

## MODELLO PROGETTUALE SMALL

### Dimensioni minime dell'area: 200 mq

L'area comprende diverse attrezzature per esercizi fitness a corpo libero e con l'ausilio di attrezzature specifiche polyvalenti che consentono allenamenti cardio e isotonici organizzati funzionali all'utilizzo da parte di utenti di diverse fasce d'età.

Nel suo complesso l'area small comprende **6 attrezzature** e consente l'attività a **15 utilizzatori** in contemporanea.

### Elenco delle attrezzature e codici identificativi.

- n. 1 step con altezza 40 cm, art. **CM 49-1 RD S - STEP 40** (pos. 1 e 2)
- n. 1 step con altezza 60 cm, art. **CM 49-2 RD S - STEP 60** (pos. 1 e 2)
- n. 1 bici per braccia inclusiva (diversamente abili); art. **FIT HD 1 S - THAI CHI SPINNERS + HAND BIKE** (pos. 3)
- n. 1 circuito corpo libero - workout (6 utilizzatori in contemporanea); art. **ST WO 23 RD S- CIRCUITO 6** (pos. 4)
- n. 1 barra push-up 3 altezze; art. **CM 34 RD S - Barre Basse Push Ups** (pos. 5)
- n. 1 barre parallele (adatte ai diversamente abili); art. **CM 40 RD S** (pos. 6)

## 15 UTILIZZATORI CONTEMPORANEI

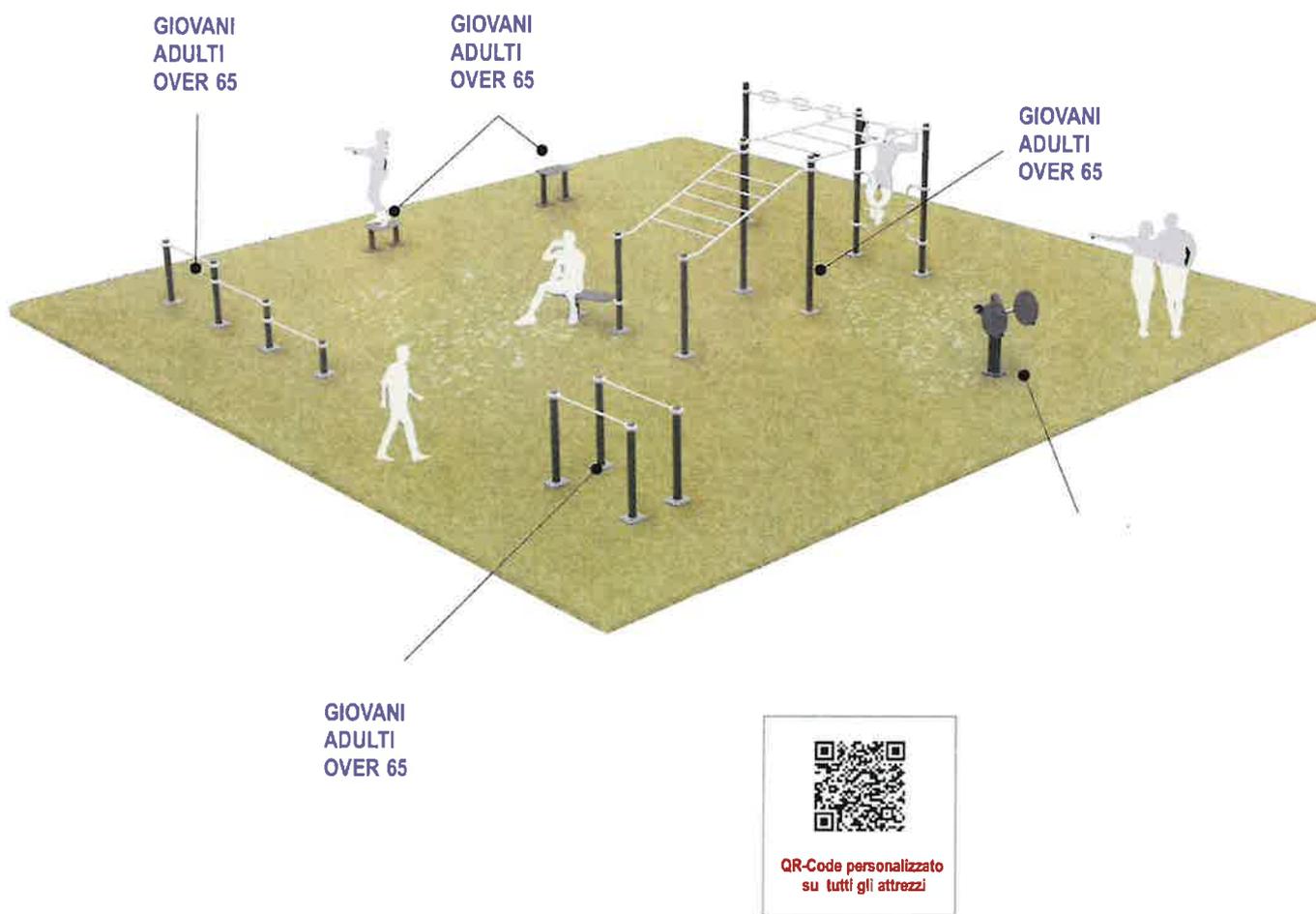


1. **STEP 40 CM**
2. **STEP 60 CM**
3. **HAND BIKE + THAI CHI SPINNERS INCLUSIVE -**  
*Macchina inclusiva con due postazioni per allenamento cardiovascolare e tonificazione con bici per le braccia da un lato e volani di rotazione dall'altro*
4. **CIRCUITO CALISTHENICS 6 POSTAZIONI -**  
*Pull Up bars, Panca reclinata addominali, Spalliera Svedese, Monkey Bars inclusiva, barre funzionali laterali, snake bar. Per 7 utilizzatori contemporanei.*
5. **SBARRA PUSH UPS 3 ALTEZZE**
6. **BARRE PARALLELE**

## TARGET DI UTILIZZO AREA SMALL

L'area fitness attrezzata comprende attrezzature funzionali all'utilizzo da parte di utenti di diverse fasce di età e di diverse abilità in forma inclusiva, come di seguito indicato:

- GIOVANI • ADULTI • OVER 65 • DIVERSAMENTE ABILI



**Cardiovascolare:** In questo circuito giovani ed adulti possono innalzare la frequenza cardiovascolare migliorando e mantenendo il proprio livello di allenamento.



**Allenamento isotonico:** apposite indicazioni offriranno supporto agli utenti con utili indicazioni sullo svolgimento degli esercizi in base alla loro età e livello di preparazione per allenarsi e mantenere la forma fisica.



**Il circuito Workout - art. KS-SW-22** consente molteplici attività dalla pratica del Calisthenics, per sportivi più esigenti e preparati, al mantenimento fisico per gli utenti over 65. Oportune illustrazioni e QR code spiegano come eseguire gli esercizi in sicurezza seguendo programmi di mantenimento ed allenamento.

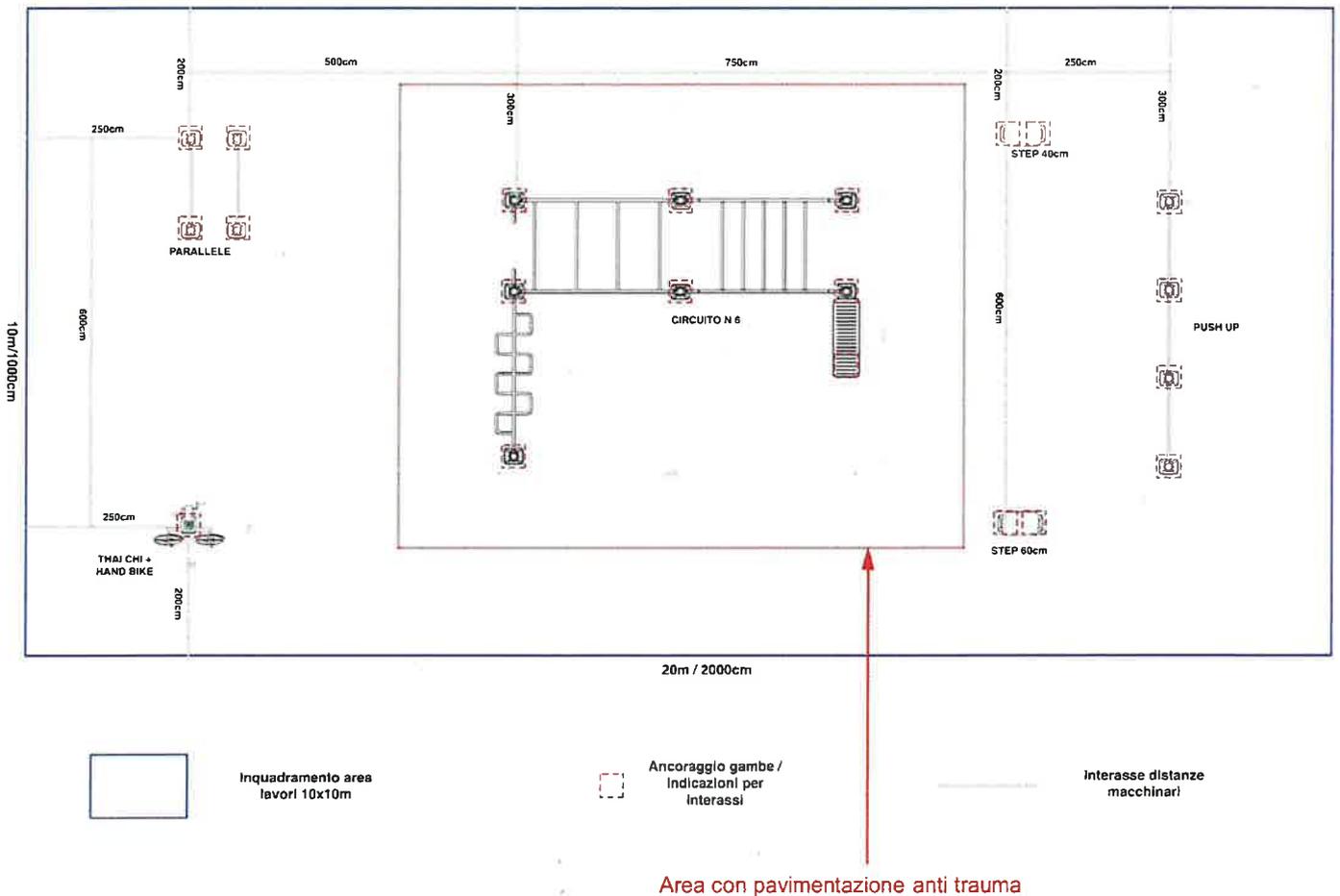


**ATTREZZATURA INCLUSIVA CERTIFICATA**

L'area comprende **attrezzature inclusive** utilizzabili da utenti aventi ogni tipo di abilità fisica ed intellettuale. Le soluzioni con il simbolo sopra indicato sono dotate del marchio "V4A" rilasciato da Village For All Italia, i massimi esperti in accessibilità ed inclusività. (segue descrizione dettagliata)

**DIMENSIONI AREA SMALL**

Superficie 200Mq.



**SEGNALETICA**



ogni area viene dotata di una tabella di benvenuto con tutte le indicazioni sull'età di utilizzo e sul corretto utilizzo degli attrezzi come previsto dalle norme EN -16630:2015 Saranno rappresentati i loghi previsti dalla committenza