

SMS

STANDING MOVEMENT SOLUTIONS



NessfitWorld presenta un modo nuovo per allenare lo sviluppo della forza e la tonificazione muscolare: **il circuito SMS.**

Si tratta di una soluzione innovativa, che si basa sull'idea rivoluzionaria per cui l'attività fisica in posizione eretta, a differenza di quella tradizionale, coinvolgendo nel singolo gesto tutto il corpo, garantisce un allenamento più completo ed efficace. Inoltre, lavorando in piedi, si allenano particolari qualità motorie come l'equilibrio, sviluppando in particolare la percezione del proprio corpo nello spazio.

Ogni stazione di **SMS** è studiata per una singola parte del corpo. Tuttavia la posizione eretta permette a tutto il corpo di partecipare al movimento, per un allenamento più completo. Le dimensioni contenute e facilità di spostamento fanno di **SMS** una soluzione adattabile ad ogni spazio.

SMS è l'alternativa all'allenamento tradizionale. **SMS** è la novità che trasforma il lavoro individuale spesso noioso, in attività di gruppo divertente e coinvolgente.



NessfitWorld presents a new way for strength training and toning: **SMS** circuit.

SMS represents an innovative solution, based on the principle that training in a standing position, compared to the traditional seated position, involves all the body and enables a better and more complete work-out. Furthermore, the standing position helps training of particular aspects such as **mobility, balance, coordination and agility.**

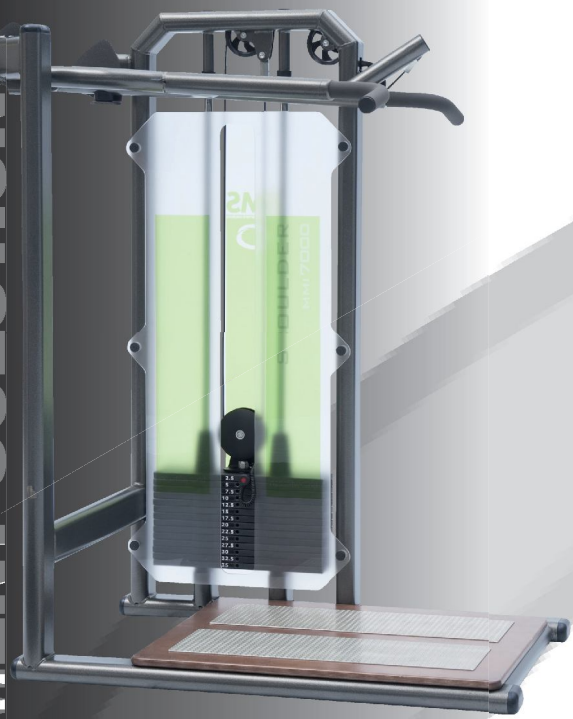
Each machine of the **SMS** circuit is designed around one part of the human body. However, the **standing position involves in every exercise all the different muscles.** The smart design and easy-to-move system allow **SMS** to fit in almost any room.

SMS is the popular alternative to traditional training. **SMS** is the new concept that transforms individual training, often boring and un-motivating, into an enjoyable and involving group training activity.

nessfitworld[®]
ITALIAN FITNESS INDUSTRY

SHOULDER

dimensioni - *dimension:* 1320 x 870 h 1625
pacco pesi - *weight stack:* 35 kg



CHEST

dimensioni - *dimension:* 1180 x 1080 h 1565
pacco pesi - *weight stack:* 35 kg



ARM

dimensioni - *dimension:* 1160 x 800 h 1565
pacco pesi - *weight stack:* 35 kg



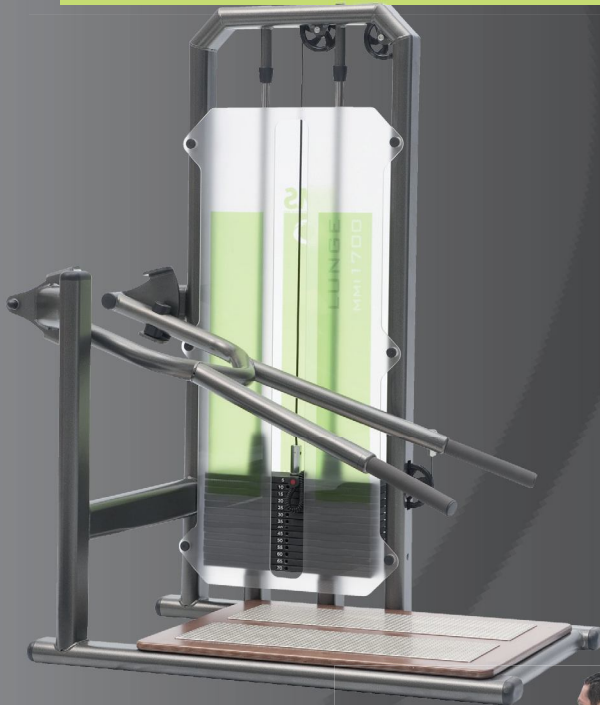
ROW

dimensioni - dimension: 1185 x 1000 h 1565
pacco pesi - weight stack: 35 kg



LUNGE

dimensioni - dimension: 1280 x 800 h 1565
pacco pesi - weight stack: 70 kg



nessfitworld
ITALIAN FITNESS INDUSTRY



ABDOMINAL

dimensioni - *dimension:* 1300 x 800 h 1675
pacco pesi - *weight stack:* 70 kg



GLUTEUS

dimensioni - *dimension:* 1160 x 800 h 1565
pacco pesi - *weight stack:* 35 kg



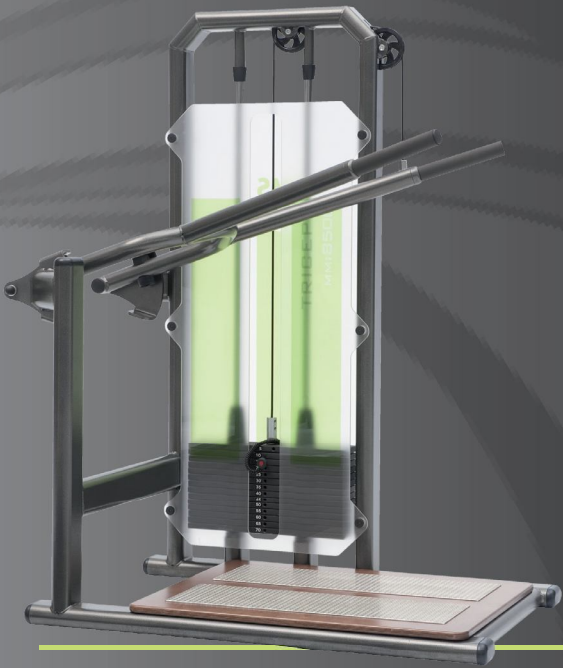
dimensioni - *dimension:* 1280 x 800 h 1565
pacco pesi - *weight stack:* 70 kg

LEG



TRICEPS

dimensioni - *dimension*: 1280 x 880 h 1565
pacco pesi - *weight stack*: 70 kg



VERTICAL

dimensioni - *dimension*: 1320 x 880 h 2025
pacco pesi - *weight stack*: 70 kg



nessfitworld[®]
ITALIAN FITNESS INDUSTRY