

SPECIALE
100
 CLASSIFICHE
 delle
 eccellenze
 2008

COPERTINA **Classifiche**



I MIGLIORI ATTREZZI

- 1) Nintendo WiiFit, 40 esercizi di fitness su piattaforma multimediale
- 2) Suite Gym Luxury Fassi Sport, un macchinario per una gamma completa di accessori
- 3) Flexability di Technogym, una nuova macchina che consente l'allungamento muscolare
- 4) Power Plate my5, pedana vibrante per la tonificazione muscolare
- 5) Sneaker Campeggi, un attrezzo di design per il pilates mat e il relax
- 6) ProForm Wellness di Proform, una pedana per il training a vibrazione
- 7) Tapis roulant CTP 702 di Carnielli Fitness, classica pedana scorrevole per la corsa
- 8) DKN XG 10 di Dkn Technology, pedana vibrante che, in 60 secondi, allena i muscoli di tutto il corpo
- 9) RX7 - ciclo-Ergometro Kettler, cyclette orizzontale per il controllo dello sforzo
- 10) Treadmills Atala, cardio-training da salotto

CLUB E LE PALESTRE

- 1) Virgin Active (www.virginactive.it)
- 2) Fitness First (www.fitnessfirst.it)
- 3) Club Francesco Conti (www.clubconti.it)
- 4) Tonic Club (www.tonicnet.it)
- 5) Down Town Palestre (www.downtownpalestre.it)
- 6) Get Fit (www.getfit.it)



IN FORMA

I DVD E IL MEGLIO DELLA E-FITNESS

Le statistiche parlano chiaro. Gli italiani che fanno sport in modo costante sono pochi (secondo l'ultimo rapporto Osservasalute il 20,9% della popolazione). Però è un popolo in continua crescita, armato anche di buona volontà. Ma siccome quella, da sola, non basta, ecco che le case si riempiono di attrezzi di home fitness e di Dvd per non sbagliare neppure una mossa. La scelta è infinita. Per i puristi, non manca il

macchinario unico multifunzione, come la nuova Suite Gym Luxury Fassi Sport e, per i più pigri, c'è pure il training multimediale con Nintendo WiiFit. Da alternare al pilates mat sullo Sneaker di Campeggi, che non sfigura in salotto. Per un approccio professionale, invece, restano i club con centri attrezzati in tutta Italia. Con attività per ogni gusto e fisico... (Cristina Lantone)



I VIDEO GINNICI

- 1) Forti, sani e snelli in 30 giorni (Avo film)
- 2) Addominali e gambe con pilates - Gaiam (Cinehollywood)
- 3) Mtv Power Yoga (Paramount)
- 4) Fitness - Mantenersi in forma (Sitcom)
- 5) In forma ballando - Gaiam (Cinehollywood)
- 6) Total Yoga (Medianetwork)
- 7) Cindy Crawford - A new dimension (Millennium Video)
- 8) Mtv's Pilates (Paramount)

