

TESTI

Urheilurintaliivit

Mitä juoksijan, joogaajan tai tanssijan urheilurintaliiveiltä vaaditaan? Tutkimme, millaiset liivit sopivat parhaiten eri lajeihin. Löydätkö omat suosikkisi?



Apua liiviostoksille

1 TUNTUUKO HYVÄLTÄ?

Tarvitsetko urheilurintaliivejä joogaan vai juoksulenkille? Kun sovitat liivejä, tee lajiin kuuluvia liikkeitä, jotta huomaa, tuntuvatko liivit mukavilta päällä ja tukevatko ne rintoja tarpeeksi. Varmista, että materiaali siirtää hyvin kosteutta eikä hankaavia saumoja ole.

2 SOPIIKO KOKO?

Jos liiveissä on hakaskiinnitys, riittää, että ne saa kiinni uloimmilla hakasilla, sillä materiaali venyy aluksi. Selkäosan alareunan tulee olla samalla tasolla kuin etuosankin. Liivit eivät kiristä liikaa, jos sekä olkanauhan että alareunan alle mahtuu kaksi sormea.

3 RIITTÄÄKÖ TUKI?

Urheiluliivit ryhmitellään niiden antaman tuen mukaan. Tuen tarve riippuu rintojen koosta ja liikuntalajista. Kevyt tuki riittää rauhalliseen joogaan tai kehonhuoltotunnille, mutta juoksu tai paljon hyppyjä sisältävät ryhmäliikuntalajit vaativat voimakkaan tuen.



Kevyt tuki mm. jooga, lihastreeni ja spinning

KUNTO PLUS
TESTI-
VOITTAJA



Kari Traa

VAR, XS–XL, 29 €

MALLI: Kukkakuosien ystävän urheilurintaliiveissä on kapeat, säädettävät olkaimet ja leveä joustokaitale rintojen alla. Pehmeä ja miellyttävän tuntuinen materiaali kuivuu nopeasti.

ISTUVUUS: Liiviosa muotoilee rinnat kauniisti, ja rintojen alapuolella oleva leveä joustokaitale pitää liivit hyvin paikoillaan. Olkaimet ovat pehmeät, mutta niiden säätökohtien saumat hiertävät jonkin verran.

MUKAVUUS: Liivit tukevat pieniä rintoja jopa juostessa. Kosteuden-siirto-ominaisuudet eivät kuitenkaan riitä kovaan treeniin, jossa rintojen alueelle kertyy hikeä. Tästä syystä liivejä voi suositella lähinnä hidastempoiseen liikuntaan, jossa ei tule hiki.

HINTA: Kauniiden liivien hinta on huokea, joten on harmillista, että olkaimet hankaavat.



Hummel

Sue Seamless Sports Top,
XS–XXL, 24,95 €

MALLI: Polyamidin ja elastaanin sekoituksesta valmistetuissa liiveissä on leveä etuosa ja painijanselkä. Materiaali tuntuu silkinpehmeältä. Liivit ovat saumattomat, ja niissä on leveä joustinneule alareunassa, sivuilla sekä rintojen ylä- ja alapuolella. Selkäpuolen neuloksessa on hengittävyttä parantava reikäkuviointi.

ISTUVUUS: Liivit tukevat riittävästi pieniä ja keskikokoisia rintoja. Etuosan muotoilun ja joustinneunojen ansiosta liivit ovat myös hiukan muotoilevat. Tuki tuntuu mukavalta erityisesti hidastempoisessa treenissä, kuten joogassa, jossa on paljon hitaita liikkeitä ja venytyksiä.

MUKAVUUS: Nämä liivit ovat ihanteelliset tempoltaan rauhallisissa lajeissa. Materiaali on niin pehmeä tuntuista, että nämä yllä voisi vaikka nukkua. Mukavuudeltaan liivit ovat täydelliset.

HINTA: Erinomaisen edullinen hinta todella pehmeille urheiluliiveille.



VINKKI Älä käytä huuhteluinetta, kun peset urheilurintaliivejä. Huuhteluaine heikentää mikrokuituja, ja vaateen napakkuus kärsii.



Nike

Support Sports Bra,
XS–XL, 60 €

MALLI: Liivien materiaali sisältää mm. polyesteriä, josta puolet on valmistettu meristä kerätystä muovijätteestä. Käteviä ja käyttöä helpottavia yksityiskohtia ovat olkainten kumilenkit, joilla kuulokkeet saa pysymään paikoillaan, ja pikku tasku avaimille tai kortille.

ISTUVUUS: Liivit istuvat tiukasti ja litistävät rintoja hiukan, koska niiden kupeissa ei ole täytteitä. Tämä tuntuu itse asiassa mukavalta, ja liivit tukevat hyvin etenkin pieniä rintoja.

MUKAVUUS: Jotkin liiveissä olevista saumoista saattavat hiertää. Rintojen alapuolella oleva leveä joustinosa istuu todella tiukasti mutta antaa myös hyvän tuen.

HINTA: Ympäristönsuojelun nimissä hinnan antaa anteeksi, vaikka se ei kaikkein pienin olekaan.



Keskitason tuki esim. ryhmäliikunta ilman hyppyjä

KUNTO PLUS
TESTI-
VOITTAJA



Asics

Color Block Bra 2, XS-XL, 45 €

MALLI: Väriyhdistelmä on tosi hyvännäköinen. Liiveissä on klassinen painijanselkä, jonka reikäkuviointi parantaa hengittävyyttä. Kupeissa olevat toppaukset voi irrottaa pesun ja kuivauksen ajaksi. Leveähkö leikkaus sopii parhaiten keskikokoiselle ja suurelle povelille.

ISTUVUUS: Muotoonvaletut toppaukset antavat pienellekin povelille kaunista pyöreyyttä, ja kädentien avaran leikkauksen ansiosta kainaloon ei synny ikäviä makkaroita.

MUKAVUUS: Liivit ovat erittäin mukavat yllä, ja leveiden olkaimien ansiosta ne eivät hierrä hiukkaakaan. Materiaali siirtää hien hyvin pois iholta, ja liivit sopivat sekä juoksuun että hitaampaan menoon.

HINTA: Konstailemattoman hyvät liivit sopivaan hintaan.



Only Play

Martine Seamless Sports Bra Opus, S-M, 24,99 €

MALLI: Ulkonäkö viittaa tavallisiin push up -liiveihin, mutta tuntuma on mukavampi. Liivit ovat saumattomat ja joustavat. Niissä on painijanselkä, muotoonvaletut kupit eikä lainkaan hakasia tai olkainsäätöjä. Malli on erittäin yksinkertainen ja tyylikäs.

ISTUVUUS: Liivit istuvat erinomaisesti. Ne myös tukevat rintoja ja jopa kohottavat niitä. Rintojen muotoihin istuvat kupit näyttävät miellyttävän sileiltä topin alla. Tuki riittää hidastempoiseen ja keskikovaan treeniin, mutta juoksuliiveiksi näistä ei ole.

MUKAVUUS: Liivit päällä on oikein mukava treenata, ja kohottavan tuen todella tuntee liikkuessi. Liivit soveltuvat parhaiten pienille ja keskikokoisille rinnoille. Jos rinnat ovat suuret, ne pääsevät hölskymään toisiaan vasten, eikä tuki ole silloin riittävän tehokas. Joustava materiaali siirtää kosteuden pois iholta erinomaisesti.

HINTA: Nämä liivit ovat löytö!



VINKKI Kun liivien materiaali on menettänyt joustavuutensa, ne eivät enää tue. On aika hankkia uudet.



Casall

Glorious sports bra, XS-L, 39,90 €

MALLI: Rintaosan toppaus tukee rintoja hyvin eikä olo tunnu alastomalta. Tyylikkään mallin kapeat olkaimet menevät selässä ristiin.

ISTUVUUS: Pienille rinnoille malli on hyvä, ja liivit sopivat etenkin fitnessin, joogan ja tanssin harrastajalle. Juoksuun tuki ei riitä.

MUKAVUUS: Liivejä tuskin huomaakaan päällä; mukavaa ja pehmeää vaatekappaletta tekisi mieli käyttää muutenkin kuin treenatessa. Kapeat, saumattomat olkaimet eivät hankaa lainkaan. Materiaali siirtää kosteuden hyvin pois iholta, ja miehustassa olevan tukevamman materiaalin ansiosta liivit sopivat pitkiinkin suorituksiin, joissa tyypillisesti välillä hikoillaan ja välillä palellaan.

HINTA: Laadukas materiaali säilyy muuttumattomana pesusta toiseen. Liivit ovat hintansa arvoiset.



Voimakas tuki esim. juoksu, ratsastus ja hyppyjä sisältävät lajit

KUNTO PLUS TESTI- VOITTAJA



Triumph

Triaction Magic Motion Pro,
75B–85E, 49,95 €

MALLI: Tässä on tavallaan kahdet liivit samassa: elastaania sisältävät sisäliivit ovat joustavat, pehmeät ja hyvin kosteutta siirtävät. Niissä on leveät, säädettävät olkaimet ja kolmen hakasen kiinnitys selässä. Läpikuultavasta verkkoneuloksesta valmistetun päällisosan selkäpuolella on lapaluiden kohdalla lisätukea tuovat hakaset, joiden kiinnittäminen vaatii kylläkin oman taiteilunsa.

ISTUVUUS: Hyvin istuvat liivit kohottavat povea. Kahden materiaalin yhdistelmä parantaa tukea, mutta nännit paistavat kohoumina läpi.

MUKAVUUS: Kaksikerroksinen rakenne kohottaa ja litistää rintoja. Olkaimet pureutuvat ikävästi olkapäihin. Ohut, vuoriton materiaali tuntuu helposti märältä hikoillessa.

HINTA: Malli on hyvännäköinen, mutta hinnan edellyttämään mukavuuteen ei ole panostettu riittävästi.



Anita

Air Control DeltaPad,
65AA–95H, 79,95 €

MALLI: Liivien päällä on läpikuultava verkkoneuloskerros, jonka alta näkyvät kolmikulmaiset, muotoonvaletut kuppiosat. Pelkistetyn mallin ansiosta kyseessä voisi olla ihan tavallinen alusvaate. Olkaimet ovat säädettävät ja selässä on kolmen hakasen kiinnitys. Upean punaisen lisäksi tarjolla on myös valkoinen ja musta vaihtoehto.

ISTUVUUS: Liivit istuvat erinomaisesti. Ne on helppo pukea ja riisua, ja kaksinkertainen rakenne sekä tukee rintoja että kohottaa niitä hiukan. Materiaali tuntuu hyvältä treenatessa eikä liiveistä jää painumia tai hankautuneita kohtia.

MUKAVUUS: Valmistajan patenttoimaan DeltaPad-rakenteeseen kuuluu vuoriosa, joka siirtää kosteuden pois iholta. Ratkaisu todella pitää mitä lupaa. Vuori imee hien rintojen alueelta treenin aikana niin tehokkaasti, että iho on miltei kuiva siinä vaiheessa, kun liivit riisuu pois. Toisaalta kaikki treenin aikana syntynyt hiki kertyy vuorin päällä olevaan kerrokseen, mikä tekee liiveistä märät ja kylmät. Ne todella tekeekin mieli riisua pois heti, kun ne ovat tehtävänsä tehneet.

HINTA: Hintaa on kalliikko, mutta liivit ovat joka euron arvoiset. Jos aiot hankkia vain yhden urheilurintaliivit, valitse nämä!



VINKKI Urkeiliivit pitävät käsinpe-
susta. Älä kuivata niitä auringossa, sillä
auringon säteily heikentää kuituja.



Pierre Robert

Sports-Bh High Support,
70BE–85DE, 44,95 €

MALLI: Hyvän tuen antavat liivit näyttävät läpikuultavan verkkoneuloskerroksen ansiosta tyylikkailt. Sekä edessä että takana oleva verkko antaa naisellisen silauksen ja parantaa hengittävyyttä. Toppaukset ovat kiinteät ja takana on hakas-
kiinnitys. Painijanselkää muistuttava selkämys parantaa tukea.

ISTUVUUS: Selän ristikkorakenne vaatii nopeutta pukeutumisvaiheessa, sillä liiveihin on ensin pujotauduttava sisään, että hakaset saa kiinnitettyä. Ratkaisu on hiukan epäkäytännöllinen, sillä pukeminen on turhan mutkikasta. Toisaalta sitten kun se onnistuu, liivien istuvuus on taattu.

MUKAVUUS: Liivien antama tuki on erittäin hyvä. Rinnat pysyvät paikoillaan, samoin kiinteät toppaukset. Liivien alareunaa kiertää joustava neuloskaidale, jonka ansiosta liivit eivät hinaudu ylös treenissä. Toppausten materiaalissa on pienenpieniä reikiä, joiden ansiosta kosteus siirtyy hyvin iholta.

HINTA: Edullinen hinta todella hyvin tukevista liiveistä. Käyttäjältä kylläkin vaaditaan hiukan nopeutta.

