

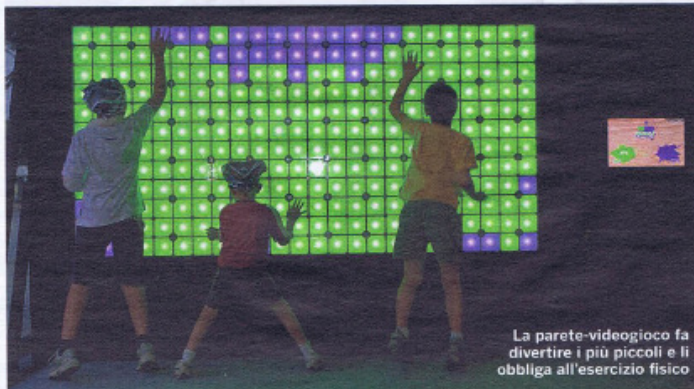


# WELLNESS

## PICCOLI VIDEO MOVIMENTI

DAL REGNO UNITO E DALLA FLORIDA LE NUOVE DISCIPLINE DEDICATE A BIMBI E RAGAZZI. PIÙ CHE GINNASTICA UN GIOCO, PER COMBATTERE L'OBESITÀ

di Lavinia Farnese



La parete-videogioco fa divertire i più piccoli e li obbliga all'esercizio fisico

**G**li occhi rivolti allo schermo, rapiti, e i corpi protesi alla consolle di turno: Playstation, Xbox, Wii. I bambini di oggi escono molto meno di quelli di ieri per trascorrere un pomeriggio al parco all'aria aperta; le dipendenze sono quelle legate al mondo virtuale dei giochi, alla vita sedentaria casalinga: così la percentuale dei bambini sovrappeso continua a salire. Ci sono però rimedi possibili. Arrivano dal Regno Unito, sono i villaggi fitness di Richard Branson, il fondatore di Virgin. Sono palestre con family club dove il benessere fisico della mamma s'intreccia con quello dei figli, a partire già dai 18 mesi, assistiti da trainer specializzati ([www.virginactive.it](http://www.virginactive.it)). Ma c'è pure una versione "corretta e riveduta" dei giochi virtuali in grado di non far ingrassare. Si chiama *Xrkade* ([www.xrkade.eu](http://www.xrkade.eu)): nasce quattro anni fa nei laboratori della South Florida University, all'interno di una campagna Usa per sensibilizzare la popolazione nella lotta contro l'obesità infantile;

piace anche alla First Lady Michelle Obama. *Xrkade* è approdata in Italia grazie a Corrado Buonanno, il "papà" della Playstation, e i due figli: Diego e Simone. In collaborazione con la moglie, Patrizia Cortesi, ex manager Technogym, Buonanno ha aperto il primo centro pilota europeo a Milano rivolto ai bambini fra i 3 e i 14 anni. «Sono stimolati a un'attività motoria cardiovascolare. S'immergono nel gioco e dimenticano che stanno facendo sport», spiega Buonanno. «Così non stanno più seduti sul divano di casa, ma in piedi prendono a pugni veri punching ball, testano il proprio equilibrio sull'X-board, si arrampicano su pareti mobili, fanno esercizio su pedane da ballo luminose e parlanti». Un'attività in grado di «strutturare la personalità, stimolare i riflessi, la coordinazione, l'equilibrio e il ritmo», rivela la pediatra Michela Todeschini. Aggiunge: «Acquisiscono anche schemi motori di base consoni all'età, riducendo aggressività e competitività». ←

## OROLOGI

di Augusto Veroni

### BVX

**BOTTEGA VENETA**  
 Cassa monoblocco in titanio PVD brunito (41 mm di diametro); movimento meccanico a carica automatica, di manifattura (realizzato da Girard-Perregaux); rotore in oro rosa, piccoli secondi e datario; cinturino in alligatore. Realizzato in collaborazione con SoWind Group (10.600 euro)



### J12

**CHANEL**  
 Cassa in ceramica high-tech (29 mm di diametro) impermeabile fino a 5 atmosfere; movimento al quarzo Swiss made; quadrante laccato, indici con diamanti, bracciale in ceramica high-tech e acciaio; disponibile anche con lunetta tempestata di diamanti (3.910 euro)



### Ladymatic

**OMEGA**  
 Cassa in acciaio (34 mm di diametro), impermeabile fino a 10 atmosfere; movimento meccanico a carica automatica, con scappamento Co-Axial e spirale in silicio; lunetta con 1,24 carati di diamanti, carrure in ceramica, bracciale in acciaio. In vendita (fino all'aprile 2011) nelle boutique Omega di Milano e Roma (10.300 euro)



## BEAUTY

di Giancarla Ghisi

### Bagnodoccia rivitalizzante

Un gel leggermente profumato si fonde con l'acqua e forma una cremosa schiuma. In un pack pratico sono contenuti estratti vegetali tra cui quello di arancia da agricoltura biologica; ha un effetto rinfrescante e non inaridisce la pelle (Bottega Verde, 6,99 euro)



### Energizing Body Wash

Un viaggio negli Usa. Il bouquet fresco racchiude pompelmo della Florida, erba del Kentucky, rosa gialla del Texas e acero del Vermont; una texture in gel che a contatto con l'acqua si trasforma in morbida schiuma che deterge con delicatezza (Tommy Hilfiger, 27 euro)



### Head To Toe Hydrator

Crema nutriente con estratto di latte vegetale e hydropenn, principio attivo brevettato dal potere idratante. Perfetto per il viso (giorno e notte), anche come maschera; su corpo, mani e persino sulle punte dei capelli per renderli morbidi (Sephora, 9,90 euro)

