



РОССИЙСКАЯ
СТРОИТЕЛЬНАЯ
НЕДЕЛЯ

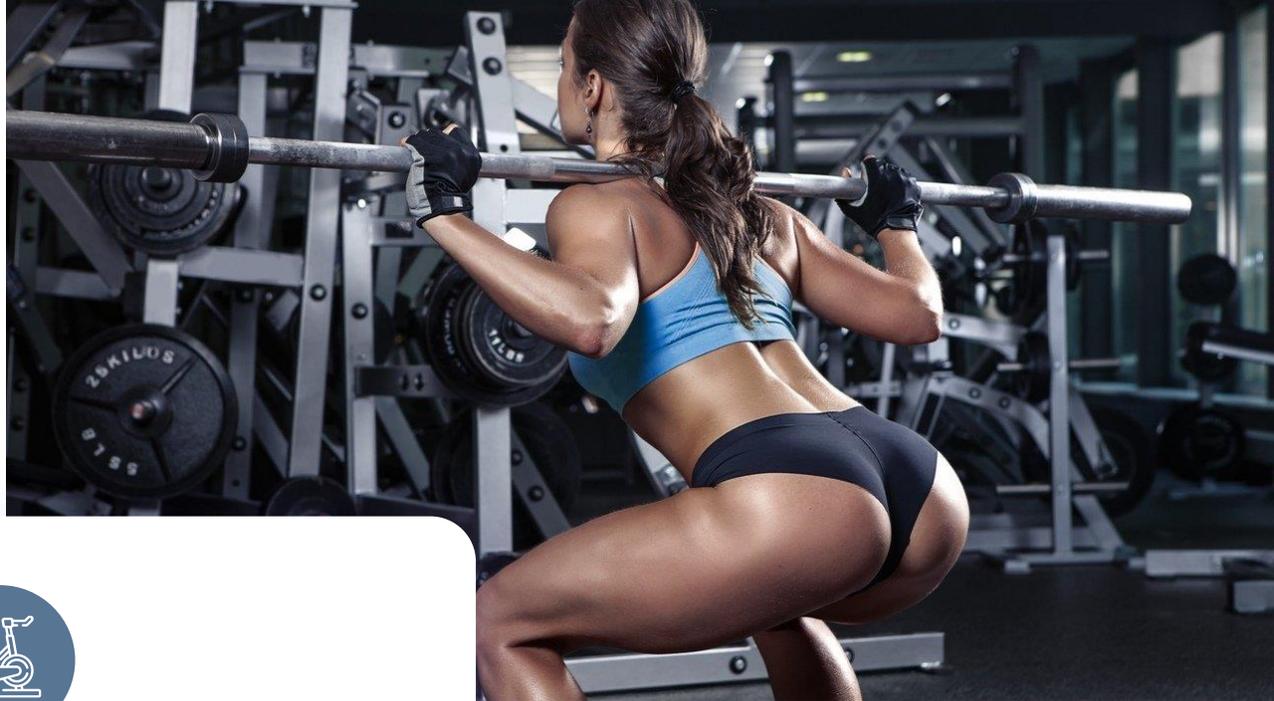
Спорт



Мария Кукса

Руководитель отдела продукта
и аналитики GloraX

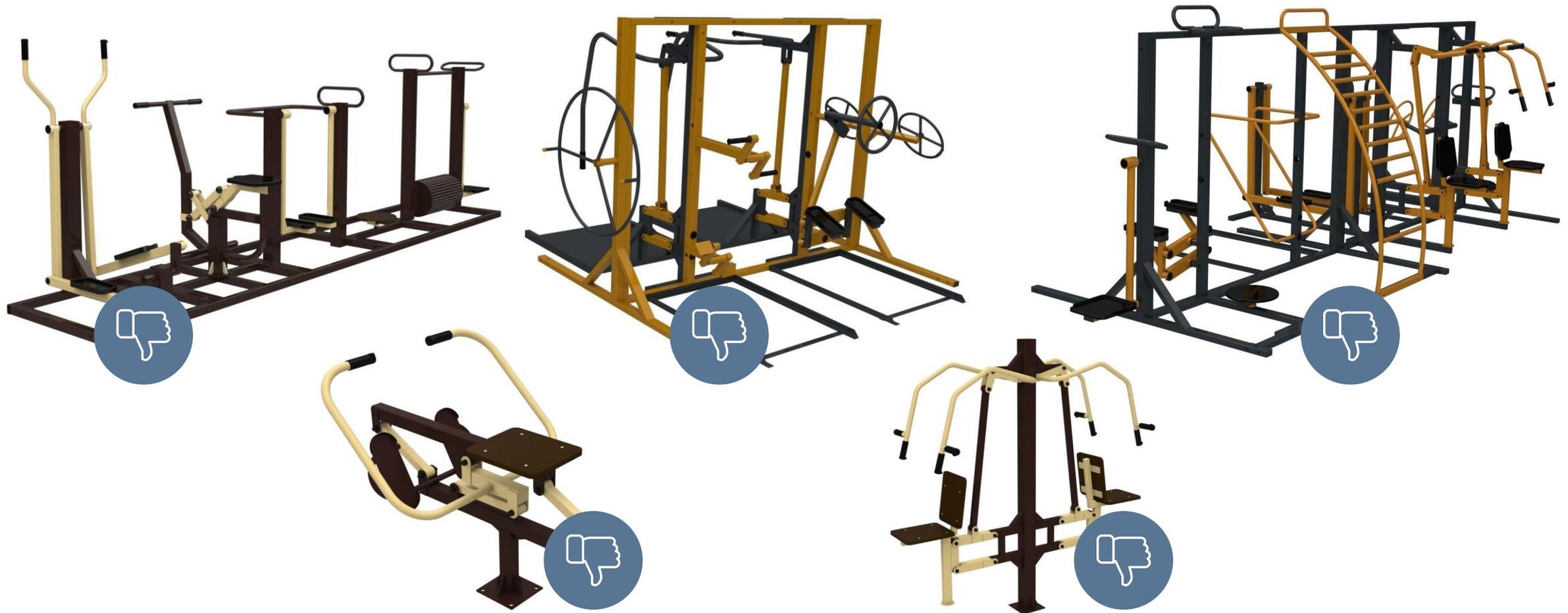
GloraX



Устаревший подход

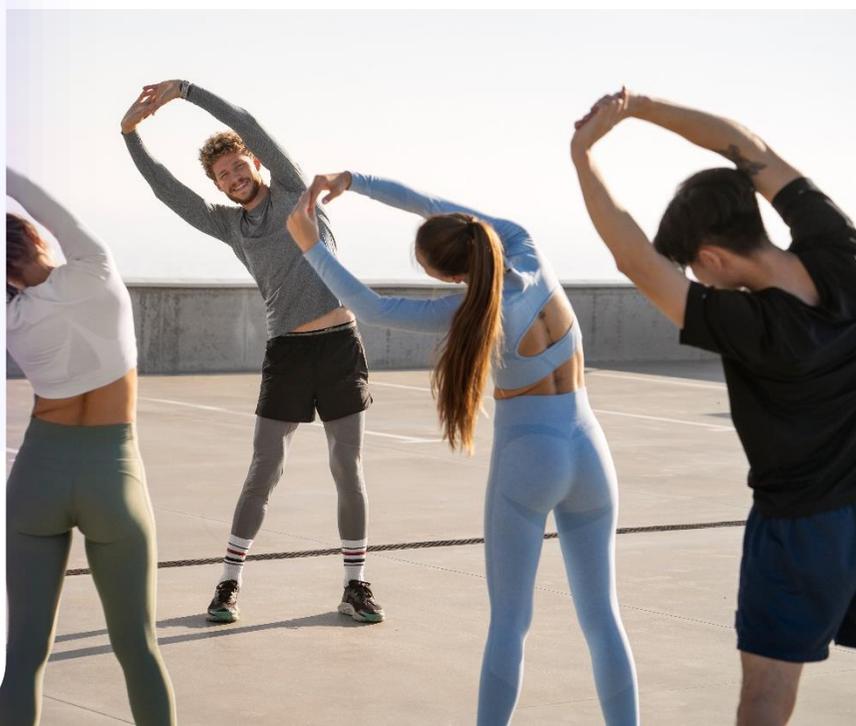


Тренировочные залы и спортплощадки сплошь усыпаны тренажерами, на которых человек либо лежит, либо сидит. В реальной жизни наши мышцы так не работают



01

Опорно-двигательный
аппарат человека
эволюционно
предназначен для
ходьбы, бега, броска,
тяги, толчка, прыжка



02

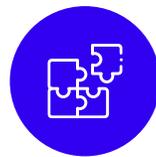
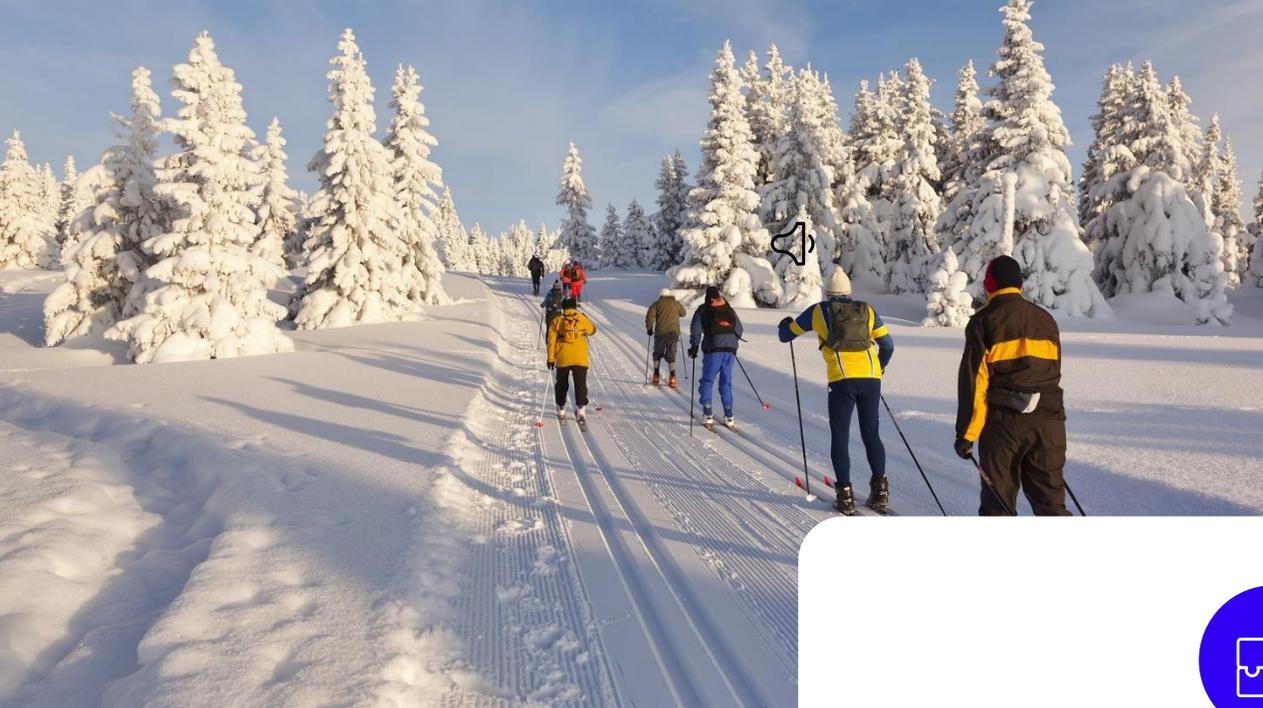
Форма должна следовать за функцией. Контекст тренировочного движения должен максимально тренировать эту функцию



03

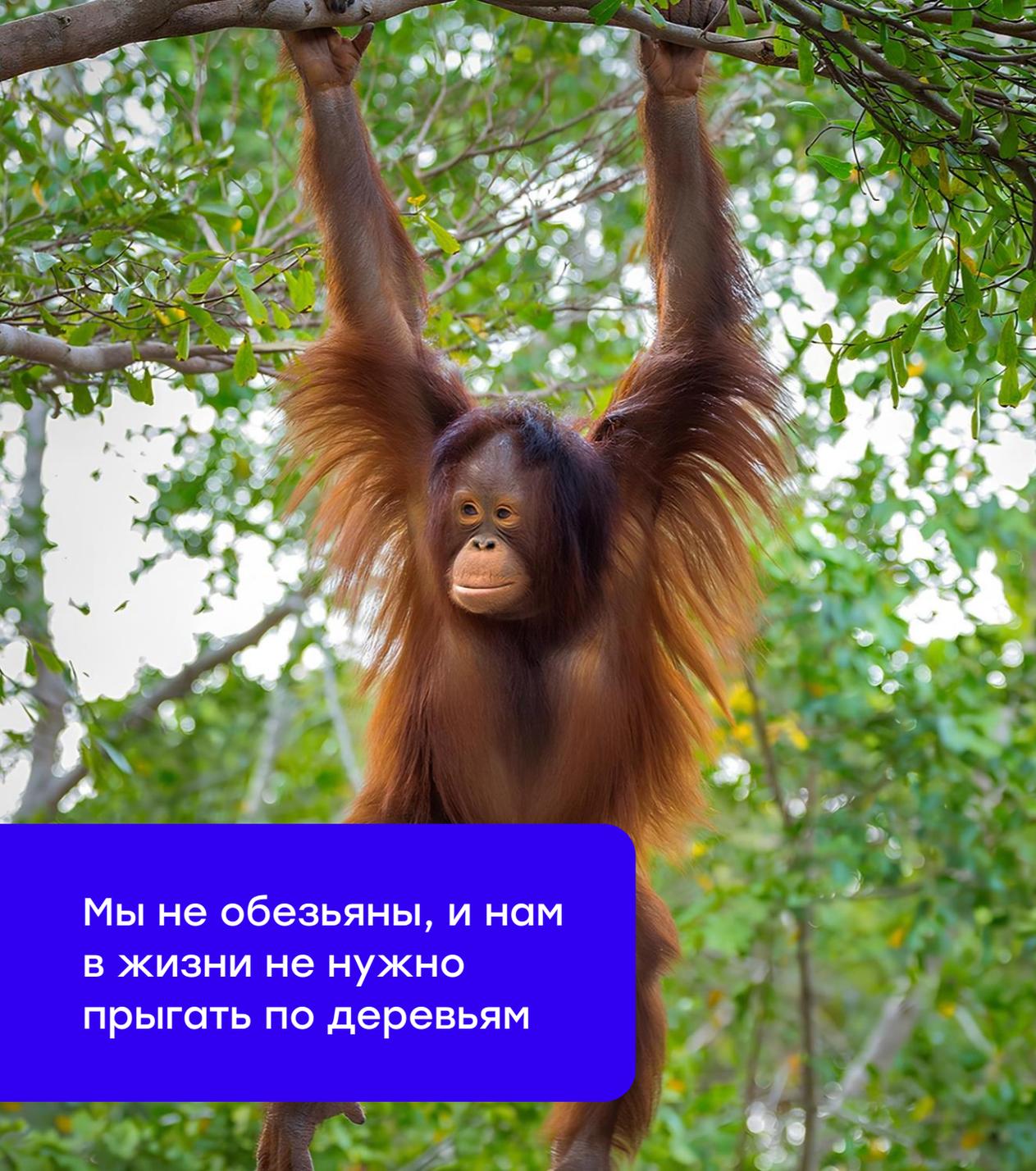
Концепции должны
быть основаны на
строении тела – теория
анатомических поездов
и функциональных
линий Томаса Майерса





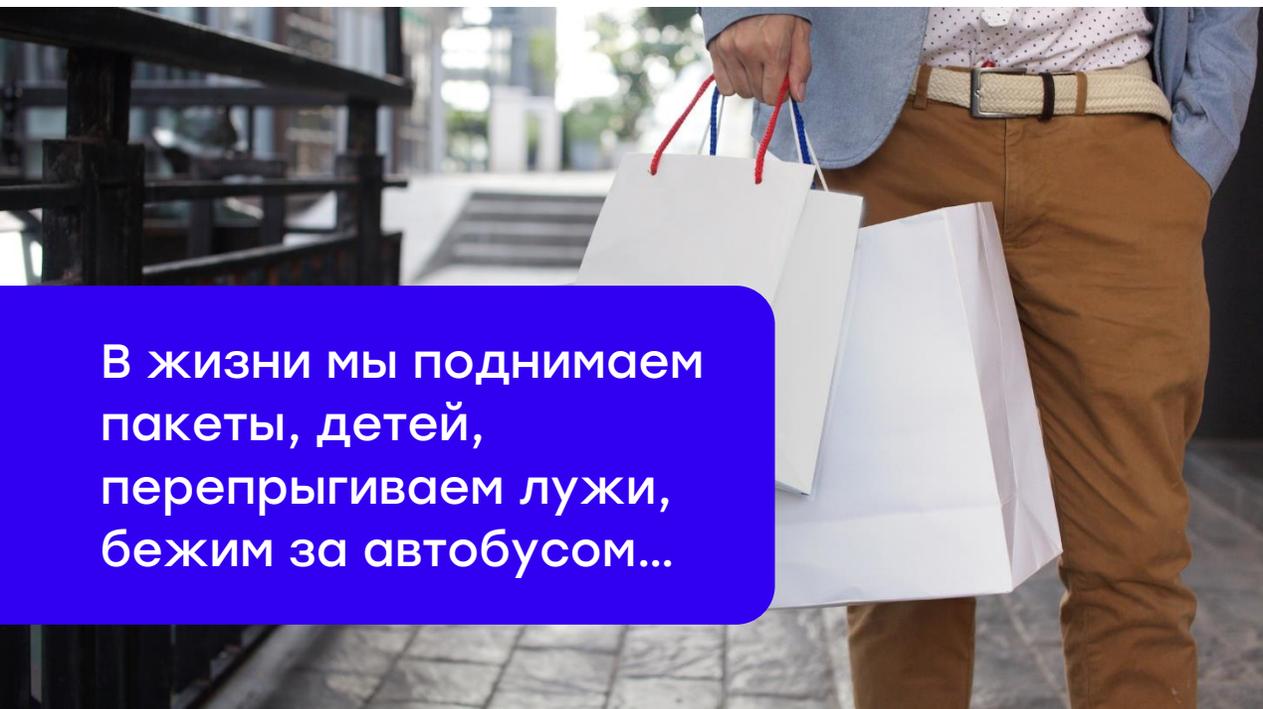
Современный подход



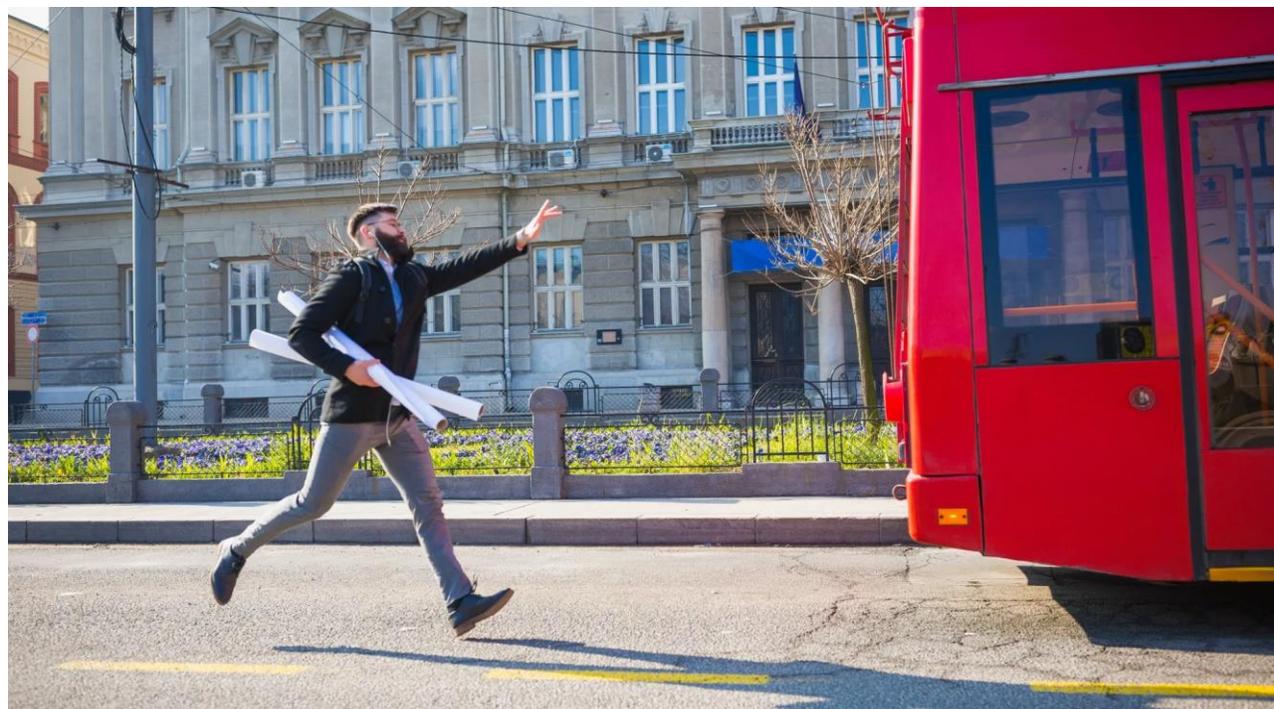


Мы не обезьяны, и нам
в жизни не нужно
прыгать по деревьям





В жизни мы поднимаем пакеты, детей, перепрыгиваем лужи, бежим за автобусом...



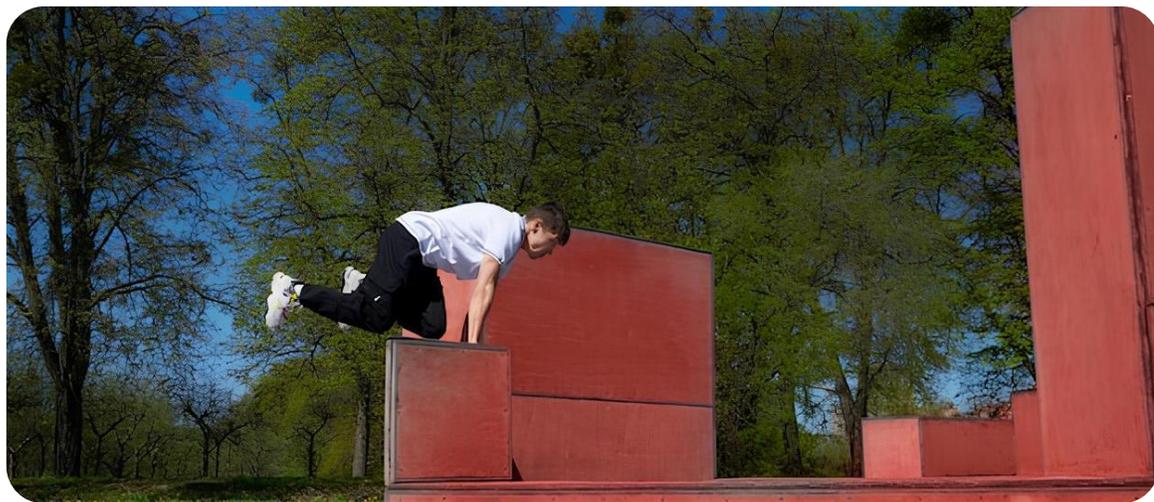
Спорт и развитие через улучшение биомеханики и здоровья

Футбольные поля, волейбольные, баскетбольные и скейт площадки



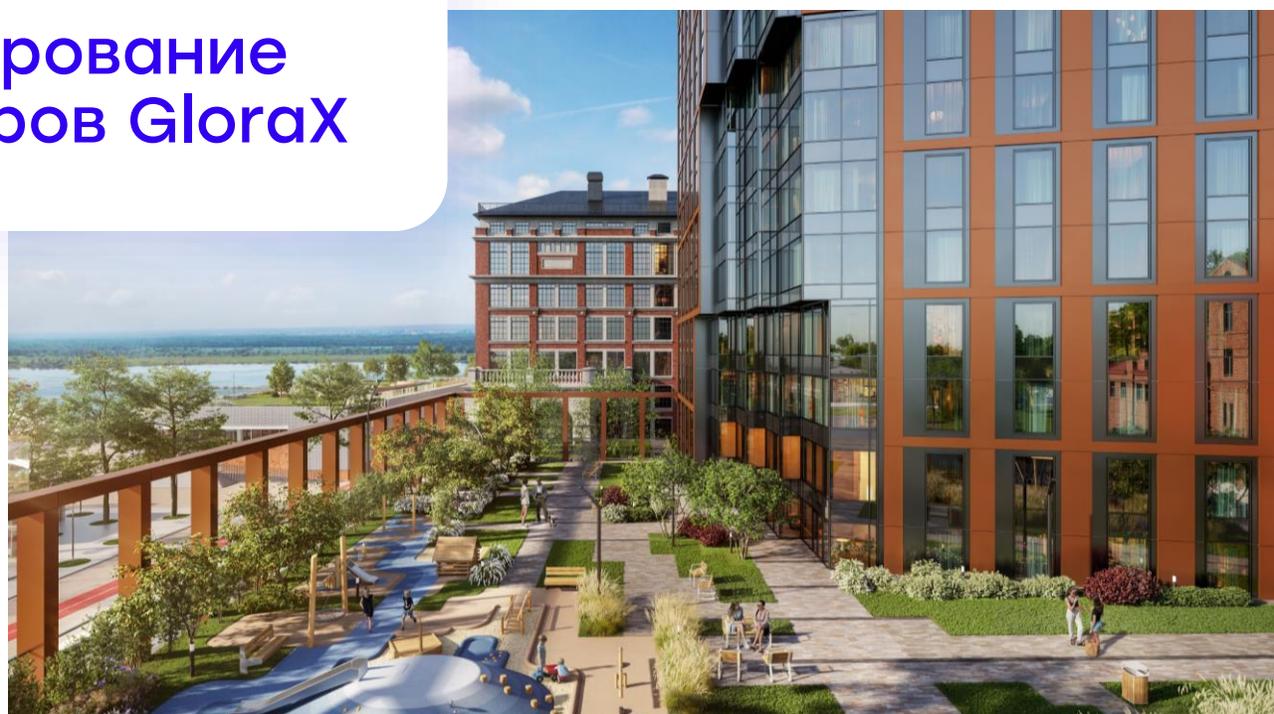
Спорт и развитие через улучшение биомеханики и здоровья

Паркур, текбол, петанк, панна футбол и др.





Проектирование тихих дворов GloraX



Фитнес-пространство в GloraX Premium Белорусская





Фитнес-пространство в GloraX Premium Василеостровский





Фитнес-пространство в GlogaX Балтийская



А теперь время для вопросов!

www.glorax.com

Москва +7 495 150 35 50
125167, Ленинградский пр-т, д. 36 стр. 41

Санкт-Петербург, +7 812 603 43 00
191025, Невский пр-т, 55, литера А