

SALUTE: E' DI MODA LA PALESTRA IN CASA

4 Gennaio 2012

ROMA - Allenarsi a casa o in ufficio è la scelta di 2 italiani su 5 di quelli che dichiarano di mantenersi in forma regolarmente, soprattutto in questo momento che occorre rimettersi in forma dopo le cene natalizie.

Non a caso dal 2010 gli iscritti ai centri sportivi sono diminuiti del 25 per cento.

A disposizione della palestra 'casalinga' ci sono adesso strumenti come la cyclette connessa al web, la mini-bike, i macchinari sensoriali di Teca-The Hedge e console per videogiochi con attrezzi e programmi fitness.