

LEGGING TAILLE HAUTE + BRASSIÈRE

LE MUST HAVE POUR RÉUSSIR
SA RENTRÉE SPORTIVE

Pour une rentrée sportive réussie et pour se motiver, il faut commencer par choisir une tenue adaptée qui nous plaît vraiment et dans laquelle on se sentira bien. Domyos étudie chaque pièce pour répondre à des exigences pratiques grâce à des matières techniques, confortables, mais aussi à des besoins de style. Les coupes, les couleurs, les imprimés et les détails sont issus de l'univers de la mode et sont travaillés de façon à répondre aux codes du fitness.

DOMYOS, LA MARQUE DU CARDIO-TRAINING CHEZ DECATHLON

De façon générale, le cardio-training, ou encore cardio consiste à stimuler le rythme cardiaque et enchaîner des exercices plus ou moins intenses. Accessible, il peut se pratiquer chez soi, en salle de sport ou en extérieur, avec ou sans matériel, seul ou en collectif, et propose de multiples bienfaits. C'est le sport idéal pour perdre quelques kilos, prendre soin de soi, se faire plaisir, compléter son entraînement sportif ou encore se dépasser! Chacun peut en tirer des bénéfices liés à ses besoins du moment.

/ LE LEGGING DE SPORT

Indissociable de ce sport, le legging est la pièce incontournable du dressing de fitness. Véritable allié pendant la pratique, le legging Domyos permet d'évacuer la transpiration sur les zones du corps où la température monte le plus intensément mais aussi de bouger à 360° en exécutant les mouvements iconiques du cardio. Matière, taille, élasticité, opacité... Le bon legging pour pratiquer le fitness cardio a plusieurs cordes à son arc. Domyos se veut de réunir style et technicité dans des tenues qui permettent de pratiquer son activité tout en restant féminine. Le legging taille haute, aujourd'hui incontournable, flatte toutes les silhouettes et est devenu indispensable dans un dressing sportif.

/ ON VOUS DIT TOUT SUR LA TAILLE HAUTE

1 – POUR TOUTES LES MORPHOLOGIES

Petite ou grande, fine ou avec des formes, la taille haute s'adapte à vos courbes et met en valeur toutes les silhouettes.

2 – EFFET VENTRE PLAT

Qui dit taille haute dit ceinture haute qui monte jusqu'au niveau du nombril. La ceinture haute gaine le ventre, englobe vos hanches, affine et allonge la silhouette.

3 – PRÉSERVE L'INTIMITÉ

La ceinture étant haute, elle couvre vos fesses et ne laisse rien dépasser quand vous vous baissez.

4 – TRÈS FÉMININ

Le gros avantage c'est que vous pouvez associer toutes les formes de hauts: débardeur, tshirt, brassière ou encore avec un crop top très tendance, vos atouts seront toujours mis en valeur.

Lien conseil

["Comment choisir un legging de sport"](#)



/ LA BRASSIÈRE DE SPORT

Porter une brassière adaptée au sport pratiqué est essentiel pour préserver la fermeté et la santé de la poitrine mais aussi du dos. La brassière de sport compte tout autant qu'une paire de chaussures. Peu importe la taille du bonnet ou l'âge, la poitrine est impactée lors d'une activité de cardio-training; Il est essentiel qu'elle soit bien maintenue. Les seins sont soumis à des sollicitations beaucoup plus importantes que dans la vie de tous les jours. Ils subissent des

mouvements et rebonds et peuvent peser jusqu'à 5 fois leur poids initial, selon l'intensité. Porter une brassière de sport apporte maintien et confort dont a besoin la poitrine au cours d'une activité physique. Il faut savoir que le besoin de maintien est d'abord lié à la pratique sportive. Plus l'activité comportera des impacts intenses et répétitifs, plus la poitrine aura besoin d'un maintien important !

/ 3 NIVEAUX DE MAINTIEN

1 – LÉGER

Pour les pratiques sans impact où le mouvement de la poitrine est léger (biking, marche sur tapis...)

2 – MODÉRÉ

Pour les pratiques à impacts non répétitifs où le mouvement de la poitrine est modéré (step, cardio boxe...)

2 – SUPÉRIEUR

Pour les pratiques avec des sauts répétitifs où le mouvement de la poitrine est intense (HIIT, course sur tapis, corde à sauter...)

IMPORTANT : Les poitrines généreuses ont davantage besoin de maintien.

Lien Conseil
"[Tout savoir sur les brassières de sport](#)"



/ NOUVELLE COLLECTION

Legging, 7/8ème ou short, choisissez une pièce de bas et associez-là à la brassière qui convient à votre pratique et votre style !

ACCÉDER À LA BOUTIQUE