

M

H

N

HERDADE
MALHADINHA
NOVA

BIEN-ÊTRE MASTER

“SI L'HOMME ÉTAIT TOUJOURS UNE PERSONNE
SÉRIEUSE ET NE PUISSE SE PERMETTRE DE JAMAIS
AVOIR UN PEU DE JOIE ET DE DÉTENTE,
IL DEVIENDRAIT FOU OU INSTABLE SANS LE SAVOIR”

HERÓDOTO

M H N

HERDADE
MALHADINHA
NOVA

Bien-être, détente, repos et tranquillité en plein contact avec la nature.

JOUR 1

Arrivée à Herdade da Malhadinha Nova accompagnée d'un verre de bienvenue avec l'un des vins de la Herdade;

Visite de la propriété à bord de nos véhicules tout-terrain vintage. Découvrez les pratiques biologiques de notre équipe de viticulture et profitez du vaste paysage que l'Alentejo vous offre;

Visite de la cave à vin suivie d'une dégustation de vins accompagnée par notre équipe d'œnotourisme;

Pour commencer votre soirée, dîner avec nous et découvrez le mariage parfait entre la gastronomie et les vins produits à la Herdade.

JOUR 2

Petit-déjeuner. Lors du premier repas de la journée laissez-vous emporter par les magnifiques saveurs et arômes de l'Alentejo;

Séance de yoga. Un moment de relaxation et de détente avec notre thérapeute, entouré d'un paysage à couper le souffle;

Pique-nique dans les vignes de la Herdade, où vous pourrez déguster tous les détails de notre cuisine De la ferme à la table;

Atelier de cuisine saine – [Module I – Slow Juice](#) ou (extraction de jus lent) est une méthode de pressage à froid, qui en plus de mieux tirer profit des aliments, génère moins d'épluchures et de déchets et conserve les nutriments frais 72 heures après leur préparation. Tirer parti des bienfaits de vos fruits préférés;

Avant le dîner, profitez-en et relaxez-vous avec un bain de vinothérapie dans votre chambre.

Dîner thématique. Savourez la passion que nous mettons dans la confection de tous nos plats gourmets avec notre menu dégustation.

M
H N
HERDADE
MALHADINHA
NOVA

JOUR 3

Réveillez-vous avec la fraîcheur matinale. Sentez les premiers arômes et délectez-vous avec un petit-déjeuner riche en fruits, compotes et jus de fruits naturels;

Séance de Reiki pour le couple – Débutez la journée avec une expérience relaxant;

Déjeuner léger sur la base de produits organiques produits de façon durables au domaine;

Atelier de cuisine saine – [Module II – Pain sans gluten](#). Le but? Confectionner différents types de pain avec des farines biologiques sans gluten avec une mouture traditionnelle, mais, évidemment, toujours très savoureux;

Dîner. Sentez la combinaison parfaite entre le raffinement de notre restaurant et la passion que nous mettons dans nos plats.

JOUR 4

Petit-déjeuner. Démarrez la journée de la meilleure façon avec un petit-déjeuner riche en produits frais et savoureux;

Massage à deux – Une expérience de relaxation en plein dans la nature;

Déjeuner léger avec les produits de nos potagers. Notre équipe de cuisine confectionne un repas avec les différents produits de la ferme, cultivés de forme naturelle;

Atelier de cuisine saine – [Module III – Finger Food, Zero Waste](#) (aliments à consommer avec les doigts/zéro gâchis). Cet atelier a pour but démystifier les idées reçues et démontrer que le finger food est un concept sophistiqué, avec des mélanges d'ingrédients savoureux et créatifs, dans un style pratique et informel, avec peu de gâchis;

Pour commencer votre soirée, dîner avec nous et découvrez le mariage parfait entre la gastronomie et les vins produits à la Herdade.

M H N

HERDADE
MALHADINHA
NOVA

JOUR 5

Petit-déjeuner. Lors du premier repas de la journée laissez-vous emporter par les magnifiques saveurs et arômes de l'Alentejo;

Atelier de cuisine saine – [Module IV – Des salades avec une âme](#). Les salades sont souvent élues plat de résistance ou entrée. Sachez comment les rendre plus créatives, colorées et savoureuses;

Déjeuner léger à base de plats préparés lors de l'atelier de cuisine;

Check-out.

TARIF DE L'EXPÉRIENCE

Sur Demande [Expérience par personne en Chambre Double au Monte da Peceguina]

Sur Demande [Expérience par personne en Suite au Monte da Peceguina]

Sur Demande [Expérience par personne à la Casa do Ancoradouro]

Sur Demande [Expérience par personne à la Casa das Artes e Ofícios]

Sur Demande [Expérience par personne à la Casa da Ribeira]

Sur Demande [Expérience par personne à la Casa das Pedras]

0-3 ans sur demande / 4-6 ans sur demande / 7-12 ans sur demande

[Compris dans le prix] 4 Nuits de Séjour. Tous les repas mentionnés dans le programme. Toutes les activités mentionnées dans le Programme.

[Non compris dans le prix] Toutes les boissons des Repas et en-dehors, sauf celles mentionnées dans le Programme.

[Politique d'Annulation] Les réservations peuvent être modifiées ou annulées dans un délai supérieur à 5 jours avant la date d'arrivée. En cas d'annulation, après 5 jours avant l'enregistrement, la totalité (100 %) du montant de la réservation vous sera facturée. En cas de non-présentation ou de sortie anticipée, la totalité du montant de la réservation vous sera facturée.