



PALESTRA IN CASA +
PROGETTO D'INTERNI
+ PROGETTO VERDE

C O U P O N

Una zona fitness in un bagno di dimensioni contenute; una cucina comunicante con il soggiorno ma divisa da pannelli scorrevoli, e un giardino sul tetto.



Oltre alle consulenze personalizzate degli esperti, troverete in queste pagine risposte della redazione a quesiti di interesse generale. Se c'è un argomento che vorreste approfondire, un dubbio d'arredamento, uno spunto da proporre, potete inviare una e-mail a: redazione.bravacasa@rcs.it

p c o u p o n
r o g e t t o



COME TRASFORMARE IL BAGNO IN AREA FITNESS

di Barbara Gerosa - foto di Andrea Vierucci

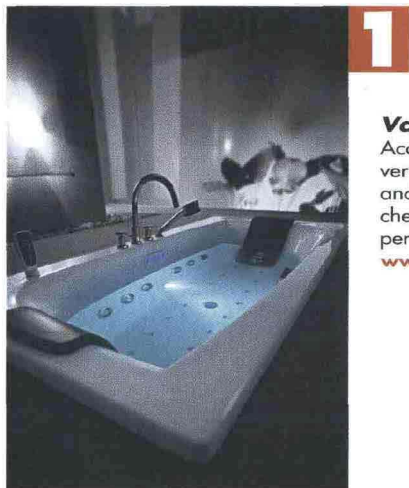
Sfruttando attrezzature compatte e speciali vasche idromassaggio. Complice un pavimento in legno a grandi doghe, sul quale camminare a piedi nudi.

RISPOSTA

Ad arricchire di funzioni questa "salle d'eau", giocata sul bianco e il nero, è la sinergia tra diverse componenti. Prima di tutto la **vasca (1)**, dotata di Blower System, che emette delicati getti d'aria, e di Idrocolore®, un dispositivo che convoglia la luce, in sei toni, alle bocchette mediante fibre ottiche. Collocata a centro stanza, è il modello Kaos di Ludovica e Roberto Palomba per Kos, con il bacino che occupa una superficie di cm 200x140. La vasca è esteticamente gradevole anche perché resta sollevata da terra grazie a una struttura in tubolare d'acciaio spazzolato, che la rende visivamente molto leggera. L'impiantistica è totalmente nascosta in un'intercapedine nascosta nel bacino. Il vero centro della palestra in casa è **Pattrezzatura (2)**. Qui si è optato per Unica di Technogym, un apparecchio che permette di eseguire, in appena 1,5 metri quadrati, oltre 25 esercizi diversi senza modificare alcun suo elemento. A rendere caldo e piacevole l'insieme è **il parquet in legno scuro (3)**. A torto ritenuto delicato, va però scelto con oculatezza. In genere, se il legno è massiccio, si preferiscono essenze stabili come teak e iroko, spesso impiegate anche all'esterno. Con i parquet prefiniti, invece, si può usare una gamma molto più ampia di legni perché la struttura della doga (formata da due o tre strati di legno incrociati tra di loro) garantisce resistenza anche all'umidità.

p c o u p o n
r o g e t t o

www.ecostampa.it

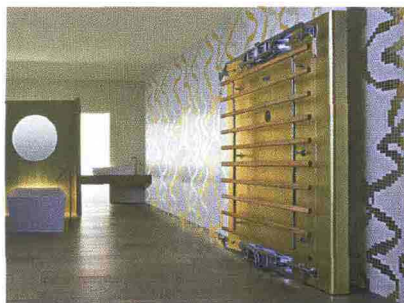


Vasca a ultrasuoni

Accanto, Nearia HF02, disponibile sia in versione da appoggio, sia da incasso, esiste anche con Hydrosonic, un brevetto esclusivo che abbina l'idromassaggio e gli ultrasuoni per un massaggio più profondo e completo.

www.teuco.it

*proposte hi-tech e décor
per il benessere domestico*



Attrezzature

Kinesis Personal, a sinistra in versione Gold, permette di eseguire oltre 200 esercizi in meno di un metro quadrato.

www.technogym.com

Sotto, la pedana vibrante migliora l'efficienza e la flessibilità muscolare e stimola il metabolismo.

www.powerplate.it



Parquet

Sopra, alcune varianti cromatiche delle Tavole del Piave® di Itlas, assiti prefiniti a tre strati di notevole stabilità. A sinistra, l'effetto materico del rovere tinto Maso. La stessa azienda produce anche il parquet in teak piallato a mano e con led integrati per creare giochi di luce colorata.

www.itlas.it

Piccoli lussi quotidiani

- Un **tv color** fissato a parete completa il bagno di queste pagine. Perfettamente scomparsa nel muro e con monitor a prova d'acqua (anche con vetro a specchio) è, ad esempio, il modello LCD 17" di Hantarex.
- La **console** Wii Fit prodotta da Nintendo permette di tenersi in forma davanti al televisore. Salendo su una pedana basculante che registra i movimenti, si segue un allenamento per migliorare la postura o semplicemente per rilassarsi.
- Un **contenitore** da cm 50x50x50 include diversi accessori per realizzare 30 esercizi

facendo lavorare tutti i muscoli del corpo. In più, pesando solo 15 kg, si sposta facilmente da una stanza all'altra. Il Fitness Cube di Domyos è in vendita da Decathlon a € 149.

- La **cyclette** e lo **step** Eco Power di Dkn trasformano in energia l'attività compiuta per allenarsi. Così, grazie a un generatore interno, si possono ricaricare batterie e Mp3.
- **Per saperne di più** sugli ultimi ritrovati techno per le spa, domestiche e no, i progettisti possono visitare la rassegna BENè in programma alla fiera di Vicenza dal 13 al 16 novembre (www.benewellnessexpo.it).



Bravacasa novembre/2008