el paseo de la Barceloneta, el hotel cuenta con 473 habitaciones, incluyendo 67 suites, dos suites WOW y una suite Extreme WOW con vistas panorámicas de la ciudad y el mar. W Barcelona también ofrece a sus huéspedes una impresionante variedad de instalaciones, incluyendo el primer Bliss® Spa de España, donde los huéspedes pueden relajarse y recargar sus pilas, y el exclusivo restaurante BRAVO24 del célebre chef catalán galardonado con una estrella Michelin, Carles Abellán.  
[www.w-barcelona.com](http://www.w-barcelona.com)

Para más información, contacte con

Stefanie Roth  
stef@stefroth.com  
T. +34 654 340 146