



THE LONGEVITY
SPA



San Clemente Palace

VENICE

- 5. Introduction
- 6. Signature Rituals from the Blue Zones
- 10. Longevity Experiences
- 12. Cryosuite
- 14. Face Treatments
- 18. Body Treatments
- 20. Massage Therapies
- 24. Longevity Check-up
- 28. Exclusive Use of Spa Suite
- 30. Beauty
- 32. Sport & Wellness
- 34. SPA Etiquette



The Longevity SPA® offre un approccio olistico e una visione multidisciplinare che unisce l'expertise medica nel settore antiage a trattamenti che vanno oltre l'ordinario, sapientemente realizzati combinando percorsi di ispirazione tradizionale con una selezione dei più avanzati trattamenti di bellezza, riequilibrio e ringiovanimento.

Gli ospiti vivranno un'esperienza unica attraverso la combinazione di scienza, tecnologia e metodo, in cui il nostro approccio *high-tech* e *high-touch* definisce il percorso ottimale per guidarli verso la miglior versione di sé stessi grazie ad un perfetto equilibrio tra armonia, bellezza consapevole ed energia mentale.

L'esperienza SPA consente di esplorare pratiche totalizzanti di benessere ispirate alle 5 località più longeve della Terra, in luoghi speciali dove, non solo ritroviamo la più alta speranza di vita rispetto alla media mondiale, ma le persone, grazie al proprio stile di vita, invecchiano meglio e sono più felici.

The Longevity SPA® offers a holistic approach and a multidisciplinary perspective which combines medical expertise in the anti-aging sector with treatments that go beyond the ordinary, expertly crafted by merging paths inspired by tradition with a selection of the most advanced beauty, rebalancing, and rejuvenation treatments.

Guests will live a unique experience through the combination of science, technology and method, where our high-tech and high-touch approach defines the optimal path to guide them towards the best version of themselves through a perfect balance of harmony, conscious beauty and mental energy.

The SPA experience allows exploration of comprehensive well-being practices inspired by the 5 longest-living locations on Earth, in special places where not only we do find the highest life expectancy compared to the global average, but where people, thanks to their lifestyle, age better and feel happier.

SIGNATURE RITUALS FROM THE BLUE ZONES

BY THE LONGEVITY SPA®

All'interno di una visione lungimirante, focalizzata sul qui ed ora, in cui la salute, la bellezza e l'energia vitale sono al centro, nascono i Blue Zones Signature Rituals.

Suggerimenti, manualità, musiche e sinergie aromatiche create per un viaggio al di là del tempo e dello spazio in cui l'ospite viene trasportato in ciascuna delle destinazioni più longeve al mondo.

Within a forward-thinking vision, focused on the here and now, where health, beauty and vital energy take the center stage, the Signature Rituals from the Blue Zones are born.

Suggestions, manual techniques, music, and aromatic synergies are created for a journey beyond time and space, where the guest is transported to each of the world's longest-living destinations.

PURA VIDA RITUAL

110 MIN | 320€

Love, Nicoya's Longevity secret

Rituale ideato per detossinare in profondità l'organismo, alleggerire il corpo e lo spirito ed assaporare ogni momento presente. Si abbraccia il concetto costaricense di "Pura Vida": inno alla vita essenziale, genuina e generosa verso sé stessi e gli altri.

Una nuvola di vapore generata da una danza di teli caldi e sinfonie olfattive predispone il corpo e la mente ad abbandonarsi ad uno stato di rilassamento. Fave di cacao favoriscono un'esfoliazione profonda, mentre il fango vulcanico e la stimolazione di punti riflessi ai piedi garantiscono una efficace purificazione. Durante l'esperienza, un trattamento al viso e un massaggio avvolgente in una coreografia armonica con canne di bambù infondono un puro stato di benessere e conducono a rallentare, innamorarsi di sé stessi e aprirsi alla vita.

Ritual designed to deeply detoxify the body, lighten the body and spirit and savor every present moment. It embraces the Costa Rican concept of "Pura Vida": a hymn to essential, genuine and generous living towards oneself and others.

A cloud of steam generated by a dance of warm cloths and olfactory symphonies predisposes the body and mind to surrender to a state of relaxation. Cocoa beans promote deep exfoliation, while volcanic mud and stimulation of reflex points at the feet ensure effective purification. During the experience, a facial and an enveloping massage in a harmonious choreography with bamboo canes instill a pure state of well-being and lead one to slow down, fall in love with oneself and open up to life.

AION RITUAL

110 MIN | 320€

Reconnect, Ikaria's Longevity secret

Rituale drenante ed ossigenante, studiato per riconnettersi alla dimensione infinita del tempo senza limiti. Il potere del freddo, prodotto dal sapiente uso di CryoSphere, unito al calore di caldi burri aromatici, al bendaggio alle gambe con estratto di vite rossa e al massaggio ritmato, favoriscono l'attivazione istantanea del microcircolo e il drenaggio dei liquidi in eccesso, producendo un'immediata sensazione di leggerezza ed una nuova vitalità. Completa l'esperienza un trattamento viso liftante. Un'esperienza ossigenante per i tessuti e riequilibrante per la mente che permette di riscoprire il piacere di una vita all'insegna dei bioritmi sani e positivi per l'organismo.

Draining and oxygenating ritual designed to reconnect with the infinite dimension of limitless time.

The power of cold, produced by the expert use of CryoSpheres, combined with the warmth of aromatic butters, leg wraps with red vine extract and rhythmic massage, promote instant activation of microcirculation and drainage of excess fluids, producing an immediate feeling of lightness and new vitality. A lifting facial completes the experience. An oxygenating experience for the tissues and rebalancing for the mind that allows you to rediscover the pleasure of a life of healthy and positive biorhythms for the body.

AÉRAS RITUAL

110 MIN | 320€

Move naturally, Sardinia's Longevity secret

Rituale idratante e rivitalizzante ispirato alle antiche pratiche della talassoterapia che ci trasporta nella magica dimensione della terra sarda; insieme ai suoi profumi, rinvigorisce l'organismo, stimola la circolazione sanguigna e linfatica e riattiva il naturale equilibrio posturale bioenergetico.

Un foot ritual arricchito da cristalli di sale marino e profumato con gli aromi della macchia mediterranea dona un senso di sollievo alle gambe. Una precisa miscela di ginepro, mirto e sale sardo leviga delicatamente la pelle che viene nutrita grazie ad un fluido naturale dalle potenti proprietà lenitive, idratanti ed illuminanti. Un massaggio eseguito con sfere di sughero ed una sinergia di pressioni e stiramenti aiutano ad allentare le tensioni accumulate per favorire un naturale recupero del corpo. Il rituale termina con un trattamento stimolante al cuoio capelluto che allontana i pensieri inebriando la mente grazie ad un soffio di acqua di mare di Sardegna.

Moisturizing and revitalizing ritual inspired by the ancient practices of thalassotherapy that transports us to the magical dimension of the Sardinian land; together with its scents, it invigorates the body, stimulates blood and lymphatic circulation and reactivates the natural bioenergetic postural balance.

A foot ritual enriched with sea salt crystals and scented with the aromas of the Mediterranean scrub gives a sense of relief to the legs. A precise blend of juniper, myrtle and Sardinian salt gently smooths the skin, which is nourished with a natural fluid with powerful soothing, moisturizing and illuminating properties. A massage performed with cork balls and a synergy of pressure and stretching help ease accumulated tension to promote a natural recovery of the body. The ritual ends with a stimulating scalp treatment that drives away thoughts while inebriating the mind with a blast of Sardinian seawater.

IKI-SABI RITUAL

110 MIN | 320€

Purpose, Okinawa's Longevity secret

Rituale rigenerante che fonde le due antiche filosofie giapponesi: *Ikigai*, la ricerca della propria ragione d'essere, e *Wabi-Sabi*, l'accettazione spirituale ed estetica dell'imperfezione della vita. Trattamento che armonizza il corpo e lo spirito e dona nuova luminosità ed elasticità al viso.

Un impacco di foglie di alghe sulle gambe per un effetto remineralizzante con un accordo di acqua di riso fermentata e polvere di seta per un trattamento intensivo di cura e bellezza. Un massaggio delicato e dolce con sinfonie olfattive che accarezzano la mente e bozzoli di seta che levigano e impreziosiscono il viso conducono ad un rinnovamento completo. Il rituale ci guida ad assaporare il valore di quello che è realmente importante per assicurarci una vita sana e longeva.

A regenerating ritual which blends two ancient Japanese philosophies: Ikigai, the search for one's reason for being, and Wabi-Sabi, the spiritual and aesthetic acceptance of the imperfection of life.

A treatment that harmonizes the body and spirit and gives new luminosity and elasticity to the face. Seaweed leaves on legs for a remineralizing effect with a fermented rice water and silk powder blend for an intensive care and beauty treatment. A gentle and sweet massage with olfactory symphonies that caresses the mind and silk cocoons that smooth and embellish the face lead to complete renewal. The ritual guides us to savor the value of what is truly important to ensure a healthy and long life.



T L S



THE LONGEVITY
SPA
MILANO

LONGEVITY EXPERIENCE

Percorsi esperienziali studiati su misura per ottenere una rapida
ripresa dallo stress quotidiano.
Un mix di tecnologie all'avanguardia e trattamenti specifici ideali
per regalarsi un'esperienza unica e rigenerante.

*Tailored experiential journeys designed for a quick recovery from
daily stress.
A blend of cutting-edge technologies and specific treatments, ideal for
treating oneself to a unique and rejuvenating experience*

SKIN GLOW EXPERIENCE

2H | 280€

Risplendere è la parola d'ordine per questo trattamento globale per la pelle. L'esperienza inizia con il *Longevity Skin Check*, che consente di definire le caratteristiche del tessuto e permette la personalizzazione del percorso in base alle specifiche esigenze. Il viaggio esperienziale, attraverso specifici trattamenti, farà apparire il viso più radioso, la pelle vellutata e rigenerata per rallentare il processo di invecchiamento.

Radiance is the keyword for this comprehensive skin treatment. The experience begins with the Longevity Skin Check, which defines the characteristics of the tissue and allows customization of the journey based on the specific needs. The experiential journey, through specific treatments, will make the face appear more radiant, the skin velvety and regenerated to slow down the aging process.

Include/ Includes:

- Longevity Skin Check
- Body Detox 60 min
- Face Treatment 60 min

YOUR PERFECT BODY

1H 45 MIN | 280€

Ritrovare l'armonia del proprio corpo in modo naturale ci guida verso una bellezza consapevole e duratura. Trattamenti corpo e viso selezionati per stimolare la riattivazione e ossigenazione dei tessuti e garantire benefici a lungo termine.

Regain your body harmony and rediscover your fitness naturally, with body and facial treatments selected to stimulate tissue reactivation and oxygenation and ensure long-term benefits.

Include/ Includes:

- Cryosuite Total Body 10 min
- Cool Dren & Toning Treatment 60 min
- Face Treatment 30 min

SLEEP BETTER EXPERIENCE

1H 45 MIN | 250€

La qualità del sonno influenza la nostra forma fisica e il nostro umore. Programma dedicato a chi ha bisogno di rallentare i ritmi quotidiani, alleviare le tensioni e ritrovare un sonno sereno, ristoratore e in equilibrio con il proprio orologio biologico attuando un detox mentale e fisico completo.

The quality of sleep affects our physical fitness and mood. Program dedicated to those who need to slow down their daily rhythms, relieve tensions and regain a peaceful, restorative sleep in balance with their biological clock by implementing a complete mental and physical detox.

Include/ Includes:

- Cryosuite Total Body 10 min
- Deep Blue Massage 80 min

*Tutte le Longevity Experiences prevedono l'accesso alla Wet Area.
All Longevity Experiences include access to the Wet Area.*

CRYOSUITE

Il freddo avvolge, risveglia, rinnova.
In pochi minuti, trasforma corpo e mente in pura energia vitale.
Pilastro del metodo Longevity, se dosato con precisione, diventa
un potente alleato del benessere: riduce l'infiammazione, accelera
il metabolismo e dona una profonda sensazione di leggerezza
e rigenerazione. Un'esperienza unica che riattiva, rinvigorisce e
risveglia la tua forza interiore.

*Cold envelops, awakens, renews.
In just a few minutes, it transforms body and mind into pure vital energy.
A pillar of the Longevity method, when precisely dosed, it becomes
a powerful ally of well-being: it reduces inflammation, accelerates
metabolism and gives a profound feeling of lightness and regeneration.
A unique experience that reactivates, invigorates and awakens your
inner strength.*

CRYOSUITE TOTAL BODY

Il trattamento prevede la permanenza di tutto il corpo in una camera fredda con una temperatura compresa tra -85 °C a -95 °C per un intervallo di tempo tra i 3 e i 5 minuti. Il raffreddamento a breve termine favorisce un gran numero di reazioni positive grazie alla maggiore risposta circolatoria del sangue e del flusso linfatico.

The treatment involves the whole body's exposure to a cold chamber with a temperature ranging from -85°C to -95°C for a period of 3 to 5 minutes. Short-term cooling promotes numerous positive reactions due to increased circulatory response of blood and lymphatic flow.

SINGLE 70€

BUNDLE PACK 5 | 10 | 20 SESSIONS | 300€ | 500€ | 900€

PASS UNLIMITED 1 | 3 | 6 | 12 MONTHS | 660€ | 1320€ | 1980€ | 3300€

LOCAL CRYO

10 MIN | **50€**

È un trattamento che prevede l'utilizzo di aria fredda secca a -32 °C su aree circoscritte del corpo. Le basse temperature apportano numerosi benefici al corpo grazie al miglioramento del microcircolo ed una migliore ossigenazione della zona trattata. È ideale combinare il trattamento localizzato con il trattamento Cryosuite Total Body.

It is a treatment that involves the use of dry cold air at -32°C on specific areas of the body. The low temperatures bring numerous benefits to the body by improving microcirculation and better oxygenation of the treated area. It is ideal to combine localized treatment with the Cryosuite Total Body treatment.

CRYO FAST RECOVERY

50 MIN | **180€**

I benefici del freddo localizzato e sistemico vengono potenziati da un successivo massaggio connettivale specifico che, sfruttando l'alta quantità di terminazioni nervose presenti nella fascia superficiale, stimola il ripristino meccanico e funzionale del corpo diventando un valido supporto ad un recupero fisico più rapido.

The benefits of localized and systemic cold air enhanced by a subsequent specific connective tissue massage which, leveraging the high density of nerve endings in the superficial fascia, stimulates mechanical and functional recovery of the body, becoming valuable support for a faster physical recovery.

Cryo Fast Recovery

Local Cryo + Cryosuite + Massaggio Connettivale

Local Cryo + Cryosuite + Connective Massage

FACE TREATMENTS

Una miscela di principi attivi ad alta efficacia e manualità specifiche, studiati da The Longevity SPA® per aiutare ad esaltare la propria armonia e bellezza.

A blend of highly effective active ingredients and specific manual techniques designed by The Longevity SPA® to help enhance one's harmony and beauty.

FACE DETOX

60 MIN | 180€

Trattamento viso detossinante ideato per purificare, contrastare l'attacco dei radicali liberi e ripristinare il naturale equilibrio della pelle. Grazie alla combinazione di sieri antiossidanti e maschere ossigenanti, lenitive e purificanti, la pelle è rigenerata e ritrova nuova luminosità e vitalità.

A detoxifying facial treatment designed to purify, counteract the attack of free radicals and restore the natural balance of the skin. Through the combination of antioxidant serums and oxygenating, soothing and purifying masks, the skin is regenerated and regains new brightness and vitality.

RITUAL PHYTO DETOX

90 MIN | 230€

Trattamento che garantisce un'intensa detossificazione e una pulizia profonda della pelle. Il *Phyto Massage*, triplice massaggio viso, viscerale e plantare, con il supporto di una miscela di oli preziosissimi, mette in sinergia i principali organi per una migliore detossinazione, donando così benessere immediato e infondendo energia a mente e corpo.

A treatment which ensures intense detoxification and deep cleansing of the skin. The Phyto Massage, a triple facial visceral, and plantar massage, with the support of a blend of pure precious oils, synergizes the main organs for better detoxification, providing immediate well-being and infusing energy to the mind and body.

CRYOFACIAL HYDRASHINE

60 MIN | 180€

Trattamento viso idratante e illuminante. Grazie alla sinergia della *Local Cryo* e degli attivi veicolati tramite una maschera ad effetto ossigenante e ri-densificante, stimola efficacemente la produzione di elastina e collagene migliorando il tono della pelle.

A hydrating and illuminating facial treatment. Thanks to the synergy of Local Cryo and the active ingredients delivered through an oxygenating and re-densifying mask, it effectively stimulates the production of elastin and collagen, improving skin tone.

LUXURY CRYOLIFT

60 MIN | 180€

Trattamento viso per contrastare i segni dell'invecchiamento cronologico, migliorare visibilmente il tono della pelle ed ottenere un lifting immediato. Protocollo combinato con *Cryo Sphere Cool Sculpting Device*, maschera ad effetto ultra-tensore e massaggio *Longevity Sculpting Lift*.

A facial treatment to counteract the signs of chronological aging, visibly improve skin tone and achieve an immediate lifting effect. Protocol combined with the Cryo Sphere Cool Sculpting Device, an ultra-tensor effect mask, and the Longevity Sculpting Lift massage.



DR. BARBARA
STURM



MOLECULAR
COSMETICS

HYALURONIC
SERUM

MADE IN GERMANY

ANTI PIGMENTATION FACIAL (Dr. Barbara Sturm)

60 MIN | 250€

Trattamento viso che riduce l'iperpigmentazione e illumina delicatamente la pelle utilizzando formule schiarenti naturali e combattendo allo stesso tempo lo stress ossidativo che causa l'invecchiamento precoce e le macchie scure. L'estratto di germogli ricchi in vitamine, enzimi e oligoelementi, illumina visibilmente e istantaneamente il viso ed attenua la comparsa di macchie scure e giallastre. L'estratto di ginseng supporta la protezione del tessuto contro i radicali liberi e lo stress ambientale; l'acido ialuronico fornisce un'idratazione istantanea. La pelle risulta più liscia, luminosa e dall'aspetto radioso.

A facial treatment that reduces hyperpigmentation and gently brightens the skin using natural lightening formulas while simultaneously combating oxidative stress that causes premature aging and dark spots. Sprout extract, rich in vitamins, enzymes and trace elements, visibly and instantly brightens the face and reduces the appearance of dark and yellowish spots. Ginseng extract supports tissue protection against free radicals and environmental stress, while hyaluronic acid provides instant hydration. The skin becomes smoother, brighter, and radiant.

MEN'S FACIAL (Dr. Barbara Sturm)

60 MIN | 250€

La pelle di un uomo è dermatologicamente differente da quella di una donna. Questo trattamento anti-invecchiamento esfoliante, calmante e nutriente è studiato per rivitalizzare la pelle degli uomini tenendo conto di queste differenze. Le molecole di acido ialuronico sono combinate con potenti ingredienti antiossidanti che nutrono la pelle danneggiata e supportano la funzione di barriera cutanea. La pelle risulta profondamente deteresa, più morbida e luminosa.

A man's skin is dermatologically different from a woman's. This exfoliating, soothing, and nourishing anti-aging treatment is designed to revitalize men's skin, taking these differences into account. Hyaluronic acid molecules are combined with powerful antioxidants that nourish damaged skin and support the skin barrier function. The skin is deeply cleansed, softer, and more luminous.

SUPER ANTI-AGING FACIAL (Dr. Barbara Sturm)

90 MIN | 340€

Combinando gli effetti dell'anti-aging serum ricco di peptidi e un massaggio rimodellante e antigravità dal design esclusivo, questo trattamento cosmetico raggiunge gli strati più profondi della pelle, riducendo la comparsa di linee sottili e rughe. Il risultato è quello di una pelle dall'aspetto più giovane e idratata. Gli attivi veicolati aiutano a riparare la pelle danneggiata e sostenere la rigenerazione. Il trattamento dona un effetto lifting naturale e riduce visibilmente i segni dell'età.

Combining the effects of the peptide-rich anti-aging serum and a unique, reshaping and antigravity massage, this cosmetic treatment reaches the deepest layers of the skin, reducing the appearance of fine lines and wrinkles. The result is younger-looking and hydrated skin. The delivered actives help repair damaged skin and support regeneration. The treatment provides a natural lifting effect and visibly reduces signs of aging.

BODY TREATMENTS

Un'accurata ricerca e combinazione di tecnologie corpo e attivi altamente performanti per prendersi cura di sé e ottenere risultati visibili in breve tempo.

Meticulous research and the combination of body technologies and highly effective actives for self-care and visible results in a short time.

CRYODRAINING

60 MIN | 180€

Protocollo unico per ridurre la stasi venosa e linfatica degli arti inferiori, minimizzare la cellulite edematosa e rimodellare la silhouette. La combinazione di bendaggi osmotici, pressoterapia e specifiche manualità, garantisce una riattivazione immediata del microcircolo, aumentando la circolazione generale e migliorando l'inestetismo cutaneo.

Unique protocol to reduce venous and lymphatic stasis in the lower limbs, minimise oedematous cellulite and reshape the silhouette. The combination of osmotic bandages, pressure therapy and specific manual techniques guarantees an immediate reactivation of the microcirculation, increasing the general circulation and improving skin imperfections.

COOL DREN & TONING

60 MIN | 180€

Trattamento corpo drenante e tonificante che unisce la *Local Cryo* allo *Skin Icing Massage* per attivare un processo di intensa rigenerazione. Il miglioramento della microcircolazione e dell'ossigenazione dei tessuti, riduce i gonfiori agli arti inferiori, favorisce l'eliminazione delle tossine, stimola la produzione di collagene e dona tono e vigore a gambe e glutei.

Draining and toning body treatment combining Local Cryo with Skin Icing Massage to activate an intense regeneration process. Improved microcirculation and tissue oxygenation reduce swelling in the lower limbs, promote toxin elimination, stimulate collagen production and give tone and vigor to legs and buttocks.

THERMODREN SCULPT

110 MIN | 320€

Un trattamento cryothermo modellante che combina l'azione termica di un calco minerale ad un massaggio profondo per un effetto drenante, riducente e tonificante. Grazie alla concentrazione di oli essenziali e fito estratti aiuta a eliminare tossine e liquidi in eccesso, favorendo un'immediata ridefinizione delle forme. Un'esperienza intensiva che dona una silhouette più scolpita sin dalla prima seduta.

A cryothermo shaping treatment that combines the thermal action of a mineral cast with deep massage for a draining, reducing and toning effect. Thanks to the concentration of essential oils and phyto extracts, it helps eliminate toxins and excess fluids, promoting an immediate redefinition of the shape. An intensive experience that gives a more sculpted silhouette from the very first session.

MASSAGE THERAPIES

Un'esclusiva selezione di massaggi, costruita per offrire un'esperienza unica e indimenticabile.

Ogni trattamento è stato progettato con cura ed attenzione per donare il massimo comfort e il migliore beneficio per il corpo e la mente.



An exclusive selection of massages, designed to offer a unique and unforgettable experience.

Each treatment has been carefully crafted to provide maximum comfort and the best benefit for both body and mind.

BODY DETOX

60 MIN | 160€

Trattamento detossinante che dona al corpo una nuova vitalità attraverso elementi fondamentali: lo scrub con il sale blu utile per un'esfoliazione profonda e il fango termale ad effetto antinfiammatorio e depurativo.

Detoxifying treatment that gives the body new vitality through fundamental elements: blue salt scrub for a deep exfoliation and thermal mud with anti-inflammatory and purifying effects.

DEEP REJUVENATING DETOX

90 MIN | 220€

Trattamento di profondo relax che attraverso la sinergia dell'*Infinity Luxury Care Oil*, della stimolazione multisensoriale del *Deep Infinity Touch* e del peeling profondo con pietra pomice micronizzata, garantisce esfoliazione, drenaggio e detossinazione del corpo. Rinnova completamente la superficie cutanea rendendo il tessuto elastico e straordinariamente vellutato.

Deep relaxation treatment which, through the synergy of Infinity Luxury Care Oil, multisensory stimulation of Deep Infinity Touch and deep peeling with micronized pumice stone, guarantees exfoliation, drainage and detoxification of the body. Completely renews the skin surface, making the tissue elastic and extraordinarily velvety.

RE-BALANCE

50/80 MIN | 160€/220€

Massaggio riequilibrante effettuato con movimenti lunghi e avvolgenti. Ideale per chi desidera liberare la mente e raggiungere un profondo stato di rilassamento psicofisico.

Rebalancing massage performed with long and enveloping movements. Ideal for those who want to free the mind and achieve a deep state of psychophysical relaxation.

INTENSIVE RECOVERY

50/80 MIN | 170€/230€

Un lavoro profondo e specifico sulle tensioni muscolari. Dedicato a chi desidera un massaggio personalizzato sulla base delle proprie esigenze.

Deep and specific work on muscle tension. Dedicated to those who desire a personalized massage based on their needs.

ENERGIZE

50/80 MIN | 160€/220€

Efficace massaggio che, grazie al potere del *Body Brushing*, ossigena e nutre i tessuti, attiva il sistema circolatorio e linfatico favorendo l'eliminazione delle tossine. Perfetto per riequilibrare il flusso energetico e ottenere una pelle più liscia, elastica e tonica.

An effective massage which oxygenates and nourishes the tissues, activates the circulatory and lymphatic system while promoting toxin elimination, thanks to the power of Body Brushing. Perfect for rebalancing energy flow and achieving smoother, more elastic and toned skin.

DREN

50/80 MIN | **160€/220€**

Massaggio specifico per drenare i tessuti e ridurre le stasi linfatiche, liberando le gambe da stanchezza, pesantezza e gonfiore.

Specific massage to drain tissues and reduce lymphatic stasis, freeing the legs from fatigue, heaviness and swelling.

REMODELING

50/80 MIN | **160€/220€**

Un corpo elegantemente scolpito dona una sana armonia. Sapienti tecniche rimodellanti permettono di ridisegnare le linee del corpo, e grazie a manovre esclusive, vigorose e decise, questo massaggio riattiva la circolazione sanguigna e stimola un efficace drenaggio dei liquidi in eccesso. Nella versione prolungata e completa, il massaggio si impreziosisce con un peeling a base di idrossiacidi e un impacco con la innovativa formula di *Re-define*, body cream mask ad effetto ultra liftante, che migliora la salute della pelle rendendola più giovane e liscia.

An elegantly sculpted body provides a healthy harmony. Skillful remodeling techniques allow for the redesign of body lines, and with exclusive, vigorous, and decisive maneuvers, this massage reactivates blood circulation and stimulates effective drainage of excess fluids. In the long version, the experience is completed with an application of the innovative Re-define formula, an ultra-lifting body cream mask which improves skin health, making it younger and smoother.

DEEP BLUE

50/80 MIN | **160€/220€**

La qualità del sonno influenza la nostra forma fisica e il nostro umore. Un'esperienza olistica che combina tecniche decontratturanti e distensive alla schiena a funzionali digitopressioni alla testa. Un viaggio in uno stato di profondo rilassamento per chi ha bisogno di allentare le tensioni dello stress quotidiano, ritrovare un sonno ristoratore e combattere i disturbi causati da *jet lag*, ripristinando il suo naturale ritmo circadiano.

The quality of sleep influences on our physical well-being and mood. An holistic experience that combines back-decontracting and relaxing techniques with functional digitopressure on the head. A journey into a state of deep relaxation for those who need to release the tensions of daily stress, regain restorative sleep and combat disorders caused by Jet Lag, restoring the natural circadian rhythm.

REFLEXOLOGY

30 MIN | **110€**

Attraverso l'analisi delle alterazioni della pianta del piede, il riflessologo propone percorsi operativi personalizzati e indica comportamenti utili al ripristino dello stato di salute.

Through the analysis of the alterations of the sole of the foot, the reflexologist proposes personalized operational paths and indicates useful behaviors to restore the state of health.

ADD ON TREATMENTS

Trattamenti personalizzati prenotabili in aggiunta ad un altro trattamento.
Customizable treatments bookable in addition to another treatment.

Add On Massage

30 MIN | 70€

Massaggio personalizzato prenotabile in aggiunta ad altro trattamento.
Customizable body massage bookable in addition to another treatment.

Add On Body Scrub

30 MIN | 80€

Esfoliazione stimolante e rivitalizzante a base di zucchero di canna e olio puro di mandorla e jojoba che, unita al potere tonificante e antinfiammatorio degli oli essenziali di menta piperita e lemongrass, stimola corpo e psiche e dona una pella liscia e luminosa.

Stimulating and revitalizing exfoliation with brown sugar and pure almond and jojoba oil, combined with the toning and anti-inflammatory power of peppermint and lemongrass essential oils. It stimulates the body and mind, leaving the skin smooth and radiant.

Add On Facial

30 MIN | 90€

Trattamento viso personalizzato prenotabile in aggiunta ad un altro trattamento.
Trattamento viso personalizzato prenotabile in aggiunta ad un altro trattamento.

LONGEVITY CHECK-UP

Test diagnostici atti a valutare in modo accurato lo stato generale di salute e comprendere le potenzialità del singolo individuo, al fine di progettare il programma personalizzato di prevenzione e cura più indicato.

Specific diagnostic tests designed to accurately assess the overall health and understand the individual's potential in order to design the most suitable personalized prevention and care program.

DNA TEST - INFLAMMAGING

450€

Valuta la tua predisposizione all'infiammazione cronica e al danno cellulare. Analizza i processi di riparazione e difesa dell'organismo, aiutando a sviluppare strategie per rallentare l'invecchiamento e promuovere una vita longeva e in salute.

Evaluate your susceptibility to chronic inflammation and cellular damage. This test examines the body's repair and defense mechanisms, helping to create strategies to slow down aging and support a long, healthy life.

DNA TEST - NUTRITION

450€

Test genetico utile per scoprire come l'organismo gestisce i nutrienti essenziali, fornendo indicazioni su come migliorare il metabolismo di proteine, grassi e carboidrati. Identifica anche eventuali intolleranze o carenze vitaminiche, suggerendo una personalizzazione del piano nutrizionale per mantenere l'equilibrio e il benessere a lungo termine.

Genetic test designed to reveal how the body processes essential nutrients, providing insights on how to improve the metabolism of proteins, fats, and carbohydrates. It also identifies potential intolerances or vitamin deficiencies, offering guidance for personalizing a nutrition plan to maintain long-term balance and well-being.

DNA TEST - HORMONE BALANCE

450€

Test genetico pensato per accompagnare durante la menopausa, offrendo una visione chiara sulla salute delle ossa, il bilanciamento degli ormoni e la funzionalità tiroidea. Scopri come prevenire l'osteoporosi, gestire meglio gli estrogeni e mantenere la qualità della vita durante questo periodo di cambiamento.

A genetic test designed to support you during menopause, providing clear insights into bone health, hormone balance, and thyroid function. Learn how to prevent osteoporosis, better manage estrogen levels, and maintain quality of life during this period of change.

DNA TEST - PREVENTION

450€

Test genetico ideale per chi desidera prendersi cura della propria salute dopo i 50 anni. Aiuta a prevenire problemi cardiovascolari, ottimizzare l'efficacia dei farmaci e proteggere il sistema nervoso da malattie neurodegenerative, offrendo un approccio personalizzato al benessere durante l'invecchiamento.

Genetic test ideal for those who want to take care of their health after age 50. It helps prevent cardiovascular problems, optimize the effectiveness of medications, and protect the nervous system from neurodegenerative diseases, offering a personalized approach to wellness as we age.

DNA TEST - SPORT

350€

Indica la predisposizione genetica agli sport di potenza o resistenza, all'usura di tendini, cartilagini e legamenti legata allo sport con un focus su alimenti che interferiscono con l'attività e performance sportiva.

Indicates genetic predisposition to power or endurance sports, wear and tear on tendons, cartilage and ligaments related to sports, with a focus on foods that interfere with sports activity and performance.

DNA TEST - SKIN

250€

Test genetico che aiuta a capire le esigenze uniche della tua pelle. Scopri come prevenire imperfezioni, ridurre la sensibilità al foto-invecchiamento e mantenere la pelle giovane e sana, grazie a soluzioni personalizzate che proteggono la pelle da inquinanti e radicali liberi.

Genetic testing that helps you understand your skin's unique needs. Find out how to prevent blemishes, reduce susceptibility to photo-aging, and maintain young, healthy skin with customized solutions that protect skin from pollutants and free radicals.

BIOLOGICAL EPIGENETIC AGE

350€

Valutazione dell'età epigenetica (biologica) in confronto alla età anagrafica.

Rivela come lo stile di vita influisca sull'invecchiamento fornendo informazioni preziose per adottare strategie mirate ad invertire il proprio orologio biologico.

Assessment of epigenetic (biological) age in comparison to registry age.

Reveals how lifestyle affects aging by providing valuable information to adopt strategies aimed at reversing one's biological clock.

MICROBIOTA ANALYSIS

300€

Innovativo test che, attraverso tecniche di nuova generazione di sequenziamento del DNA, fornisce una mappa della diversità microbica presente nel tratto gastrointestinale. Indicato per valutare l'equilibrio del microbiota intestinale e prevenire disturbi e patologie del tratto digerente, nonché ottimizzare lo stato di salute generale.

Innovative test that, through next-generation DNA sequencing techniques, provides a map of the microbial diversity present in the gastrointestinal tract. It is designed to assess the balance of the gut microbiota, prevent digestive disorders and diseases, and optimize overall health.



T L S



LONGEVITY MASK

Rejuvenating Power Treatment

T L S



Rejuvenating Power Treatment

LONGEVITY MASK

EXCLUSIVE USE OF SPA SUITE

SPA SUITE EXPERIENCE

3 H

Concediti il lusso assoluto nella nostra esclusiva SPA Suite, un rifugio intimo e raffinato pensato per offrirti un'esperienza senza pari. Immergiti in 50 mq di privacy totale, dove ogni dettaglio è studiato per il tuo benessere.

Per un'esperienza ancora più esclusiva, lasciati guidare dai nostri terapisti esperti, che sapranno consigliarti i rituali e i trattamenti di bellezza più adatti a te.

Indulge in absolute luxury in our exclusive SPA Suite, an intimate and refined retreat designed to offer you an unparalleled experience. Immerse yourself in 50 square meters of total privacy, where every detail is designed for your well-being.

For an even more exclusive experience, let our expert therapists guide you through the rituals and beauty treatments that are right for you.

Nella SPA Suite sono presenti / In the SPA Suite there are:

- Vasca Idromassaggio / Hydromassage bathtub
- Sauna Privata / Private Sauna
- Bagno Turco Privato / Private Steam Room
- Doccia / Shower
- Lounge area

SINGLE EXPERIENCE | **400€**

Include/ Includes:

- 1 Wellness Treatment | 50 MIN

COUPLE EXPERIENCE | **700€**

Include/ Includes:

- 2 Wellness Treatments | 50 MIN



BEAUTY

EPILAZIONE

WAXING

GAMBA INTERA / <i>FULL LEG</i>	120 €
MEZZA GAMBA / <i>HALF LEG</i>	80 €
BRACCIA / <i>FULL ARM</i>	60 €
BRACCIA / <i>FULL ARM</i>	60 €
SCHIENA / <i>BACK</i>	140 €
BRASILIANA - BIKINI / <i>BRAZILIAN - BIKINI</i>	80 € / 60 €
ASCELLE / <i>ARMPITS</i>	40 €
LABBRA / <i>LIPS</i>	30 €
SOPRACCIGLIA / <i>EYEBROWS</i>	30 €

PEDICURE

120 €

PEDICURE

PEDICURE CON SEMIPERMANENTE

150 €

PEDICURE WITH GEL POLISH

MANICURE

90 €

MANICURE

MANICURE CON SEMIPERMANENTE

120 €

MANICURE WITH GEL POLISH



SPORT & WELLNESS

Il San Clemente Palace vi accoglie nella sua oasi di benessere, dove rilassarsi e tenersi in forma con le numerose attività che l'isola di San Clemente offre, dalla corsa al nuoto, dal golf al tennis.

Il San Clemente Palace non è solo il rifugio ideale dopo una giornata trascorsa nella vivace Venezia, ma è anche una destinazione perfetta per combinare relax e fitness.

Allenatevi nel nostro centro fitness equipaggiato con macchine all'avanguardia Technogym, inclusi tapis roulant, biciclette ellittiche, cyclette verticali e stepper – tutte dotate di TV e monitor cardiovascolare avanzato per tenere traccia dell'attività.

Embrace a 360-degree world of wellness on San Clemente Island: whether you are a tennis lover, a runner, a swimmer or a golfer, there is something for everyone at San Clemente Palace.

Not only is San Clemente Palace the ultimate retreat after a day spent in vivid Venice, but it is also the ideal location for a break combining relaxation and action.

Stay fit and keep your body healthy at our state-of-the-art fitness Room equipped with Technogym machines, including treadmills, elliptical machines, step machines and stationary bicycles - all of which come with their own TV and an advanced cardiovascular monitor that allows you to track optimum activity levels.

YOGA

La pace e la quiete che si respirano nei giardini incantevoli dell'isola di San Clemente contribuiscono a creare un'atmosfera rilassata che aiuta a raggiungere uno stato di serenità ed equilibrio attraverso sessioni di yoga. L'hotel mette a disposizione degli ospiti tappetini, asciugamani e una bottiglietta d'acqua.

The peace and the quiet of our lush gardens create a calming atmosphere which helps reach a state of serenity and balance through yoga. The hotel offers yoga mat, towel and a bottle of water to each participant.

PITCH & PUTT

Immersa nel parco secolare dell'isola di San Clemente e pochi passi da un laghetto naturale, l'area *Pitch & Putt* è l'angolo ideale per praticare qualche lancio di golf circondati nella bellezza di questa enclave privata.

Adjacent to a natural lake and with picturesque view over the lagoon, the Pitch & Putt course provides the best setting where you can enjoy a few leisurely rounds of golf immersed in the beauty of this private enclave.

TENNIS

Tenetevi in forma con una partita di tennis con lo splendido sfondo della laguna di Venezia.

Il San Clemente Palace dispone di un campo da tennis professionale e di una vasta gamma di attrezzature Wilson.

Keep fit playing tennis with the amazing view of the Venetian lagoon as a background. San Clemente Palace offers a professionally designed tennis court with a wide selection of Wilson tennis equipment.

OUTDOOR SWIMMING POOL

La nostra piscina all'aperto da 20 metri vi invita a una rinfrescante nuotata o semplicemente a rilassarvi sulle nostre comode sdraio all'ombra di eleganti gazebi. Situata nel cuore del parco secolare la piscina è servita dal ristorante e bar & Brasserie *La Dolce*, dove gustare le eccellenze della tradizione italiana.

Our 20 mt (65 ft) outdoor swimming pool invites you to indulge in a refreshing dip or simply relax poolside on our comfy lounge chairs and under shaded canopies. Located in the hotel gardens, the pool offers a range of dining and drinking options, with La Dolce Bar & Brasserie close by, enabling you to enjoy the facility from sunrise to sunset.

JOGGING

Non c'è niente di meglio di avere a disposizione un'intera isola da esplorare a piedi. Il percorso si snoda per 1,5 km attraverso i giardini e le collinette del parco secolare. Per un'esperienza indimenticabile, le corse mattutine e serali si tingono dei colori mozzafiato dell'alba e del tramonto sulla laguna di Venezia.

There is nothing as wonderful as having a whole island to explore. San Clemente offers a jogging path that stretches along 1.5 km, making it the ideal place for a healthy and enlivening running activity. For a truly unforgettable experience, morning or evening runs are enhanced by the breathtaking colours of the sun rising and setting over the Venetian lagoon.

SPA ETIQUETTE

Per garantire un'esperienza rilassante e piacevole per tutti gli ospiti si prega di osservare le seguenti linee guida.

To ensure a relaxing and enjoyable experience for all guests please observe the following guidelines.

BOOKING

Per richieste o prenotazioni si prega di contattare la reception della SPA. Si consiglia la prenotazione anticipata per garantire la disponibilità di giorno ed orario desiderato.

For inquiries or reservations, please contact the SPA front desk. Advance booking is recommended to ensure availability of desired day and time.

email: longevityspa@sanclementepalace.it

telefono / phone: +39 041 4750 490 mobile (whatsapp): +39 327 1823 126

PAGAMENTO / PAYMENTS

Per gli ospiti dell'Hotel, i servizi saranno addebitati in camera e potranno essere saldati al momento del check-out. Per i non-resident guests è richiesto prepagamento corrispondente al 100% del servizio entro le 24 ore precedenti.

In caso di mancato pagamento, il trattamento non sarà ritenuto confermato.

For hotel guests, services will be charged to the room and can be settled at the time of check-out. Non-resident guests are required to prepay 100% of the service cost within 24 hours.

Failure to make the payment will result in the treatment not being confirmed.

CHECK-IN

Si prega di arrivare 30 minuti prima del trattamento. All'arrivo verrà richiesta la compilazione di un modulo per la definizione di esigenze specifiche e per consentire al personale qualificato di progettare l'esperienza di trattamento o un programma SPA più completo e personalizzato. Si raccomanda di lasciare qualsiasi oggetto di valore in camera o negli armadietti a disposizione negli spogliatoi.

The Longevity SPA declina ogni responsabilità in caso di furto o smarrimento.

Please arrive 30 minutes before the treatment. Upon arrival, you will be asked to fill out a form to define specific needs and allow us to design a treatment experience or a more comprehensive and personalized SPA program. It is recommended to leave any valuables in the room or in the lockers provided in the changing rooms. The Longevity SPA is not responsible for theft or losses.

RITARDI / DELAYS

In caso di ritardo si farà il possibile per garantire l'intera durata del trattamento prenotato. Tuttavia, qualora non fosse possibile, la durata dell'esperienza sarà inferiore e il prezzo verrà addebitato interamente.

In case of delay, every effort will be made to ensure the full duration of the booked treatment. However, if not possible, the duration of the experience will be shortened, and the full price will be charged.

POLITICA DI CANCELLAZIONE / CANCELLATION POLICY

È consentito cancellare e modificare le prenotazioni entro le 24 ore precedenti per non incorrere in penale. In caso di inferiore preavviso o di no show sarà addebitato l'intero costo dell'esperienza.

Reservations can be canceled or modified up to 24 hours in advance to avoid penalties. In case of shorter notice or no-show, the full cost of the experience will be charged.

REQUISITO DI ETÀ / AGE REQUIREMENTS

Per ragioni di salute e sicurezza, i ragazzi al di sotto dei 14 anni possono utilizzare la SPA esclusivamente in presenza di un genitore o tutore.

Dai 14 ai 18 anni, per effettuare trattamenti, è richiesta la firma di un genitore o tutore.

For health and safety reasons, individuals under the age of 14 can use the SPA only in the presence of a parent or guardian. From 14 to 18 years age, a parent or guardian's signature is required for treatments.

DRESS CODE

Agli ospiti dell'Hotel si consiglia di raggiungere la SPA direttamente in accappatoio. Durante il trattamento si richiede di indossare gli slip monouso forniti.

Hotel guests are advised to reach the SPA directly in a bathrobe. During the treatment, wearing the disposable underwear provided is required.

SPA THERAPISTS

Fanno parte del team *The Longevity Suite SPA* terapisti uomini e donne altamente qualificati e specializzati. Si richiede di segnalare eventuali preferenze in anticipo, il personale si impegnerà ad accontentare le richieste.

Highly qualified and specialized male and female SPA therapists are part of The Longevity Suite SPA team. You are asked to indicate any preferences in advance; the staff will endeavor to accommodate requests.

SPA FACILITIES

La Wet Area dotata di sauna e bagno turco è il luogo ideale per rilassarsi e rigenerarsi. L'area relax offre una selezione di *healthy snacks* e tisane per un momento di benessere completo. Si consiglia di usufruire delle *SPA Facilities* prima di qualsiasi trattamento, per stimolare la circolazione sanguigna e linfatica e massimizzare così i benefici.

The wet area is the perfect place to relax, including an indoor heated pool, a relaxation area with healthy snacks and herbal teas. It is advisable to use the SPA Facilities before any treatment to stimulate the circulatory and lymphatic systems and enhance the benefits of the treatments.

LONGEVITY FITNESS POLICIES

La palestra è equipaggiata con attrezzature Tecnogym. Si prega di indossare scarpe pulite e abbigliamento sportivo adeguato e di sanificare le attrezzature dopo l'uso. I ragazzi di età inferiore ai 16 anni devono essere accompagnati da un adulto quando utilizzano le attrezzature della palestra.

The gym is equipped with state-of-the-art Technogym equipment. Please wear clean shoes and appropriate sportswear and sanitize equipment after use. Children under the age of 16 must be accompanied by an adult when using the gym equipment.

AMBIENTE SPA / SPA AREA

The Longevity SPA è un luogo di rilassamento. Si prega dunque di rispettare il diritto alla privacy e alla tranquillità degli ospiti. Si richiede di mantenere un tono di voce basso, non fumare e silenziare il cellulare. È vietato effettuare foto e video in presenza di altri ospiti.

The Longevity SPA is a place of relaxation. Therefore, please respect the right to privacy and tranquility of other guests. Keep your voice low, refrain from smoking and silence your mobile phone. Taking photos and videos in the presence of other guests is prohibited.

SPA SHOP

Per prolungare i benefici dell'esperienza SPA a casa, una varietà di prodotti è disponibile per l'acquisto presso la reception o sul sito di *The Longevity Suite*.

To extend the benefits of the SPA experience at home, a variety of products are available for purchase at the reception or on The Longevity Suite website.

GIFT CARD

È possibile acquistare gift card cartacee o digitali. Le gift card non sono rimborsabili, hanno una validità di sei mesi a partire dalla data di emissione e devono essere presentate al momento del trattamento.

Both physical and digital gift cards are available for purchase. Gift cards are non-refundable, valid for six months from the date of issue and must be presented at the time of treatment.

NON-RESIDENT GUESTS

Ai Non-Resident Guests è consentito l'accesso alla Wet Area prenotando esperienze in SPA. L'accesso in palestra è riservato agli ospiti dell'Hotel.

Non-resident guests are allowed access to the Wet Area by booking SPA experiences. Access to the gym is restricted to Hotel guests.







T L S

THE LONGEVITY SPA presso SAN CLEMENTE PALACE

Isola di San Clemente, 1 Venezia

+39 041 4750 490 | +39 327 1823 126

longevityspa@sanclementepalace.it