



## FITNESS AT HOME

*Programmi workout da seguire in casa propria, con mini palestre allestite in interni ed esterni*

a cura di Tamara Bianchini — testo Piera Belloni

L'esercizio fisico è un aspetto della cura di sé da non trascurare mai. E potersi organizzare al meglio nell'intimità della propria casa è un piccolo gratificante lusso. Da Scavolini una proposta che risponde all'esigenza del training domestico, secondo il linguaggio del design: Gym Space, progetto di Mattia Pareschi, è un sistema completo per allestire una personale area fitness, in abbinamento alle collezioni bagno. Al centro del programma, la struttura in legno multistrato nella versione scura Core, o in quella chiara Blond, che reinterpreta la classica spalliera svedese e accoglie vari elementi, gli attrezzi per l'allenamento, panca e barra di trazione dove appendere gli anelli, e accessori come il pensile a giorno e la mensola in metallo Antracite

opaco. Gli arredi in questa composizione fanno parte della linea Juno: mobile contenitore laccato verde ottanio matt e basi sospese, con top in vetro lucido grigio ferro e lavabo integrato, specchio di cm 55x80, e lampada. [scavolini.com](http://scavolini.com)

A destra, per completare l'area gym con un pezzo d'autore, la Bike Personal su disegno di Antonio Citterio per Technogym. Una bici indoor di dimensioni compatte e di linea contemporanea, realizzata con materiali professionali e varie opzioni di training per personalizzare l'esperienza cycling. Di uso semplice, dotata di contenuti interattivi, e con sensori integrati. [technogym.com](http://technogym.com)

