

HEALTH & FITNESS
CLUB

46th Floor

DAILY | 6 AM - 10 PM

يوميًا | 6 ص - 10 م



INTERCONTINENTAL
DOHA THE CITY

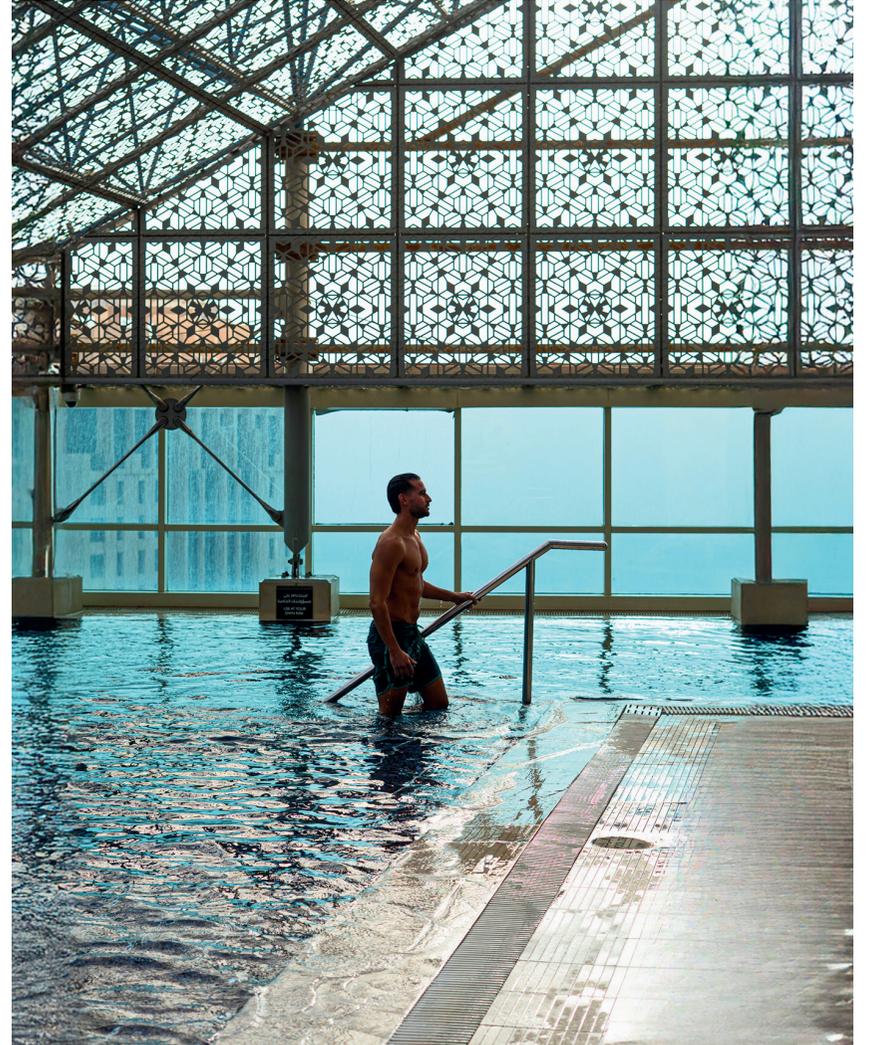
T: +974 4015 8888 | 30983103

spa.icdohacity@ihg.com

InterContinental Doha The City

Off Al Wahda Road, West Bay, Doha, Qatar

dohawestbay.intercontinental.com



**YOUR HEALTH
YOUR SANCTUARY**

A wellness and luxury experience rising
above the city skyline

صحتك
ملاذك الخاص

تجربة من العافية والرفاهية
تعلو أفق المدينة

Membership. Your Way | بطريقتك. عضويتك

Select the membership that suits your lifestyle, with unlimited access to the rooftop pool, relaxation lounge, sauna, and steam rooms.

اختر من بين باقات مرنة تلائم أسلوب حياتك، وتشمل دخولا كاملاً إلى النادي، والمسبح، والحصص الجماعية، ومرافق العافية.

Duration المدة	Single للفرد	Couple لشخصين	Family عائلي
1 Month شهر واحد	1,200	2,100	2,700
3 Months 3 أشهر	3,150	3,600	6,750
6 Months 6 أشهر	4,500	5,400	8,100
1 Year سنة	5,500	7,300	10,950

All prices are in Qatari Riyals | جميع الأسعار بالريال القطري

More Rewards, More Wellness المزيد من المزايا، المزيد من العافية

Enjoy exclusive benefits that grow with your membership duration.

استمتع بمزايا حصرية تزداد مع تمديد عضويتك.

Benefit الميزة	1M شهر	3M 3 أشهر	6M 6 أشهر	1Y سنة
10% off personal training خصم 10% على التدريب الشخصي	●	●	●	●
10% off group classes خصم 10% على الحصص الجماعية	●	●	●	●
20% off Lamara Spa Treatments خصم 20% على علاجات سبا لامارا	●	●	●	●
20% off hotel-managed dining outlets خصم 20% على مطاعم الفندق	●	●	●	●
30% off laundry خصم 30% على خدمات تنظيف الملابس		●	●	●
50% off laundry خصم 50% على خدمات تنظيف الملابس				●
Complimentary parking access دخول مجاني إلى مواقف السيارات	●	●	●	●
1 complimentary personal training session جلسة تدريب شخصية مجانية	●	●	●	●
2 complimentary day passes تذكرتا دخول مجانيان		●	●	●
2 extra PT sessions جلستا تدريب إضافية			●	●
4 extra day passes 4 تذاكر دخول إضافية				●

Beyond the Workout | ما بعد التمارين

More than a gym, a sanctuary of comfort, care, and performance. Enjoy full access to a thoughtfully curated collection of wellness spaces, designed to inspire both movement and mindful relaxation.

أكثر من مجرد نادٍ رياضي، إنه ملاذ للراحة، والرعاية، والأداء. استمتع بدخول شامل إلى مجموعة متكاملة من مرافق العافية المصممة لتعزيز النشاط والاسترخاء في آنٍ واحد.

- A shaded open-air swimming pool
- Relaxation lounge with panoramic views
- Lamara Spa – our boutique wellness spa with private treatment rooms and a traditional hammam
- Dedicated men's and ladies' locker rooms
- Sauna and steam rooms
- Group fitness studio and personal training zone
- Complimentary guest parking

- مسبح خارجي مظلل
- ركن استرخاء بإطلالات بانورامية
- سبا لامارا – سبا بوتيك فاخر يضم غرف علاجات خاصة وحمام تقليدي
- غرف تبديل ملابس مخصصة للرجال والسيدات
- غرف بخار وساونا
- استوديو حصص اللياقة الجماعية ومنطقة التدريب الشخصي
- مواقف مجانية لأعضاء النادي

Day Access, Elevated | إشتراك يومي مميز

Whether you're a hotel guest or a visitor, enjoy our facilities with a single-day pass.

سواء كنت نزيلًا في الفندق أو زائرًا، استمتع بمرافقنا من خلال بطاقة دخول ليوم واحد.

Day اليوم	Person للشخص	Children under 16 أطفال لحد 16 سنة
Sunday–Thursday الأحد – الخميس	100	50
Friday–Saturday الجمعة – السبت	150	75

All prices are in Qatari Riyals - جميع الأسعار بالريال القطري



تدرب مع الخبراء | Train with Experts

Unlock your full potential with customized sessions guided by certified personal trainers.

حقق أقصى استفادة من تمارينك من خلال جلسات مخصصة مع مدربين شخصيين معتمدين.

الأعضاء | Members

Type النوع	30 mins 30 دقيقة	60 mins 60 دقيقة
Single Session جلسة واحدة	100	150
5-Session Package باقة 5 جلسات	400	600
10-Session Package باقة 10 جلسات	700	1050

غير الأعضاء | Non-Members

Type النوع	30 mins 30 دقيقة	60 mins 60 دقيقة
Single Session جلسة واحدة	120	180
5-Session Package باقة 5 جلسات	480	720
10-Session Package باقة 10 جلسات	700	1260

جميع الأسعار بالريال القطري - All prices are in Qatari Riyals

