

A FEDERICO PELLEGRINO IL TOP DI GAMMA TARGATO STARPOOL

Federico Pellegrino, atleta delle FFOO di Moena, è campione italiano, campione mondiale, medaglia olimpica di sci di fondo e spesso protagonista in Coppa del Mondo.

È attualmente il capitano della nazionale italiana ed eccelle grazie ad una meticolosa preparazione psicofisica. Il classe 1990 anche quest'anno sarà al via del Tour de Ski, che si concluderà in Val di Fiemme. Tra il campione valdostano e la Val di Fiemme c'è un saldo rapporto che consente a "Chicco" di sfruttare appieno la partnership con Starpool, l'azienda di Ziano di Fiemme che, grazie alla ricerca scientifica e alla sua esperienza di quasi 50 anni nel campo del benessere, ha realizzato un format innovativo interamente dedicato ad una serie di prodotti e programmi mirati al pieno recupero psico-fisico e al miglioramento della performance, temi essenziali nella vita di ogni sportivo professionista. Un format utilizzato da tanti altri campioni dello sport, e senza spostarsi tanto dalla Val di Fiemme anche da Dorothea Wierer, la biathleta altoatesina che ora vive poco distante da Ziano. Pellegrino a casa propria ha voluto portare il benessere scegliendo la tradizione della sauna e l'innovazione del galleggiamento asciutto di Zerobody Dry Float; due tra le attrezzature più rappresentative ed efficaci per vivere la salute e il wellness, che oggi più che mai assumono un ruolo importantissimo nella qualità della vita di ognuno di noi. Questo vale ancora di più per un atleta professionista, che sulla sua performance fisica e mentale punta tutto, e questo Federico lo sa bene. Ovviamente dopo le gare è importante per un atleta poter contare su questi dispositivi che sono presenti in molti centri wellness, ma Federico Pellegrino in occasione del Tour de Ski della Val di Fiemme potrà trascorrere il dopo gara presso la sede Starpool dove potrà ricaricare le proprie energie all'interno del Recovery Lab, anche perché l'hotel dove la nazionale italiana soggiorna da sempre si trova proprio a Ziano.

Federico Pellegrino è un perfezionista della preparazione: "Lo sci di fondo è una disciplina che richiede un grande impegno e spostamenti continui. Dopo un allenamento sfiancante o dopo un lungo viaggio per me diventa fondamentale poter recuperare le energie fisiche e mentali in modo rapido ed efficace. Ecco perchè ho scelto Starpool" E aggiunge: "Il mio sport è un mix di forza, resistenza, strategia e gestione dei tempi e del ritmo. Mi alleno con costanza e disciplina, poiché credo fortemente che il risultato arrivi con il duro lavoro e la concentrazione".

Grazie alla ricerca costante e alla collaborazione con centri di eccellenza, Starpool ha studiato per Federico un vero e proprio programma settimanale di allenamento: la sauna, seguita dalla reazione fredda adeguata, allena il cuore e il respiro per massimizzare la prestazione fisica, la forza esplosiva e la resistenza, drenando inoltre i residui metabolici come lattato e metalli pesanti. Il potere terapeutico del galleggiamento asciutto offre la massima espressione del riposo e del recupero, aiutando l'atleta ad ottenere il massimo dal suo corpo e dalla sua mente.

La sauna Starpool che utilizza Federico Pellegrino, grazie al suo calore secco e intenso, massimizza l'efficacia dei programmi di allenamento e concorre a potenziare le prestazioni sportive, elevandole sempre ai massimi livelli. Dal design ergonomico e funzionale, nasce per integrarsi perfettamente negli spazi dedicati al recupero.

Invece con la Dry Float Therapy, grazie ad una ridotta percezione della gravità e all'ambiente asciutto che non altera il sistema vestibolare, il cervello riconosce la possibilità di rilassarsi e di ridurre l'attivazione del sistema neuromotorio, innescando così un meccanismo virtuoso di rigenerazione sia fisica che mentale. Se integrata nell'allenamento con programmi di utilizzo specifici, la Dry Float Therapy attiva la circolazione e stimola il sistema cardiovascolare, grazie all'attivazione del sistema parasimpatico.

Starpool per gli sportivi in cerca di benessere propone anche Recovery Lab e Recovery Station, due format innovativi che mirano a massimizzare le performance sportive ponendo l'attenzione sul recupero, una fase da considerarsi fondamentale per l'allenamento. Integrando tecnologie come Finnish Sauna, Sport Infrared Cabin, Zerobody Dry Float, Ice Bath e Zerobody Cryo si riescono a rafforzare le fasi sia di pre che post gara, favorendo il focus mentale e garantendo un recupero ottimale.

Con oltre 4.000 spa Starpool raggiunge 81 Paesi nel mondo, in cui è presente con quattro filiali estere e 31 distributori. Info e dettagli su: www.starpool.com



Photo Gaia Panozzo