



КОЛКО Е ВАЖНО ДА ИЗГЛЕЖДАШ ДОБРЕ

текст елка влаховска снимки пресофис на Атама

Run Personal

Напоследък у нас си проби път тенденцията заможните хора да обзавеждат домашен фитнес по последна дума на дизайна и технологиите. И като се замисли човек, далече по-трудно е да събудиш желанието да подреждаш спортния сак и да ходиш във фитнес залата, отколкото да тренираш в дома си. Още преди години хората у нас масово започнаха да си купуват фитнес уреди, да ги разполагат в някое от подземните помещения в къщата, да се хвалят на приятелите си с новата „екстра“ и след това всичко да потъва в забрава. Сега на мода са уелнес уредите, които хармонично се вписват в елегантния интериор на дома. И се ползват редовно! Неслучайно водещият производител на уелнес уреди Techpogut заложи на големите имена в дизайна, познати с емблематичните си разработки на мебели за водещи италиански компании. Едно от тези имена е Антонио Читерио, чиито постижения в областта на архитектурата и дизайна могат да се сравнят с приноса на Джорджо Армани за модната индустрия. Уелнес уредите, проектирани от Читерио за Techpogut, са елегантни, стилни и показващи класа, зад чиито видими проявления стоят перфектни материали и работа в дълбочина за детайлите. Не само за привържениците на **уелнес културата***, но и за ценителите на дизайна, системата Kinesis Personal предизвика революция в представите за спорт и естетика. С елегантна визия и дискретно присъствие в дома тя позволява да се извършват над 200 вида движения за гъвкавост, баланс, стойка, удължаване на мускулите само на 1 кв. м! Признавам си, че когато видях за първи път този уред, се захласнах от дизайна, но не можах да разбера веднага какви възможности предлага. Затова в цената му е включено и еднократно посещение на инструктор, който обяснява как се ползва уредът и какви са предимствата му. По-лесна за разгадаване, макар и с многобройни технологични екстри, е бягащата пътека Run Personal на Антонио Читерио за Techpogut – новият хит, който бързо спечели сърцата. Скъпа е колкото мебелите от висок клас не само защото е дизайнерско произведение, но и защото докато укрепваш здравето си и отслабваш, не спираш и да се забавляваш (iPod, iPhone, USB port и дигитална платформа за телевизия, радио и компютърни игри, а скоро ще може да се сърфира и в интернет). Цитирам приятелка, която я ползва: „Обожавам след работа да съм на пътеката, първо да си послушам музика, а после да чуя новините - модулът с телевизията ми е много полезен. Първо ходя по равното, после увеличавам наклона, после се спускам – най-различни варианти. Програмирам си скоростта, трудността и забавлението според настроението или физическата кондиция в момента. И неусетно отслабвам, което е супер!“



Kinesis Personal

КАК ДА НАПРАВИМ МОДЕРЕН ФИТНЕС У ДОМА

1 на върха и на светло

Ако преди години помещението за фитнес беше под нивото на къщата, сега тенденцията е top floor – на последния етаж, с поглед към открити пространства, слънце и зеленина.

2 архитектът помага

Много често клиентите възлагат на архитектурното студио, което прави интериора на дома им, да подбере и фитнес уредите. Архитектът може да изчисли правилно къде и как да ги разположи, но изборът на уредите е специфичен – всеки има индивидуални нагласи за спорт.

3 оптималният домашен фитнес

Експертите от Атама съветват: „Ако имате място за фитнес в дома около 20 кв. м, бихме предложили системата Kinesis, бягаща пътека и може би още един кардиоуред (степер или велоергометър) плюс комплект красиви дизайнерски гирчички за дамите. Ако човек търси по-силов натоваарвания, ще предпочете многофункционалния уред Упаса, вид гладиатор. Много хора търсят силов уред тип лежанка. Вариантите са разнообразни, но обикновено присъстват един или два кардиоуред, един или два многофункционални и примерно лежанка за коремни преси плюс гири и дъмбели.“ Повече информация на www.atama.bg.



* „Когато сме във форма да вършим онова, което желаем, без много усилия, когато можем да овладеем стреса, когато храненето е удоволствие, без да се превръща в пристрастяване, когато фитнесът е негледима част от нашия живот, само тогава напълно сме приели идеята уелнес“, казва Нерио Алесангри, създател и управител на уелнес компанията Techpogut.