



Il design progetta l'home fitness. A casa come in palestra.

25 Gennaio 2024

di **Digital Team**



Progetto benessere. I grandi marchi dell'arredo pensano all'home fitness con soluzioni che coniugano funzione ed estetica

ADV

Inesorabili, dopo il periodo delle feste natalizie (così come, sei mesi più tardi, in vista delle vacanze estive) arrivano i consigli per smaltire la ciccia di troppo, accumulata con cenoni e scorpacciate varie. E allora, a profusione, ricette infallibili per addominali tartarugati, definizioni da Bronzi di Riace, eliminazione di pliche lipidiche antiestetiche; e poi, gli esercizi da fare in palestra e chi più ne ha. Come sempre, e ancor più per l'esercizio fisico, vale il discorso che ricette miracolose non esistono: funziona la testarda costanza, la programmazione, il darsi delle regole e degli obiettivi raggiungibili. Inutile pensare di trasformarsi in Mr Olympia in qualche settimana, ma qualche settimana di una attenta e giornaliera applicazione fanno molto. Se poi state un pochino all'occhio con la tavola, senza esagerare nelle privazioni sempre altamente controproducenti, vedrete che le cose funzioneranno. Veniamo al dunque: e se poi il tempo di andare in palestra non lo trovate, anche perché, come spesso succede, avete giusto un'oretta dopo il lavoro, proprio come tutti, e quindi trovate le palestre affollate come già il metro, tutte le sante mattine? Organizzarsi a casa è una soluzione che per molti funziona. I negozi e i brand del settore offrono una scelta di attrezzature enciclopedica. Anche alcuni marchi del design hanno da poco in catalogo alcune proposte che uniscono funzionalità e ricerca estetica curatissima.



Coppia di manubri da 2 kg, Poltrona Frau

Senza troppi giri di parole, Poltrona Frau ha chiamato la sua piccola collezione Fitness Collection. Realizzata in sinergia con **Giobagnara**, fa parte delle sue Beautilities ed è realizzata mixando inserti di **Pelle Frau® antiscivolo (dove necessita anche intrecciata) e legno di noce e tiglio.**



1 / 3

→
NEXT

Set manubri, Poltrona Frau

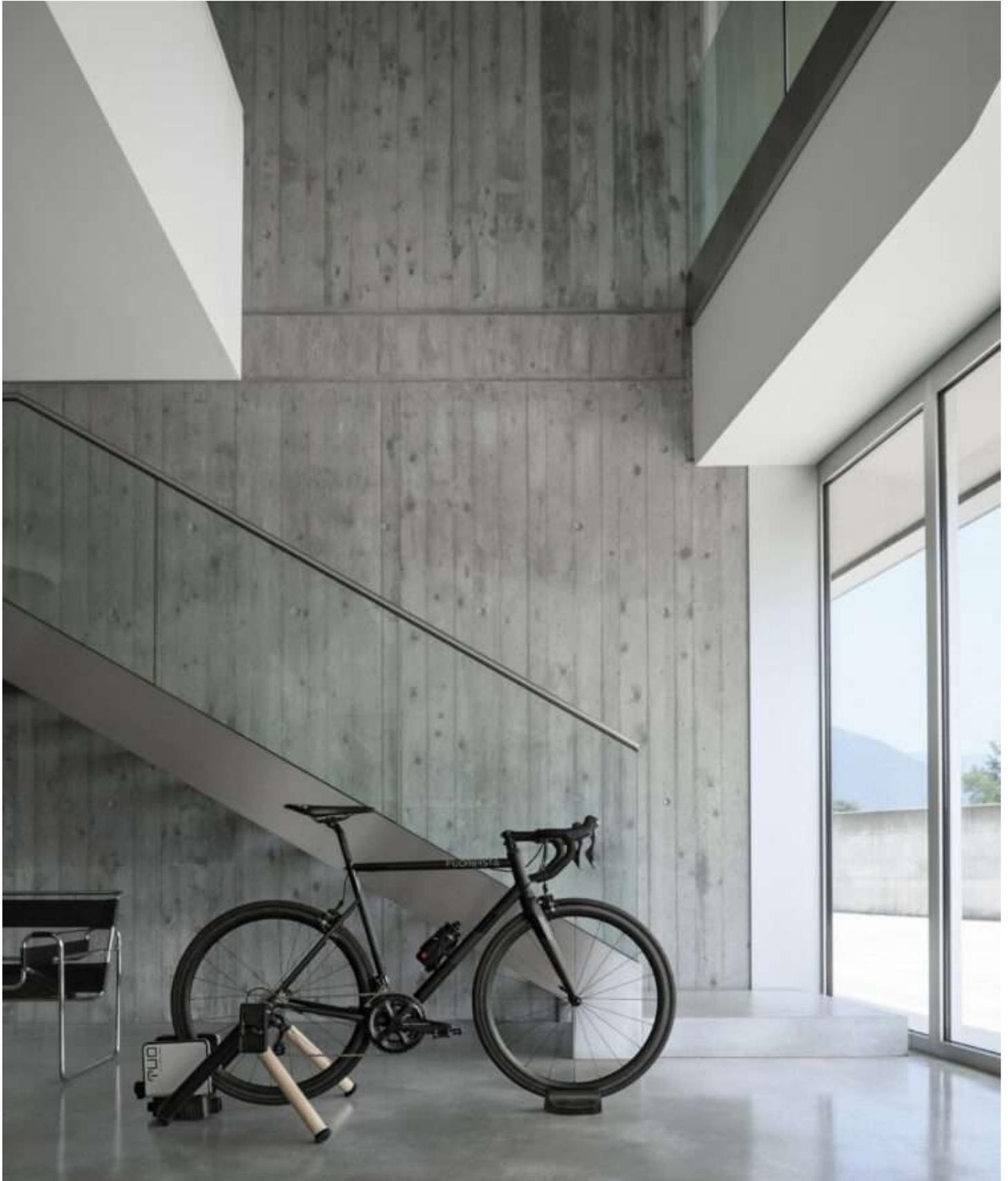
Andando al sodo, i “fitness aficionados” trovano due bel set di manubri, con vassoio d’appoggio **in legno rivestito in Pelle Frau®** e sostegni per i manubri; le coppie di manubri vanno da 2 a 6 chili, materassino yoga per esercizi a terra, corda per saltare. C’è anche una coppia di racchettoni, ma quelli in casa sono al momento sconsigliati.



HyperFocal: 0

Fuoripista Bike, Elite

Lontano è il tempo di quelle che si chiamavano semplicemente cyclette, spesso trabiccoli piuttosto antiestetici che finivano nascosti in bagno e poi velocemente in cantina. Anche in questo settore c'è stata un'evoluzione formidabile e l'industria ha sfornato bici da casa che sono prodigi di tecnologia e prestazioni. Nonché di estetica, perché oggi la "cyclette" si mette in bella vista in salotto. Un esempio è Fuoripista Bike, bicicletta senza ruote per l'home wellness proposta da Elite, design Adriano Design + R&D Elite. L'attrezzo permette di eseguire programmi di training personalizzati e interattivi, seguendo percorsi reali, virtuali e itinerari GPS, di allenarsi con un coach virtuale in base agli obiettivi prefissati o di connettersi alla community, pedalando online con altre persone. La linea di design e la scelta di materiali caldi e pregiati – legno di frassino, vetro stratificato, alluminio, acciaio e cuoio – ma anche tanta ergonomia fanno di questa stationary bike anche un oggetto d'arredamento speciale.



Se poi invece la bici ce l'avete già, sempre Elite propone Tuo, un rullo wheel-on super performante e interattivo, con variazione automatica della resistenza, su cui posizionare le vostre due ruote e pedalare in casa. Realizzato con materiali