

MAGAZINE **FITACTIVE**

— IL FITNESS ★ PER TUTTI —

APRILE 2025



INTERVISTA

INTERVISTA A DAVIDE MADAU,
VIDEOMAKER UFFICIALE
DI FITACTIVE

PAG. 04

NOVITÀ AZIENDALI

FITACTIVE PROTAGONISTA
A FRANCHISE EXPO PARIS 2025

PAG. 08

OPENINGS

COLOGNO MONZESE E SARONNO:
DUE RESTYLING IN STILE FITACTIVE

PAG. 16

EDITORIALE



Benvenuti nel numero di aprile del nostro magazine FitActive! Questo mese, vi presentiamo un nuovo numero ricco di novità, con storie di crescita, riconoscimenti e progetti che rendono FitActive sempre più forte. Iniziamo con una intervista esclusiva a Davide Madau, il nostro videomaker ufficiale, che ci racconta come ogni ripresa per FitActive diventa una vera e propria storia da raccontare. In questo numero, abbiamo anche il piacere di parlarvi della nostra partecipazione a Franchise Expo Paris, un evento che ci ha dato l'opportunità di confrontarci con altri leader del settore e di rafforzare la nostra presenza internazionale. Inoltre, siamo felici di annunciare il prestigioso riconoscimento ricevuto dal Corriere della Sera, che ci ha inclusi tra le eccellenze del franchising italiano, un traguardo che ci rende immensamente orgogliosi.

Un altro momento significativo è stato la nostra Special Class dell'8 marzo in occasione della Festa della Donna, un evento che ha visto la partecipazione di oltre 400 persone e che ha unito il fitness alla solidarietà, con una raccolta fondi a favore di Differenza Donna APS/ONG. È stato un bellissimo esempio di come FitActive sia impegnata anche nel sociale, dando valore a ogni donna e al suo potenziale. Non possiamo dimenticare le riaperture di Cologno Monzese e Saronno, rinnovate per offrire ai nostri membri un'esperienza ancora migliore. In questo numero troverete anche un approfondimento sui pull-up e l'Oroscopo di Ben per l'Ariete, con un tocco di ironia e motivazione.

Spero che questo numero vi ispiri a continuare il vostro percorso di benessere e fitness.

Eduardo Montefusco – CEO & founder FitActive

INTERVISTA A **DAVIDE** **MADAU**, VIDEOMAKER UFFICIALE DI FITACTIVE



Davide Madau è il cuore creativo che dà vita ai contenuti video di FitActive, rendendo ogni ripresa un'opera capace di trasmettere emozioni, motivazione e l'energia che caratterizzano il nostro brand. In questa intervista, ci racconta il suo **percorso professionale**, le **sfide quotidiane** nel creare contenuti visivi per un brand dinamico come FitActive, e come riesca a coniugare la sua passione per il videomaking con l'impegno per la creazione di esperienze coinvolgenti e stimolanti. Scopriamo insieme il suo approccio creativo e i progetti che lo hanno maggiormente appassionato.

Davide, come hai iniziato la tua carriera nel videomaking e come sei entrato a far parte della realtà FitActive? Puoi raccontarci com'è nata questa collaborazione?

Fin da piccolo, ho **sempre amato l'arte**. Questo amore mi ha spinto a studiare in un liceo artistico e poi a specializzarmi in una scuola di cinema. Dopo gli studi, ho iniziato a lavorare in uno **studio d'animazione** italiano per la realizzazione di un film d'animazione destinato al cinema. Successivamente, sono passato a un **canale Sky**, dove mi occupavo di **motion graphics e montaggio**. Un giorno, quasi per gioco, **proposi a FitActive un cortometraggio animato**. Eduardo Montefusco ne fu entusiasta e decise di pubblicarlo. Tempo dopo, ricevetti una chiamata da lui: aveva bisogno di qualcuno che gestisse la parte video all'interno del suo team. Ricordo perfettamente quel momento: ero all'Esselunga, intento a fare colazione, quando il telefono squillò. Dall'altra parte, con insistenza e convinzione, Eduardo mi diceva: **"Devi venire a lavorare con me. Qui puoi dare spazio alla tua creatività."** La mia prima reazione? Sinceramente, pensai che la risposta sarebbe stata un no categorico.

Lasciare un canale Sky per una catena di palestre? Mi sembrava la fine della mia carriera, io che sognavo il cinema e la TV! Ma poi **ripensai alle sue parole: "Vieni a lavorare CON me," e non "PER me."** Quel piccolo dettaglio cambiò tutto. Decisi di fare un salto nel vuoto, pensando che, al massimo, sarei rimasto solo per qualche mese prima di trovare altro. E invece, **dal 2018, il mio viaggio con FitActive continua**. Perché il successo e la felicità non si trovano sempre dove pensiamo di doverli cercare... a volte sono proprio dietro l'angolo, basta avere il coraggio di provarci.

Quali sono le principali sfide che affronti nel creare contenuti visivi per un brand dinamico e in continua evoluzione come FitActive? Ci sono particolari emozioni o esperienze che cerchi di catturare in ogni progetto?

La sfida più grande è **riuscire a essere sempre creativi e originali**, spingendosi oltre a ogni nuovo progetto, non solo dal punto di vista artistico, ma anche tecnico. Un'altra sfida è gestire e creare contenuti per le strutture italiane ed estere, sia quelle già operative che quelle in prevendita, oltre alle promo, agli eventi e a tutto ciò che ruota attorno al nostro mondo. Il lavoro non manca, anzi! E se consideriamo che **mi occupo da solo dell'intera parte video**, la sfida diventa ancora più intensa. Ma mai stressante o demotivante. Al contrario, è proprio questa continua ricerca di superamento che mi spinge a migliorarmi. E quando guardo altre realtà, dove anche con un team di dieci persone non riescono a eguagliare i contenuti che creo da solo - tra effetti speciali, animazioni e montaggi emozionanti - scusami se lo dico, ma in quei momenti mi sento un po' Steven Spielberg. Noi di FitActive siamo in continua evoluzione e crescita, e per questo anche il settore video deve stare al passo. **Cerco sempre nuove soluzioni, nuove idee, nuove evoluzioni**. In ogni progetto, il mio obiettivo è trasmettere un'emozione, un sentimento, perché è la base del nostro brand: l'amore, l'amicizia, la felicità. Che sia una grande promozione o una festa, **ogni video deve toccare il cuore**. E così connetto mente e anima, trasformando tutto ciò che ho dentro in immagini capaci di emozionare.

INTERVISTA

Parlaci un po' dell'ambiente di lavoro all'interno di FitActive. Che tipo di atmosfera si respira quando sei sul set durante le riprese, e come questa influenza il tuo approccio creativo?

Uno dei motivi per cui amo questo lavoro è proprio l'ambiente in cui lo svolgo: un **luogo positivo, pieno di stimoli e di persone diverse**, ognuna con qualcosa da offrire, con cui ci si può confrontare e aiutare a vicenda. Certo, non sempre si va d'accordo - ci sono momenti di confronto, discussioni, divergenze - ma fa parte del gioco. L'importante è chiarirsi, trovare un punto d'incontro e andare avanti più forti di prima. E poi, diciamolo... nel mio ufficio siamo in cinque, e io sono l'unico uomo!

Puoi ben immaginare che non sia sempre facile passare le giornate circondato da tutte queste donne... Ahahah! Ovviamente scherzo. La verità è che **lavorare in un ambiente così vario mi ha insegnato tanto**. Quando devo girare delle riprese, il mio obiettivo non è solo ottenere un buon risultato tecnico, ma anche creare un'atmosfera serena e coinvolgente, in cui le persone si sentano a proprio agio. Anni fa ero più chiuso di mentalità, tendevo a vedere il mondo solo dalla mia prospettiva. **Oggi ho imparato ad ascoltare davvero gli altri, a cogliere le loro idee, le loro emozioni**. E spesso, da un semplice confronto, nasce qualcosa di speciale... qualcosa che non solo arricchisce il mio lavoro, ma anche me come persona.

C'è qualche progetto che ti ha particolarmente coinvolto, magari per la sua complessità o per il messaggio che voleva comunicare?

Ci sono tanti progetti che mi hanno coinvolto profondamente, ma alcuni occupano un posto speciale nel mio cuore. In particolare, i **video che realizzo per le convention sono una sfida che amo affrontare ogni volta**. Il mio obiettivo non è solo creare un contenuto visivamente d'impatto, ma trasmettere qualcosa di più profondo: l'importanza di ogni singola persona all'interno di FitActive. Voglio che, davanti allo schermo, centinaia di collaboratori si sentano parte di un'unica grande squadra. Perché il successo di un centro fitness non dipende solo dalle macchine o dagli spazi, ma dalle persone che ogni giorno lo rendono vivo: dalla receptionist al personal trainer, dal club manager al titolare della palestra.

Ogni ruolo è fondamentale, e attraverso i miei video cerco di rafforzare questo legame, di creare un senso di appartenenza ancora più forte. Poi ci sono quei progetti che vanno oltre il lavoro, quelli che parlano al cuore. Come il video contro l'abbandono degli animali, nato per sensibilizzare su un tema che mi sta particolarmente a cuore. O il video dedicato alla Festa della Donna, un omaggio alla forza, al coraggio e alla determinazione di tutte le donne. Questi sono i progetti che non si limitano a raccontare... ma emozionano, lasciano un segno, fanno la differenza. E per me, non c'è niente di più gratificante.

Il mondo del videomaking è in continua evoluzione, soprattutto con le nuove tecnologie. Come vedi l'evoluzione dei contenuti video nel fitness? Quali strumenti o tendenze pensi possano influenzare il futuro della produzione video per un brand come FitActive?

Negli ultimi anni, **il mondo dei video è in continua evoluzione**, e questo, oltre a rappresentare una sfida, mi entusiasma profondamente. **Grazie ai social, i video hanno vissuto un'esplosione senza precedenti**, trasformandosi nel linguaggio universale della comunicazione digitale. Il cambiamento rispetto a qualche anno fa è stato radicale, sia dal punto di vista tecnico che creativo.

Oggi tutto si muove più velocemente, le tendenze cambiano in un attimo, e **restare aggiornati non è solo un vantaggio, ma una necessità per non rimanere indietro**. Creare contenuti di successo non richiede più attrezzature costose: basta uno smartphone e un buon programma di montaggio.

Ma la vera differenza la fanno sempre le competenze, l'occhio, l'esperienza. **È il videomaker, con la sua visione e professionalità, a dare anima a un contenuto**, a trasformarlo in qualcosa di unico. Ora, con l'avvento dell'intelligenza artificiale, siamo di fronte a una nuova rivoluzione. Molti la temono, vedendola come una minaccia. Io, invece, la considero una sfida, un'opportunità. Perché non è il mezzo a comandare o a sostituire la creatività umana, ma siamo noi a doverlo padroneggiare, a utilizzarlo come uno strumento che amplifica le nostre capacità, senza mai annullarle. **Il futuro sarà inevitabilmente influenzato dall'AI, con tutti i suoi pro e contro**. Ma una cosa per me non cambierà mai: la mia missione. Perché, qualunque sia la tecnologia, il mio obiettivo rimane sempre lo stesso... **creare contenuti che emozionano, che toccano le persone, che lasciano un segno**.

FITACTIVE PROTAGONISTA A FRANCHISE EXPO PARIS 2025



FitActive ha partecipato per il **secondo anno consecutivo** a **Franchise Expo Paris**, il più importante **evento mondiale** dedicato al mondo del **franchising**.

Un appuntamento strategico per **raccontare la filosofia del brand e consolidare la sua crescita internazionale**, incontrando imprenditori, innovatori e partner da tutto il mondo.

Un evento di riferimento per il franchising globale

Organizzata dalla **Federazione Francese del Franchising** e da **Infopro Digital**, Franchise Expo Paris rappresenta un punto di riferimento per chi desidera investire in un'attività in franchising.

L'edizione 2025 ha registrato oltre **32.000 partecipanti**, confermandosi un **hub internazionale dove scoprire le tendenze di mercato**, costruire relazioni strategiche e dare forma al futuro dell'imprenditoria.



FitActive porta il fitness italiano a Parigi

Dal 14 al 17 marzo, il Team Sviluppo di FitActive, guidato dal **Development Director del Brand Eugenio Lupo**, ha accolto visitatori, investitori e appassionati del settore presso lo stand V85.

Un'**occasione preziosa per raccontare l'unicità del modello FitActive**: un format accessibile, dinamico e vincente, che coniuga qualità dei servizi e attenzione al benessere delle persone.

Connessioni strategiche e nuove opportunità di crescita

Durante i tre giorni di fiera, **FitActive ha incontrato numerosi potenziali franchisee** e stretto relazioni con **partner strategici internazionali**.

Gli scambi e le conversazioni avviate a Parigi rafforzano la visione del brand: creare una rete solida, internazionale e capillare, capace di diffondere la cultura del fitness in ogni angolo del mondo.



Una visione globale per un fitness alla portata di tutti

La partecipazione a Franchise Expo Paris 2025 conferma l'ambizione di FitActive: **rendere il fitness accessibile, coinvolgente e sostenibile, ovunque**.

L'esperienza parigina rappresenta un ulteriore passo verso un'**espansione consapevole e orientata al futuro**, in linea con i valori che da sempre guidano il brand.

I risultati ottenuti a Parigi sono la testimonianza concreta di un **progetto solido, pronto a conquistare nuovi mercati** e a coinvolgere sempre più imprenditori nella missione di diffondere il benessere.

IL VIAGGIO CONTINUA, E IL FUTURO PARLA FITACTIVE.

FITACTIVE CELEBRA LA DONNA: UN INCONTRO DI FORZA, ENERGIA E SOLIDARIETÀ



L'8 marzo 2025, in occasione della **Giornata Internazionale della Donna**, FitActive ha voluto celebrare il valore, la determinazione e la forza di tutte le donne con un evento speciale e significativo: la **SpecialClass dedicata a loro**. Questo incontro non è stato solo un momento di allenamento, ma una celebrazione della forza femminile, unita alla solidarietà concreta e al supporto delle donne che affrontano difficoltà quotidiane.

Un evento unico e inclusivo

La SpecialClass, che si è tenuta sabato 8 marzo dalle 10:00 alle 12:00, ha visto la **partecipazione di oltre 400 persone in diverse città italiane**. Da Milano a Torino, passando per Napoli, Roma, Catania, Mestre, Bologna e Cagliari, le palestre FitActive hanno ospitato questo evento speciale, con l'obiettivo di celebrare la donna non solo come simbolo di forza, ma come protagonista di un cambiamento positivo nella società.

Le donne, insieme a chi le supporta, hanno avuto l'opportunità di partecipare a un **allenamento energetico e coinvolgente**, ma soprattutto di sentirsi parte di una causa più grande.

La SpecialClass è stata pensata per valorizzare ogni donna, per ricordarle quanto sia importante esprimere il proprio potenziale, ma anche per **sensibilizzare sul tema della violenza di genere e sull'importanza di creare una società più equa**.



Solidarietà e azione concreta

FitActive ha voluto andare oltre l'allenamento, abbinando a questa giornata di celebrazione una **raccolta fondi a favore di Differenza Donna APS/ONG**, un'organizzazione impegnata nella difesa dei diritti delle donne. I fondi raccolti sono stati destinati alla **Casa di Accoglienza Politeia di Roma**, un rifugio per donne, bambine e bambini che hanno subito violenza, per dare loro una nuova speranza e l'opportunità di ricostruire la propria vita lontano dalla violenza.

La giornata ha avuto anche l'importante funzione di sensibilizzare sull'esistenza del **numero antiviolenza 1522**, un servizio gratuito e disponibile H24, essenziale per le donne che affrontano situazioni di violenza fisica, psicologica, economica o sessuale.

Desideriamo precisare che Differenza Donna APS/ONG e FitActive non hanno avviato una raccolta fondi in favore di 1522, poiché il centralino è gestito direttamente dal Dipartimento delle Pari Opportunità.



Le parole del nostro CEO

“Noi di FitActive siamo l'opposto di 'esclusivo': siamo un brand inclusivo, la rappresentazione del Fitness per Tutti. Crediamo in un mondo senza barriere, in cui ogni persona possa sentirsi accolta, valorizzata e libera di esprimere il proprio potenziale. In Italia si parla di inclusività solo da poco, ma noi portiamo avanti questa missione da oltre un decennio, con azioni concrete e un impegno quotidiano.

Respingiamo con forza gli stereotipi di genere e crediamo nel talento senza distinzioni. Ecco perché, da anni, le donne ricoprono ruoli chiave e manageriali nella nostra azienda, non come eccezione, ma come regola. Per noi, **il valore e la competenza non hanno genere**, e la leadership femminile è parte integrante del nostro successo. Sosteniamo, promuoviamo e valorizziamo le donne non solo all'interno di FitActive, ma come pilastro fondamentale dell'intero mondo del fitness.

L'inclusione per noi non è una moda, ma una **scelta di valore che ci guida ogni giorno**. E continueremo a portarla avanti, perché il futuro del fitness è per tutti e con tutti.



DA PRINCIPIANTE A PRO: IL POTERE DEI PULL-UP NEL TUO ALLENAMENTO



I **pull-up** sono ideali per **sviluppare la forza dorsale**, in particolare i **muscoli dorsali** (latissimi del dorso), ma coinvolgono anche il **petto**, le **spalle** e le **braccia**. Sono un eccellente esercizio funzionale per migliorare la forza corporea generale e per **rafforzare i muscoli stabilizzatori**, con un impatto positivo anche sulla postura.

L'esecuzione regolare dei pull-up aumenta la stabilità del corpo, ti aiuta a mantenere una **schiena più dritta** e ti prepara ad affrontare altre sfide fisiche, in palestra o nella vita quotidiana.

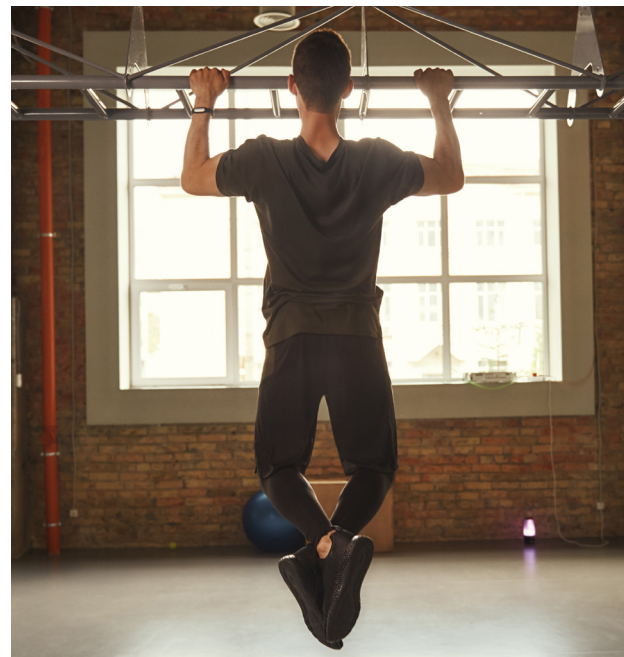
La corretta esecuzione: postura e tecnica

Per **eseguire correttamente i pull-up**, è fondamentale mantenere una buona postura.

Le scapole devono essere basse, il **core deve essere attivo** (cioè l'addome deve essere in tensione) e il **petto deve essere in fuori**, evitando di piegarsi in avanti o di arrotondare la schiena.

La posizione corretta prevede anche una **schiena dritta** e il movimento deve essere fluido, senza slanci o oscillazioni di busto e gambe.

Mantenere la giusta postura non solo previene infortuni, ma rende l'esercizio molto più efficace, concentrando lo sforzo sui muscoli giusti.



Come iniziare: da principiante a esperto

Se non hai mai fatto un pull-up o sei alle prime armi, non preoccuparti, ci sono vari modi per progredire in modo graduale.

Un **buon punto di partenza sono le macchine guidate come la lat machine**, che ti permette di simulare il movimento del pull-up con l'assistenza di un peso aggiuntivo. In seguito, puoi iniziare a **utilizzare elastici per ridurre la resistenza** e supportare il movimento.

Questi strumenti ti permetteranno di acquisire forza e confidenza prima di passare al pull-up completo senza alcun supporto.

Frequenza e integrazione con altri esercizi

Per ottenere i massimi benefici dai pull-up, è consigliabile inserirli nella tua routine almeno **due volte a settimana**.

Puoi eseguire da **2 a 3 serie di ripetizioni massime**, in base al tuo livello di forza. È importante integrare i pull-up con altri esercizi, come l'allenamento con i pesi, per sviluppare i muscoli dorsali e migliorare ulteriormente la tua forza e resistenza.

Un **mix equilibrato tra esercizi a corpo libero e macchine guidate** ti aiuterà a progredire più velocemente.

Quando evitare i pull-up

Nonostante i pull-up siano un esercizio estremamente utile, non sono adatti a tutti.

Se soffri di **problemi ortopedici alle spalle** o difficoltà alle **articolazioni del gomito**, è meglio evitare i pull-up o adattarli alle tue esigenze.

In questi casi, altre macchine o esercizi alternativi che stimolano i muscoli coinvolti nei pull-up possono essere una buona alternativa, fino a quando non avrai la forza e la stabilità necessarie per eseguire il movimento in sicurezza.

FITACTIVE RICONOSCIUTA TRA LE ECCELLENZE DEL FRANCHISING



FitActive è lieta di annunciare un **prestigioso riconoscimento ottenuto nell'ambito del Ranking Franchising 2025**, un contest promosso dal Corriere della Sera per celebrare le eccellenze imprenditoriali del franchising in Italia. In un settore competitivo, **FitActive si è distinta per la qualità dei suoi servizi e l'impegno costante nel miglioramento**, guadagnando così un posto nell'elenco ufficiale delle migliori aziende italiane del settore.

Un riconoscimento meritato

L'inclusione di FitActive nell'elenco delle migliori realtà di franchising italiane non è solo una grande soddisfazione, ma anche una **testimonianza della crescita e della dedizione che il nostro brand ha messo nel settore del fitness**. Questo risultato è frutto della partecipazione alla prima edizione del contest, che ha visto la **competizione di ben 56 aziende selezionate** su un ampio numero di candidature provenienti da tutto il paese.

Il Ranking Franchising è stato sostenuto dalle principali associazioni di categoria, come Assofranchising, Confimprese e Federfranchising, a testimonianza della sua importanza nel panorama imprenditoriale italiano.



L'importanza del premio

Il riconoscimento ricevuto da FitActive è stato possibile grazie all'attenta valutazione del **Comitato Scientifico**, composto da esperti di settore come **Massimo Barbieri** e il **professor Alberto Pastore**. I criteri rigorosi per la selezione hanno garantito una scelta accurata delle aziende più meritevoli, premiando quelle che hanno saputo coniugare innovazione, competenza e capacità di crescita sostenibile nel tempo.

Un ringraziamento a chi ci supporta

Questo riconoscimento è il risultato del lavoro di squadra e della passione di tutti i nostri affiliati, collaboratori e clienti che, con il loro supporto continuo, ci permettono di crescere e migliorare. **FitActive continuerà a lavorare per portare il livello del fitness in Italia sempre più in alto**, alzando ogni giorno l'asticella per offrire esperienze di qualità senza compromessi.

COLOGNO MONZESE E SARONNO: DUE RESTYLING IN STILE FITACTIVE



Questo mese, siamo felici di annunciare il **restyling** di due delle nostre palestre più apprezzate: **FitActive Cologno Monzese** e **FitActive Saronno**.

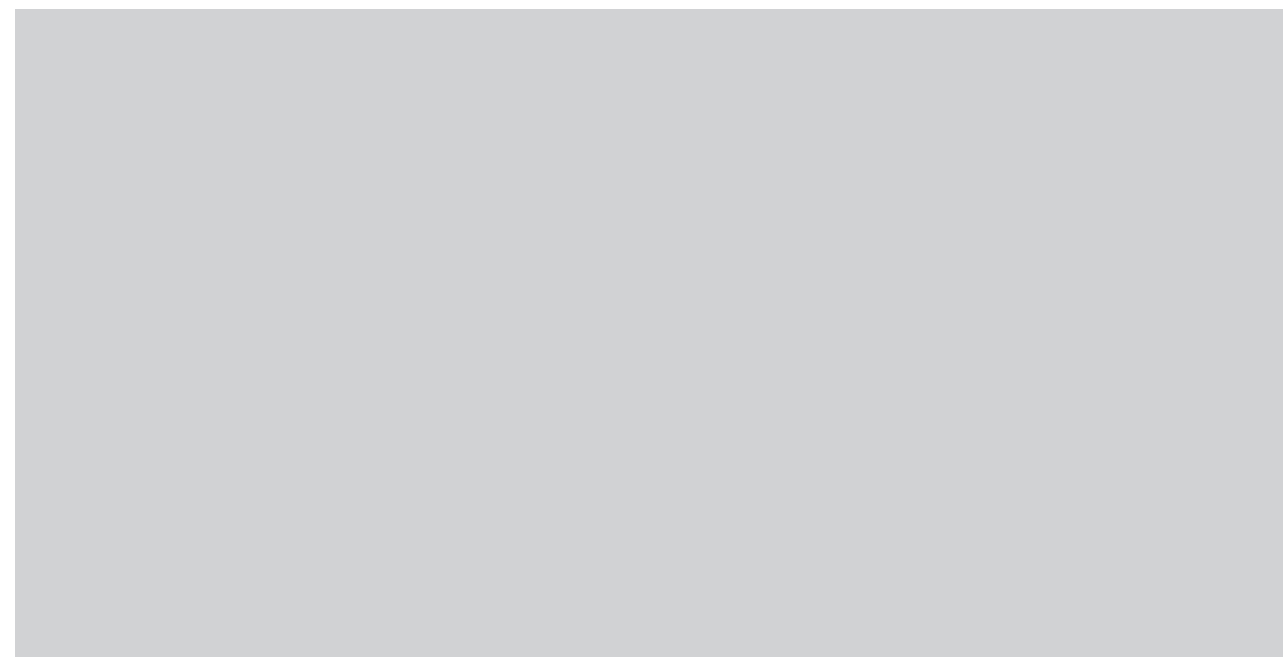
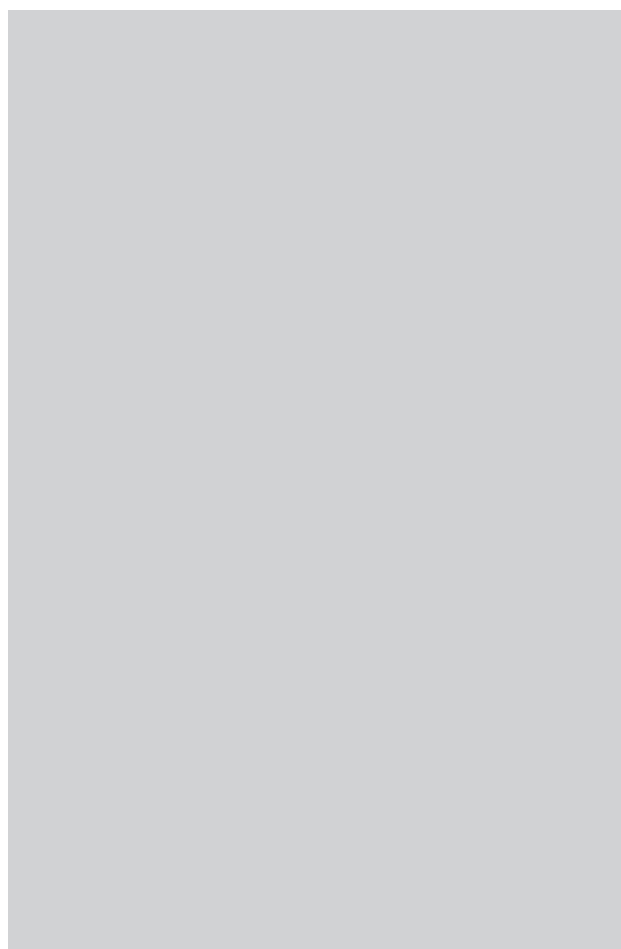
Dopo aver accolto i nostri membri con entusiasmo per anni, queste strutture sono state rinnovate per migliorare ulteriormente l'esperienza di allenamento e il comfort di chi le frequenta.

Scopriamo insieme cosa è cambiato e cosa ci aspetta in queste palestre rinnovate.

FitActive Cologno Monzese: un nuovo look per un'esperienza ancora più coinvolgente

FitActive Cologno Monzese ha subito un restyling che ha reso gli spazi ancora più funzionali e accoglienti. L'idea alla base del progetto è stata quella di ottimizzare gli spazi, migliorando la gestione delle aree di allenamento e creando un ambiente stimolante per i nostri membri.

Ogni dettaglio è stato curato per offrire una struttura che rispecchi l'approccio dinamico e innovativo di FitActive, con un **focus sull'efficienza e la comodità**.



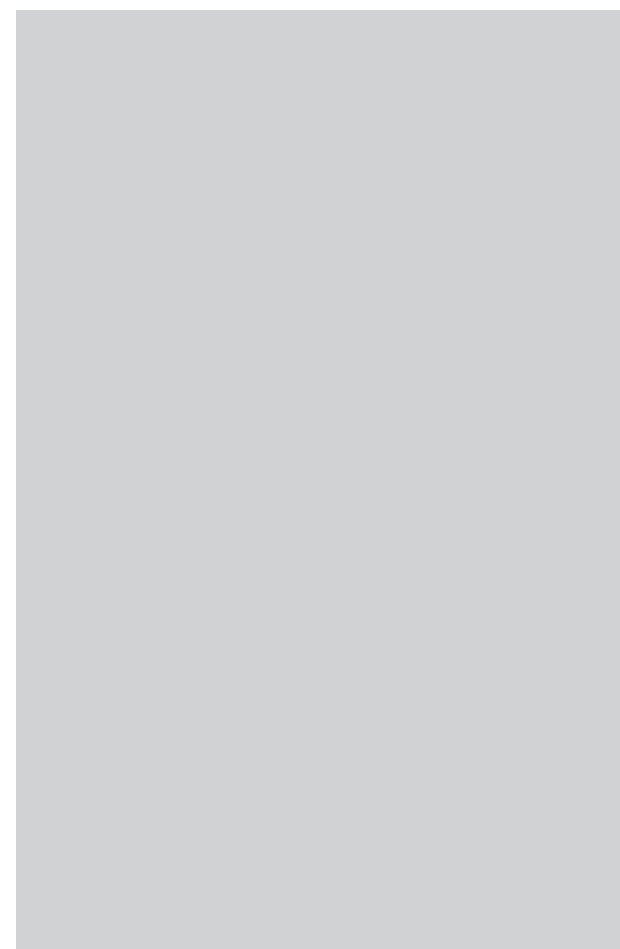
FitActive Saronno: un restyling che pone l'accento sul benessere

FitActive Saronno ha visto un ammodernamento che ha reso gli **spazi più luminosi e funzionali**. Il restyling ha reso l'ambiente più accogliente e ha permesso di ampliare l'offerta di attività. L'obiettivo è quello di garantire **un'esperienza unica per ogni membro**, con strutture che favoriscono il benessere, la motivazione e il comfort durante ogni allenamento.

Una nuova era di fitness

Con il restyling di **FitActive Cologno Monzese** e **FitActive Saronno**, stiamo aprendo la porta a una nuova era di fitness, fatta di **spazi rinnovati** e una **migliore esperienza** per tutti i nostri membri.

Questi aggiornamenti rappresentano il nostro impegno costante per offrire ambienti moderni, funzionali e motivanti. Siamo entusiasti di condividere con voi questi cambiamenti e di continuare a supportarvi nel vostro percorso di benessere.



E

T

E

I

R

A

Aprile è il mese in cui finalmente puoi **sfogare tutta la tua energia**, Ariete, ma attenzione: non tutto va risolto con il tuo entusiasmo travolgente. Le stelle ti invitano a fare attenzione a come usi la tua energia, sia in palestra che nella vita quotidiana.

Forse **è arrivato il momento di frenare quel tuo “vado a mille all’ora”** e imparare a dosare i tuoi sforzi. Ecco cosa ti riserva il mese, con un po' di sana ironia!

Da leader a tiranno in meno di una rep

Aprile ti trova al centro dell'attenzione, Ariete, e la tua energia ti rende irresistibile. Ma attenzione: a volte il tuo entusiasmo può sembrare un po' troppo “dominante”. In palestra, **sei il leader della squadra**, ma non dimenticare che un po' di empatia sociale potrebbe fare miracoli. Non tutti sono pronti a correre alla tua velocità, e questo mese potresti trovarti a fare i conti con il fatto che non tutti sono affascinati dalla tua costante voglia di “vincere”. **Le stelle ti consigliano di non trattare ogni incontro come una competizione.**

In conclusione, Ariete, aprile ti spinge a usare la tua incredibile energia in modo più equilibrato. Questo mese, **le stelle ti offrono l'opportunità di brillare**, ma anche di imparare a gestire le tue forze in modo che non siano travolgenti.



FINANZA IN CONTRAZIONE

Aprile ti troverà, come al solito, pieno di energia, ma anche con quella piccola tendenza a cedere agli impulsi – non solo in palestra! Le stelle ti avvertono: **potresti sentirti ispirato a fare acquisti superflui**, come l'ultimo gadget fitness che ti promette di trasformarti in una macchina da guerra. Prima di cedere alla tentazione, ricorda che **non è necessario comprare ogni cosa che sembri migliorare la tua performance**. In palestra hai già tutto ciò che ti serve (e probabilmente anche di più).



IN AMORE TANTA PASSIONE... MA FORSE TROPPO RITMO

In amore, Ariete, sei una forza della natura, ma come sempre ti lanci con la stessa intensità che metti nei tuoi allenamenti. Attenzione però: **l'eccessiva energia potrebbe trasformarsi in un “uragano” difficile da gestire per chi ti sta accanto**. Se sei single, la tua presenza magnetica potrebbe attirare qualcuno, ma potrebbe anche spaventare chi non è pronto per il tuo ritmo da maratoneta. Per i cuori già impegnati, la voglia di prendere il comando e far tutto a modo tuo potrebbe portare a qualche piccolo scontro. Le stelle suggeriscono un po' di rallentamento: ogni tanto, lascia che il partner decida, o almeno che faccia finta di farlo. Ricorda, **anche l'amore ha bisogno di pause...** e di stretching.

Appuntamento al prossimo numero di aprile con l'edizione dell'Oroscopo di Ben dedicata al segno del Toro.

