

LONGEVITY WEEKEND

ARMONIA
SPA & FITNESS

DAY ONE

TRATTAMENTO VISO RIGENERANTE REGENERATING FACIAL TREATMENT

CENA DI 4 PORTATE 4 COURSE DINNER

Insalatina croccante di stagione con frutta e semi
Crispy seasonal salad with fresh fruit and seeds

Risotto integrale alla rapa rossa e formaggio di capra
Whole grain beetroot risotto with goat cheese

Filetto di sgombro alla piastra con verdura al vapore di stagione
Grilled mackerel fillet with seasonal steamed vegetables

Budino al cioccolato fondente con latte vegetale e sciroppo d'acero
Dark chocolate pudding made with plant-based milk and maple syrup

DAY TWO

COLAZIONE ED ESTRATTO ENERGETICO BREAKFAST AND COLD PRESSED JUICE

MYSKINETIC VISO - 50MIN MYSKINETIC FACIAL - 50MIN

PRANZO LUNCH

Spinacetti, noci, broccoli e bacche di goji.
Riso venere con carotine, mais e latte di cocco, fagioli borlotti in umido.
Tagliata di frutta ed estratto.
Baby spinach salad with walnuts, broccoli, and goji berries.
Black Venus rice with baby carrots, sweetcorn, and coconut milk,
served with stewed borlotti beans
Sliced fresh fruit platter and cold-pressed juice

SCRUB MASSAGGIO CORPO E BENDAGGIO BODY SCRUB MASSAGE AND WRAP

CENA DI 4 PORTATE 4 COURSE DINNER

Insalatina croccante di stagione con frutta e semi
Crispy seasonal salad with fresh fruit and seeds

Gnocchi di patate saltati con ceci, carote e pinoli
Sautéed potato gnocchi with chickpeas, carrots, and pine nuts

Tagliata di pollo bio con verdura al vapore di stagione
Organic chicken tagliata with seasonal steamed vegetables

Panna cotta con latte di mandorla, curcuma e chutney di mango
Almond milk panna cotta with turmeric and mango chutney