

# Portafogli in forma

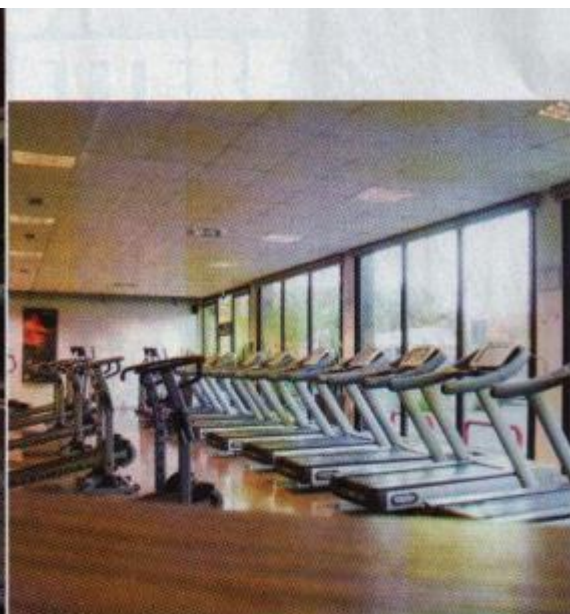
Imperversa nelle nostre città una nuova formula «tutto compreso» e a prezzi stracciati **per frequentare le palestre**

**Daniela Uva**

**D**ue ampie finestre al piano strada, che più che altro sembrano vetrine. Una piccola sala attrezzi di tutto rispetto, con tanto di istruttori pronti a realizzare una tabella di allenamento personalizzata. Una macchinetta automatica che distribuisce acqua e bevande energetiche. È tutto qui: siamo all'interno di una delle tante palestre low cost che ormai imperversano nella maggior parte delle città italiane. L'abbonamento annuale ha prezzi stracciati - si viaggia intorno ai 19 euro al mese oltre a una piccola quota associativa - ma i servizi sono ridotti all'osso. Alcune offrono corsi speciali, come pump e gag. Altre, per tagliare ancora di più sulle spese, puntano esclusivamente sugli attrezzi e hanno addirittura rinunciato alle docce, che si pagano a parte. Le catene a prezzi modici, nate negli Stati Uniti, sono arrivate anche da noi e nel giro di pochissimi anni sono diventate un vero e proprio fenomeno di massa, con i cartelli pubblicitari in tutti gli angoli delle città che rilanciano a suon di offerte al ribasso. Il segreto è tutto nelle spese contenute, non a caso questi centri fitness sono stati battezzati con il nome "budget club". Permettono di allenarsi ogni giorno, dal lunedì alla domenica.

In qualche caso sono aperti 24 ore su 24. Sono dotati degli stessi





Netta pagina a fianco alcune immagini delle palestre della catena «Gimmy». Qui sopra un centro «My Fit», che come tutti

quelli della catena è aperto 24 ore su 24. A destra una palestra «Hello Fit»

macchinari - dai pesi ai tapis roulant - che caratterizzano i club a cinque stelle, ma rispetto a questi offrono meno fronzoli. Niente bar, niente centro benessere, niente piscina, niente hostess sorridenti alla reception, pochissimi istruttori, la richiesta di una moneta in cambio dell'acqua calda sotto la doccia. Perché da queste parti la parola d'ordine è essenzialità. La quota di iscrizione oscilla intorno ai venti euro al mese e, in un ambiente non certo lussuoso ma comunque assolutamente dignitoso, è possibile dedicarsi al fitness senza spendere una follia.

Una delle prime arrivate, in Italia, è la catena Hello Fit che attualmente dispone di 11 sedi fra Liguria, Lombardia, Veneto, Friuli e Alto Adige e ha in programma di aprirne altre venti. L'abbonamento parte da 19,90 euro al

mese che comprendono l'accesso alla sala attrezzi e la possibilità di frequentare corsi come pump, gag, abs, ginnastica posturale e total body. Con una spesa extra si può anche usufruire del solarium, bere bevande idrosaline e allenarsi sulle pedane vibranti. L'apertura, ovviamente, è garantita sette giorni su sette. Per chi, invece, ha voglia di allenarsi anche in piena notte ci sono i centri della catena My Fit, che sono aperti 24 ore su 24. Qui tutto è su misura del cliente, perché la formula è "paghi solo quello che usi".

Che vale per i corsi, ma anche per la doccia e il phon, a disposizione con una spesa aggiuntiva. I centri in Italia sono tre: due a Parma e uno a Piacenza. I programmi d'allenamento sono numerosi e vanno da quelli studiati per le donne a quelli dedicati alle coppie. Senza dimenticare quelli pensati per chi mette per la prima volta piede in palestra. Gimmy è, invece, la palestra low cost che con una tessera prepagata consente di programmare i propri allenamenti e spendere di conseguenza. Se si decide di frequentarla lontano dalle ore di punta, quando c'è meno confusione, si spendono 16,59 euro al mese, se invece si preferisce l'assoluta libertà di accesso il prez-

zo lievita a 24,90 euro. Qui i servizi sono maggiori perché il centro dispone anche di un'area benessere e di un piccolo bar. Fra gli arrivi più recenti, a Milano, c'è invece l'ultima nata della linea Fit Star che sarà inaugurata a breve in corso Sempione ma che in città è stata preceduta dalle sedi di Corsico e Cinisello Balsamo, e che nel resto d'Italia si trova a Prato e Verona.

I centri sono aperti 24 ore su 24, sette giorni su sette e l'abbonamento base annuale parte da 19,90 euro al mese. La tassa di associazione, invece, costa la metà se ci si iscrive attraverso il sito. Ancora più economiche sono le palestre della linea Orange: sette centri fra Torino e provincia. In questo caso l'abbonamento base, da 19,90 euro al mese, include solo l'allenamento. Tutti gli altri servizi si pagano a parte, dalla doccia solare (tre euro a seduta), al centro benessere con sauna, bagno turco e doccia emozionale, al quale di può accedere con un gettone da 50 centesimi. La stessa cifra che serve per usufruire della doccia calda alla fine degli allenamenti. Per far sorridere fisico e portafoglio.

