

Les Tapis de Yoga

Choisir son modèle parmi les gammes de **tapis de yoga** n'est pas si facile qu'on le pense. Prix, matières, qualités, dimensions, couleurs sont des caractéristiques importantes pour acheter son tapis pour faire du yoga surtout quand on débute.



Souvent confronté à la transpiration, le pratiquant à tendance à glisser s'il n'est pas bien équipé. En fonction du style de yoga pratiqué, le tapis diffère ce qui explique qu'il y ait autant de modèles en vente sur le marché. Toutefois, apprenez à savoir quel tapis de yoga il vous faut en fonction des caractéristiques recherchées. Suivez nos conseils.

Le Tapis de Yoga



Le tapis de yoga est une natte posée au sol qui permet d'apporter du confort au yogi. C'est le premier accessoire indispensable pour pratiquer le **Yoga**. Il isole de la température terrestre tout en ayant des caractéristiques bien précises. Chaque gamme de tapis de yoga a ses particularités : modèle antidérapant, confortable, grande taille XL, bio, vegan, écologique, recyclable... A chacun son tapis pour pratiquer en fonction de sa discipline.

Les gammes de tapis de yoga et leurs couleurs

Il existe des tapis de yoga de toutes les couleurs : orange, bleu pétrole, bleu, bleu foncé, rouge, bordeaux, aubergine, prune, violet, parme, safran, jaune, vert, olive, noir, gris, fushia, turquoise... Chaque pratiquant trouve son bonheur pour pratiquer sur son colori préféré.

Les matières des tapis de yoga

De nombreuses matières sont à la disposition du yogi : coton, laine, latex, caoutchouc, jute, liège, mousse non toxique, PVC certifié, TPE... Chaque texture correspond à des normes spécifiques répondant à chaque discipline de yoga pratiquée.

Par exemple pour l'ashtanga yoga, le vinyasa, le power, le raja, il faut un tapis de yoga ultra résistant et épais de 4 à 6mm,

Pour les yoga iyengar, hatha, nidra, il convient de s'équiper d'un tapis yoga antidérapant.

Pour le yin yoga, mantra, kundalini, mieux vaut opter pour un tapis de yoga confortable.

Pour les bikram yoga et hot yoga, quel que soit le tapis pourvu qu'il résiste à l'humidité, il faut lui ajouter une serviette de yoga antidérapante pour boire la transpiration et éviter de glisser.



Les dimensions de tapis de yoga

La dimension standard est 183x60x4mm. Néanmoins, il existe de nombreuses tailles de tapis de yoga du modèle long à la gamme extra large XL en 80cm ou encore le tapis rond 1,90m de diamètre. En fonction de la morphologie de chaque pratiquant, il est utile d'adapter son tapis pour ne pas sortir de celui-ci pendant l'enchaînement des postures.

Les épaisseurs des tapis de yoga

L'épaisseur standard est 4mm. Pour le voyage, il existe des gammes de tapis de yoga fines de 1,3mm à 1,8mm afin qu'ils soient pliables et légers. Pour une pratique intensive, des épaisseurs de 6mm sont recommandées pour ceux qui veulent un certain confort pour enchaîner les séries de positions de yoga.

Ne jamais excéder 6mm qui est un tapis épais sous peine de lutter contre un déséquilibre. En effet, si les pieds s'enfoncent dans la mousse, la natte n'apporte aucune stabilité. C'est la première exigence qu'un tapis doit apporter pour la pratique du yoga.



Les qualités de tapis de yoga

Attention aux faux amis vendus sur le marché ! La qualité d'un tapis de yoga est prioritaire pour bien pratiquer. Ne pas dérapier est fondamental pour faire ses séries d'exercices yoga. Ne pas se fier à son apparence. Évitez les tapis mousse style matelas de camping pour dormir car cette mousse n'est pas adaptée. Évitez les tapis trop courts (1,70m voire 1,75m), il manque des centimètres même s'ils sont moins cher. Évitez le tapis en 3mm d'épaisseur sauf s'il vous est recommandé par votre professeur car ils amortissent moins qu'un modèle en 4 ou 6mm.

Les Certifications des modèles de tapis de yoga

Les certifications ont leur importance en prévention de la santé de chacun notamment sur les risques d'allergie à la matière. C'est un tapis sur lequel le yogi est en contact régulier.

Les certificats les plus courants sont SGS et Oeko-Tex100 particulièrement pour les tapis mousse, TPE, latex, caoutchouc. Ils garantissent la natte non toxique, sans phtalates, exempt de colorants azoïques, métaux lourds...

Pour les tapis Bio, bien vérifier qu'ils aient un certificat comme OE 100, OCS.. qui sont les labels du organic contents standard.



Comparaison des prix des tapis de yoga

Force est de constater de grands écarts de prix entre les gammes de tapis de yoga. Vous l'aurez compris, certains tirent sur la qualité, d'autres sur la matière (moins épais, moins long...). Certains modèles ne sont tout simplement pas des tapis destinés à la pratique du yoga car ne présentant aucune propriété antiglisse.

Suivant son pays de fabrication, le prix influe sur le coût d'un tapis. Des nattes fabriquées en France et en Europe seront plus coûteuses car elles subissent des contrôles qualité draconiens. Ces tapis made in France ou Europe sont certifiés en vous garantissant une excellente qualité tout en répondant aux normes européennes.



Pour acheter un bon modèle de tapis de yoga, il faut compter un prix à partir de 20€. Ce n'est pas parce qu'il y a le mot « yoga » qu'il faut négliger sa qualité. C'est comme un tapis de sport. C'est sérieux, il doit sécuriser le pratiquant de yoga. Inutile de dépasser les 80 euros sauf si c'est un tapis avec des caractéristiques spécifiques ou de marque selon le choix de chacun.

Attention aux prix qui ne sont pas en euro car suivant le cours de la monnaie, le tarif peut être multiplié et réserver de mauvaises surprises pour le portefeuille.

Pour un tapis de yoga sans surprise

Pour acheter un tapis de yoga sans surprise, découvrez notre boutique française existante depuis 2007 rompue à équiper les professionnels du domaine du Yoga. Elle vous offre le plus grand choix en tapis yoga sans vous tromper ! Fournisseur pour les professionnels, bénéficiez d'un rapport/qualité/prix défiant toute concurrence. Votre satisfaction nous est éthiquement fondamentale.

Toutes les caractéristiques de chaque tapis sont sur chaque fiche technique : couleur, dimensions, épaisseur, prix, qualité, matière...

Il y en a pour tous les goûts et tous les budgets



Pratiquer en toute Sérénité

Boutique & Grossiste
en équipements de bien-être
Grand Public et Professionnels



YOGA - Méditation
SHIATSU - Reiki
Massages Thérapeutiques
Ayurveda - Médecines douces
Paramédical

Pour un Instant à Soi

Yogi, trouvez votre **tapis de yoga** Yogimag pour toutes les pratiques !

Iyengar, Ashtanga, Bikram, Vinyasa, Hatha, Raja, Kundalini, Power, Hot, Hotpode, Nu, Nidra, Savasana, Intégral, Modo, Yin, Flow, Bandha, Yin, Karma, Paddle, Enfants, Ados, Adultes, Kshanti, Thérapeutique, Prénatal, HIIT, Aérien, Fly, Acroyoga, Snowga, Pralaya, aquayoga, running, Renforcement musculaire, Rééducation, Fityoga...

Namasté

Professionnels, demandez votre devis et vos tarifs grossistes pros à [contact\[@\]yogimag.fr](mailto:contact[@]yogimag.fr)