



# EQUILIBRIO-INPROGRESS®



**Equilibrio-InProgress®** è RIVELAZIONE.  
Perché gli attrezzi possono RIVELARE  
dei modi facili e progressivi  
all'acquisizione di abilità motorie,  
altrimenti difficili e a volte IMPOSSIBILI da  
raggiungere a CORPO LIBERO.

# INDICE

- 5 Motivi Per Scegliere EQUILIBRIO-INPROGRESS®
- Indoor-Eq /Outdoor-Eq
- Attività Sostenibile
- I punti di forza
- Tensione & intergrità
- Eq Education
- Regressione Motoria/Mezzo Educativo
- Deep Squat - Massima Accosciata
- Dorsoflessione del piede
- Progressioni Eq "Ileo"
- Cultura di movimento
- Eqbarra modular
- EqAssi Basic

- EqAssi Top Asimmetrica 1M
- EqAssi Top Asimmetrica 2M
- Parallelo/ Quadrocentro
- Eqbo Closed - Open/Down
- Eqbo Open/up- Asymmetry
- Eq-InProject Eq-InDesign
- Eq-Oportunity



*Piccoli passi  
per grandi Evoluzioni*

# I 5 MOTIVI PER SCEGLIERE EQUILIBRIO-INPROGRESS®



1) Tutto in legno

3) Facilità  
Progressioni step by step



4) Design

- Il piacevole design estetico compatibile con il luogo dove vivi



5) Anti-age

- Dinamizzare il corpo con gli attrezzi Equilibrio-InProgress®

Maggiore rispetto dell'AMBIENTE



2) Sostenibilità

Maggiore RESPONSABILITÀ individuale.



PRATICARE IN NATURA

"In-Natura" con  
Equilibrio-InProgress®



## Attività Sostenibile

In ogni luogo  
Puoi ricreare spazi di  
attività motorie all'aperto,  
IN NATURA, dove vuoi.

Solo con gli attrezzi modulari  
**Equilibrio-InProgress®**

## Indoor-Eq

Gli attrezzi  
**Equilibrio-InProgress®**  
hanno una vasta gamma  
di applicazioni.

## Outdoor-Eq



I molteplici esercizi e il metodo  
applicato agli attrezzi, possono  
aiutare:

- Educatori
- Preparatori Atletici
- Fisioterapisti
- Allenatori
- Insegnanti

## Attività Funzionale



- MODULARITÀ
- SOSTENIBILITÀ
- FUNZIONALITÀ
- FACILITÀ

Sono i  
PUNTI DI FORZA  
che contraddistinguono  
**Equilibrio-InProgress®**  
da ogni altro prodotto  
conosciuto nel mercato.

[VIDEO Link](#)



®MARCHIO &  
BREVETTO

Gli attrezzi Equilibrio-InProgress® sono coperti da **brevetto Internazionale**, proprietà esclusiva, marchio d'impresa.

## TENSIONE & INTERGRITÀ

La "TENSEGRITÀ" è quel particolare stato fisico dell'essere

Generato da una  
**COMPRESSIONE E TRAZIONE**

Che a sua volta predispose il corpo all' EQUILIBRIO e ad una ARMONIA INTERIORE.

La maggior parte delle attività sportive sono realizzate per separare il corpo dalla mente.

L'esclusività di Equilibrio-InProgress® è di unire: [MOBILITÀ](#), [EQUILIBRIO](#), [FORZA](#) e ovviamente MINDFULNESS, maggiore consapevolezza.  
Il meglio per uno stile di vita salutare.



Le due forze  
TRAZIONE/LEVA

Costituiscono la peculiarità del metodo.

[VIDEO Link](#)



Lo sapevi che:  
I bambini italiani sono coloro  
che si muovono meno rispetto  
alla media dei bambini Europei?

Lo sapevi che:  
Mediamente in una classe di 20 bambini  
età 8-10 anni



SOLO UN BAMBINO  
esegue correttamente  
l'accosciata a terra  
**UNO SU 20!**

Di fatto in  
Italia manca un  
sistema di educazione  
al movimento.



## SERVE

Un sistema che educi  
i bambini a conoscere  
il proprio corpo.

E insegni loro  
la cultura  
del movimento.



Gli attrezzi

**Equilibrio-InProgress®**

Possono  
diventare un  
**MEZZO EDUCATIVO**



*Il primo passo per diventare Libero di Muoverti è migliorare la tua mobilità articolare.*

STIMOLA esercizi  
propedeutici all' EQUILIBRIO  
MOBILITÀ e FORZA, in uno  
stato di **"TENSEGRITÀ"**



La LUNGHEZZA DEL BASTONE, si conforma alla propria morfologia BIOMECCANICA del corpo.

# DEEP SQUAT "ACCOSCIATA"

Nella "MASSIMA ACCOSCIATA"  
la particolare posizione del corpo  
genera un effetto di SCOLLAMENTO  
che decomprime la colonna  
generando spazio  
tra le vertebre.

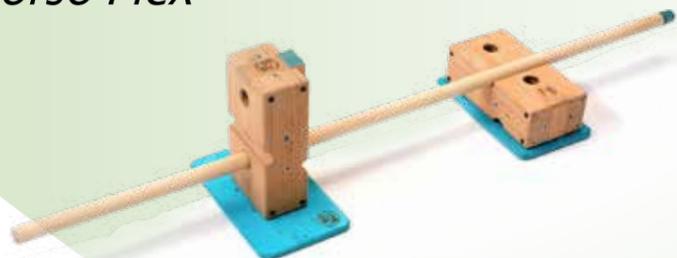
*Il vantaggio di TRASFORMARE  
il proprio corpo dove più  
desideri, con ascolto,  
complicità, gioco  
e divertimento,  
non ha prezzo!*

Con l'apprendimento di questo  
"banalissimo" esercizio

La tua vita può  
CAMBIARE radicalmente  
di giorno in giorno.



**Eqbetto**  
Dorso-Flex



## “DORSOFLESSIONE” DEL PIEDE

Allenare e sviluppare flessibilità articolare in questa particolare parte del corpo, equivale a portare **MAGGIORE PRESTAZIONE** e allungare la propria aspettativa di vita.

Il movimento che più in assoluto va incontro alla *regressione motoria* dall'età evolutiva all'età senile, è la **DORSOFLESSIONE** del piede.



 [VIDEO Link](#)

**Equilibrio**  
IN progress



LE OPPOSIZIONI  
TRAZIONE/LEVA  
tendino muscolare  
favoriscono uno stato di  
**"TENSEGRITÀ"**

Le prese IN TRAZIONE,  
aiutano al controllo  
POSTURALE.

Aiuta ad ampliare il proprio  
RANGE di movimento in  
compressione ed equilibrio.

DE-COMPRESSIONE

SCOLLARE  
DISTENDERE  
ALLUNGARE  
POTENZIARE  
COMPRIMERE  
E di nuovo ...  
STENDERE





Rieducare il proprio corpo consapevolmente, è il segreto per *ri-creare* una propria

## "CULTURA DI MOVIMENTO"

- Quando sentiamo il nostro corpo con **RISPETTO** E **SENSIBILITÀ**.

- Quando osserviamo la nostra mente con **OBBIETTIVITÀ**.

- Quando impariamo a vivere la nostra **REALTÀ INTERIORE**.

- Riconoscere i propri limiti, è una opportunità per arricchire la propria **CONOSCENZA E CONSAPEVOLEZZA**.





**Eqqbarra**  
Modular

## MULTIFUNZIONALE

La versatilità di Eqqbarra ti permette di personalizzare Workout di allenamenti stimolanti e divertenti, passando dalle: Trazioni, Equilibrio, Squat, Skills Calisthenics e tanto altro...

La trave Eqqbarra è "double face", da un lato stondata e dall'altro piana

## Bassa Spalliera



Presca climbing,  
tacca da 3-4 cm



La struttura è compatibile per installazioni

Outdoor e Indoor.

Si configura IN CASA tra gli stipiti della porta.

Con la sola Eqqbarra puoi organizzare un allenamento completo.

- Mobilità Bacino
- Ileopsoas
- Piegamenti a Terra
- Progressioni Trazioni
- Progressioni Squat
- Equilibrio
- Volteggio Sospensioni



**Eqbarra**  
Modular



Eqbarra è una soluzione ottimale per svariate combinazioni.

## MODULARE

Con l'aiuto del bastone corto puoi scegliere l'altezza più consona alle tue esigenze.



VIDEO:  
[EOBARRA IN 2](#)  
[EOBARRA®](#)  
[EOBARRA ACTION](#)  
[EO BARRA IN PROGRESS](#)  
[EOBARRA IN PROGRESS 2](#)

I 3 fori passanti laterali si predispongono per 3 altezze nel lato dx e sx.

Alta  
Trazioni



Super-Attrezzo alla mobilità. [link video](#)

Ottimo per decontrutturare le vertebre: scollare, stendere, allungare...



**Equilibrio**  
IN progress

**EqAssi**  
Basic

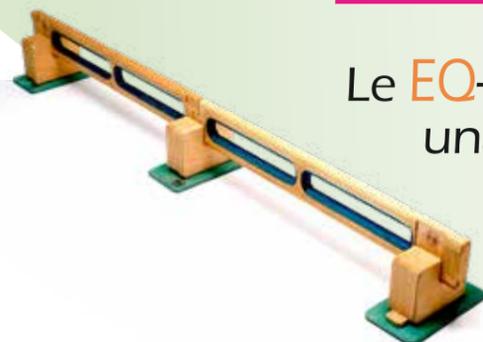


Gli oggetti  
Equilibrio-InProgress® si  
predispongono in appoggi  
ergonomici



## VERSATILITÀ

Le **EQ-ASSI** offrono  
una inedita tipologia  
di incastri, tappa  
maschio/femmina,  
coda di rondine,  
incastro giunto.



Le **COMBINAZIONI** delle  
**EQ-ASSI** (singola o parallele)  
favoriscono una vasta  
gamma di applicazioni in  
progressioni motorie  
e di equilibrio.



## **COMPONIBILE**

Con più elementi  
MODULARI da:  
1 M, 2M, 3M, 5M.

Agevolano molteplici  
combinazioni, per:

ALTEZZA,  
LUNGHEZZA  
LARGHEZZA.

## **PER IL TUO BENESSERE**

Nei tuoi personali spazi.  
in poco tempo ritrovi  
**RIGENERAZIONE E BENESSERE.**



# EqAssi

## Top Asimmetrica 1M



Kit completo  
per installazioni  
da 1m+1m

### LA MODULARITÀ

La multifunzionalità si conforma alla modularità degli appoggi, stabili, adattabili e personalizzabili in altezza e larghezza.



Le due basi con binari incastri coda di rondine (maschio) si uniscono ai supporti modulari (femmina) creando una struttura solida e compatta.

STRUTTURA  
BILANCIATA.



IL DOPPIO APPOGGIO,  
facilita l'alzata in piedi.  
Maggiore controllo,  
piede dx e piede sx.



# EqAssi Modular Top Asimmetrica 2M

## PERCORSI EDUCATIVI

Le peculiari combinazioni delle assi di equilibrio, favoriscono un facile e rapido apprendimento alla coordinazione e all'equilibrio bivalente DESTRO E SINISTRO.

## TEAMBUILDING

Con il partner puoi riscoprire una piacevole **COMPLICITÀ SFIDA-GIOCO**, una grande opportunità di crescita condivisa.



- Ergonomicità delle assi stimolano il piede alla "radicalità", con progressivi e veloci miglioramenti.

## Presca ergonomica

Offrono una pregevole funzionalità mano/piede, larga o stretta.



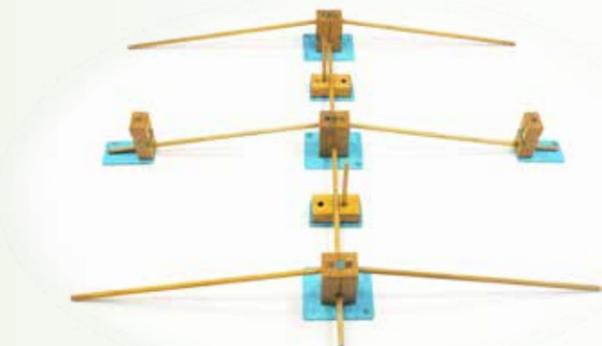
Puoi praticare molteplici esercizi, skills di progressione motoria e coordinazione.



# PARALLELO

Modular

## PERCORSI EDUCATIVI



YouTube [VIDEO Link](#)

## LA MODULARITÀ

Le installazioni modulari **QUADROCENTRO** e **PARALLELO** offrono degli originali percorsi educativi di gruppo al movimento.



## IL METODO

La particolare "specularità" del partner, di lato o frontale aiuta a comprendere le dinamiche del movimento in:

- QUADRUPEDIA
- COORDINAZIONE
- EQUILIBRIO/MOBILITÀ
- WORKOUT **EQ**

# QUADROCENTRO

Modular

## IL METODO

Le assi longitudinali e trasversali corrisposti ai 4 bastoni, sono un aiuto fondamentale all'apprendimento simmetrico spaziale destro/sinistro;

## TEAMBUILDING

Condivisone, Gioco e Sfida, comprendere i propri limiti e superarli assieme.



## HANDSTAND

Il peculiare metodo di appoggiare la testa sopra all'EqBetto, aiuta ad accelerare il processo di apprendimento **PROPRIOCETTIVO**.



# Eqbo

Closed



Eqbo è un attrezzo sportivo multifunzionale, in legno, componibile per livelli e adattabile per incastri.



Facile da montare e smontare occupa poco spazio, è compatto e robusto.

Grazie alle prese di bloccaggio personalizzabili, Eqbo aiuta alla decompressione vertenrale.

**STRATEGICAMENTE FUNZIONALE**



# Eqbo

Open/down



**HANDSTAND**



- Eqbo aperto senza livelli agevola le progressioni alla verticale.



- Incommensurabile aiuto al benessere della colonna vertebrale.



- Facilita SKILLS altrimenti difficili o impossibili a corpo libero.



**Eqbo**  
Open/up

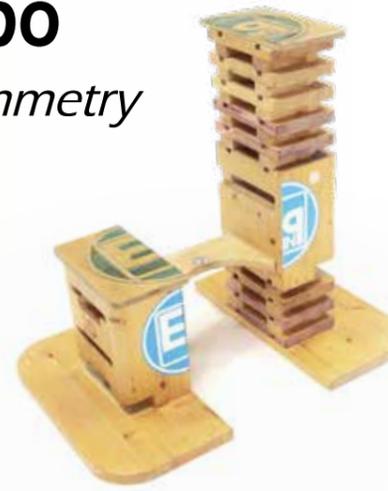


## "JEFFERSON CURL"

Il "distanziale" tra i due cubi consente alla kettlebell di gravitare a "PERPENDICOLO" nel vuoto SENZA ATTRITI,



**Eqbo**  
Asymmetry



**RIEDUCATIVO**



Utilizzare con più efficacia strategie e didattiche motorie, possono favorire nuove "motivazioni" in:

- FIDUCIA IN SÉ AL SUPERAMENTO DEI PROPRI LIMITI
- MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA



- **ALLUNGAMENTO VERTEBRALE**

Il carico del peso è **UNIFORMEMENTE** distribuito alla **COLONNA VERTEBRALE**.



**PERFETTAMENTE PERPENDICOLARE**

**Equilibri**  
IN **rogre**



In sicurezza e in pieno controllo dell'esercizio.

# Eq-InProject



La Ricerca, Lo Studio  
L'ingegno Creativo

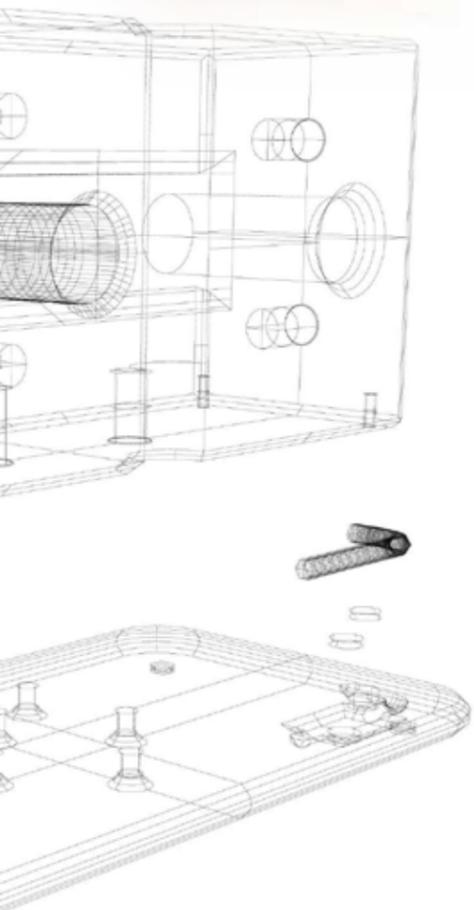
Sommato all'esperienza  
VENTENNALE di attività sportive,

Hanno contribuito alla realizzazione  
di oggetti UNICI e INEDITI

Perfettamente compatibili  
con la fisiologia del  
corpo umano.

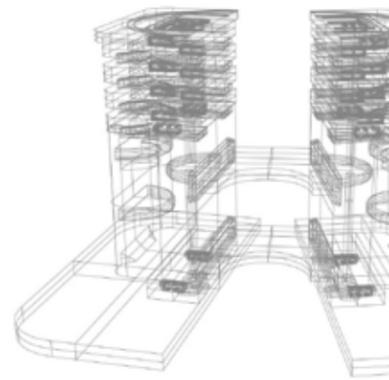
 [VIDEO Link](#)

La LUNGHEZZA DEL BASTONE,  
unito all'inclinazione dei fori,  
determina la perfetta esecuzione  
degli esercizi di equilibrio con  
maggiore stabilità a terra.



# Eq-InDesign

Gli attrezzi **Equilibrio-InProgress®**  
privilegiano di un design che li rendono  
compatibili con qualsiasi ambiente e  
sono multifunzionali, in quanto adattabili  
e diversamente componibili.



Conferiscono agli attrezzi il vantaggio  
di **PERSONALIZZARE** le proprie  
individuali esigenze motorie.

Ogni luogo all'aperto è una opportunità per muoversi e rigenerare il proprio corpo.



## Equilibrio-InProgress® "In-Natura"

Con le sacche porta attrezzi **Equilibrio-InProgress®**, puoi praticare ovunque, in Natura.

- Il facile trasporto con apposita bag porta attrezzi **Eq**, motiva la pratica all'aperto.  
[Link Video](#)
- Respirare in natura all'aperto favorisce una maggiore rigenerazione, e aumenta la prestazione psico-fisica.

 [VIDEO Link](#)



## Eq-Opportunity

- Organizzare meeting di attività motoria di gruppo senza l'ingombro e il peso di strutture in ferro.
- Ricreare dei VERI percorsi vita, finalizzati al recupero funzionale.
- SOSTENIBILITÀ a impatto "0", il benessere in Natura.
- COSTO consumo energetico "0" Indicato alle palestre out-door.
- Il VANTAGGIO di investire in Salute & Benessere a costi bassissimi.



Ritorna a ciò che sei sempre stato,  
LIBERO DI MUOVERTI.

APPROPRIARSI DELLA  
"PRIMIGENIA" LIBERTÀ DI  
MUOVERSI, È UN DOVERE.

 [VIDEO Link](#)

WEB: [EqInProgress.com](http://EqInProgress.com)  
E-Mail: [equilibrio.inprogress@gmail.com](mailto:equilibrio.inprogress@gmail.com)  
Phone: +39348.0900.217

SOCIAL:  
EQUILIBRIO-INPROGRESS





*Piccoli passi  
per grandi Evoluzioni*