



Joe Fresh Style 瑜伽套裝



Old Navy 連帽外套



Old Navy 設有暗袋的瑜伽褲



Old Navy 吸汗胸衣



Joe Fresh Style 家居休閒服



Old Navy 瑜伽背袋



Old Navy 吸汗背心

瑜 伽 fit — fit

撰文：愛美麗 / www.westernstardigest.com

好了，總算各大公司的減價潮告一段落，愛美麗和女友們的掃貨行動又可以暫停。何以暫時沒去選購春裝？因為愛美麗相信，由於經濟大環境的影響，到不了個多月，九折、八折等減價牌又會掛出來，到時再全盤視察，適量入貨才是精明消費者。這個時候，最應該做的就是健身keep fit，把一冬的肥肉減掉，到時候穿上春裝才會明艷照

人。這陣子的keep fit潮是瑜伽，特別是高溫瑜伽。在近40度的高度室溫中，約於二十分鐘內做廿多個指定的瑜伽動作，不汗流浹背才出奇。雖然可以排毒鬆筋，但臭汗淋漓在所難免，由於這個原因，愛美麗的女友們去做高溫瑜伽大都穿上又殘又舊的T恤，說是反正到時都是一樣髒兮兮的。

對於這點，愛美麗抱相反意見。就是因為人人都會出汗都會變成「濕水雞」，但愛美麗也要做一隻其中最漂亮的「濕水雞」。所以，愛美麗一早就去Old Navy(www.oldnavy.com)備齊了瑜伽套裝，包括貼身背心、外套、長褲、背袋和蓆子等。為什麼選Old Navy出品？因為夠相宜，由十數元至廿多元不等，經常粗著替換也不會「

肉赤」；夠吸汗力，以高級棉紡及快乾物料混紡，故不容易變型，洗衣機洗也沒問題。而且設計周到，如長褲加有貼身內袋，方便裝載隨身物件。除此之外，最近新出的Joe Fresh Style(www.joe.ca)的瑜伽服和家居休閒服也可考慮。