

## AREE PUBBLICHE PER IL BENESSERE PSICO-FISICO



Il benessere psico-fisico del passeggero è solitamente attribuito a tre ambienti pubblici privilegiati: piscine, palestre e centri benessere. Se, da un lato, piscine e palestre costituiscono un fenomeno storico consolidato che caratterizza le navi passeggeri fin dalle loro origini, i centri benessere, invece, rappresentano una delle più recenti innovazioni di settore.

Novità che trova a bordo una declinazione particolarmente felice e soprattutto compatibile con l'attuale tendenza a considerare la crociera come meta di se stessa piuttosto che come viaggio itinerante alla scoperta del mondo.

Novità che viaggia di pari passo con la recente rivalutazione dei più tradizionali complessi architettonici termali di terra, oggi trasformati in lussuose e richiestissime beauty farm o Spa<sup>1</sup>.

Novità che l'armatore sponsorizza poiché fonte di introiti aggiuntivi e quindi, alla stregua dei casinò, vero e proprio strumento di guadagno per la compagnia armatrice.

Se, infatti, il lido, ricostruzione virtuale della vita balneare, è parte integrante del pacchetto crocieristico, le palestre ed i centri benessere, invece, entrano a pieno titolo nelle categorie degli optional, quindi per ogni servizio offerto al loro interno corrisponde un ben preciso tariffario che fa impennare i costi della crociera standard. Tariffario e servizi che sono disponibili fra le offerte di bordo durante tutto il soggiorno crocieristico secondo le esigenze del singolo fruitore; oppure, in base al pacchetto prescelto, possono essere già in parte o globalmente compresi nel servizio all inclusive stabilito all'atto della partenza. Esistono addirittura tipologie di cabine, o meglio suite, collocate in posizione strategicamente limitrofa ai centri benessere, sui ponti alti, che già prevedono col loro "acquisto" una serie di trattamenti e servizi all'interno delle spa.

In questo modo gli introiti aggiuntivi, che rappresentano il reale utile d'impresa della compagnia armatoriale, salgono in base alla capacità di coinvolgere i passeggeri nel maggior numero di attività extra possibili, compresa la cura ed il benessere del proprio corpo.

Le strutture preposte alla cura del corpo sono solitamente posizionate sui ponti alti della nave, nelle immediate vicinanze del lido e delle piscine esterne. Palestre e centri specializzati possono essere parte di un'unica struttura o separati, ma sempre collocati in aree limitrofe. Le attività sportive all'aperto sono, anch'esse, ubicate nei ponti alti tendenzialmente a poppa o a prua, ma sempre nelle vicinanze delle aree dedicate alla balneazione.

### Piscine e lidi

Piscine e lidi incarnano lo status symbol di una vita balneare che la crociera, nonostante sia un viaggio per mare, nega senza mezzi termini; ubicati a centro nave, in corrispondenza del corpo cilindrico, si trovano sui ponti alti, ma non estremi, solitamente il secondo o il terzo partendo dall'alto. Ponti che, proprio per richiamare l'ideale marino e la destinazione ludica, vengono spesso chiamati lido deck o sun deck.

La posizione è decisamente strategica poiché consente, con un sottile gioco architettonico, di realizzare una sorta di anfiteatro a cielo aperto protetto lateralmente dalle murate e dai camminamenti che collegano le appendici della nave, nonché a poppa, così come a prua, dai ponti più alti che si interrompono in corrispondenza del lido stesso. Questo schema compositivo consente di individuare una zona di cospicue dimensioni dove la balneazione è riparata e confortevole anche durante le ore di navigazione. A titolo esemplificativo lido e solarium, sulle più recenti unità da crociera, occu-

1) Costa Crociere, 2008 - giochi d'acqua  
 2) Costa Crociere, 2008 - wellness e fitness  
 3) Costa Crociere, 2008 - aerobica all'aperto





pano una superficie compresa fra il 25 e il 30% dei ponti dedicati alle aree pubbliche con un rapporto compreso fra 1,5 e 3 metri quadrati per passeggero ed una metratura fra i 4.500 e i 9.500 metri quadrati variabile a seconda della lunghezza della nave stessa.

I vincoli progettuali del lido sono divisibili in almeno due macro argomenti: obblighi legati alla distribuzione verticale - longitudinale della nave e imposizioni frutto di aspetti tecnici imprescindibili.

La zona lido a centro nave progettualmente impone di coinvolgere almeno tre ponti: il vero e proprio lido dove vengono collocate le piscine ed il relativo solarium, un ponte superiore rigorosamente forato in corrispondenza delle vasche per consentire l'irraggiamento solare sottostante e che, almeno in parte, viene comunemente utilizzato come estensione ed ampliamento del solarium ed infine, il ponte sottostante alle vasche dove in corrispondenza delle stesse, causa la profondità delle piscine, viene meno l'aggregazione seriale delle cabine per far posto alla parte più profonda della pancia delle conche. Longitudinalmente, invece, il lido deve rimanere compreso fra i collegamenti verticali della nave. Scelta che da un lato consente lo smistamento immediato dei crocieristi nonché un flusso d'utenza corretto e coerente con l'urbanistica della nave e dall'altro contiene lo sviluppo planimetrico degli spazi pubblici all'aperto entro un ben preciso perimetro.

Gli aspetti tecnici che, invece, vincolano la posizione del lido sono in diretto collegamento con la posizione delle ciminiere e dei fumaioli della nave. I ponti sole, infatti, devono essere protetti tanto dal vento quanto dall'emissione dei fumi di scarico. Attualmente il problema viene risolto posizionando i lidi a proravia del fumaiolo, in posizione protetta e raccolta ad anfiteatro in modo tale da garantire aria sana e vita all'aperto, ma contempo-

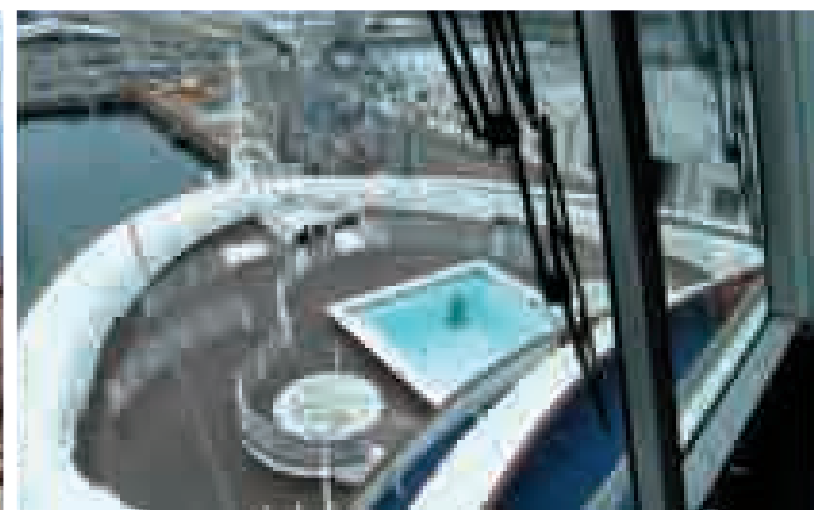
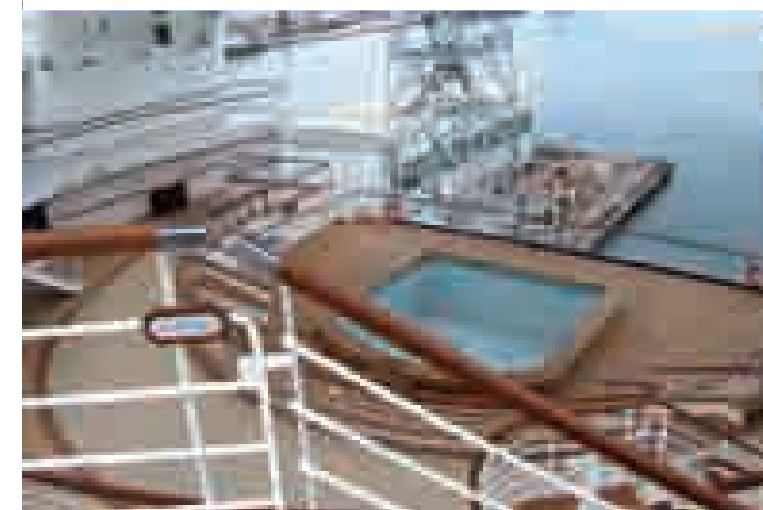
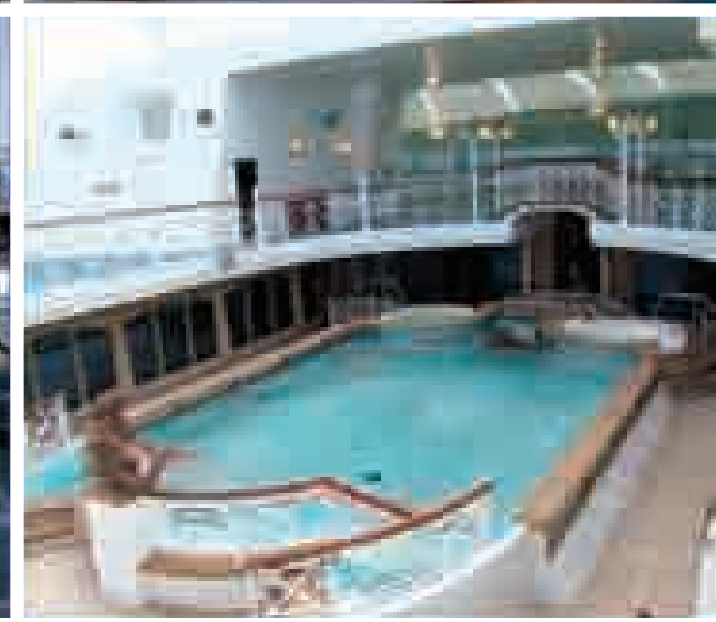
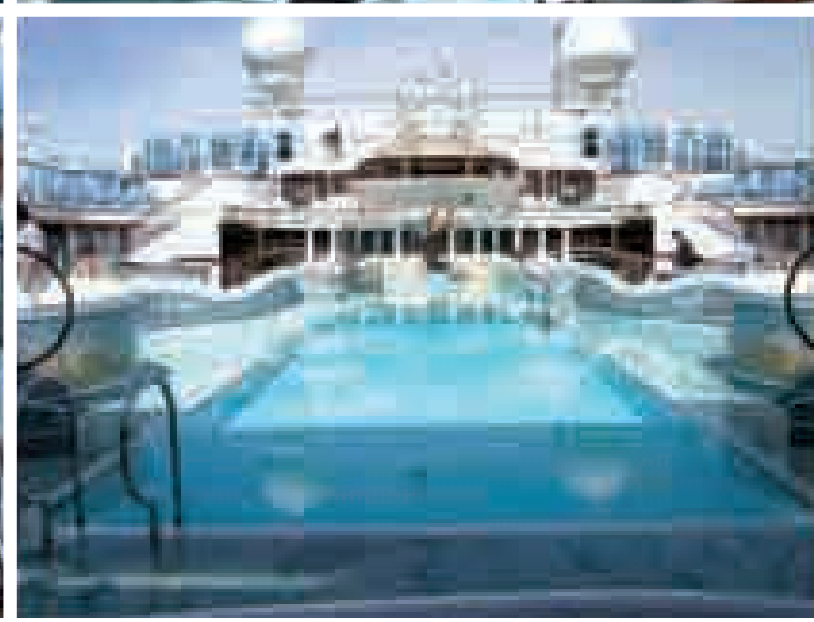
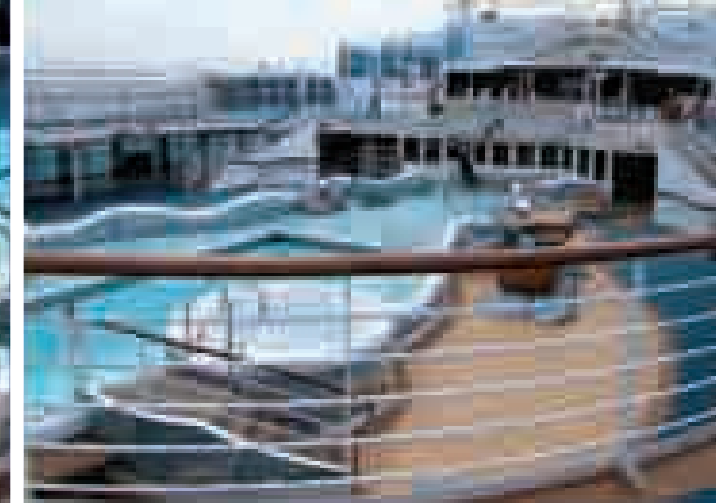
aneamente assenza di vento e reflui tossici o maleodoranti. A tale scopo vengono svolti studi aerodinamici confrontando i risultati numerici con le prove su modelli all'interno di gallerie del vento e stabilendo la forma più adatta che risponda anche ai requisiti estetici.

Passando poi alla definizione planimetrica dei ponti lido e sole: il lido deck per eccellenza comprende almeno due vasche, una zona circostante dedicata al solarium, spogliatoi, servizi igienici e punti di ristoro variabili dal bar alla gelateria fino al buffet, mentre il ponte immediatamente soprastante, ipoteticamente sun deck, è rigorosamente svuotato e liberato in corrispondenza delle zone di balneazione sottostanti e adibito a solarium sulla superficie rimasta a disposizione corrispondente in lunghezza allo sviluppo del lido ed in profondità alle ali laterali rimaste integre.

La scelta di integrare le aree di balneazione con punti di ristoro che sono in grado di soddisfare le molteplici volontà del passeggero consente di contenere i flussi di percorrenza dei "bagnanti" che trovano sui due ponti collegati tutti i servizi necessari per trascorrere la giornata in pieno sole e relax senza doversi muovere per bere, mangiare, cambiarsi... e così via.

La tendenza contemporanea, inoltre, al crescere delle dimensioni delle navi propende, in modo direttamente proporzionale, a dilatare anche le dotazioni standard dei ponti sole annoverando oltre alle due piscine, se non addirittura tre, anche vasche idromassaggio o di acqua calda, aumentando sensibilmente la media delle superfici destinate al lido e ai comfort in esso compresi.

Le piscine possono essere complanari oppure su più livelli, sempre più spesso collegate fra loro con scivoli e giochi d'acqua che richiamano alla memoria fantastici villaggi per divertimenti o parchi giochi. Alternative alla balneazione tradizionale che dilatano in altezza l'entità





del lido arrivando a conquistare anche il ponte più alto da cui di solito parte lo scivolo per raggiungere, con cascate intermedie, la vasca principale.

New entry nella top ten dei gadgets di bordo è sicuramente la piscina a onde per il divertimento dei giovani come degli adulti e, perché no, di nuovi appassionati surfisti.

Modelli di riferimento per la progettazione di questi spazi restano sicuramente i parchi acquatici di terra, che costituiscono valido spunto per soluzioni innovative e all'avanguardia in materia di divertimenti.

In abbinamento al lido vero e proprio la nave viene spesso equipaggiata di una piscina coperta, localizzata generalmente a poppavia del corpo cilindrico e degradata ai ponti sottostanti il lido, quasi sempre corredata di vetrata panoramica o, se possibile, dotata di copertura in cristallo scorrevole che protegga il bagno in caso di cattivo tempo o dai reflui dei fumi che fuoriescono dal comignolo della nave, ma che consenta di fruire dell'aria e del cielo libero in condizioni meteorologiche normali o in porto. Anche in questo caso le vasche sono corredate di spogliatoi, servizi igienici e lettini prendisole. In alternativa esistono anche, a completamento dei ponti sole e sempre compatibilmente con le dimensioni e l'urbanistica della nave, alcuni spazi dedicati e riservati ai soli adulti, separati dal lido classico, ma anch'essi dotati di piscina, solarium e bar dedicato. Ambienti privilegiati che cercano di conquistare le appendici prodriere dei ponti più alti offrendo al passeggero che vi soggiorna silenzio, relax e un panorama mozzafiato. Analogamente ricorre l'esigenza di trovare alloggiamento sui ponti aperti per un'area di balneazione e divertimento dedicata ai teenager.

### Sports

I ponti sole e lido, a seconda degli standard previsti dalla compagnia di navigazione e dalle dimensioni della nave, trovano completamento con aree limitrofe destinate ad attività sportive all'esterno. Si tratta di zone comunemente definite polisportive in cui fanno la loro comparsa percorsi dedicati al jogging, piccoli campi da golf, completi di simulatori virtuali, campi da pallavolo o tennis rigorosamente delimitati e protetti, che garantiscono al passeggero la possibilità di ampliare il numero di attività da svolgere in piena libertà all'aria aperta.

A queste aree si sommano svariate palestre, oggi inglobate nei sempre più diffusi centri benessere.

La tradizione sportiva della vita crocieristica affonda le proprie radici negli anni '30, quando, abbandonata la volontà di celare la navigazione, a bordo dei più famosi liners iniziano ad essere esaltate le attività ludico - ricreative tanto al chiuso quanto all'aria aperta.

Il Rex come il Conte di Savoia potevano vantare palestre attrezzatissime e perfettamente rispondenti allo slogan del "mens sana in corpore sano", piscine estive e/o invernali, nonché spazi aperti dedicati ai più svariati giochi in voga all'epoca o ad attività sportive compatibili con la vita di bordo. Zone, queste ultime, ricavate sui ponti che in origine ospitavano quasi esclusivamente attrezzature di coperta e che, man mano, col trascorrere degli anni e delle tendenze progettuali, vengono ridisegnati e ridefiniti con il preciso scopo di ospitare nuove attività per i passeggeri piuttosto che soli complementi tecnici per la navigazione.

Accade allora di imbattersi in disegni, conservati negli archivi delle compagnie di navigazione o riprodotti sui numerosi volumi dedicati all'età d'oro dei transatlantici, come quelli che descrivono i ponti del Conte di Savoia che rappresentano spazi aperti attrezzati con



ring dedicati alla boxe e aree per il gioco delle piastrelle, oppure altri che raccontano scene di vita sull'Augustus in cui i passeggeri si divertono simulando corse di cani all'aperto o intraprendono avvincenti partite a golf su un magnifico "manto erboso" in teak meticolosamente lustrato dall'equipaggio.

Sulla scia delle velleità ludiche dei liners, quando il mondo navale passa dalle traversate al nuovo e più moderno concetto di crociera, tutti gli ambienti aperti e chiusi dedicati ad attività ricreative acquistano sempre maggiore importanza. Gli spazi pubblici seguono tanto le mode quanto l'evolversi della cultura per approdare ad una progettazione compatibile con le abitudini umane del nuovo millennio.

Oggi, il crocierista, può approfittare di aree polisportive all'aperto solitamente posizionate sul ponte più alto della nave tendenzialmente nella porzione poppiera dello scafo per una superficie complessiva che occupa circa il 6% dei ponti dedicati agli spazi pubblici e che, inoltre, viene integrata da palestre attrezzatissime, ormai inglobate in avveniristiche spa.

#### **Wellness e fitness**

Ruolo e collocazione di un centro wellness e fitness - Palestre e centri benessere sono parte integrante delle opzioni acquistabili in crociera e rappresentano un business in continua crescita.

Trattasi di ambienti indipendenti e progettualmente ben definiti che tramite un ingresso - reception smistano i clienti verso le diverse attività sportive o trattamenti di bellezza presenti a bordo.

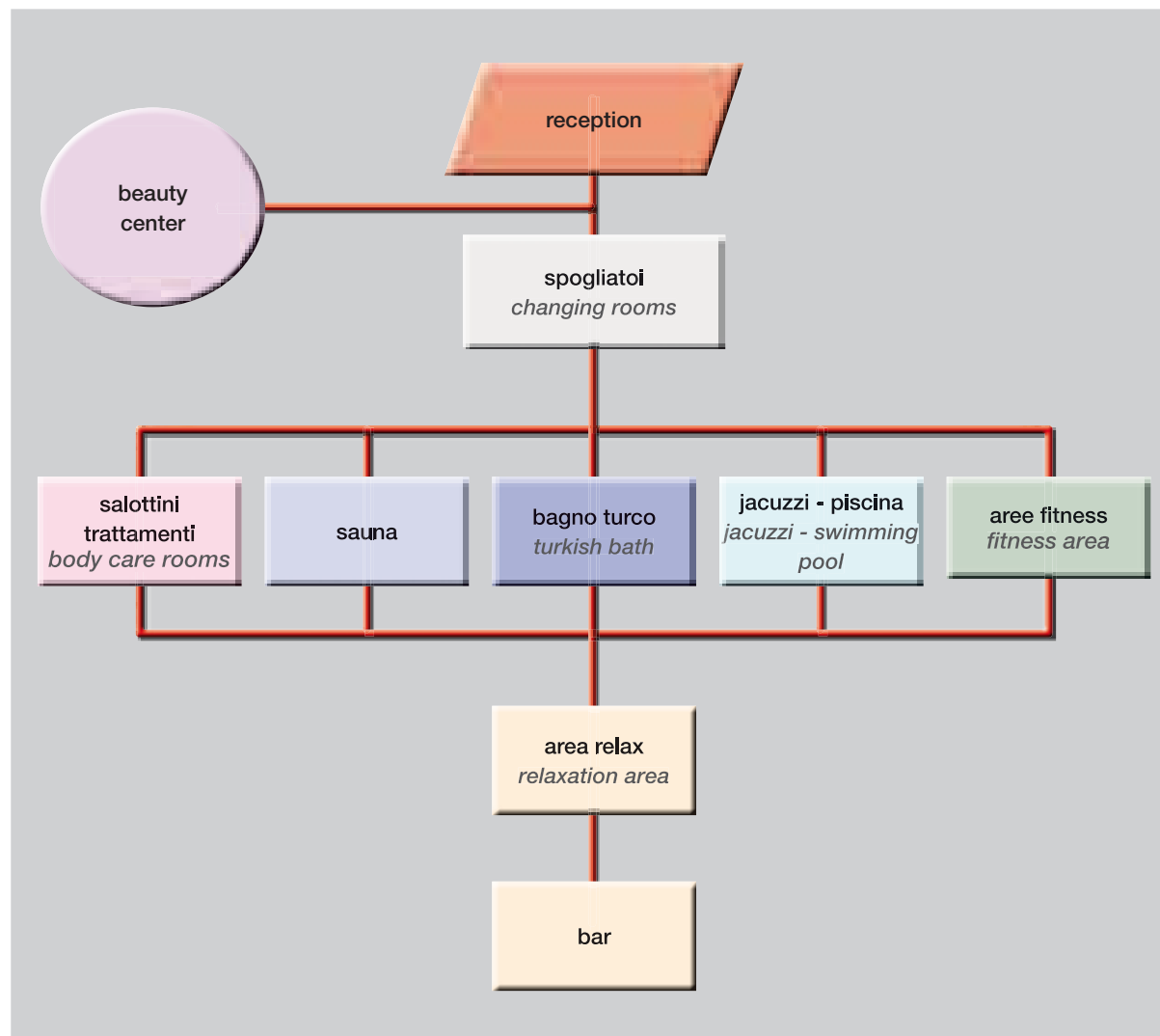
Le aree fitness sono solitamente caratterizzate da almeno due ambienti: una zona adibita ad attrezzi ed una palestra per le lezioni di corpo libero, fra cui solitamente eccellono i corsi di aerobica, yoga o similari.

Ovviamente a corredo di questi ambienti si trovano servizi e spogliatoi separati per uomini e donne.

Le aree wellness, invece, sono ripartite in singole sale dove vengono praticati i trattamenti del corpo, dai massaggi ai fanghi fino alle cure termali o thalassoterapiche. Tanto i salottini per i trattamenti quanto le palestre vengono poi arricchite, sempre nell'ambito del centro benessere, da zone dedicate ad attività collaterali e compatibili come il bagno turco, la sauna, la vasca idromassaggio o la piscina ed infine, a corollario dell'intensa attività svolta, da almeno una zona relax dotata di bar dedicato alla distribuzione di bevande dietetiche e rigeneranti.

Le beauty farm galleggianti vanno allora progettate in modo tale da facilitare e invitare l'avventore a compiere un percorso al loro interno che dall'ingresso attraverso le diverse attività che si intende compiere giunga fino alla zona relax, ultima meta tanto dei fanatici dello sport quanto degli irriducibili del massaggio. Tendenzialmente la distribuzione planimetrica delle Spa deve garantire un filtro di accesso e smistamento individuabile in una più o meno tradizionale reception, un gruppo spogliatoi, docce e servizi separato per sesso e integrati dal blocco sauna e bagno turco. A seguire partono due percorsi paralleli, uno verso i salottini per i trattamenti e l'altro verso le palestre, percorsi che si riuniscono in una zona comunemente fruibile dove viene alloggiata la piscina e/o l'idromassaggio, la zona relax e il bar. Da qui l'avventore del centro benessere potrà ritornare agli spogliatoi con un percorso inverso a quello di partenza. Sulla via del ritorno, a completamento del benessere psico-fisico, nell'ambito degli stessi centri benessere o nelle loro adiacenze, sono collocati anche i salon de beauté completi di coiffeur e centri estetici che, in opportuni ambienti e sale a loro destinati, sono in grado

## DIAGRAMMA CENTRO BENESSERE WELLNESS CENTRE DIAGRAM



### DOTAZIONI BASE STANDARD FEATURES

reception: bancone  
 spogliatoio: spogliatoio uomini, spogliatoio donne, WC, docce, panche, appendiabiti, armadietti  
 bagno turco / sauna: sedute, box doccia separato / adiacente, panche, filo diffusione, impianto stereo  
 salottini trattamenti: lettino, box doccia, appendiabiti, macchinari terapeutici, filodiffusione, impianto stereo  
 aree fitness: area corpo libero, area fitness, attrezzi fissi, attrezzi mobili, zona deposito, impianto stereo  
 area relax / bar: vista panoramica, lettini, tavolini e poltroncine, banco bar, filodiffusione e impianto stereo  
 reception: work station

*reception: desk*  
*changing rooms: men's changing rooms, women's changing rooms, toilets, showers, benches, clothes hooks, lockers*  
*Turkish bath / sauna: seats, separate / adjacent shower cubicle, benches, piped music, stereo system*  
*body care rooms: couch, shower cubicle, clothes hooks, body care equipment, piped music, stereo system*  
*fitness areas: gym area, fitness area, fixed equipment, mobile equipment, storage area, stereo system*  
*relaxation area / bar: panoramic view, recliners, tables and armchairs, bar counter, piped music and stereo system*  
 reception: work station



di soddisfare tutte le necessità della clientela femminile e maschile più esigente.

Progettare un centro wellness e fitness: nozioni base - Le aree wellness e fitness possono avere caratteristiche e superfici diverse a seconda delle volontà armatoriali espresse in fase di progetto.

La casistica più semplice e tradizionalista, su una superficie complessiva nell'ordine di grandezza dei 1.000 metri quadrati, si limita alla definizione di una zona da dedicare alla palestra ed un'altra destinata a centro estetico che comprenderà anche una serie di salette per i trattamenti del corpo. Questi ambienti fanno parte della percentuale di spazi pubblici genericamente destinati al benessere psico - fisico del passeggero che, unitamente alle piscine ed ai lido, vanno a saturare fra il 25% e il 30% circa dei ponti pubblici. Le soluzioni maggiormente articolate rispetto al caso base, invece, prevedono per navi da 1.300-1.500 cabine, ovvero circa 3.000 passeggeri, una superficie approssimabile a 1.300 metri quadrati destinata alla realizzazione di un centro benessere omnicomprensivo di palestre e trattamenti per il corpo, sauna, bagno turco e coiffeur. Tale superficie deve anche comprendere gli spazi spogliatoi e servizi per il personale di bordo oltre ai locali tecnici per lo stoccaggio ed il ricovero delle attrezzature. Le soluzioni più eclatanti, invece, tendono a realizzare vere e proprie beauty farm all'interno della nave. Due esempi per tutti sono rispettivamente costituiti dalla Lotus Spa realizzata a bordo della Crown Princess e dalla Samsara Spa, avveniristico e pluriaccessoriato centro benessere presente a bordo della Costa Serena e della Costa Concordia.

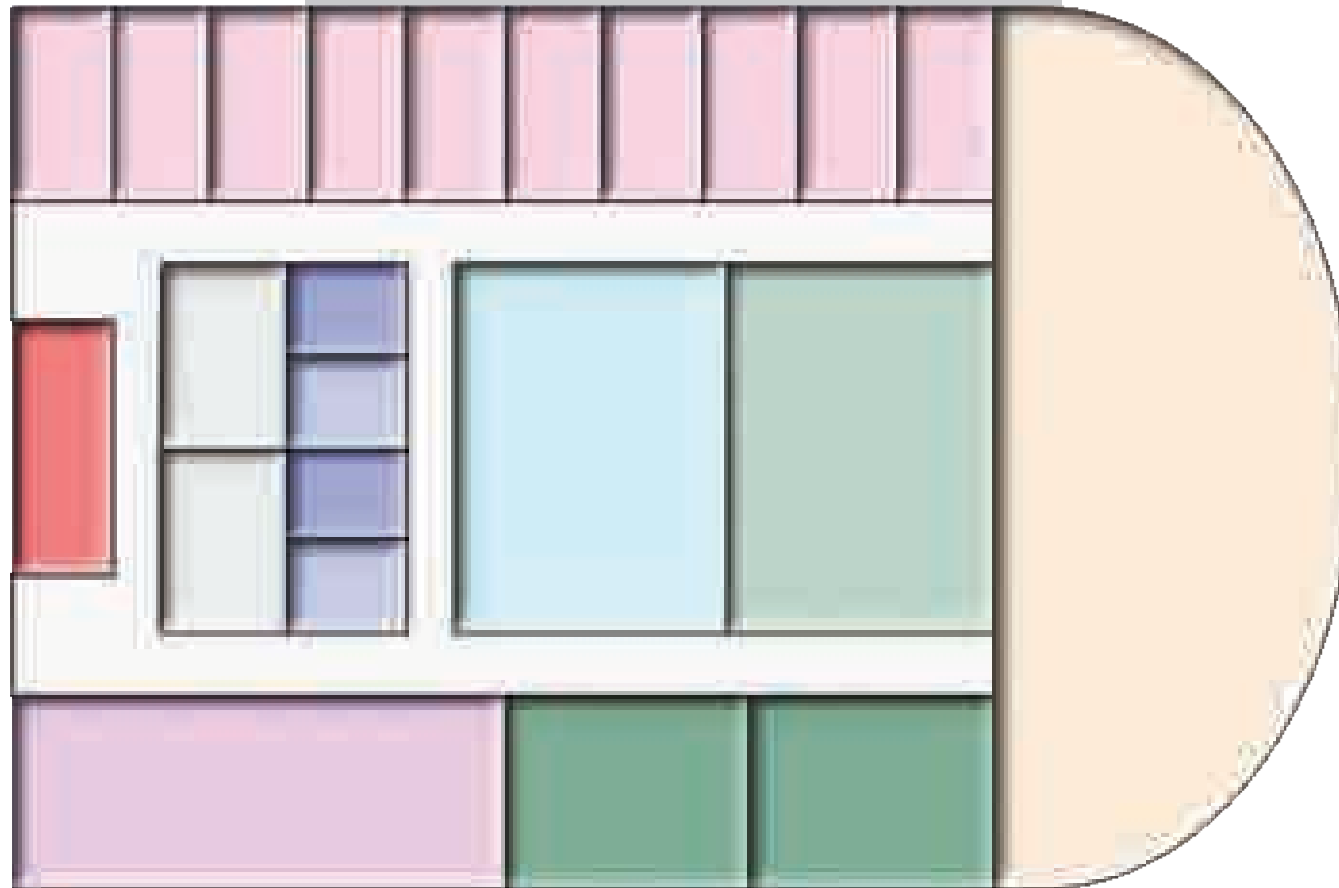
La Samsara Spa in 2.100 metri quadrati, distribuiti su due livelli, comprende al suo interno tutti gli ambienti necessari alla cura del corpo (thalassoterapia, terme,

trattamenti corpo e massaggi), palestra attrezzi e sala per aerobica o attività a corpo libero, sauna, solarium e zona relax; oltre una serie di cabine, interne e balcony, arredate in stile orientale e corredate da facilities per il benessere psico-fisico. Si tratta di una vera e propria struttura indipendente all'interno della nave, comprensiva di ristorante dedicato, al quale tutti possono accedere con prenotazione. Il suo successo, nonostante si tratti di un servizio a pagamento, è stato tale da indurre la compagnia Costa ad arricchire le altre ammiraglie della flotta con un programma wellness che in qualche misura potesse proporre trattamenti simili a quelli offerti nell'ambito della Samsara Spa e ad ampliare (6.000 metri quadrati) lo spazio sulle nuove progettazioni.

**Note:**

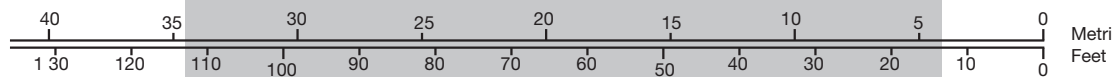
- 1) Salus per aquam.

## SCHEMA DISTRIBUTIVO CENTRO BENESSERE WELLNESS CENTRE DISTRIBUTION SCHEME



### LEGENDA KEY TO SYMBOLS

- accoglienza  
*reception*
- spogliatoio  
*changing room*
- bagno turco  
*turkish bath*
- sauna  
*sauna*
- salottini trattamenti  
*body care rooms*
- palestra attrezzi  
*body building*
- corpo libero  
*gymnasium*
- jacuzzi / piscina  
*jacuzzi / swimming pool*
- area relax / bar  
*relaxation area / bar*
- salone di bellezza  
*beauty center*



## PUBLIC AREAS FOR PSYCHO-PHYSICAL WELLBEING

*There are three areas of the ship where passengers usually take care of their psycho-physical wellbeing: swimming pools, fitness centres and wellness centres. While, on the one hand, swimming pools and fitness centres are well-established and consolidated phenomena featured on cruise ships right from the very beginning, wellness centres are on the contrary one of the most recent innovations in this sector.*

*It is a new trend which on board has been particularly successful and above all compatible with the current trend for considering cruises as holidays in themselves rather than as tours to discover the world.*

*This new trend also goes hand in hand with the recent revival of traditional architectural spa facilities on dry land, now converted to luxury beauty farms or spas that are very much in demand.*

*It is also a new trend that ship-owning companies promote since it is a source of extra income and therefore, like the casino, an authentic means for added earnings for the ship-owners.*

*Indeed, while the lido, a virtual reconstruction of seaside life, is part and parcel of cruise packages, the fitness and wellness centres, on the contrary, are legitimately included in the personal choice options, and therefore each service offered in these centres corresponds to a very exact price list which raises the costs of a standard cruise. The price list and services are included as part of the services offered on board throughout the cruise according to the needs of each passenger; or, depending upon the package chosen, may already be partly or fully included in the all-inclusive service requested upon departure. There are even some kinds of cabin, or rather suite, strategically placed close to the wellness centre, on the upper decks, which when booked already include a series of treatments or services in the spa.*

*In this way, the extra takings, which are the real business profit of the ship-owning company, increase according to their ability to involve passengers in the highest possible number of extra activities, including care and wellbeing of their bodies.*

*The body care structures are generally located on the upper decks of the ship, immediately adjacent to the lido and the outdoor swimming pools. Fitness and specialised centres may be part of a single structure or separate, but they are always located in adjoining areas. Open air sports, too, are provided on the upper decks, by and large at the stern or bows, but always close to the areas devoted to swimming and sunbathing.*

### **Swimming pools and lidos**

*Swimming pools and lidos are the epitome of a seaside life that cruises, despite the fact that they are sea voyages, plainly deny; located at the centre of the ship, around the main body, these facilities are on the upper decks, but not the topmost, usually the second or third deck from the top. Decks which, precisely with the intention of bringing to mind the seaside ideal and their leisure purpose, are often called the lido or sun deck.*

*Their position is decidedly strategic since it permits the creation, using subtle architectural effects, of a kind of open-air amphitheatre protected by the ship's sides and by the gangways connecting the appendages of the ship, as well as by shorter partial decks higher up, both at the stern and at the bow, which stop short to leave the lido itself open to the sky. This kind of layout makes it possible to create a very extensive, sheltered and comfortable area where passengers may swim and sunbathe, even while sailing at sea. As an example, on the most recent cruise vessels, lidos and solariums occupy a surface area ranging from 25 to 30% of the*

decks devoted to public areas with a ratio of from 1.5 to 3 square metres per passenger and measure between 4,500 and 9,500 square metres, varying according to the length of the ship itself.

The design limitations can be divided into at least two macro areas: requirements related to vertical-longitudinal distribution on the ship and obligations dictated by unavoidable technical aspects.

From the design point of view, placing the sun deck at the centre of the ship has an impact on at least three decks: the one where the actual lido with the swimming pools and the adjacent solarium are located; a deck above it which unquestionably must be open above the swimming pools to permit sunlight to reach them and which, at least in part, is frequently used as an extension and enlargement of the solarium and, lastly, the deck below the swimming pools where, due to their depth, the succession of cabins must be interrupted to make room the deepest parts of the pools. Lengthwise, on the contrary, the lido must remain inside the vertical connecting shafts on the ship. This is a decision that, on the one hand, makes this facility more immediately accessible to passengers and promotes a correct usage flow that is coherent with the ship's layout and on the other hand limits horizontal extension of open-air public areas within a well-defined perimeter.

The technical aspects that, on the contrary, limit the position of the lido are directly related to the position of the funnels and smoke stacks of the ship. Sun decks, in fact, must be protected not only from wind, but also from smoke from the funnels. The problem is currently solved by placing sun decks forward of the funnel, shaped like an amphitheatre in a protected position in order to guarantee healthy air for open-air activities, while at the same time, absence of wind and toxic or

evil-smelling fumes. Aerodynamic tests are conducted for this purpose, comparing the numerical results with tests on models inside wind tunnels and establishing the most suitable shape which also responds to aesthetical considerations.

When defining the layout of lido and sun decks, ideally they should have at least two swimming pools, a surrounding area for sun bathing, changing rooms, toilet and shower facilities and refreshment services such as a bar, ice-cream parlour and a buffet, while it is absolutely essential that the deck immediately above, when used as a sun deck, must be cut out directly above the bathing area and fitted out as a solarium on the remaining surface corresponding to the length of the lido as well as on the strips that remain along the sides.

The decision to integrate the bathing area with refreshment services that can satisfy the passengers' numerous desires makes it possible to limit the distances that "bathers" need to cover since they can find all they need to spend a day relaxing in the sun on two connected decks without having to go elsewhere to drink, eat, change... and so forth.

As the size of ships increase, moreover, and in direct proportion to this, the current trend is towards expansion of the standard facilities offered on sun decks, to include, in addition to two or even three swimming pools, a whirlpool or hot tub, considerably amplifying the average surface areas used for the lido and to the facilities offered there.

The swimming pools may be on the same level, or placed at differing heights, increasingly often connected with one another by water slides and water games that bring to mind fantastic amusement and water parks. They provide alternatives to traditional bathing which expand the height of the lido sometimes even occupying

*the topmost deck from which the slide normally departs, arriving at the main pool via intermediate cascades.*

*A new entry in the top ten onboard facilities is certainly the wave pool for the amusement of youngsters and adults alike and even new surfing enthusiasts.*

*Reference models for planning these areas certainly remain water parks on dry land, which provide valid inspiration for innovative and avant-garde solutions with regard to amusements.*

*In combination with the actual lido, cruise ships are often provided with an indoor swimming pool, usually located aft of the main body and on a deck lower than the lido, almost always fitted with a panoramic structural glass wall or, if possible, with a sliding glass roof to protect the pool in bad weather or from the fumes from the ship's funnels, but which makes it possible to enjoy the open air and sky in normal weather conditions or when in port. In this case too, pools are provided with changing rooms, toilet and shower facilities and sun beds. In alternative, to complete sun decks and again, if the size of the ship and its layout permits, there are sometimes also areas devoted and reserved for adults only, separated from the normal lido, but also fitted with their own swimming pool, solarium and bar. These are privileged areas, which are tending to take over the forward appendages of the topmost decks offering passengers a peaceful place to relax with a breathtaking view. In the same way, there is also the need to find a place on the open decks for a bathing and amusement area devoted to teenagers.*

#### **Sports**

*Sun and lido decks, depending upon the standards provided by the cruise company and the size of the ship, may be completed with adjacent areas to be used for*

*outdoor sports. These areas are often called sports clubs where there are tracks for jogging, small golf greens, complete with virtual simulators, volley ball pitches or tennis courts, carefully fenced in and protected, which give passengers the opportunity of increasing the number of open air activities they can take part in.*

*Added to these areas are numerous gymnasiums, nowadays incorporated into the increasingly more common fitness centres.*

*The sporting tradition of life on board cruise ships originates from the 1930s when, after abandoning the desire to conceal the fact that they were sailing, indoor and outdoor games and recreations became fashionable on the most famous ocean liners.*

*The Rex and the Conte di Savoia could boast well-equipped gyms that perfectly corresponded to the slogan "mens sana in corpore sano", summer and/or winter swimming pools, as well as open air areas devoted to the most widely differing sports compatible with life on board. Such areas were created on decks that originally had housed almost only deck equipment and which gradually, with the passage of the years and design trends, were redesigned and redefined with the precise idea of accommodating new activities for passengers, rather than just technical sailing equipment. It is quite easy to come across drawings filed away in the archives of shipping lines or reproduced in numerous books on the golden age of transatlantic liners, like those describing the decks of the Conte di Savoia and showing open air spaces equipped with boxing rings and areas for playing "palet", or others that show scenes from life on board the Augustus in which passengers enjoy themselves by simulating open air dog races or play gripping golf tournaments on a magnificent teak "green" carefully polished by the crew.*

*Following on from the recreational fancies of liners, when the shipping world progressed from ocean crossings to the new and more modern concept of cruises, all outdoor and indoor environments devoted to recreation gained growing importance. Public areas have followed both fashion and changes in culture to arrive at a design compatible with human practices in the new millennium.*

*Today, cruise ship passengers are able to make use of diverse open-air sports facilities usually on the topmost deck of the ship, and by and large on the section towards the stern, with a total surface area of about 6% of that of all the decks used for public areas and which, moreover, is integrated with very well-equipped gyms, now incorporated in ultramodern spas.*

#### **Wellness and fitness**

*Role and positioning of a wellness and fitness centre – Gyms and wellness centres are now an integral part of the options that can be purchased on board cruise ships and are a constantly growing business.*

*They are independent environments with well-defined design needs where passengers are directed from the entrance-reception to the various sports activities or beauty treatments offered on board.*

*The fitness areas normally feature at least two facilities: one gym with apparatus and another where floor exercise lessons may be given and where, usually, the most popular courses are aerobics, yoga and similar disciplines. Obviously, there are toilet and shower facilities and changing rooms, separate for men and women, in the fitness area.*

*Wellness areas, on the contrary, are divided into single rooms where body care treatments such as massage, mud baths, spa treatments or thalassotherapy can be*

*given. Both the treatment rooms and the gyms are also supplemented, again within the wellness centres, by areas for secondary, compatible activities such as Turkish baths, saunas, whirlpools and swimming pools and, lastly, at least one area where passengers can relax after intense physical activity with a bar dispensing dietary and regenerating drinks.*

*Floating beauty farms must therefore be designed to facilitate and encourage passengers to progress through them from the entrance through the various activities to the relaxation area, the ultimate destination for both sports enthusiasts and lovers of massages. By and large, the layout of the spa must feature a filter area where passengers enter and are directed, usually a more or less traditional reception, and a group of changing rooms, showers and toilets, separate for men and women, integrated by the sauna and Turkish bath unit. Beyond this two parallel routes begin, one towards the treatment rooms and the other towards the gyms, which then converge in an area used by both sections where there is a swimming pool and/or whirlpool, an area for relaxing and the bar. From here passengers using the wellness centre may return to the changing room by going back over the previous route in the opposite direction.*

*On the way back, for total psycho-physical wellbeing, within the wellness centres themselves or in the vicinity, there are beauty salons complete with hairdressers and beauticians, able to satisfy the needs of the most demanding female or male customers.*

*Designing a wellness and fitness centre: basic notions – Wellness and fitness areas may have different characteristics and occupy more or less space depending upon the wishes expressed by the ship-owners during the*

*design phase.*

*The most simple and traditionalistic example, occupying an area of around 1,000 square metres, is limited to defining an area for a gym and another for beauty treatments which will also include a series of rooms for body care. These areas are included in the percentage of general public areas used for the passenger's psycho-physical wellbeing which, together with the swimming pools and the sun deck, take up between 25% and 30% or so of the public decks. Solutions more complex than this basic one, on the contrary, on ships with 1,300 to 1,500 cabins, that is carrying around 3,000 passengers, will occupy a surface area of about 1,300 square metres to create a wellness and fitness centre that includes gyms and body care facilities, saunas, a Turkish bath and a hairdressing salon. This space must also include changing rooms and bathroom facilities for onboard personnel as well as technical facilities for storage and putting away equipment. The more sensational solutions, on the contrary, tend to provide for authentic beauty farms on board the ship. Two excellent examples are respectively the Lotus Spa on board the Crown Princess and the Samsara spa, an ultra-modern spa with multiple accessories provided on board Costa Serena and the Costa Concordia. The Samsara Spa covers 2,100 square metres on two levels, and includes a full range of areas required for body care (thalassotherapy, thermal treatments, body treatments and massages), a gym with state-of-the-art fitness apparatus and another for aerobics or floor exercises, saunas, solarium and relaxation area, as well as a series of cabins, inside and with balconies, furnished in oriental style and complete with facilities for the psycho-physical wellbeing of passengers. It is a totally independent structure within the ship, including a special restaurant, where all passengers may dine only by booking a*

*table. Its success, despite the fact that it is a service for which extra payment is due, has been such that the Costa Company is planning to provide wellness programmes that to some extent will offer treatments similar to those available at the Samsara Spa on the other admiral ships of its fleet too and to enlarge the space (to 6,000 square metres) on planned new ships.*

**Note**

- 1) Spa stands for *Salus per aquam*.