

aimn工厂 常熟aimn 【乐彩晨】

产品名称	aimn工厂 常熟aimn 【乐彩晨】
公司名称	浙江省义乌飞步针织有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	浙江省义乌市北苑路350号
联系电话	18314969817

产品详情

乐彩晨主营：【瑜伽服】、【运动服】、【无缝内衣】、【健身服】、【保暖打底裤】

瑜伽服怎么选购

颜色

尽量选择清爽、淡雅的色彩，以纯色为好，aimn生产厂家，这样可让你的视觉神经放松，以使自己快速平静下来。不要让颜色过于跳跃、扎眼，让你感到兴奋的颜色尽量不要在练习瑜伽的时候穿。颜色以白色为主。

风格

要突出个性，可以选择具有印度民族风格的服装，宽松自然，常熟aimn，穿上即有一种飘逸洒脱的神秘感；还有一种是现代风格的健身服，紧身弹性好，穿上也可以衬托出美好的身材，一般练习高温瑜伽比较适宜。你可以根据自己的喜好去选择。

乐彩晨主营：【瑜伽服】、【运动服】、【无缝内衣】、【健身服】、【保暖打底裤】

乐彩晨为您分享既然要购买瑜伽服，就要掌握瑜伽服的选购方法。那瑜伽服怎样选购呢？瑜伽服选购注意事项有哪些？赶紧来看看妈网分享的选购攻略吧。

看质地

竹原纤维是一种天然纤维，具有吸湿、透气性强、抗菌抑菌、除臭等良好的性能，用于制作瑜伽服有好

处。在挑选时，应尽量选用这种材质制成的瑜伽服。

选款式

挑选瑜伽服，款式也是需要选择的，因为市面上的瑜伽服款式多样，但有的款式并不适合穿于练瑜伽，如露脐装，常穿可能会受凉感冒。所以，挑选时，重点选能遮肚脐、简单大方的。

挑样式

衣服样式也是很重要的，通常，上衣袖口不扎紧、裤脚松开比较合适，因为运动时，可以防止衣服卷起。如果是冬天，最好选长裤长衫；如果是夏天，最好选短衣长裤。

辨颜色

瑜伽运动与普通的运动有所不同，练习时，需要保持内心平静，而颜色较为鲜艳的物品容易使人亢奋，所以，挑选瑜伽服，应选颜色较淡的，aimn面料，最好以纯色为主。

乐彩晨主营：【瑜伽服】、【运动服】、【无缝内衣】、【健身服】、【保暖打底裤】

乐彩晨为您分享瑜伽是一种生活态度

单腿扭背伸展式瑜伽

直角坐姿，曲左膝，左脚心贴于右大腿内侧，左膝头着地，左大腿与右大腿夹角尽量超过90度，伸直右腿，右脚尖指向天花板，吸气，双臂体侧高举过头，眼看双手，呼气，双臂带动上身体前落下弯曲，右手握右脚内侧，左手握右脚外侧，大拇指均朝下。吸气，挺直背部，伸直双臂，呼气，曲双肘，上身从双臂撑开处转向左方，头部在两臂之间，尽量转动向上看。

随着每次呼气，翻转身体向上，右肩贴近右腿，左大腿向后方伸展与右腿夹角超过90度，配合呼吸保持姿势。吸气，转动上身还原正中，松开双手，双臂伸直带动上身向上抬起还原正中，眼看双手方向。呼气，双臂还原体侧，aimn工厂，收回左腿向前伸直。反方向练习，坐姿放松。

功效：这个动作可有效收紧大腿内侧肌肉。当做这个动作时，你可以想象自己的身体像跟拉长的，笔直的木棍一样。

aimn工厂-常熟aimn-【乐彩晨】由浙江省义乌飞步针织有限公司提供。浙江省义乌飞步针织有限公司（www.feibuba.com）位于浙江省义乌市北苑路350号。在市场经济的浪潮中拼搏和发展，目前飞步针织在其它中享有良好的声誉。飞步针织取得全网商盟认证，标志着我们的服务和管理水平达到了一个新的高度。飞步针织全体员工愿与各界有识之士共同发展，共创美好未来。