

Data: 13 giugno 2010  
 Testata: LA STAMPA.IT  
 Sito: [www.lastampa.it](http://www.lastampa.it)

# LA STAMPA.it TECNOLOGIA

ATTUALITÀ | OPINIONI | SPORT | TORINO | CULTURA | SPETTACOLI | TEMPO LIBERO | MULTIMEDIA | APPROFONDIMENTI | PIÙ LETTI E PIÙ VISI | ABBONAMENTI  
 FOCUS | TORINOSETTE | TUTTOLIBRI | TUTTOSCIENZE | TUTTOSOLDI | ARCHIVIO | SPECIALI PK

NEWS  
 13/6/2010

## Quando i videogiochi sbarcano in palestra



condividi

Materassini wireless e raggi laser per stare in forma divertendosi

ROBERTA HARESCI

ROMA

Pareti bianche che "vivono e interagiscono" attraverso proiezioni in 3D di luoghi e sport giocabili. Materassini per aerobica che comunicano attraverso una rete wireless. Raggi laser per allenamenti di tennis e arti marziali indoor. Si scrive XRKade ma si pronuncia videogiochi da palestra, l'active gaming creato a misura di bambino dai 4 ai 13 anni.



Il motivo per cui è nato è semplice: dare scacco alla sedentarietà in modo divertente.

L'obiettivo (raggiunto) è quello di far uscire di casa i giovani, mettendo ko l'individualità che caratterizza il mondo dei videogiochi tradizionali, favorendo e incentivando gli incontri in palestra, tra panche, pesi e tapis roulant. In America (tra Canada e Stati Uniti) ci sono già circa 300 centri di active gaming XRKade e qualche mese fa Michelle Obama, attiva sostenitrice della lotta contro il sovrappeso e l'obesità infantile, dopo aver visitato il centro di ricerca XRKade nell'Università della Florida ed esserne rimasta colpita, ha voluto attivare una collaborazione tra XRKade e l'organizzazione Let's Move da lei creata.

Il risultato è stato presentato ieri a Roma in anteprima europea, nel corso del Festival del Fitness al Foro Italico. A ben guardare i pargoli che si divertono a fare il gioco dell'acchiappa bandiera sul Muro Lightspace, sembra non l'abbiano mai fatto prima, neppure al parco. In fondo si tratta di un pavimento quadrato di 250 centimetri di lato, costituito da 36 mattonelle divise in quattro parti uguali. I bambini ci possono correre, saltare ed eseguire tutti i vari esercizi di coordinazione e stimolo dei riflessi avendo un istruttore a personalizzare, di volta in volta, le attività. I bene informati sostengono che i benefici dell'attività cardiovascolare sono solo la punta di un iceberg dove sono almeno tredici i colpi da soccare, proprio come fossero forze da mandare a bersaglio.

Che in pratica si traducono in: un miglioramento del rendimento scolastico; aumento delle capacità di concentrazione; aumento dell'autostima, della tolleranza e della conoscenza del proprio corpo; miglioramento dell'immagine di se stessi; riduzione dell'ansietà, dello stress e della depressione; miglioramento dell'umore; riduzione dei comportamenti iperattivi con un maggiore controllo dell'aggressività. E via dicendo. È la novità più trendy dell'estate, per chi ha voglia di trascorrere al chiuso di una palestra. "Basta scegliere il percorso da seguire su un ventaglio di attrezzi, per coniugare l'esercizio fisico e la voglia di divertimento e creatività dei più piccoli", ha spiegato Corrado Buonanno, presidente e amministratore delegato di XRKade Europe.

Lui sì che il mondo dei bambini lo conosce. Ha di fatto creato il fenomeno PlayStation in Italia nel suo ruolo di Presidente e AD di Sony Computer Entertainment Italia (dal 1992 al 2007). Ma, dopo aver capito che i pargoli rimanevano troppe ore al chiuso delle loro stanze, le vie della PS l'hanno portato in palestra, dove ha spostato molti videogiochi, trasformando il corpo dei pargoli in joystick, trasferendo il comando del gioco non più tra le mani del bambino ma sotto i suoi piedi. È questo il modo in cui XR-Board stimola l'equilibrio, portando in palestra discipline sportive come snowboard, skateboard e surf. Che dire delle altre 40 canzoni sulle quali ci si può sfidare con Bluffit? C'è anche Treadwall, muro rotante per fare delle spettacolari arrampicate. Unica anche l'esperienza col 3 Kick, sorta di pungball fisso con led luminosi e sonori che indicano le parti da colpire con pugni e calci. Da fare insieme agli amici, in palestra.

VA TIRI ARTICOLI | RUBRICHE

Il canale Tecnologia è a cura di Anna Masera

- giugno 2010
- maggio 2010
- aprile 2010
- marzo 2010
- febbraio 2010
- gennaio 2010
- dicembre 2009
- novembre 2009
- ottobre 2009
- settembre 2009
- agosto 2009
- luglio 2009

FEED

RSS

PUBBLICITÀ

Per partecipare iscriviti su:  
[www.barillacfn.com](http://www.barillacfn.com)  
 Milano, 29 Giugno 2010  
**BARILLA**  
 CENTER  
 FOR FOOD  
 &  
 NUTRITION

SPAZIO DEL LETTORE

BLOG LETTORI > tutti i blog

La squadra più antipatica del Mondiale  
 Journal intime

La vera "grande" paura del Paccs: Arcobaleno  
 Jambo Africa  
 Il blog mondiale di Marco  
 Rotte e Sud Ovest

Drinking  
 Sommare i rivoli

ANGOLO DEI GIORNALISTI

Red Blue China  
 Francesco Sisti  
 Scoperti e traditi in Cina

Diritto di cronaca  
 Flavia Amabile  
 L'ente che i Tenenti sgh'fog...

Straucuroppa  
 Marco Zatterin  
 Il Belgio e il rischio della...

\*tutti i blog dei giornalisti

PUBBLICITÀ

TUTTOAffari  
 I tuoi annunci on line

Il giornale su iPhone

LA STAMPA  
 Il tuo abbonamento