

I Focus di

BibLus BIM

Come progettare una palestra

Come progettare una palestra

Layout funzionale

Le palestre oggi non sono più solo un luogo per l'allenamento fisico ma sono sempre più intese, oltre che come centro sportivo, anche come **luogo di aggregazione sociale e di relax**, in cui fare nuove conoscenze, oppure, dedicarsi semplicemente a sé stessi dopo una giornata impegnativa.

Qualsiasi sia l'attività sportiva da svolgere, è necessario che all'interno della struttura siano previsti:

- **spazi per le attività sportive** (palestra ed eventuali sale per differenti corsi);
- **spazi comuni** (ingresso, reception, zone dedicate alla sosta, al ristoro e alla socializzazione);
- **locali di servizio** (spogliatoi, bagni, docce, deposito, locale infermeria, ecc.);
- **uffici amministrativi.**



Progetto palestra - Pianta

Come progettare una palestra

Spazio per attività sportive

A rendere una palestra più competitiva rispetto ad un'altra non è solo il numero delle macchine a disposizione ma anche la loro collocazione, la distribuzione degli spazi, i servizi accessori e la qualità degli spazi.

A tal proposito, potremmo consigliare di:

- associare le diverse attività sportive in base alle loro caratteristiche;
- posizionare l'area cardio in prossimità dell'ingresso;
- posizionare gli attrezzi cardio in corrispondenza di vetrate, muri decorati o stampe;
- raggruppare gli attrezzi in base ai muscoli che allenano;
- distanziare opportunamente gli attrezzi tra loro;
- illuminare l'area attrezzi correttamente.





Come progettare una palestra

Spazi comuni

Oltre all'area in cui svolgere le attività fisiche, come già accennato, è indispensabile prevedere spazi comuni dedicati al ristoro, alla pausa e alla socializzazione.

- zone relax con sedute
- angoli bar
- *corner* attrezzati con distributori automatici.

Centri sportivi più grandi potrebbero anche ospitare:

- negozi sportivi;
- saune;
- solarium;
- centri massaggi;
- bar.



Come progettare una palestra

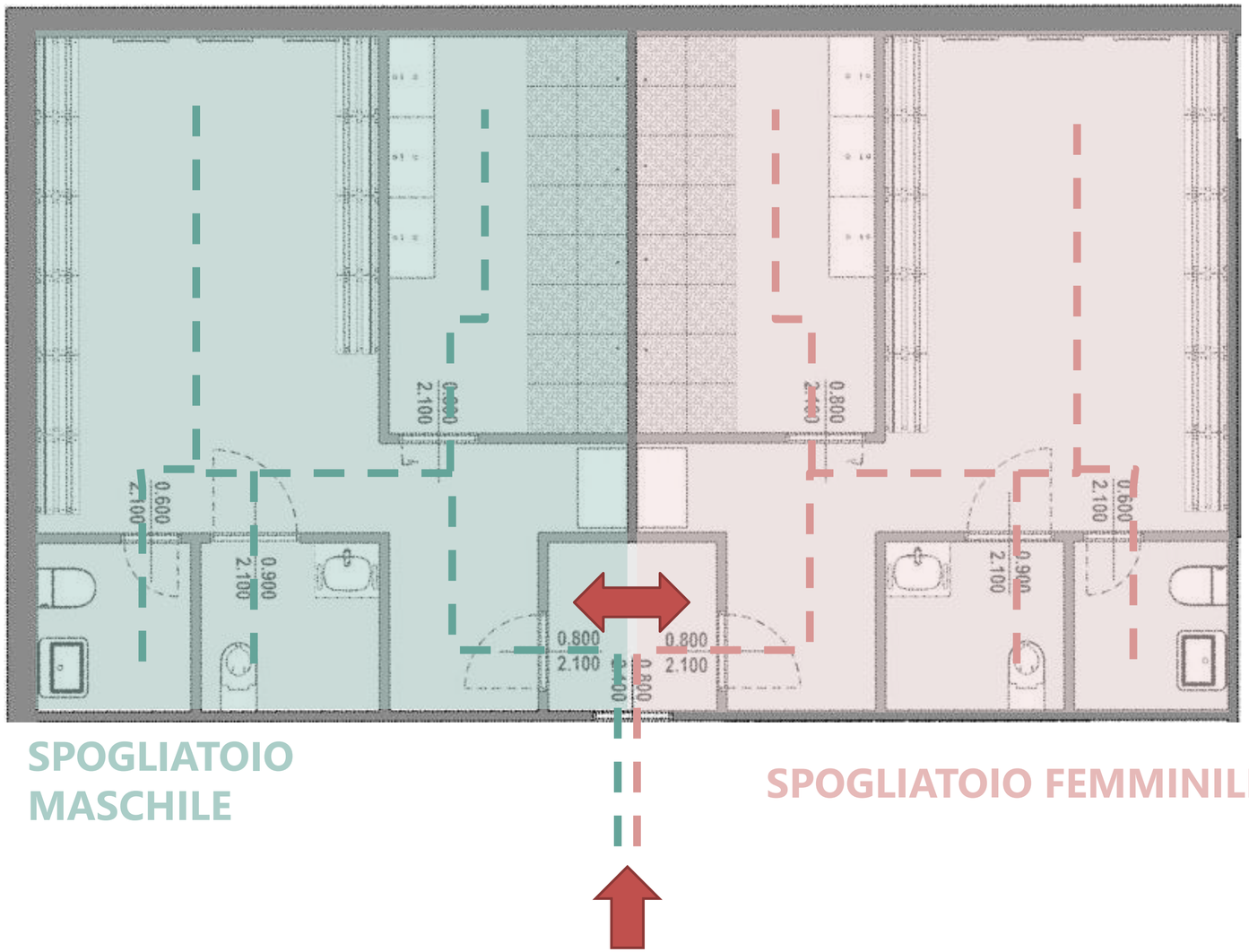
Locali di servizio

Tra i locali di servizio da prevedere nel progetto di una palestra ci sono:

- depositi per attrezzature sportive;
- infermeria;
- bagni;
- spogliatoi;
- docce.

Gli spogliatoi devono rispettare alcuni requisiti minimi per garantire sicurezza e igiene a tutti gli utenti dell'impianto sportivo. Occorre, per esempio, dividerli per sesso, prevedere armadietti e panche dove sistemare i propri effetti personali, installare docce e un impianto idrico-sanitario adeguato.

Per approfondire la conoscenza relativa alla progettazione degli spogliatoi e capire come dimensionarli e organizzarli in base al numero di utenti, consigliamo il nostro focus "progetto spogliatoi per impianti sportivi" interamente dedicato al tema.



Come progettare una palestra

Normativa

Il progetto di una palestra deve prevedere spazi che rispettino:

- i requisiti previsti per ottenere l'agibilità (asl e regolamenti locali);
- requisiti di prevenzione incendi;
- requisiti per ottenimento di titoli abilitativi.

I locali adibiti allo svolgimento dell'attività sportiva per privati, devono avere una destinazione d'uso compatibile con le previsioni del piano urbanistico comunale.

Devono essere rispettate le norme e le prescrizioni in materia:

- urbanistica;
- igiene pubblica;
- igiene edilizia;
- tutela ambientale;
- tutela della salute nei luoghi di lavoro;
- sicurezza alimentare;
- acustica;
- regolamenti locali di polizia urbana annonaria.



Come progettare una palestra

BibLus BIM



Esempio di un progetto di una palestra
realizzato con **Edificius, il software di progettazione architettonica BIM**
(versione trial completa, scaricabile gratuitamente www.acca.it)

Scarica Edificius