



Основной бедой велосипедиста в холодную погоду являются наружный ветер и скопление конденсата под одеждой. Потому крайне важным вопросом остается - как правильно одеться так, чтобы охлаждение обеспечивалось выделением тепла, а вовсе не испарением пота. Очень важным критерием остается использование термобелья, оно исключит для вас множество неурядиц, связанных с неправильной терморегуляцией, стоит при этом учитывать, что спортивный вариант термобелья функционирует более качественно, если облегает тело, потому как площадь испарения на теле во много раз ниже, нежели площадь испарения с ткани. Кроме того, одеваясь для поездки на велосипеде зимой, следует произвести расчет на передвижение в одном и том же темпе, стараясь его не нарушать.

Назначение термобелья очевидно и крайне важно. Во-первых, оно помогает удалять лишнюю влагу с кожных покровов, во-вторых, обеспечивает более быстрое высыхание, в-третьих, как правило, его делают с плоскими швами, а иногда и совсем бесшовным, потом исключено натирание кожи в местах соприкосновения кожи со швами, более того, это белье просто приятно на ощупь. Еще лучше, если купленное вами термобелье имеет антибактериальную пропитку или таковое покрытие, в таком случае исключены неприятные запахи.

Используемый для термобелья материал – это чаще всего полиэстер либо полипропилен, нежелательно, но допустимо содержание 10-30% хлопка либо шерсти. В общем-то, «работает» термобелье достаточно просто – его натуральные волокна с поверхности тела удаляют конденсат в виде потовой жидкости, проводя его к присутствующему в структуре ткани волокнам синтетики. Они в свое время выводят лишнюю влагу к следующему наружному слою, потому кожа остается всегда сухой. И это крайне важно, потому как зимой, в холод, намоченное тело остывает довольно быстро, отчего организм получает переохлаждение.

Термобелье делится на три типа, которые зависят от активности действия. Light версия предназначена для усердных тренировок, когда происходит повышенное потоотделение. Medium вариант - это классический тип термобелья, самый, пожалуй, универсальный, предназначен для средней интенсивности работы, здесь существуют также подвиды –

Автор: Administrator
30.10.2012 11:04 -

присутствие ветрозащиты и отсутствие таковой. И Warm вариант – этот, как говорится, белье с начесом, предназначено для самой холодной погоды и средней рабочей активности.