

શું વર્કઆઉટનાં આઉટફિટ્સ માત્ર જીમ પૂરતાં જ સીમિત છે?

શું એક્ટિવવેર- એથલિઝર માત્ર જીમ પૂરતાં જ મર્યાદિત છે? કોઈ પણ શહેરના માર્ગો પર નીકળી તો ત્યાં હરતાંફરતાં લોકોને જોઈને તરત જવાબ મળશે ના. જ્યારે પણ આપણે બહાર નીકળીએ છીએ ત્યારે યુવતીઓ યોગાનાં કપડાંમાં શોપિંગ કરતી અથવા તેમના ડે ટુ ડે લુકમાં સ્વેટ મિક્સ કરી પહેરતી નજરે પડે છે.

એથલિઝર વેર હવે માત્ર જીમનાં કપડાંથી બદલાઈને દરરોજ પહેરી શકાતી વર્સટાઈલ સ્ટાઈલમાં ફેરવાઈ ગયાં છે. આજકાલ એથલિઝર આઉટફિટ્સને એ રીતે ડિઝાઈન કરવામાં આવે છે કે તમે વર્કઆઉટ બાદ કેન્યુઅલ આઉટિંગ, ટ્રાવેલ અને રોજિંદા કામમાં પણ એ સહેલાઈથી પહેરી શકો છો. એથલિઝરને યોગ્ય રીતે સ્ટાઈલ કરવાનું શીખીને તમે આરામદાયક અને સ્ટાઈલિશ લુક મેળવી શકો છો. આવો જોઈએ જીમની બહાર પણ એક્ટિવવેર પહેરી મોડર્ન અને સહજ લુક મેળવવાની કેટલીક ટિપ્સ...

એથલિઝર વેર શું છે?

એથલિઝર અથવા એક્ટિવવેર એવાં આઉટફિટ્સ છે જેને વર્કઆઉટ માટે ડિઝાઈન કરવામાં આવે છે પરંતુ એ રોજ પહેરવા માટે પણ સ્ટાઈલ રહી શકાય છે. એમાં ટ્રેક પેન્ટ, રનિંગ ટી શર્ટ, સ્પોર્ટ્સ બ્રા, હુડી, શોર્ટ્સ જેવાં જીમનાં કપડાં સામેલ છે. જેમાં કમ્ફર્ટ, લચીલાપણું અને સ્ટાઈલનું સંયોજન હોય છે. એક્ટિવ વેરમાં આપણે સમય અને પૈસા ખર્ચીએ છીએ તો એને માત્ર જીમ સુધી જ શા માટે સીમિત રાખીએ? એક્ટિવ વેરની કોઈ આઈટમ તમારા અન્ય કપડાં સાથે મેચ કરવાથી તમને માત્ર આરામ જ નથી મળતો પરંતુ એમાંથી એક કુલ અને બેફિક અંદાજ પણ ઝલકે છે.

એથલિઝરને ટેલર્ડ કપડાં સાથે મિક્સ કરો

એથલિઝર વેર માત્ર જીમ કે ઘરમાં આરામ કરવા પૂરતાં જ સીમિત રહેવાં ન જોઈએ. સ્પોર્ટી બેઝિક કપડાંને સારા ફિટિંગવાળા, ટેલર્ડ કપડાં સાથે પહેરવાથી આરામદાયક અને શાનદાર લુક મળે છે. જરૂરી વાત છે બેલેન્સ. કેપ્રિસ, શોર્ટ્સ કે ટ્રેક પેન્ટ્સ જેવી ફિટેડ સ્ટાઈલ બ્લેઝર્સ, લોન્ગલાઈન કોટ્સ અથવા ક્રિસ્પ શર્ટ જેવાં લેયર્સ સાથે સારી લાગે છે. જ્યારે મોટી સાઈઝ કે રિલેક્સ એથલિઝર કપડાં સાફસૂધરા, મિનિમલ આઉટવેર સાથે પહેરી શકાય જેથી બહુ ભારે

ન લાગે. લેયરિંગ પણ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. જીમ માટેની સ્પોર્ટ્સ બ્રા લૂઝ ટોપ, હુડી કે જેકેટ સાથે પહેરી, બોટમમાં શોર્ટ્સ કે કેપ્રિ સાથે પેર કરી તમે સહેલાઈથી કોફી ડેટ કે વીકએન્ડ આઉટિંગ માટે તૈયાર થઈ શકો છો. ટેલર્ડ કપડાં એક ખાસ પ્રકારનાં સ્ટાઈલ અને નજાકત ઉમેરે છે જેનાથી તમારાં સ્પોર્ટી આઉટફિટ્સ આઉટ ઓફ પ્લેસને બદલે સમજીવિચારી પસંદ કરેલાં લાગે છે.



એથલિઝરને ટેલર્ડ કપડાં સાથે મિક્સ કરવાની ટિપ્સ

- દરરોજના શાનદાર લુક માટે વાઈબ્રન્ટ કલરની કેપ્રિ ફિટેડ બ્લેઝર સાથે પહેરી શકાય.
- વધારે કવરેજ અથવા સ્ટાઈલ માટે જીમ સ્પોર્ટ્સ બ્રા કે રનિંગ ટી શર્ટ લાઈટવેટ જેકેટ અથવા લોન્ગલાઈન સ્કર્ટ સાથે પહેરી શકાય.

- લુક પૂરો કરવા ઘડિયાળ, કોસબોડી બેગ કે સિમ્પલ જ્વેલરી જેવી મિનિમલ એક્સેસરીઝનો ઉપયોગ કરો.

બાઈક શોર્ટ્સ

તમે યોગા ક્લાસમાં જતાં હો કે બસ, ખાલી જવાનો ડોળ કરતાં હો તમે મોનોકોમ ગ્રાફિક ટીશર્ટ, બેલે ફલેટ્સ અને રફિયા ટોટે બેગ સાથે બાઈક શોર્ટ્સના લુકને નિખારી શકો છો.

જોગર

જોગર બટન અપ શર્ટ, સેન્ડલ અને સન ગ્લાસિસ સાથે સારાં લાગી શકે.

ટ્રેક પેન્ટ

ટ્રેક પેન્ટ સાથે લાઈટવેટ લેસ કેમિસોલ અને એ જ રંગના સ્નીકર્સ પહેરી ટ્રેક પેન્ટના બોઈશ લુકને અપનાવો.

એથલિઝર આઉટફિટ નિખારવા

એક્સેસરીઝનો ઉપયોગ કરો

એક્સેસરીઝ એથલિઝર વેરને જીમ લુકથી બદલી સ્ટ્રીટ રેડી કે કેન્યુઅલ ચિક આઉટફિટ બનાવી શકે છે. સિમ્પલ એક્સેસરીઝ સ્વેટ શર્ટ, હુડી, રનિંગ ટી શર્ટ, કેપ્રિ, શોર્ટ્સ કે જીમ

આઉટફિટને નિખારી શકે છે. જેનાથી એ કોફી ડેટ, રોજિંદાં કામો કે કેન્યુઅલ મુલાકાત માટે પર્ફેક્ટ થઈ જાય છે.

એથલિઝર લુકને પૂરો કરવામાં ફૂટવેર મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. મહિલાઓના કેપ્રિ સાથે સ્લીક ટ્રેનર્સ કે મિનિમલ સ્નીકર્સ સારાં લાગે છે. જ્યારે ફિટેડ રનિંગ ટી શર્ટ અને જેકેટ સાથે લોફર્સ કે સ્લિપ ઓન શૂઝ પહેરવાથી લુકમાં સોફિસ્ટિકેશન આવે છે. ઘડિયાળ, કોસ બોડી બેગ્સ અથવા લાઈટ જ્વેલરી જેવી નાની એક્સેસરીઝ લુકને નિખારી શકે છે.