

All'Augustus Hotel & Resort è nato un nuovo concept di benessere, che passa attraverso un percorso integrato di attività fisica indoor e outdoor immerso nel verde, speciali menù wellness e trattamenti professionali, nella nostra nuova Day Spa.

Qui, oltre ad un percorso di stanze di calore, jacuzzi e area relax, si può godere dei trattamenti viso e corpo realizzati con i prodotti Skinceuticals e Phytomer, dove nuove tecnologie e gli oligo-elementi del mare si fondono in perfetta sintonia.

Affacciato sul giardino, immerso nel verde e collocato accanto alla Day Spa, il nuovo concept innovativo di centro fitness dell'Augustus Hotel & Resort di Forte dei Marmi mette a disposizione degli Ospiti, moderni macchinari e attrezzature per l'allenamento della nuova linea Artis di Technogym, per la prima volta installata in Italia: prodotti cardiovascolari, forza e movimento funzionale che rappresentano l'eccellenza in termini di design, biomeccanica e tecnologia interattiva. Inoltre questi macchinari sono gli unici al mondo ecosostenibili, con tecnologia brevettata che permette di ridurre, riciclare e rinnovare l'energia.

I menù che seguono, con proposizioni legate ai prodotti stagionali del territorio, sono state studiate dal nostro chef in collaborazione con i nutrizionisti Technogym.

At Augustus Hotel & Resort a new concept of well-being is born, through an integrated course of physical activity indoors and outdoors immersed in nature, special menus, wellness and professional treatments, in our brand new Day Spa.

Here, guests can relax in a path of heated experience and enjoy treatments made with Skinceuticals and Phytomer products in which new technologies and oligodynamic elements melt together in a perfect synergy.

Overlooking the garden and situated next to the Day Spa is our fitness center, with the latest fitness machines and work-out equipment powered by Technogym Artis integrated collection of cardio, strength and functional equipment, which ensures the utmost in terms of design, biomechanical engineering and interactive technology.

This is the world's leading collection of environmentally friendly equipment: Its unique patent pending technology enables to reduce, recycle and even renew energy.

The following menus, with propositions related to the seasonal produce of the land, have been studied by our chef in collaboration with nutritionists of Technogym.

MENU ENERGY - ENERGY MENU

INSALATA DI PESCE AZZURRO MARINATO ALLE ROSE CON MANGO € 28,00
POMPELMO E SEMI DI CHIA

L'equilibrio dei nutrienti all'interno del pesce azzurro, abbinato ai poteri antiossidanti del mango, del pompelmo e alla ricchezza di omega 3 ed omega 6 dei semi di chia favorisce un'ottima digestione

*SALAD OF "BLUE" FISH MARINATED IN ROSEWATER WITH MANGO
GRAPEFRUIT AND CHIA SEEDS*

"blue fish" (mackerel, sardines or anchovies) provides a natural balance of nutrients and is combined with the antioxidant properties of mango and grapefruit and the omega 3 and 6 of the chia seeds, resulting in a nutritious and easily digested salad.

HAMBURGER DI CERNIA AL TIMO CEDRINO CON MELANZANE € 38,00
E ZUCCHINE, ESTRATTO DI MELONE BIANCO
E FRUTTO DELLA PASSIONE

La cernia, pesce nobilissimo dei nostri mari, incontra le proprietà antiossidanti del timo cedrino, la sapidità delle zucchine e le fibre delle melanzane, il tutto contrastato dall'acidità del frutto della passione.

*GROUPEL FISH AND LEMON THYME BURGER WITH AUBERGINES, ZUCCHINI,
WHITE MELON AND PASSION FRUIT EXTRACT*

One of the noblest of our Mediterranean fish, the grouper, is steeped in lemon thyme, rich in antioxidants, and combined with the flavour of zucchini and fibre of aubergine, whilst contrasted with the acidity of passion fruit.

TERRINA DI LATTE DI COCCO CON PISTACCHI, MANDORLE € 16,00
E FRAGOLE AL BASILICO

L'efficacia del latte di cocco per il sistema cardiocircolatorio e per l'assenza totale di lattosio, si affianca agli oli essenziali dei pistacchi e delle mandorle e alla freschezza delle fragole al profumo di basilico, preziosi alleati del nostro apparato digerente.

*TERRINE OF COCONUT MILK WITH PISTACHIO, ALMONDS
AND STRAWBERRIES WITH BASIL*

Lactose-free coconut milk, beneficial for the cardio circulatory system, is flavoured with the essential oils of pistachio and almond and accompanied by refreshing strawberries with basil; all excellent for our digestive system.

MENU LIGHT - LIGHT MENU

INSALATA DI AMARANTO CON RAPE ROSSE, SPINACINO E FINOCCHIO € 25,00
ESTRATTO DI CANTALUPO E CETRIOLO

La leggerezza dell'amaranto, cereale sacro per gli Incas, totalmente privo di glutine e ricchissimo di fibre vegetali, si incontra con l'antociano delle rape rosse la clorofilla dello spinacino e la funzione drenante del finocchio. La rotondità del cantalupo sposa la freschezza del cetriolo.

AMARANTH SALAD WITH BEETROOT, BABY SPINACH AND FENNEL
EXTRACT OF CANTALOUPE AND CUCUMBER

Light, gluten-free amaranth, the sacred cereal of the Inca and rich in vegetable fibre, meets the anthocyanin of beetroot, the chlorophyll of the baby spinach and the draining effect of fennel. The sweet flavour of the cantaloupe is wedded with the freshness of the cucumber.

TURBANTE DI PESCE SCIABOLA E VERDURE. ESTRATTO DI SUSINE € 38,00
SEDANO E MELA VERDE PROFUMATO ALLA LAVANDA

L'inconfondibile sapore del pesce sciabola, noto per la ricchezza di omega 3, si accompagna alle verdure di stagione all'acidità delle susine e della mela granny smith.

TURBAN OF SCABBARD AND VEGETABLES
EXTRACT OF PLUM, CELERY AND GREEN APPLE WITH LAVENDER

The unmistakable flavour of the scabbard fish, noted for its wealth of omega 3, is accompanied by seasonable vegetables and contrasted with the acidity of plum and granny smith apple.

YOGURT GRECO CON SAUTE' DI FRUTTI DI SOTTOBOSCO € 16,00
E MIELE AL KUMQUAT

La fragranza e la leggerezza dello yogurt greco, aromatizzato con il miele al kumquat, si abbina ai frutti di sottobosco in tepore.

GREEK YORGURT WITH KUMQUAT HONEY AND SAUTED MIXED BERRIES

The fragrant lightness of Greek yogurt flavoured with kumquat honey accompanied by warmed mixed berries.

MENU DETOX - DETOX MENU

RISO BALDO INTEGRALE CON ASPARAGI, SPINACINI E FIORI DI TARASSACO. ESTRATTO DI MELA VERDE, CETRIOLO E ZENZERO € 25,00

La ricca presenza di fibre in un riso integrale di qualità è abbinata all'azione drenante dell'asparago, dello spinacino e dei fiori di tarassaco. Il fresco estratto di mela verde si combina con le proprietà antinfiammatorie del cetriolo e dello zenzero.

WHOLEGRAIN BALDO RICE WITH ASPARAGUS, SPINACH AND DANDELION FLOWERS EXTRACT OF GREEN APPLE, CUCUMBER AND GINGER

The great amount of fiber of the wholegrain rice is combined with the draining powers of asparagus, spinach and dandelion flowers. The green apple fresh extract is mixed with the anti-inflammatory properties of cucumber and ginger.

QUINOA CON VERDURE AL SALTO. ESTRATTO DI ANANAS € 30,00
FINOCCHIO E LAMPONI

Il cereale Quinoa, nutriente e privo di glutine, sposa le verdure croccanti risultando altamente digeribile. Abbinato con l'ananas, i finocchi e i lamponi, ricchi di vitamine e sali minerali, raggiunge il suo perfetto equilibrio.

QUINOA WITH PAN-FRIED VEGETABLES. EXTRACT OF PINEAPPLE FENNEL AND RASPBERRY

The Quinoa cereal, gluten-free, is combined with crunchy vegetables and together with the pineapple, fennel and raspberry, rich in vitamins and minerals, they create a perfect balance..

TAGLIATA DI ANANAS E KIWI CON MIRTILLI € 16,00

La freschezza e la succosità di frutti, conosciuti per la loro facile digeribilità e la loro capacità drenante, sono ideale conclusione di un pasto depurativo.

SLICED PINEAPPLE, KIWI AND BLUEBERRIES

These easily digestible and juicy fruits, known for their purifying and draining qualities, are an ideal conclusion to this detox menu.