

### *Vivere al meglio*

Le attrezzature Playfit sono particolarmente efficaci per le persone anziane in quanto consentono loro di eseguire esercizi di ginnastica dolce all'aria aperta. Gli attrezzi uniscono i vantaggi del massaggio a quelli dell'esercizio. In modo sorprendentemente semplice e allegro si possono migliorare la circolazione, la flessibilità e la coordinazione. Uno studio effettuato dall'Università di Scienze Applicate di Wiesbaden, in Germania, ha rivelato che l'aspetto gradevole e la semplicità di queste attrezzature sono aspetti particolarmente importanti per gli utenti anziani. Inoltre, queste attrezzature se installate in case di riposo per anziani favoriscono la comunicazione e le opportunità di contatto per le persone che vi abitano.

PLAYGROUND  
Tel. 011 2474 126

