

LA DESIGN GALLERY DELLA SETTIMANA È UN INVITO (SENZA SE E SENZA MA) ALLA REMISE EN FORME D'AUTUNNO

Che sia in palestra o a casa, il ritorno all'attività fisica segna l'inizio di un nuovo capitolo così

Di ISABELLA PRISCO 18/09/2020



Courtesy Photo Atelier Biagetti

Si scrive settembre, si legge gennaio: quando l'estate è ormai un ricordo lontano, è lì che inizia davvero il nuovo anno. Si parla di [back to school](#) per i più piccoli e di ritorno in ufficio per noi adulti, ma di fatto è per tutti il principio di un **nuovo capitolo**. Nonostante il lockdown e l'emergenza sanitaria abbiano tracciato nella nostra routine inedite grammatiche domestiche e sociali all'insegna del distanziamento fisico e di pratiche quotidiane alternative, la lista dei buoni propositi sembra essere sempre la stessa. Si volta pagina e, in cima alle voci, tra le migliori intenzioni, c'è sicuramente la **remise en forme: tornare in forma con l'arrivo dell'autunno** è il primo passo per un anno ricco di successi (o almeno ogni volta speriamo che sia così). Recitando tutte le mattine il solito mantra "*mens sana in corpore sano*", facciamo incetta di consigli su come recuperare quel certo tono, intenzionale e fisico, che gli aperitivi al tramonto e le pennichelle sotto al sole ci hanno portato inevitabilmente via. Ecco quindi che rinnoviamo gli **abbonamenti in palestra**, ci iscriviamo a nuovi corsi di Yoga HIIT, un particolare allenamento che combina lo Zen agli esercizi ad alta intensità, organizziamo sessioni di gruppo di Mindful Running, un mix bizzarro di corsa e meditazione, scarichiamo app dedicate allo sport e allarghiamo i nostri orizzonti sull'**home fitness**.

Sì, perché quest'anno l'alternativa alla sala pesi è il disimpegno tra l'ingresso e la cucina: sappiamo bene come **video-lezioni, dirette social e corsi in streaming** abbiano trasformato i mobili di casa in panche e supporti di vario tipo per allenare glutei e pettorali. Non ci sorprenderà quindi apprendere che in molti non faranno ritorno immediato in palestra per continuare con le proprie gym session casalinghe. Del resto, **siamo abituati a dedicare ore all'esercizio fisico dalle notte dei tempi**:

nell'Antica Grecia c'erano i *palàistrai*, nell'Impero Persiano i *Zurkhaneh*, luoghi sacri per gli atleti che praticavano il *varzesh pahlevani*, uno sport tradizionale che unisce abilità motorie, musica, arte drammatica e culto religioso. E poi da lì, facendo un enorme salto nel tempo, siamo arrivati alle **sale pesi a metà e fine Ottocento** che furono costruite soprattutto nei centri comunitari come l'YMCA e ampliate in seguito all'espansione delle aree urbane. Macchinari per migliorare la postura e rinforzare i muscoli, la maggior parte dei quali fu progettata dal medico svedese Gustav Zander alla fine del 1800, concorrevano sempre più alla definizione della cura del corpo. Poco più avanti, un secolo fa, le scuole iniziarono a dotarsi di palestre e, negli anni '50 specialmente le riviste iniziarono a promuovere nuove tipologie di training, rivolgendosi a un pubblico composto principalmente da ragazzi e uomini. Prima gli stabilimenti dedicati al culturismo oltreoceano, poi il boom del jogging, della corsa e dell'aerobica negli anni '70 e '80 portarono alla diffusione sempre più capillare delle palestre.



Palestre che oggi, cambiando inevitabilmente pelle (le abbiamo viste nel momento più fragile e delicato della **riapertura**), definiscono un nuovo rapporto tra spazio e attività motoria. L'home fitness non segnerà mai la fine dei centri sportivi ma si proporrà sempre più come valida alternativa. Così, mentre i colossi digitali inaugurano nuove forme di comunicazione (**Apple ha svelato pochi giorni fa Fitness+**, la prima esperienza di fitness studiata per Apple Watch che entro la fine dell'anno offrirà una serie di workout coinvolgenti e personalizzati), le aziende specializzate nella produzione di **attrezzature per il fitness** (e non solo) seguono a passo ritmato. Sulla scia di questa epocale trasformazione, vengono infatti presentate nuove soluzioni multitasking salvaspazio in grado di stimolare più distretti muscolari, innovativi accessori perfetti per integrarsi anche tra le mura domestiche, attrezzi funzionali quanto belli da vedere. Vi presentiamo così la **design gallery della settimana**, un invito senza se e senza ma a questa strana e insolita *remise en forme* d'autunno.

TECHNOGYM - COLLEZIONE PERSONAL



Courtesy Photo Technogym

Con il tocco progettuale di Antonio Citterio, la Collezione Personal di Technogym è una **linea di attrezzature cardio e functional** composta da Run, Recline, Cross, Kinesis e Power Personal. Destinati alla casa così come agli spazi wellness, i complementi fitness sono allo stesso tempo soluzioni decorative e funzionali. La linea è stata infatti appena aggiornata con la piattaforma Live, una consolle dedicata a training personalizzati che accede a una vasta libreria on-demand, classi live e sessioni one-to-one di allenamento cardio, forza, e routine per la preparazione atletica.

ELITE BY ADRIANO DESIGN - FUORIPISTA BIKE



Riccardo Urnato Fotografo srl

Si chiama Fuoripista la **stationary bike interattiva** messa a punto da Elite con la consulenza di Adriano Design: non è un semplice cyclette, ma una stazione smart senza ruote declinata appositamente per *l'home wellness*. Una volta in sella è possibile eseguire programmi di training personalizzati indoor che si snodano attraverso percorsi reali, virtuali e itinerari GPS. Realizzata artigianalmente, una volta non utilizzata si integra perfettamente con lo spazio che la ospita grazie al design elegante che prende forma da un mix composito di vetro, legno, alluminio, acciaio e cuoio.

EVER LIFE DESIGN - TAPE FIT



Courtesy Photo Ever Life Design

La progettazione di EVER Life Design rafforza la sua missione aziendale e introduce un nuovo concetto dedicato all'evoluzione degli spazi domestici ancora più focalizzato sul benessere di chi li abita: Tape Fit. Disegnato da Monica Graffeo, è un sistema attrezzato che si compone di fasce per l'allenamento in sospensione attraverso cui è possibile stimolare diversi distretti muscolari: si fissa alla porta o alla parete mediante un particolare blocco composto da una robusta staffa dedicata e da un moschettone che rende l'accessorio adatto a compiere più esercizi in diverse posizioni. Completano il kit il tappetino e il mattoncino per lo yoga in sughero naturale.

SCAVOLINI BAGNO - GYM SPACE



Courtesy Photo Scavolini

Rivoluzione domestica dell'allenamento indoor è sicuramente Gym Space, il sistema disegnato da Mattia Pareschi per Scavolini Bagno che **integra sala da bagno e palestra** per coniugare cura della persona e benessere fisico. Il cuore del progetto risiede nell'**inedita reinterpretazione della spalliera svedese**: il tradizionale attrezzo ginnico per arrampicate e trazioni, si trasforma all'occorrenza in una parete attrezzata pronta ad accogliere asciugamani, specchi, porta-sapone così come ulteriori attrezzature sportive, quali panche, elastici e trx.

www.scavolini.com

NOHRD - SWINGBELLS



Courtesy Photo NOHRD

È la ricerca di materiali naturali e l'attenzione rivolta al design dei complementi ideati che fa di NOHRD un'azienda in grado di coniugare bellezza e pragmatismo. Oltre ai tapis-roulant e allo storico WaterRower inventato da John Duke nel 1988, gli Swing Bells sono un esempio di particolare pregio: realizzati in vera pelle di alta qualità e cuciti a mano, sono una **variante moderna dei Kettlebell**, noti per gli allenamenti di crossfit. Indipendentemente dal fatto che siano appesi alla SwingTower o alla parete, occupano pochissimo spazio.



Courtesy Photo Vluv

Kristof Hock ha avuto l'intuizione nell'estate 2014 e dopo poco nasceva Vluv, un marchio tedesco che ha rivoluzionato il concetto di poltrona portando negli uffici, negli spazi pubblici e residenziali una speciale **palla imbottita ed ergonomica** da utilizzare come semplice seduta o supporto per l'allenamento. Tra le collezioni, protagoniste tra l'altro della **palestra dell'Elle Decor Grand Hotel 2019**, che differiscono per il tessuto impiegato, c'è **Velt**, la declinazione in feltro di lana merino.



Courtesy Photo Atelier Biag

Presentato da Patricia Findlay and Design Miami/ all'interno di una palestra virtuale creata in collaborazione con lo studio di Barcellona Six N. Five, Body Building 2 è il secondo capitolo firmato da Atelier Biagetti realizzato sulla scia del successo del primo progetto del 2015 curato da Maria Cristina Didero. La collezione (anche nella foto in apertura) comprende una ricca gamma di attrezzature sportive, tra cui spiccano una cavallina e un sacco da boxe. Cosa stupisce? Il particolare rivestimento dorato che decora **Bioveg**, una speciale pelle realizzata in poliestere riciclato recuperato da una serie di bottiglie di plastica.