

HEALTH & FITNESS
CLUB

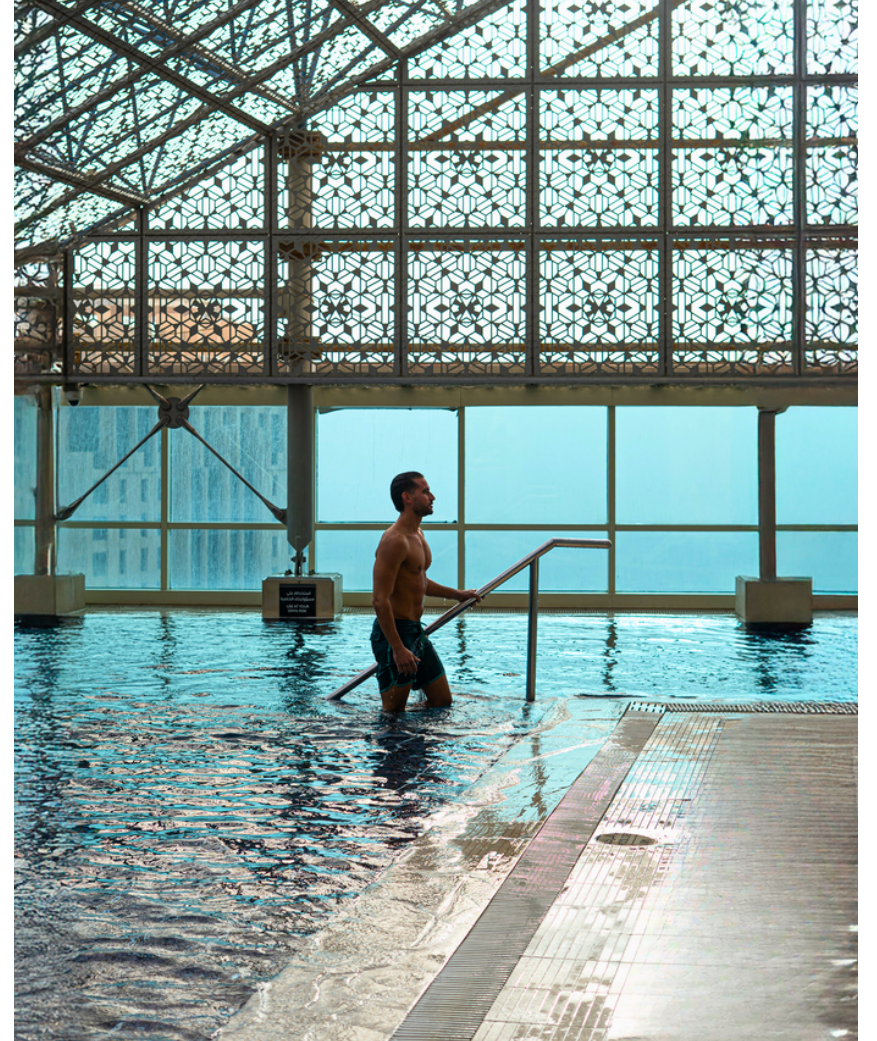
46th Floor

DAILY | 6 AM - 10 PM

يوميًا | 6 ص - 10 م



T: +974 4015 8888 | 7043 0745
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 تذكريتا دخول مجانيتان		●	●	●
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
لتعزز 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 مظلّل
- 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 | إشترك 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

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

غير الأعضاء | Non-Members

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

جميع الأسعار بالريال القطري - All prices are in Qatari Riyals



HEALTH & FITNESS
CLUB

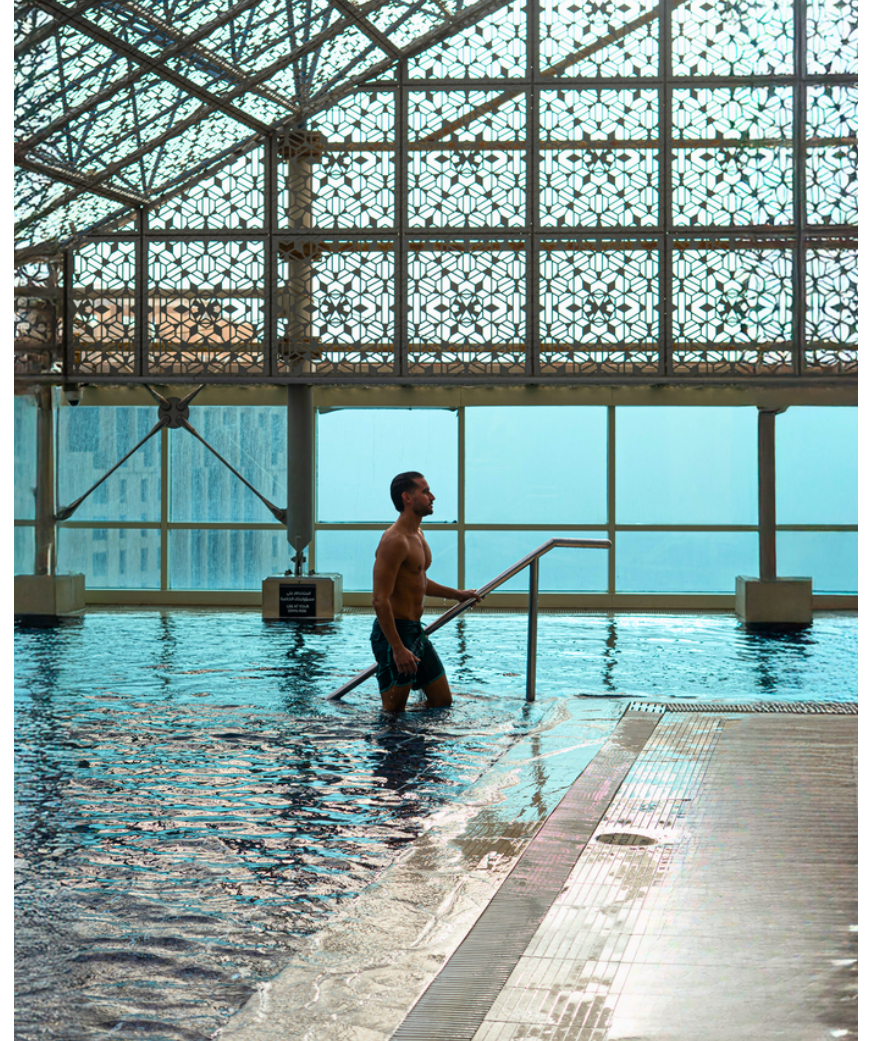
46th Floor

DAILY | 6 AM - 10 PM

يوميًا | 6 ص - 10 م



T: +974 4015 8888 | 7043 0745
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