



BENESSERE

Scopri il tuo vero valore: l'equilibrio e benessere di corpo mente e spirito

La filosofia del nostro brand è riassunta nella frase scopri il tuo vero valore. Siamo convinti che attraverso la misurazione delle risposte del corpo, la conoscenza ed il rispetto della biologia e attraverso prodotti che siano plasmati su queste conoscenze, ciascun individuo possa raggiungere il suo vero valore, un potenziale nascosto, un equilibrio ed un benessere olistico, che comprende corpo, mente e spirito.

In fondo gli antichi romani lo sapevano bene e pensavano che una mente sana necessitasse di un corpo sano e viceversa (mens sana in corpore sano). Questo perché non esistono separazioni tra corpo e mente. La mente è immersa nella realtà biologica del nostro corpo e funziona grazie a questa realtà e solo all'interno di essa. Ma il raggiungimento di questo stato di benessere è un viaggio, una scoperta nella quale occorre farsi guidare da mani esperte, abituate a ricercare e a vagare nelle misteriose profondità del corpo umano.

ETICA

Contro il doping ed ogni forma di improvvisazione

Il doping è una soluzione facile e come tale pericolosa.

Chi ama la ricerca ama la vera sfida e non le scorciatoie. Per questo siamo fermamente contrari a tutti ciò che è chimico, artificiale e dannoso. Ma questo non è tutto. Noi siamo anche contrari alle soluzioni superate e agli approcci approssimativi che spesso sono altrettanto dannosi.

Il doping non nasce dalla scienza. Anzi, l'uso dei farmaci nello sport esiste proprio grazie ad un vuoto di risposte scientifiche, un vuoto troppo spesso occupato frettolosamente da pillole, siringhe, stregoni ed alchimisti.

In realtà questo non è un fenomeno recente. Tracce certe dell'esistenza di forme di doping risalgono almeno fino ai tempi dell'antica Grecia. Oggi sappiamo tutti che questo non accade solo nel mondo dello sport. Il doping è diventato un fenomeno di massa che coinvolge giovani e vecchi, atleti e persone sedentarie.

Il doping è espressione di malessere e di mancanza di risposte adeguate che si manifesta tanto attraverso l'uso dell'ecstasy quanto degli ormoni o di ogni altro farmaco quando non necessario per ragioni mediche.

Per questo noi crediamo che la battaglia al doping non si combatta guardando al passato ma ad un futuro in cui la scienza dello sport diventa la strada per migliorare il benessere e la prestazione di tutti.

RICERCA SCIENTIFICA

Diffidate dei miracoli. Chiedete spiegazioni...

Oggi tutti parlano di ricerca scientifica. Anche nel mondo del fitness è diventato di moda darsi un'aura da scienziati. Vi chiediamo di fermarvi un attimo e verificare chi davvero fa ricerca.

E' semplice. Chi fa ricerca pubblica articoli su riviste scientifiche, scrive libri, parla a convegni, inventa o scopre qualcosa di nuovo, spinge in avanti la conoscenza. Chi fa ricerca sottopone i propri risultati alla valutazione della comunità scientifica e solo dopo può vederli pubblicati. Insomma un processo severo e complesso, simile a quello che le ditte farmaceutiche per legge debbono affrontare quando studiano un nuovo prodotto. Tutto ciò è per garantire che ciò che deriva dalla ricerca in termini di prodotti, metodi ed innovazioni sia stato seriamente valutato prima di venire eventualmente commercializzato. Questa è una forma di protezione prima di tutto per voi, i consumatori.

D'ora in poi quando volete comprare un prodotto per il vostro corpo, che sia per il fitness, la salute o la prestazione, vi consigliamo di esigere di conoscere quali basi scientifiche abbia. Diffidate di soluzioni miracolose, di promesse di corpi perfetti e di semplificazioni estreme. La complessità del tuo corpo è il vero miracolo. Per proteggerlo devi prima di tutto conoscerlo e rispettarlo.

RISULTATI

ALCUNI DI QUELLI CHE HANNO CONTATO SU DI NOI...

Fila Sport, Kistler, Chicago Bulls, Nashville Predators, Atlanta Falcons, Federazione Italiana Atletica Leggera, Federazione Italiana Sport Invernali, Nazionale Italiana di Pallacanestro Femminile, Federazione Ciclistica Italiana, Nazionale Italiana Maschile di Pallamano, Federazione Finlandese di Pallavolo, Federazione Finlandese di Lotta Greco Romana, Federazione Catalana di Nuoto, Sisley Volley Club, Udinese Calcio, SPAL Calcio, Federazione Italian Rugby.

PEOPLE

Il tempo è il bene più prezioso e difficile da gestire

Silvie Kaufmann- marketing manager e mamma

"Forza muoviti che facciamo tardi...". Silvie si alza tutte le mattine alle 6.00. Prepara la colazione per tutti ed accompagna il più piccolo dei bambini a scuola.

Traffico permettendo arriva in ufficio prima delle 8.30. Per fortuna il piccolo fa il tempo pieno a scuola altrimenti non sarebbe proprio come fare. In genere la giornata è caotica e frenetica.

Nelle attività commerciali è sempre così. Spostamenti, appuntamenti e sempre con il sorriso sulle labbra. Le rare volte in cui trova il tempo di sfogliare una rivista Silvie si sofferma sempre sulle mille foto di modelle, i consigli sullo stile di vita sano, le diete ed i programmi di esercizio fisico. Le viene da sorridere perché il suo problema non è la mancanza di consapevolezza ma la difficoltà a trasformare almeno qualche consiglio in realtà.

Spesso le sembra che tutta l'informazione sulla salute diventi semplicemente frustrante, come un ricordo assillante di tutto ciò che sbagli, che dovresti fare diversamente. Qualche volta ha provato ad iscriversi in palestra ed a trovare il tempo per andarci uscendo dal lavoro. Ma quella musica assordante, tutti quei ragazzini e le code negli spogliatoi non erano proprio quello di cui aveva bisogno.

Silvie ha trovato un approccio semplice ed efficace, il Boscosystem method™, che rispetta la sua femminilità e le sue esigenze: NEMES SHAPE™

Mantenersi in forma rispettando se stessi

Mark Bowerle- art director

Non avrebbe mai pensato che il lavoro sarebbe diventato una parte così importante della sua vita. Ai tempi dell'Università quando contestava i professori, i genitori di Mark erano convinti che sarebbe finito in India alla ricerca della sua anima. Poi gli anni passano ed il mondo cambia o forse non cambia abbastanza.

Ma in fondo il carattere di Mark è rimasto sempre quello: un ribelle, un sognatore anche se magari oggi non porta più i capelli lunghi ed indossa la cravatta.

Si l'estetica è importante e alle volte si stenta a credere quanto ci si vede diversi rispetto a come ci si sente. In fondo superare i 40 anni oggi vuol dire iniziare a vivere, ma il lavoro, i mille viaggi, la famiglia, il traffico, lo stress rendono così difficile prendersi cura di se stessi e fare in modo che il corpo non diventi un peso per lo spirito.

Così cresce la pancia, si buttano via vestiti su vestiti, inizia il mal di schiena. In più non si sa a chi rivolgersi. Il medico risponde con le pillole, in palestra ci si vede persi in un mare di teenagers palestrati, tatuati e con il piercing.

Ma Marco non ha perso la voglia di fare qualcosa per sé e così comincia a correre ma prima ancora di chiedersi se le scarpe vanno bene, se la velocità è giusta, se la distanza è sufficiente, si ritrova con un'inflammatione al menisco.

E' possibile trovare qualcosa di semplice, di essenziale, che si incastrino negli impegni quotidiani e aiuti davvero a ritrovare la forma? Marco adesso segue il Boscosystem method™ ed usa NEMES SHAPE™ tutti i giorni in ufficio.

Prestazione massima rischio minimo*Barbara Jokinen - atleta professionista*

Non ha mai desiderato altro. L'ha sognato mille volte. Forse la prima Olimpiade vista in televisione da piccolissima con i genitori ha scatenato la sua passione per lo sport. Barbara ha sempre pensato che quella del 1992 sia stata l'Olimpiade della svolta con il Sud Africa dopo l'apartheid, la Germania dopo il muro e le prime squadre delle ex-repubbliche sovietiche a partecipare come nazioni. I suoi genitori le hanno ricordato più volte quell'immagine di speranza di un mondo migliore quando la vincitrice Etiope di colore dei 10.000 metri e la concorrente bianca Sud Africana corrono mano nella mano nel giro di pista.

È passata attraverso mille categorie, infinite gare e tanti allenatori ma ora, oggi, è arrivato il momento della verità, l'istante in cui si scopre quanto si vale. Ed in quegli interminabili istanti prima della partenza le scorrono davanti le immagini di tutte le ore di allenamento, gli infortuni e le rinunce. Per un istante le viene anche in mente quanto strumenti e metodi migliori le avrebbero fatto perdere meno tempo e soprattutto le avrebbero evitato molti infortuni.

Sorridendo pensa che tutti parlano di sport ma nessuno si preoccupa davvero dell'atleta.
E' possibile trovare prodotti pensati e sviluppati solo per l'atleta?

Barbara ha ora scoperto la metodologia Boscosystem™ e NEMES PERFORM™

Essere indipendenti ed autonomi*Maria Franceschi - casalinga*

Si ricorda come fosse oggi le camminate che faceva da bambina.

Si camminava sempre, con il caldo ed il freddo, la pioggia ed il sole. Per andare e tornare da scuola, per aiutare la mamma a fare le spese, per andare a trovare gli amici. E poi i giochi, le scale del palazzo, i lavori a casa. Insomma non si stava mai fermi. Poi sono arrivate le macchine dappertutto, gli ascensori, le scale mobili, la televisione e così tutto d'improvviso è cambiato. Ed ora si sente continuamente dire quanto importante sia muoversi per invecchiare bene!

Si ma muoversi dove? Come? La città è piena di traffico e poi da soli è pericoloso. Per Maria è già difficile trovare la forza di andare a fare la spesa i giorni in cui sua figlia non ha tempo. È strano perché in generale Maria si sente bene. Il medico ripete sempre che il cuore ed i polmoni sono come quelli di una ragazzina. Eppure Maria si sente sempre più debole e così finisce con il muoversi sempre meno.

È come una spirale, un circolo vizioso, in cui i muscoli e le ossa diventano sempre più fragili fino a quando si finisce bloccati in un letto.

E' questa immagine di sé da sola, incapace di muoversi che la affanna tutti i giorni ma come trovare una soluzione? Il medico si concentra sul cuore e sui polmoni. In televisione si parla di sport ma Maria non sa nemmeno da che parte iniziare.

E' possibile trovare qualcosa di facile, semplice ed efficace da fare a casa?
Maria ha capito i benefici del Boscosystem method™ ed ora usa NEMES HEALTH™