



Dopo 40 anni di Wellness, Technogym lancia l'Healthness™

Al 25° Wellness Congress, appena concluso a Cesena, alla presenza di 2000 persone da 100 Paesi, Nerio Alessandri ha lanciato l'Healthness, la nuova visione che rivoluzionerà il futuro del benessere e prevenzione

Quaranta anni fa, in un settore caratterizzato dal body building prima, poi dal fitness, Technogym lanciò un nuovo concetto: il Wellness, che facendo tesoro dell'esperienza del fitness ha generato una opportunità sociale, coinvolgendo tutti gli stakeholder - governi, aziende e cittadini - nella costruzione di una società più sana e attiva. Da allora, Technogym ha continuato a innovare senza sosta: dalla biomeccanica, al digitale, all'intelligenza artificiale. Oggi Technogym è una Life Science Company, in grado di offrire programmi di *Precision Training* personalizzati per ogni individuo ed esigenza.

Negli anni Technogym ha costruito un ecosistema che attualmente connette 25 milioni di utenti (su una community di 70 milioni si allenano su Technogym), operatori di settore, medici e trainer. Oggi, grazie alle nuove tecnologie e all'AI, su cui investe da anni, Nerio Alessandri lancia la nuova visione **Healthness**.

L'abilità di predire le malattie prima che si manifestino sarà la più grande rivoluzione del nostro tempo. L'Healthness fa leva sul Wellness e porta questa visione ancora più avanti rendendo tangibili i programmi di prevenzione per la salute grazie ai dati ed all'AI.

Gli studi scientifici confermano che la salute dipende solo per circa il 20-30% dalla genetica, mentre fino al 70-80% dall'epigenetica (stile di vita). Non c'è una formula magica per raggiungere l'Healthness, ma è necessario allenare forza muscolare, resistenza cardiovascolare, equilibrio, flessibilità e qualità cognitive. L'esercizio fisico è un vero e proprio farmaco (**Exercise Is Medicine**) e l'healthness rappresenta una medicina preventiva in grado di migliorare la performance fisica nel breve e garantire la sana longevità nel lungo termine.

Grazie ai trilioni di dati raccolti in 30 anni sulla **Mywellness Open Platform**, oggi con l'intelligenza artificiale Technogym è in grado di offrire l'Healthness come prodotti e servizi: **Technogym Checkup**, la nuova stazione di assesment basata sull'AI è in grado di analizzare i parametri psico-fisici e cognitivi e calcolare in automatico i programmi *Precision Training*. Le nuove linee di prodotto **Biostrength** e **Biocardio**, basate su tecnologie AI e connesse al Technogym Ecosystem consentono di erogare grazie a **Technogym App** i *Precision Training Programs* in maniera automatica, a tracciare i dati e adattare il programma ai progressi.

In pratica, Healthness significa Precision Wellness che, grazie ai programmi su misura data-driven, consente di ottenere risultati di circa il 30% superiori a parità di tempo.

Oltre ad aiutare le persone a vivere più a lungo in salute, l'Healthness rappresenta una grande opportunità di business per operatori del fitness, sport, hospitality, corporate, medical e personal trainers per evolvere la loro offerta e creare valore attraverso la iperpersonalizzazione.