

## SYLLABUS

### Wellness Design: Progettare Spazi per il Benessere

#### 1. INFORMAZIONI GENERALI

|                        |                                                    |
|------------------------|----------------------------------------------------|
| Insegnamento           | Wellness Design: Progettare Spazi per il Benessere |
| SSD                    | ICAR/12 (Tecnologia dell'Architettura)             |
| Master di Appartenenza | Wellness Management                                |
| Prerequisiti           | Nessuno                                            |

#### 2. DESCRIZIONE DEL MODULO

##### Abstract

Questo modulo si focalizza sulla progettazione strategica di spazi dedicati all'allenamento e al benessere psicofisico. Il corso esplora come integrare in modo armonico i principi di interior design, sostenibilità ambientale, biofilia e psicologia dello spazio per generare ambienti in grado di favorire attivamente la salute e la rigenerazione. Attraverso un approccio "umanocentrico" (Human-Centered Design), i partecipanti apprenderanno a concepire layout per hotel, fitness club, boutique studio, centri termali, uffici aziendali e residenze private. Verranno analizzate le soluzioni tecnologiche invisibili e le scelte materiche, acustiche e illuminotecniche necessarie per creare esperienze d'uso sensoriali, coerenti con la proposta di valore del brand. Il modulo comprende infine una parte dedicata alle attività della Wellness Foundation, in particolare sugli aspetti di ammodernamento degli spazi Outdoor in logica Wellness, presentando le due Best Practices a riguardo: il concetto di "Wellness Valley" e il concetto di "Milano Wellness City".

##### Obiettivi formativi

Al termine del corso, i partecipanti saranno in grado di:

- Ideare layout spaziali innovativi capaci di coniugare ergonomia, estetica d'eccellenza e funzionalità operativa.
- Applicare i principi dell'Human-Centered Design, ponendo le risposte fisiche ed emotive dell'utente al centro del progetto.
- Selezionare materiali sostenibili, sistemi di illuminazione biodinamica e soluzioni acustiche ideali per il Wellness.
- Tradurre i valori e l'identità del brand in elementi architettonici, decorativi ed esperienziali concreti.
- Integrare in modo *seamless* le tecnologie digitali (sensori, display, sistemi connessi) all'interno dello spazio fisico.
- Sviluppare un concept preliminare di design per una struttura fitness o spa ad alto valore aggiunto.



### 3. PROGRAMMA SOTTOMODULI

| Sottomodulo                                                                            | Descrizione                                                                                                                                                                                                  | Docente                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>Fondamenti del Wellness Design</b>                                                  | Introduzione alle origini storiche e scientifiche del design per il benessere, unendo elementi di neuroestetica, psicologia ambientale e architettura biofila.                                               | Cristian Brugnoli                      |
| <b>Il Design Umano-Centrico nel Benessere</b>                                          | Metodologie per analizzare e mappare le esigenze fisiche, sensoriali e psicologiche degli occupanti, traducendole in requisiti spaziali confortevoli.                                                        | Cristian Brugnoli, Valentina Rattini   |
| <b>Materiali, Illuminazione e Acustica per il Comfort</b>                              | Studio delle proprietà dei materiali anallergici e naturali, dell'illuminazione incentrata sul ritmo circadiano (Circadian Lighting) e dell'insonorizzazione degli ambienti.                                 | Cristian Brugnoli                      |
| <b>Branding e Design dell'Esperienza Sensoriale</b>                                    | Strategie per stimolare in modo positivo i cinque sensi, coordinando profumazioni d'ambiente, musicoterapia e accostamenti cromatici coerenti con l'immagine di marca.                                       | Cristian Brugnoli                      |
| <b>Il Ruolo della Tecnologia negli Spazi Intelligenti</b>                              | Integrazione dell'Internet of Things (IoT), schermi interattivi a specchio e sistemi di monitoraggio della qualità dell'aria per ottimizzare l'ambiente di allenamento.                                      | Cristian Brugnoli, Valentina Rattini   |
| <b>Analisi di Case Study e Progettazione di un Concept</b>                             | Sessione laboratoriale incentrata sulla disamina di progetti iconici globali e sullo sviluppo di un concept di Wellness Club o Home Gym personalizzato.                                                      | Valentina Rattini                      |
| <b>Sessione laboratoriale "Milano Wellness City 2030": Progettazione di un Concept</b> | I partecipanti analizzeranno le linee guida dell'iniziativa per sviluppare un concept di spazio attivo all'aperto, isola fitness outdoor o area di rigenerazione urbana orientata alla salute dei cittadini. | Wellness Foundation (Federica Alberti) |

#### **4. CORPO DOCENTE**

##### **Dr. Cristian Brugnoli**

*Architecture & Interior Design Director presso Technogym*

- Direttore del comparto Architettura e Interior Design a livello mondiale per Technogym S.p.A. Laureato in Architettura presso il Politecnico di Milano.
- Cresciuto in un ambiente familiare dedito alla produzione di mobili di lusso e a stretto contatto con progettisti di fama internazionale, ha consolidato una sensibilità unica nel settore dell'arredo e del design d'alta gamma. Ha collaborato con i più prestigiosi marchi di design italiano e internazionale ricoprendo ruoli di spicco in ambito vendite, marketing e sviluppo prodotto. Ha coordinato e diretto progetti iconici con firme del calibro di Patricia Urquiola, Norman Foster, Ron Arad e Marco Piva. Dal 2018 è in Technogym, dove guida lo sviluppo di progetti globali per boutique, hotel a 5 stelle, navi da crociera e Wellness Club d'eccellenza, plasmando il modo in cui il design architettonico favorisce stili di vita sani.

##### **Valentina Rattini**

*Interior Design Project Development presso Technogym*

Si occupa di tradurre la filosofia del Wellness Design in soluzioni spaziali concrete, guidando lo sviluppo di progetti d'interni innovativi e su misura per club sportivi, hotel di lusso, uffici e residenze private a livello globale. Coniugando estetica, funzionalità e tecnologia, definisce ambienti capaci di promuovere uno stile di vita attivo e di migliorare l'esperienza e la qualità della vita degli utenti.

##### **Federica Alberti**

*Direttrice Wellness Foundation*

Profilo di riferimento nella promozione dei corretti stili di vita e nella salute pubblica a livello internazionale, ricopre la carica di Direttrice della Wellness Foundation, la fondazione non-profit creata da Nerio Alessandri nel 2003. Con una solida esperienza nella governance e nella gestione di progetti sociali e di sensibilizzazione, guida le iniziative della Fondazione mirate a diffondere la cultura del Wellness e a contrastare la sedentarietà. Coordina programmi di educazione e di ricerca sul territorio (tra cui lo storico ecosistema della "Wellness Valley" in Romagna) ed è attiva nel dialogo con istituzioni scientifiche, politiche ed accademiche per promuovere la salute preventiva come pilastro fondamentale del benessere sociale ed economico.

*I contenuti del presente syllabus (inclusi sottomoduli, materie, docenti) hanno valore puramente indicativo e possono essere soggetti a modifiche o variazioni in qualsiasi momento ad esclusiva discrezione della Direzione, in base a esigenze didattiche o organizzative.*