

Современная женщина успевает все. Она целеустремленна, занимает высокую должность, отличная жена, великолепная хозяйка. Плюс ко всем, в таком плотном графике она успевает заниматься спортом. Причем не важно, это утренняя пробежка, или серьезные спортивные мероприятия.

Насколько важен спортивный бюстгальтер.

Сегодня образовалось ошибочное мнение, что для занятия спортом достаточно подобрать себе удобный спортивный костюм и обувь. Самая важная часть тела, которая нуждается в постоянной поддержке, особенно при физических нагрузках, это грудь. Женская грудь состоит из жировых тканей, восстановить форму которых, практически невозможно. Если только не хирургическое вмешательство. При неправильном бюстгальтере, грудь может потерять форму, упругость, могут образоваться растяжки.

Виды спортивного бюстгальтера.

Современная продукция может удовлетворить пожелания даже самых заядлых модниц. Они элегантны, удобны и практичны. Конечно, это не сексуальное белье, которым можно покорить любого мужчину, но в спортзале выполняет немаловажную функцию. Они не впитывают влагу, но позволяют во время занятий коже дышать.

Как выбрать.

Спортивное белье имеет несколько степеней поддержки. В зависимости от уровня сложности спорта, следует выбирать себе бюстгальтер. Для утренней пробежки, для танцев и для занятия йогой, идеальным вариантом станут модели с малой степенью поддержки. Для бега и силовых тренировок необходимо выбрать среднюю степень поддержки. Для единоборств следует отдать предпочтение бюстгальтером с повышенной степенью фиксации.

Насколько [спортивный бюстгальтер](#) будет выполнять свои функции, и как он будет смотреться, зависит от размера. В магазинах вам помогут вычислить ваш персональный размер, что поможет в будущем легко подобрать белье для спорта. Не стоит покупать понравившееся белье. Обязательно наденьте его и посмотрите, как он сидит на вас. Также попробуйте немного подвигаться, сделать несколько упражнений руками. Вы должны почувствовать, бюстгальтер не должен сковывать ваше движение, но грудь тоже не должна свободно располагаться.

Спортивный бюстгальтер: выбираем лучшее.

Автор: admin

05.01.2013 12:07 -

Обратите внимание, спортивное белье не стоит покупать в дни менструации. В это время грудь немного увеличена, что приведет к выбору несоответствующей модели. Использование натуральных материалов привело к тому, что стирать бюстгалтеры при высокой температуре не следует. Для этого выберите более щадящий режим стирки.

Правильно подобранный спортивный бюстгальтер поможет вам добиться новых результатов в спортивной жизни.