

Beauty-case per donne sportive

Deodoranti, protezioni solari e creme tonificanti per chi si allena in palestra o al parco



Cosa non può mancare nel borsone per la palestra? E quali sono gli accorgimenti per chi pratica sport all'aria aperta? Ecco qualche consiglio:

PIEDI IN FORMA! – Per un allenamento corretto servono calzature di ottima qualità, comode e traspiranti. Ma non è tutto. I piedi, sui quali viene scaricato tutto il peso corporeo, possono risentire dell'eccessivo esercizio fisico. Ecco perché c'è chi rende ancora più confortevoli le scarpe da ginnastica con delle Solette Automodellanti come quelle di Podovis che, approvate dal S.i.p.s. (Società Italiana di Podologia dello Sport), si adattano alle caratteristiche del piede tenendo conto anche del peso corporeo (€ 7,90)