



Maski antysmogowe stają się coraz bardziej powszechne nie tylko wśród biegaczy. Ich noszenie, przy kiepskiej jakości powietrza, staje się normą i nie jest to wcale efekt międzynarodowego trendu, który zawitał do Polski. Smog daje się we znaki szczególnie jesienią oraz zimą, kiedy większość z nas rezygnuje z aktywności fizycznej na zewnątrz. Nie musimy jednak zmieniać swoich treningowych nawyków, decydując się na pomieszczenia zamknięte. Mają nam w tym pomóc ściśle przylegające do twarzy maski, wyposażone między innymi w filtr z aktywnym węglem.

[Przejdź](#)