

WEEKEND WELLNES GETAWAY

EXPERIÊNCIA DE 3 DIAS, 2 NOITES



M

H

N

HERDADE
MALHADINHA
NOVA



RELAIS &
CHATEAUX

WEEKEND WELLNESS GETAWAY

Num mundo cada vez mais dominado pela pressa, o stress a tecnologia e a conexão constante ao mundo digital, vimos convidá-lo a fazer uma pausa, e a reconectar-se com aquilo que é real: a natureza, o nosso corpo e a nossa mente.

Nas planícies infinitas do Alentejo, onde o único som que se ouve ao longe é o dos pássaros a cantar, das aves a anunciar a madrugada e o do vento a soprar e a lembrar-nos da passagem do tempo, e a levar consigo todas as preocupações, venha descobrir o verdadeiro significado de slow living, ou viver devagar. Ao longo de 3 dias, iremos dar-lhe as ferramentas necessárias para reaprender a viver em comunhão com a natureza e a levar essas ferramentas para o dia-a-dia de forma a viver de forma mais equilibrada. E a Malhadinha Nova é isso mesmo: equilíbrio. O equilíbrio natural da natureza e dos ecossistemas, o equilíbrio na alimentação, no desporto... na vida.

Esperamos que este programa seja não só um escape ao dia-a-dia num lugar onde o tempo e o espaço parecem não ter fim, mas também uma oportunidade de redescobrir o equilíbrio.

*No Alentejo fazem-se grandes coisas,
quando o homem e a terra se encontram.
– Antonio Prates*

M
H N
HERDADE
MALHADINHA
NOVA



01 [RE]CONECTAR

Muitas vezes sentimo-nos quase prisioneiros do mundo em que vivemos. Um mundo e uma sociedade onde ainda hoje prevalece a pressa, o comodismo e a facilidade e onde tendemos a esquecer o que realmente importa. Este primeiro dia no campo constitui a oportunidade perfeita para se voltar a conectar com a natureza, e consigo próprio neste pequeno paraíso chamado Alentejo, onde a paz, o silêncio e a harmonia são inigualáveis.

Chegada

Chegada à Herdade da Malhadinha Nova, onde será recebido com miminhos do nosso chef feitos com fruta e legumes da época e produzidos na nossa herdade em regime biológico, e onde poderá também brindar com os nossos vinhos certificados orgânicos.

17h00 - Visita e Prova de Vinhos

Explore a nossa propriedade nos nossos todo-o-terreno vintage, enquanto se deixa encantar pela imensidão da paisagem alentejana. A experiência continua com uma visita à adega, seguida de uma prova de vinhos, guiada pela nossa equipa de enoturismo, que o levará a descobrir os sabores e aromas únicos da nossa região.

20h00 - Jantar

Conheça o conceito Farm to Table no nosso restaurante em que poderá provar muitos dos produtos que aqui cultivamos ao longo do ano e que servimos da forma mais natural possível para manter todos os nutrientes, sabores e texturas que a natureza lhes dá.

"Occasionally we must disconnect to reconnect later on."

– Dominic Riccitello

M
H N

HERDADE
MALHADINHA
NOVA



02 CONECTAR COM A NATUREZA

A natureza é talvez o meio com o maior potencial para nos transmitir calma e tranquilidade. Como tal, focamos o segundo dia do nosso programa em construir uma mais forte conexão com a natureza e desfrutar de tudo o que ela nos traz.

8h30 - Sessão de Pilates

Comece o dia de forma tranquila e serena com uma sessão de Pilates. A prática é perfeita para despertar o corpo, melhorar a flexibilidade e fortalecer a musculatura de maneira suave. É a oportunidade ideal para se conectar consigo mesmo e começar o dia com energia positiva.

8h30-11h30 - Pequeno-Almoço

Desfrute do nosso pequeno-almoço com produtos orgânicos e biológicos da propriedade, com vista para as piscinas infinitas sobre a planície alentejana.

11h30 - Cozinha com o Chef

Venha aprender a cozinhar de forma sustentável, saudável e equilibrada com o nosso chef, que lhe dará também algumas dicas sobre como levar estas práticas para o seu dia-a-dia.

12h30 - Almoço

Propomos para este dia um almoço leve e saudável, mas também com muita cor e sabor, porque a cozinha saudável pode ser também deliciosa, como terá a oportunidade de aprender durante o workshop com o nosso chef.

14h30 - Visita à Olaria

Convidamo-lo a visitar a Olaria da Malhadinha e a utilizar o barro das nossas terras numa atividade que é quase uma meditação, dando-lhe a oportunidade de refletir num ambiente calmo enquanto estimula também a sua criatividade.

Wellness Centre

Num espaço onde todos os produtos são naturais e provenientes do nosso país, damos-lhe a possibilidade de desfrutar do nosso Wellness Centre onde encontrará um menu de tratamentos que o ajudarão a relaxar e encontrar a tranquilidade.

19h30 - Jantar

Neste dia, desafiamos os nossos chefs executivos a criar um menu especial utilizando somente produtos provenientes da Herdade da Malhadinha Nova e do nosso Alentejo.

*"Nature is the purest portal
to inner-peace."*

- Angie Weiland Crosby

M

H

N

HERDADE
MALHADINHA
NOVA



03 CONECTAR COM O CORPO

Neste último dia, aproveite para se conectar com a sua mente através da prática do yoga e meditação e leve os ensinamentos deste retiro para uma vida mais equilibrada.

8h30 - Yoga

Comece o último dia na Malhadinha Nova com uma sessão de yoga e meditação enquanto se despede das paisagens alentejanas da forma mais relaxante possível.

Late Breakfast

Disfrute de um pequeno-almoço tardio saudável e nutritivo com produtos orgânicos e biológicos da nossa propriedade.

"Your mind will always believe everything you tell it. Feed it hope. Feed it truth. Feed it with love."

M

H N

HERDADE
MALHADINHA
NOVA

VALOR DA EXPERIÊNCIA

Valor da experiência por pessoa baseado em ocupação dupla:

870,00 € em quarto duplo no Monte da Peceguina
[Tipologia para 2 pessoas]

920,00 € em suite junior no Monte da Peceguina
[Tipologia para 2 pessoas]

970,00 € em suite no Monte da Peceguina
[Tipologia para 2 pessoas]

1 170,00 € na Casa do Acoradouro
[Tipologia para 2 pessoas]

1 270,00 € na Casa das Pedras
[Tipologia para 2 pessoas]

1 420,00 € na Casa das Artes e Ofícios
[Ocupação mínima de 4 pessoas]

1 420,00 € na Casa da Ribeira
[Ocupação mínima de 6 pessoas]

0-3 anos gratuito / 4-6 anos 100€/ 7-12 anos 150€

[Inclui] 2 Noites de alojamento. Todas as refeições mencionadas no programa. Todas as atividades mencionadas no programa.

[Exclui] Todas as bebidas às refeições e fora das mesmas, exceto as mencionadas no programa.

[Política de cancelamento e pagamento] As reservas podem ser alteradas ou canceladas num prazo superior a 5 dias antes da data de chegada. Em caso de cancelamento após 5 dias antes do check-in, ser-lhe-á cobrado 100% do valor da reserva. Em caso de não comparecimento ou saída antecipada será cobrado 100% do valor da reserva.

M

H N

HERDADE
MALHADINHA
NOVA