



**PALESTRA
NATURAL LIFE
PISA**

PROGETTO PER UNA
PALESTRA ECOSOSTENIBILE
EMISSIONI CO2 ZERO



PALESTRA NATURAL LIFE PISA
PROGETTO PER UNA PALESTRA ECOSOSTENIBILE
EMISSIONI CO2 ZERO

OBIETTIVO DEL PROGETTO

L'**ATTIVITÀ FISICA** riveste un'importanza fondamentale per uno **SVILUPPO EQUILIBRATO DEL CORPO E DELLA MENTE**, favorisce il benessere dell'Uomo, lo aiuta a stare meglio fisicamente e moralmente, sia con se stesso che con gli altri, contribuisce a creare un'**IDENTITÀ EQUILIBRATA DELLA PERSONA** ed a migliorare la qualità della vita personale, collettiva e sociale.



Utilizzare la **COMPONENTE TECNOLOGICA** per creare un luogo ispirato ai principi dello **SVILUPPO SOSTENIBILE**, dove esista anche lo stimolo di generare con l'**ESERCIZIO FISICO** l'energia necessaria per godere di quelle sensazioni di **COMFORT** e di **BENESSERE** che favoriscono il desiderio di approfittarne, soddisfatti ed in armonia con il mondo e con le persone attorno. Queste scelte tecnologiche permetteranno di garantire non solo il benessere dell'uomo, ma anche quello dello spazio e dell'ambiente-mondo circostante, grazie ad una **PROGETTAZIONE COMPLETAMENTE SOSTENIBILE**. Lo sport come esercizio mentale per una **RINNOVATA ETICA UNIVERSALE**.

SPORT PER TUTTI, stretta correlazione tra attività fisica e benessere, dove l'attività fisica acquista un'importante valenza di fattore di prevenzione, portando ad una **DIMINUIZIONE DELLA SPESA SANITARIA**.

CARATTERISTICHE DEL PROGETTO

LOCALITÀ: Pisa, Via A. Bassi, 10
Ospedaletto

ATTIVITÀ: Palestra, centro benessere fisico
e mentale

SUPERFICIE: 1200 mq 4 sale interne
500 mq spazi esterni, relax e
1000 mq parcheggi riservati

4 SALE: Attività pesistica, danza sportiva,
ginnastica, kick boxing,
arti marziali

DATA DI APERTURA: 21 Settembre 2016



INCREMENTO OCCUPAZIONALE

NUMERO TOTALE ADDETTI: 49

8 addetti al desk, amministrazione, gestione

8 addetti commerciali

33 istruttori

NUMERO MASSIMO DI PRESENZE PER TURNO 1000 PRESENZE/GIORNO

1' fascia oraria:	7 – 10	150 - 200	presenze
2' fascia oraria:	11 – 13	150 - 200	presenze
3' fascia oraria:	13 – 16	200 - 300	presenze
4' fascia oraria:	17 – 21	300 - 400	presenze
5' fascia oraria:	21 – 23	150 - 200	presenze



CONSUMI ENERGETICI E VANTAGGI SOLUZIONI ADOTTATE



GAS NATURALE Risparmio 100%

Palestra TRADIZIONALE esistente (1200 mq): consumi 20.000 mc/gas spesa 14.000 + iva (costo medio gas naturale pari a 0,70 €/kWh)

Palestra NATURAL LIFE nuova (1200 mq): consumi pari a 0 mc/anno grazie alle pompe di calore per il condizionamento, le pompe di calore per la produzione di acqua calda sanitaria oltre ai pannelli solari termici.



ENERGIA ELETTRICA Risparmio 60%

Palestra TRADIZIONALE esistente (1200 mq): consumi 300.000 kWh/anno spesa euro 60.000 € + iva (costo medio energia pari a 0,20 €/kWh)

Palestra NATURAL LIFE nuova (1200 mq): consumi 150.000 kWh/anno spesa euro 30.000 € + iva da cui si detrae l'autoconsumo per il fotovoltaico (26.000 kWh/anno pari a 5.200 €/anno) e quello per l'autogenerazione delle macchine ginniche (5.000 kWh/anno pari a 1.000 € + iva),
- spesa reale di 23.800 €



ACQUA Risparmio 74%

Palestra TRADIZIONALE esistente (1200 mq): consumi 8.000 mc/anno; spesa di consumo euro 34.000 (nota la società ACQUE di Pisa ha una tariffa di 4,26 euro/mc per attività produttive con grandi consumi)

Palestra NATURAL LIFE nuova (1200 mq): 8.000 mc/anno; spesa di euro 9.000 relativa alla gestione/manutenzione impianto di potabilizzazione dell'acqua emunta dal pozzo e di trattamento per l'impianto che recupera le acque di scarico delle docce per lo scarico dei wc.

COSTO TOTALE

Palestra TRADIZIONALE esistente (1200 mq): 108.000 € + iva (gas naturale, energia elettrica e acqua)

Palestra NATURAL LIFE nuova (1200 mq): 32.800 € + iva (energia elettrica e acqua)

**CON PROGETTAZIONE
INNOVATIVA ED
ECOSOSTENIBILE
SI ABBATTONO
I COSTI DEL 70%**

UNICITÀ E SOSTENIBILITÀ DEL PROGETTO

NATURAL LIFE, non la solita palestra, ma un ambiente unico dove l'utente troverà non solo l'opportunità di allenarsi, ma vivrà esperienze diverse dove l'**allenamento**, la **salute**, il **divertimento** e la **socializzazione** saranno accompagnate da ambienti luminosi e interattivi, che riescano a trasportarlo emotivamente, **coinvolgendo** non solo il **corpo** ma anche la **mente** e il **cuore** in un unico spazio: **ZONEexperience**.



LINEE GUIDA DELLA PROGETTAZIONE ENERGETICA



ALTRE FORME DI RISPARMIO ENERGETICO

- Circolatori e pompe alimentate con **inverter**;
- Sistema di gestione **integrato**;
- Comando **temporizzatore** per le macchine presenti nelle sale attività;
- **Contatori di energia** per gestire i vari consumi delle principali utenze;
- Gestione degli **accessi**;
- **Trattamento dell'acqua** in ingresso per ridurre la formazione di calcare;
- **Schermatura** per la parete finestrata completamente esposta a SUD;
- **Sensore CO₂** per la regolazione del ricambio d'aria.

Grazie ai criteri di **PROGETTAZIONE ENERGETICA** adottati ed alle **TECNOLOGIE INNOVATIVE** selezionate, i consumi annui della palestra, solo elettrici, saranno dell'ordine di 150.000 kWh/anno, rispetto ad un'autoproduzione di 31.000 kWh, e il sistema sarà a **EMISSIONI CO₂ ZERO.**

Lay-out funzionale
delle attrezzature
by TechnoGym



Natural Life - Pisa
Wellness Space

SOLUTION 3
fit to page

31/03/2016
A3

WELLNESS DESIGN dept.



Vista sala attività 1





Vista sala attività 3



COMMITENZA

NATURAL LIFE Srl



ZONEexperience
by Natural Life s.r.l



**Istituto per
il Credito Sportivo**, Roma
Finanziamento



Coni, Comitato Regionale Toscana,
Firenze
Arch. Luca Paglianti,
Responsabile impiantistica sportiva

CONSULENZE IMPIANTISTICHE



MeG Engineering Consulting
Ing. Gabriele Calzavara



Tecnore, Pisa
Ing. Massimiliano Micheletti

Studio Tecnico Cappelli
Ing. Glauco Cappelli
Ing. Andrea De Angeli

PROGETTAZIONE



Progetti speciali per lo Sport, Pisa
Arch. Salvatore Re



Società di Progettazione, Pisa
Progetto e DLL Arch. Salvatore Re
Coordinamento CSE P.I. Claudio Bulleri

Collaboratori:
Responsabile di progetto Arch. Gianluca Arrighi
Project Manager Ing. Rosa Angela Santorsa
Architettura Arch. Giuseppina Nerli
Arch. A. Nassi o Di Nasso
Ing. Valentina Catarsi
Ing. Matteo Machiavelli

Computi Geom. Irene Calvanese
Rendering Arch. Luigi Aldiccioni

MASTER PARTNERS



SCHUCO
Infissi di ultima generazione altamente performanti



ZUMTOBEL
Sistemi di illuminazione led e gestione intelligente



TECHNOGYM
Attrezzature per fitness e wellness
con produzione di energia



FARAM
Pareti trasparenti per la divisione degli spazi

LEONARDO SPORT_{sf}

per



www.leonardoprogetti.com
segreteria@leonardoprogetti.com
tel. 050 93 15 01 - 02 - 03