

# MAI PIÙ MAL DI SCHIENA

**Nogravity**, il rivoluzionario golf trainer per il sollievo di pro e amateur

Il benessere e la cura del corpo rappresentano ormai due degli aspetti fondamentali della vita quotidiana di ognuno di noi. Chi gioca a golf, a qualsiasi livello, sa quanto sia fondamentale curare o addirittura prevenire eventuali dolori alla schiena, causa di malesseri e fastidi che si tramutano in difficoltà oggettiva di poter eseguire uno swing naturale.

Una delle grandi novità del momento è rappresentata da Nogravity, attrezzatura nata e progettata specificatamente per migliorare le performance di qualsiasi golfista, dal professionista al semplice amateur, agendo in modo assolutamente innovativo nella sfera psico-motoria.

L'apparizione del primo prototipo è datata BMW Italian Open 2010, quando Nogravity è stata messa a disposizione dei professionisti in gara quella settimana al Royal Park I Roveri di Torino. Moltissimi coloro che non hanno voluto perdere l'occasione di usufruire dell'innovativa attrezzatura, sia al termine del giro sia prima della partenza. Sono bastati i primi passaparola per rendere addirittura necessaria una lista d'attesa; tra i più entusiasti Edoardo Molinari, che dopo averla testata si è dispiaciuto di non averla scoperta già dai primi giorni di prova campo: "Terminata la seduta ho provato una sensazione di grande rilassamento e leggerezza alle gambe, ideale soprattutto dopo un'intera giornata trascorsa sul campo da golf". Anche Matteo Manassero, all'esordio lo scorso anno a Torino tra i pro, non ha voluto perdere l'occasione: "È molto rilassante e mi ha colpito soprattutto perché permette un recupero più rapido dopo 18 buche dei normali trattamenti". Oltre ai protagonisti dell'Open, Nogravity è stata provata con curiosità anche da Silvio Grappasonni, professionista e commentatore Sky: "Il sollievo che si prova dopo una sola seduta è incredibile, soprattutto dopo aver passato diverse ore a giocare. Adesso più che mai, con i carichi di lavoro a cui sono sottoposti i professionisti, avere uno

strumento del genere è basilare per recuperare stress e stanchezza fisica e mentale". Alberto Binaghi, responsabile delle squadre nazionali dilettanti e coach di Manassero, l'ha definito un ottimo strumento per recuperare in fretta la condizione migliore, mentre Piero Sabellico, maestro della Scuola Nazionale Professionisti ha detto: "Dopo 18 buche è il miglior rigenerante per gambe e schiena; in 20 minuti di seduta si ritorna carichi e pronti per ricominciare".

Il concetto è quello del galleggiamento a sospensione in "assenza di gravità" in una vasca che consente la completa distensione della colonna vertebrale e un sensibile allungamento già dalla prima seduta, della durata di 20 minuti, risultato che difficilmente sarebbe ottenibile con attività di stretching. La condizione di totale sospensione, unita alla pressione e alla temperatura dell'acqua personalizzabili, creano un effetto decontratturante dell'apparato muscolo scheletrico, facilitando l'eliminazione dei tipici dolori lombo sacrali di cui soffre ogni golfista, con un aumento dell'elasticità e della torsione del busto, fondamentali per l'angolazione del back swing e per la velocità di passaggio attraverso la palla. La completa immersione nella calde acque di Nogravity è praticabile anche da vestiti senza il contatto con l'acqua e permette il totale rilassamento della mente, facilitando una veloce e migliore qualità del sonno, aumentando così la concentrazione e una condizione di centratura corpo-mente, mantenibile nel tempo. Il calore, utilizzato come miorelissante, resta il cardine su cui tutto poi viene articolato. La posizione di galleggiamento a sospensione dona scarico articolare a tutto il rachide, articolazioni cocco-femorale, ginocchio



NOGRAVITY PERMETTE DI IMMERGERSI COMPLETAMENTE IN 400 LITRI D'ACQUA ANCHE VESTITI (SENZA BAGNARSI)

IN APERTURA, MATTEO MANASSERO, UNO DEI PROFESSIONISTI CHE HA PROVATO NOGRAVITY LO SCORSO ANNO A TORINO

e spalla. La pressione costante dell'acqua provoca il riassorbimento precoce di tutti i cataboliti prodotti dalla performance; tutte le circolazioni interne dell'acqua aumentano tale riassorbimento.

**Chiediamo a Daniele Cantoni, appassionato golfista e titolare della Technodesign, società che ha appena terminato lo sviluppo di Nogravity, com'è nato questo progetto.**

"Come spesso accade, le grandi invenzioni nascono per caso; mi ricordo che fu proprio un caso che qualche anno fa che, al termine della prima di due giornate di una gara di doppio, il mio compagno mi disse "ho la schiena a pezzi mi dispiace domani non me la sento ..." mi ricordo che lo caricai in macchina e lo portai in azienda, e lo feci dormire 30 min. su una delle nostre più importanti attrezzature rilassanti per spa e centri benessere, e, per farla breve si rialzò rinato e senza alcun dolore, il giorno

successivo terminammo la gara senza alcun problema. Fu proprio lui il primo golfista che installò in casa propria il prototipo di quello che sarebbe diventato Nogravity. Da allora partì un articolato progetto che permise grazie a un'equipe di medici sportivi e fisioterapisti, di trasformare un nostro prodotto "benessere" in quella che da alcuni professionisti del settore è stata definita "una delle più innovative attrezzature create per il golfista".

**Pregi e difetti di Nogravity?**

L'unico difetto è che non è possibile spiegarla, se non la provi non puoi capire, tutti quelli che la testano utilizzano spesso una comune frase "non avrei mai immaginato". I pregi sono che può essere installata ovunque, non necessita di carico e scarico, basta una semplice presa di corrente, e l'acqua si cambia ogni due anni circa con normale acqua di rubinetto.

**Controindicazioni?**

"Nessuna, si immagini che è una delle poche cose che possono fare le donne

in cinta per alleviare i dolori alla schiena".

**Il mercato come ha risposto?**

"Siamo appena partiti, ciò nonostante alcuni golfisti in Italia e negli Stati Uniti l'anno già installata in casa, e stiamo ricevendo richieste dai circoli di golf, con e senza centro benessere". Un nuovo golf trainer vi aspetta per rigenerare corpo, mente e soprattutto swing.

**Provare per credere**

Da settembre partirà un "demo day" che toccherà alcuni circoli in tutto il territorio nazionale, dando così la possibilità ai propri soci di provare gratuitamente i benefici di Nogravity. Per informazioni: [www.nogravity.biz](http://www.nogravity.biz)

Quattro le differenti fasi di trattamento che si possono impostare: pre-gara, post-gara, post-trauma e rilassante. Ogni impostazione modifica i vari parametri della vasca, quali il tempo di galleggiamento, le pause, i massaggi e le temperature in relazione al risultato che si desidera ottenere.