

PINK

# HEALTH REVOLUTION

11 - 12 NOVEMBRE 2023 | Palazzo di Varignana

RETREAT ESCLUSIVO IN LUXURY VILLAS



## Strategie per valorizzare la Golden Age

La seconda edizione dell' evento Health Revolution di Palazzo di Varignana è dedicata alle donne. Vivere la fase della menopausa e della premenopausa come il momento d'oro della vita è oggi una vera rivoluzione.

Un retreat di due giorni guidato dalla dott.ssa **Annamaria Acquaviva**, direttore scientifico di Palazzo di Varignana, in cui sperimentare una nuova dimensione di benessere. Un percorso che affronta i cambiamenti e i nuovi fabbisogni, l'alimentazione e l'integrazione utili a stimolare l'attività metabolica e contrastare lo stress ossidativo, tecniche di mindfulness, strategie per migliorare il sonno e trattamenti antiage della nostra Varsana SPA. La consulenza d'immagine con l'esperta Giulia Giordani, inoltre, aiuterà a vedersi con occhi nuovi.

Ospite la dott.ssa **Daniela Nascetti**, specializzata in ginecologia, che illustrerà i vari aspetti e cambiamenti di questa fase e indicherà come affrontarli al meglio.

---

PINK

---

# HEALTH REVOLUTION

---

## PROGRAMMA

### Sabato 11 novembre

- **10.00** Longevity welcome cocktail sul Treno Reale di Palazzo di Varignana
- **10.30** Masterclass “L’età dell’oro” con la dott.ssa Annamaria Acquaviva
- **12.00** Pilates di gruppo
- **13.00** Mindful Lunch con Longevity Menù
- **15.00** Relazione a cura della dott.ssa Daniela Nascetti, specialista in ginecologia
- **17.30** Rilassamento guidato: training ipnoinducente con onde binaurali
- **18.15** Ingresso Varsana Spa e auto-trattamento purificante (scrub) nella Grotta dei Calanchi
- **20.30** Mindful dinner con Longevity Menù

### Domenica 12 novembre

- **8.00** Green bathing nella cornice del Giardino Ornamentale di Villa Amagioia
- **9.00** Longevity breakfast
- **10.00** Masterclass “Shine your talent” con la dott.ssa Annamaria Acquaviva
- **11.00** Masterclass “Consulenza d’immagine” con l’esperta Giulia Giordani, professionista esperta nella valorizzazione della forma, stile e immagine
- **13.00** Mindful Lunch
- **15.00** Ingresso di 3 ore a Varsana SPA con accesso alla Grotta dei Calanchi e alla Cava d’Oro Bianco, piscine con idromassaggio, saune, bagno turco, docce emozionali, piscina sonora
- Trattamento viso e total body, antiaging e rivitalizzante: Olive oil ritual massage per la Golden Age

---

**SPECIAL EDITION:** le partecipanti pernoveranno nelle Luxury Villas di Palazzo di Varignana

---

**€ 660** per persona | Se porti un’amica, la quota totale per due persone è di **€ 1088**

La quota di un accompagnatore è di **€ 60**: con soggiorno, colazione e accesso di 3 ore a Varsana SPA. Possibilità di prenotare ulteriori trattamenti o prolungare il soggiorno.

Disponibile su prenotazione anche l’accesso al Retreat per i clienti esterni.

---



**PALAZZO DI VARIGNANA**

HERITAGE OF ITALIAN LIFESTYLE

1705

### Palazzo di Varignana

Via Ca' Masino 611 A

40024 Varignana BO

Codice regione 037020 | AL - 00014

### Info e prenotazioni

+39.051.19939918

metodoacquaviva@palazzodivarignana.com

[palazzodivarignana.com](http://palazzodivarignana.com)