

# Vårens løpeskomodeller

Ser du etter spesielle egenskaper i løpeskoene dine er dette et godt sted å begynne. Her får du alfabetisk oversikt og kan orientere deg også på merke, hvis det er viktig for deg. Bare husk at en slik skjematisk oversikt aldri kan erstatte en test i butikkene våre.

Bare på Løplabbet	Nyhet/ny versjon			Vekt herre (g)	Vekt dame (g)	Såletrykkelse hæl (mm)	Såletrykkelse forfot (mm)	Drop (mm)	Stabilitet	Støtdemping	Løpsfølelse	Bred fot	Egnet for tyngre løpere	Intervall/første konk.sko	Myk hælkappe	Lavdropp for hælløpere	Pris	Side
		<b>TRENINGSSKO</b>																
		Adidas	Adizero Boston Boost 7	244	208	29	19	10	3	4	5			✓			1450	57
		Adidas	SolarBoost	305	254	32	22	10	4	5	4						1650	58
		Altra	Escalante Racer	204	184	22	22	0	3	4	5	✓		✓	✓		1600	42
	✓	Altra	Kayenta	167	139	23	23	0	3	4	5	✓			✓		1500	
		Altra	Paradigm 4.0	238	184	30	30	0	4	6	3	✓				✓	1800	48
		Asics	Dynaflite 3	257	215	19	11	8	4	5	5			✓		✓	1600	47
	✓	Asics	Gel-Pursue 5	304	243	22	12	10	4	5	4		✓				1500	58
	✓	Asics	GT-4000	300	248	22	12	10	5	5	3		✓				1700	59
	✓	Brooks	Adrenaline 19	312	272	24	12	12	6	4	3		✓				1550	61
		Brooks	Ghost 11	309	249	30	18	12	4	5	4						1550	59
	✓	Brooks	Launch 6	255	227	25	15	10	4	5	4			✓			1350	57
		Brooks	Levitate 2	319	275	24	16	8	4	6	4		✓				1750	54
		Brooks	Ricochet	292	241	18	10	8	3	5	4						1550	47
		Hoka One One	Bondi 6	310	246	33	29	4	4	6	3		✓			✓	1900	51
		Hoka One One	Clifton 5	266	216	29	24	5	3	6	4	✓	✓			✓	1700	51
	✓	Hoka One One	Mach 2	227	187	24	19	5	3	6	5			✓	✓	✓	1800	51
	✓	New Balance	890 V7	255	222	17	11	6	4	5	5		✓	✓		✓	1300	46
	✓	New Balance	Fresh Foam 1080 v9	294	233	24	16	8	4	6	3	✓	✓			✓	1700	52
		New Balance	Fresh Foam Vongo v3	303	255	20	16	4	6	5	4					✓	1600	61
	✓	New Balance	Fresh Foam Zante Pursuit	208	173	16	10	6	3	5	5						1300	61
		New Balance	FuelCell Impulse	230	190	16	10	6	3	4	5						1400	46
		Nike	Air Zoom Pegasus 35	260	230	29	19	10	3	5	4			✓			1200	57
	✓	Nike	Air Zoom Pegasus 35 Turbo	230	180	22	12	10	3	5	5			✓			1950	57
	✓	Nike	Odyssey React Flyknit	232	196	28	18	10	3	5	5						1300	55
		Nike	Zoom Fly Flyknit	238	204	33	23	10	3	6	5			✓			1550	55
	✓	Nike	Air Zoom Structure 22	277	238	30	21	9	6	5	3		✓				1200	61
	✓	Saucony	Guide ISO 2	292	255	27	19	8	4	6	4					✓	1600	52
	✓	Saucony	Kinvara 10	221	190	23	19	4	3	4	6			✓	✓		1400	44
	✓	Saucony	Liberty ISO	275	245	22	18	4	4	5	4			✓		✓	1800	44
	✓	Saucony	Triumph ISO 5	326	283	28	20	8	4	6	4		✓			✓	1800	54
	✓	Topo	Hydroventure	275	230	23	20	3	3	4	4		✓			✓	1700	62
		Topo	Fli-Lyte 2	238	196	23	20	3	4	4	5	✓					1450	43
		Topo	Magnify 2	265	243	25	25	0	3	5	4	✓			✓	✓	1500	43
		Topo	Ultrafly 2	260	230	28	23	5	4	6	4	✓	✓			✓	1650	46

## Mangler riktig sidetall.

Bare på Løplabbet	Nyhet/ny versjon			Vekt herre (g)	Vekt dame (g)	Såleykkelse hæl (mm)	Såleykkelse forfot (mm)	Drropp (mm)	Stabilitet	Støtdemping	Løpsfølelse	Bred fot	Egnet for tyngre løpere	Intervall/første konk.sko	Myk hælkappe	Lavdrøpp for hællopere	Pris	Side
<b>TERRENGSKO</b>																		
✓	Adidas	Terrex Speed GTX		275	235	26	17	9	3	4	4			✓			1700	72
✓	Hoka One One	Speedgoat 3		292	258	32	28	4	4	6	4		✓			✓	1900	67
✓	Inov-8	Mudclaw G 260		260		24	16	8	3	4	4						1750	68
	Inov-8	ParkClaw 275 GTX		75	225	20	12	8	3	4	4	✓			✓		1900	62
	Inov-8	Terra Ultra G 260		260		16	16	0	3	4	5						1800	68
	Inov-8	X-Talon 210		210		17	14	3	3	2	5			✓			1550	72
	Inov-8	X-Talon 230		243	209	21	15	6	3	3	5			✓		✓	1500	70
	La Sportiva	Helios SR		240	210	21	19	2	3	4	4			✓		✓	1800	68
✓	Saucony	Peregrine ISO		298	261	22	18	4	3	4	4		✓			✓	1500	67
✓	VJ	Irock 3		240		22	16	6	3	3	5			✓		✓	1800	72
	VJ	XTRM		250		23	19	4	3	4	5			✓		✓	1900	72
<b>KONKURRANSESKO</b>																		
✓	Adidas	Adizero Adios Boost 4		226	186	27	17	10	3	4	6			✓			1550	65
	Adidas	Adizero Sub 2		157		17	9	8	2	3	6						2100	64
	Asics	Tartherzeal 6		160	140	20	10	10	3	3	6			✓			1300	65
✓	Hoka One One	Carbon Rocket		217	185	26	25	1	3	4	6			✓		✓	2000	65
✓	Nike	Zoom Streak 7		186		26	18	8	2	4	6			✓		✓	1200	64
	Nike	Streak LT 4		140		22	18	4	2	3	6					✓	1000	64

**BARE PÅ LØPLABBET** Modeller som forbeholdes spesialister og som vi er alene om i Norge.

**NYHET/NY VERSJON** Helt nye modeller eller så stor oppgradering at de kan ha endret egenskaper fra forrige versjon.

**VEKT** Løpesko er blitt mye lettere de senere årene, de fleste veier nå under 300 g og noen gram fra eller til er uvesentlig for de fleste, særlig i mengdetreningssko. Vekt måles i størrelse US 9 (euro 42,5) i herre og US 7 (euro 38) i dame.

**SÅLEYKKELSE/DROPP** Såleykkelse er samlet tykkelse på ytter-, mellom- og innleggssåle. Hælen er som oftest tykkere enn forfoten og differansen kaller vi «drøpp». En sko med lav drøpp/nulldrøpp kan altså ha en tykk såle. Lav drøpp er viktig for å få foten under kroppen når du treffer bakken. Med høy drøpp vil hælen treffe bakken før den bør, den kommer i veien. 8 mm drøpp eller mindre kan fungere

til et løpesett med isett under kroppens tyngdepunkt. Vi har beholdt noen modeller med høyere drøpp. Noen foretrekker ennå det.

#### STABILITET/STØTDEMPING/LØPSFØLELSE

**6** Modeller som scorer høyest (5 eller 6) på stabilitet, støtdemping og løpsfølelse. Svært stabile sko scorer aldri maks på løpsfølelse, selv om noen modeller kombinerer flere egenskaper.

**BRED FOT** Har du en bred fot, er passformen noe av det aller viktigste for valg av løpesko.

**EGNET FOR TYNGRE LØPERE** Du kan bruke alle slags sko selv om du er tung, men tyngre løpere sliter løpeskoene hardere. Vi har markert de mest solide og slitesterke.

#### INTERVALL/FØRSTE KONKURRANSESKO

Lette mengdetreningssko kan gjerne brukes til konkurranser. Akkurat som konkurransesko kan

brukes til trening hvis du er godt trent. Dette er lette, smidige modeller som egner seg som par nummer to, men ikke egnet som ditt eneste par, med mindre du er godt trent.

**MYK HÆLKAPPE** Mange sliter med øm og betent akillessene. Da er en myk hælkappe noe av det viktigste.

**LAVDROPP FOR HÆLLOPERE** Modeller med mindre enn 8 mm drøpp, men godt nok dempet til at de tåler om du lander på hælen også. For deg som vil legge om teknikken, men trenger tryggheten i god demping.

**PRIS** Vi regner med at kundene våre gjennomskuer 999-priser og runder opp med 1 krone. Husk hvilken versjon du sammenligner med hvis du finner den billigere et annet sted.