

Préservez la performance et la durée de vie de vos vêtements de musculation

Les bons réflexes au lavage

- Retournez systématiquement vos vêtements sur l'envers pour protéger les fibres extérieures des frottements mécaniques.
- Utilisez un filet de lavage pour les pièces fragiles comme les leggings compressifs et les brassières afin d'éviter l'usure par contact.
- Lavez vos vêtements à une température maximale de 30°C pour ne pas dégrader les fibres synthétiques (élasthanne/spandex).
- Privilégiez une lessive liquide douce, sans agents blanchissants, pour préserver les couleurs et l'intégrité du tissu.

Séchage et astuces anti-odeurs

- Faites sécher vos vêtements à plat ou suspendus sur un cintre, à l'abri de la lumière directe du soleil pour éviter la déformation.
- Pour éliminer les odeurs persistantes, faites tremper le vêtement dans un mélange d'eau froide et de vinaigre blanc (1 mesure pour 4 mesures d'eau) avant de lancer votre cycle de lavage.

Les erreurs fatales à bannir

- N'utilisez jamais d'adoucissant ou d'assouplissant : il crée un film sur la fibre qui bloque l'évacuation de la sueur et la respirabilité.
- Bannissez le sèche-linge : la chaleur excessive détruit l'élasticité du spandex et altère la forme de vos vêtements.
- Ne repassez pas vos vêtements techniques : la chaleur directe peut faire fondre les fibres synthétiques.