



wellness concept

L'innovativa palestra della salute Healthfarm by Stilnuovo di Firenze sceglie Starpool come Wellness Partner

In un ambiente naturale e suggestivo, situata a due passi dal centro storico di Firenze, Healthfarm by Stilnuovo è la palestra della salute, progettata per offrire un percorso personalizzato verso la longevità sana, sia fisica che mentale.



Nello sport non contano solo l'allenamento intenso e la fatica, ma è importante saper dosare in modo intelligente salute mentale, riposo e recupero muscolare. Starpool, grazie alla ricerca scientifica e alla sua esperienza di quasi 50 anni nel campo del benessere, ha realizzato format innovativi interamente dedicati al pieno recupero psico-fisico e al miglioramento della performance, temi essenziali nella vita di ogni persona che pratica attività fisica.

Il metodo Starpool mette al centro l'individuo, apportando benefici a mente e corpo mantenendone l'equilibrio. Questo approccio si riflette nella progettazione e nella realizzazione di tecnologie e spazi dedicati al wellness, pensati non solo per il benessere psico-fisico quotidiano, ma anche per supportare le fasi di pre e post allenamento.

Starpool applica la ricerca scientifica alla creazione di tecnologie volte al benessere. Questi prodotti innovativi sono soluzioni Wellness che mirano alla rigenerazione mentale e fisica, al miglioramento della capacità di gestione dello stress, al rafforzamento del sistema immunitario e al potenziamento dei processi percettivi, motori e cognitivi.

Per completare la sua offerta e massimizzare il benessere dei propri associati, Healthfarm ha scelto le soluzioni innovative Starpool che favoriscono sia l'adeguata attivazione di preallenamento che l'opportuno recupero e rilassamento post-allenamento.

HEALTHFARM BY STILNUOVO: Un approccio integrato per un completo benessere

Questo spazio esclusivo è stato progettato per offrire un'esperienza di allenamento su misura, con un approccio integrato che combina tecnologia avanzata e attenzione alla salute psicofisica. Gli Health-Coach di Healthfarm, tutti chinesologi laureati in scienze motorie, guidano gli iscritti attraverso percorsi personalizzati di benessere, pianificando e programmando abbonamenti e protocolli di allenamento che rispondono alle specifiche esigenze individuali e al carico soggettivo di ogni iscritto.

Longevityfarm: un Progetto per la Salute a Lungo Termine

Il progetto Longevityfarm di Healthfarm punta a sviluppare per ogni persona una "longevità sana", secondo la vision aziendale "Your Healthy Longevity". Il Farmcoach, chinesologo specializzato, crea e monitora un protocollo personalizzato basato su allenamento, alimentazione, gestione dello stress e qualità del sonno. Utilizzando tecnologie avanzate, valuta parametri come composizione corporea, postura, metabolismo e forza per definire il percorso ottimale per ciascun iscritto.

Pilatesfarm e Biolisticfarm: Benessere e Postura

Questi programmi sono ideali per chi vuole migliorare il benessere, rafforzare la muscolatura e correggere la postura, prevenendo dolori articolari. Le attività promuovono una connessione mente-corpo tramite respirazione consapevole ed esercizi posturali, migliorando flessibilità, mobilità e coordinazione neuromuscolare. Per potenziare i benefici di queste attività, si utilizza la terapia a infrarossi con Infrared Lounger prima dell'allenamento, preparare in modo mirato la muscolatura profonda agli esercizi di allungamento e rinforzo. Le sessioni di Zerobody Dry Float, con esercizi di respirazione guidata, invece, aiutano a concentrarsi sul momento presente e a facilitare una transizione fluida verso le attività biolistiche successive.

Healthcarefarm: Prevenzione Terziaria

Questi protocolli sono pensati per supportare persone con patologie croniche, come obesità, diabete e cardiopatie, osteoporosi, sindrome metabolica e menopausa, adattando gli allenamenti alle esigenze individuali grazie alla tecnologia Biocircuit di Technogym. Per i soggetti con mobilità ridotta o tendenza alla sedentarietà, la terapia a infrarossi facilita

l'attivazione muscolare preallenamento, mentre le sessioni di Zerobody Dry Float aiutano a ridurre lo stress legato all'infiammazione cronica.

Fitnessfarm e Skills' Improvementfarm: Allenamento Metabolico

Questi programmi hanno l'obiettivo di migliorare la composizione corporea, la propria forma fisica, le capacità funzionali e scaricare le energie in modo divertente e dinamico. Utilizzando una varietà di musica, movimenti e attrezzature, gli allenamenti vengono modulati su diverse intensità per combinare l'aspetto metabolico e di forza in base all'obiettivo della lezione. Al termine delle sessioni, l'utilizzo di Zerobody Cryo contribuisce a ridurre l'infiammazione generata dall'allenamento, favorendo un recupero ottimale e donando una sensazione di energia e benessere.

Strengthfarm: Allenamento della Forza

Questi programmi sono dedicati allo sviluppo della forza, dell'ipertrofia e al miglioramento della tecnica esecutiva, con l'utilizzo di carichi elevati attraverso macchinari isotonici e pesi liberi. L'impiego di Zerobody Cryo prima dell'allenamento garantisce un'attivazione rapida e una connessione neuro-muscolare ottimale, migliorando così la performance durante le sessioni di forza.

L'area recovery, oltre a due Zerobody Cryo e quattro infrared lounge, include una Sport sauna che, grazie al suo calore secco e intenso, favorisce il rilassamento muscolare, migliora la circolazione sanguigna e potenzia le prestazioni atletiche. Il centro dispone inoltre di un'area medica con una sezione dedicata alla longevità, dove Molecular Hydrogen Booster, combinato con Zerobody Dry Float, permette l'inalazione di idrogeno molecolare. Questo potente antiossidante favorisce il recupero muscolare e migliora le funzioni cognitive, il tutto durante un'esperienza di galleggiamento asciutto

Healthfarm by Stilnuovo rappresenta una sinergia perfetta tra innovazione, salute e benessere, dimostrando come un approccio integrato e tecnologicamente avanzato possa migliorare la qualità della vita dei propri iscritti. Grazie alla collaborazione con Starpool, il centro offre un'esperienza unica e completa, che abbraccia allenamento, recupero e benessere.

Starpool - Wellness Concept made in Italy

Starpool da quasi 50 anni realizza prodotti e servizi pensati per il raggiungimento di un benessere fisico e mentale. Mettendo la persona al centro, con l'obiettivo di rendere il wellness una pratica accessibile e quotidiana, crea spazi e percorsi adatti a tutte le destinazioni, a fianco di progettisti, aziende e operatori dei settori hospitality, health, sport ed estetico. Il tutto seguendo la mission di un wellness tailor-made, per un benessere su misura che entra anche nel mondo private della casa, come parte della vita di tutti i giorni.

Alla base del DNA di Starpool ci sono calore, acqua e riposo, la cui alternanza genera benefici autentici che impattano positivamente sulla vita delle persone: dalla salute preventiva al recupero muscolare, dal vivere bene come allenamento quotidiano al benessere mentale.

Casa Starpool si trova in una vera e propria spa a cielo aperto, la Val di Fiemme, da cui trae continua ispirazione in uno scambio continuo, prendendone in prestito i materiali, come il legno, e restituendole un impegno costante e quotidiano per il futuro in termini di sostenibilità, a partire dallo sviluppo di tecnologie innovative di monitoraggio e risparmio energetico.

Con oltre 4.000 spa Starpool raggiunge 83 Paesi nel mondo, in cui è presente con 4 filiali estere e 32 distributori.

<http://www.starpool.com/>

Ufficio stampa DOC COM HUB

Media Relations | Francesca Riccardi +39 335 77 00 526

Press Office | Giorgia Giulianelli +39 347 290 4699

starpool.press@doc-com.it - www.doc-com.it