

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## Castellanza, capitale del Trekkmill, festeggia 30 anni di fitness

Marco Tajè · Thursday, October 13th, 2016

Da 30 anni, ogni giorno, con la stessa passione. Con questo slogan, lo storico Green Club di Castellanza, in viale Rimembranze, celebra un compleanno all'insegna dello sport, della modernità, dell'innovazione. In effetti, oggi, la struttura di Mario Perron non solo si è rinnovata, ma ha pure cambiato denominazione in **Trekkmill Athletic Academy**. sposando un metodo che ha cambiato radicalmente il fitness locale.



*"Occorre consapevolezza per fare cio' – commenta Mario Perron animatore del Green Club e oggi direttore tecnico nazionale settore Trekkmill ASI- e se necessario anche il coraggio di voler voltar pagina di un libro che di storia sportiva nell'Altomilanese in questi 30 anni ne si trova scritta proprio parecchia, storia che ci piace ricordare in compagnia di tanti amici, insieme si e' fatto grande l'ormai ex Green club".*

Nato 5 anni fa proprio al Green Fitness Club, Trekkmill Athletic Academ ha conquistato un posto di rilievo nelle discipline di group training musicale in Italia e sta preparando il decollo oltre frontiera, con un progetto serio e affiancato da aziende leader del settore. Sono oltre 400 i tappeti su piano inclinato che ogni anno invadono il mercato, in cui trovano occupazione 500 istruttori, di cui 30 in Francia.



Il termine Trekkmill nasce in Italia alcuni anni fa da un gruppo di appassionati trekker che, durante le pause tra le varie escursioni e soprattutto nel periodo invernale, utilizzavano il tapis – roulant o treadmill per simulare i loro percorsi e le conseguenti andature usate nel trekking outdoor per mantenersi in condizioni di forma ottimale in attesa delle future e vere escursioni. Nel 2010 nasce il Trekkmill program, programma di allenamento che si prefigge di ridisegnare in versione indoor tutti quei sentieri e quelle andature che si affrontano nei percorsi di trekking. Ora questo programma è diventato fruibile e ufficiale: Trekkmill program è un metodo di allenamento rivolto a tutti coloro che vogliono camminare su un tappeto meccanico, adatto non solo a chi è atleta ma anche a chi vuole mantenersi in forma nel tempo. Mario Perron ne è stato il promotore, trasformando il Green Club nella sede nazionale operativa di questa attività che, attraverso Alleanza Sportiva Italiana (ASI), è riconosciuta dal CONI.



Il centro sportivo di Castellanza ospita sia i corsi di formazione per i nuovi istruttori Trekkmill sia

studi rivolti alla deambulazione e al running su piano inclinato. Siamo insomma in presenza di nuove soluzioni rivolte al proprio benessere, che può trovare conforto in vari servizi che la nuova ASD propone, come l'ampia area cardio piu' sala dedicata all'allenamento isotonico Technogym, TRX, senza tralasciare lo yoga il Pilates, il poweryoga e anche i corsi di Zumba, zumba for kids e group cycling con Claudio Chiappucci. Area Spa sia maschile che femminile. Visite mediche, plicometria, consigli alimentari, controlli posturali e funzionali.

In questi 30 anni, Mario è stato affiancato e sostenuto da tanti appassionati, cui oggi rivolge un doveroso pensiero, come papà Aldo, gli amici Giuseppe Bonecchi, Luigi Angelini Rota, Flavia Bardazzi e l'indimenticato Achille.

Per info e dettagli: [info@trekkmill.com](mailto:info@trekkmill.com)

This entry was posted on Thursday, October 13th, 2016 at 12:01 am and is filed under [Cronaca](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.