

# Guide des sous-vêtements par activité sportive

Source : [Lingerie et sport : quels sous-vêtements pour bouger confortablement ?](#)

Publié le 22/04/2026

Tableau comparatif du niveau de maintien et des caractéristiques essentielles des sous-vêtements selon le type d'activité sportive.

AUTEUR

N

nattrencic@gmail.com

Guide des sous-vêtements par activité sportive

Type d'activité	Niveau de maintien	Caractéristiques essentielles
Yoga, pilates	Léger	Coton, sans armatures, bretelles fines
Marche, vélo	Moyen	Bretelles larges, bande sous-poitrine renforcée
Running, HIIT	Élevé	Compression, bonnets moulés, fermeture ajustable
Natation	Spécifique	Résistant au chlore, séchage rapide

[Lire l'article complet ?](#)

<https://lingerie-coton.com/lingerie-sport-sous-vetements-bouger-confortablement/>