

Høstens løpesko

Ser du etter spesielle egenskaper i løpeskoene dine, er dette et godt sted å begynne.

Husk at en slik skjematisk oversikt aldri kan erstatte en test i butikkene våre.

Kun på Løplabbet	Nyhet / ny versjon			Vekt dame (g)	Vekt herre (g)	Såletrykkelse hæl (mm)	Såletrykkelse forfot (mm)	Drop (mm)	Stabilitet	Støtdemping	Løpsfølelse	Bred fot	Egnet for tynge løpere	Intervall / første konkurranse	Myk hælkappe	Lavdropp for hællopere	Pris
TRENINGSSKO																	
	✓	Adidas	Adizero Boston 11	230	271	39,5	31	8,5	3	5	4		✓	✓			1700
		Altra	Paradigm 6	265	307	30	30	0	3	6	4	✓	✓		✓	✓	2000
	✓	Altra	Vanish Tempo	195	232	33	33	0	3	5	5	✓		✓		✓	2150
	✓	Asics	Gel-Kayano Lite 3	235	275	22	14	8	6	5	4		✓				1900
	✓	Asics	Glideride 3	231	266	32	26	6	3	6	4		✓			✓	1700
		Asics	Noosa Tri 14	183	223	26	21	5	3	5	5			✓		✓	1600
		Asics	Novablast 2	230	252	30	22	8	4	6	5						1600
	✓	Asics	Magic Speed 2	183	223	31	24	7	3	5	5			✓		✓	1900
		Brooks	Adrenaline GTS 22	258	289	27	15	12	6	4	3		✓				1700
		Brooks	Ghost 14	255	280	24	12	12	4	5	4		✓				1700
		Brooks	Glycerine GTS 20	266	298	29	19	10	4	6	4		✓				2000
		Brooks	Hyperion Tempo	188	210	25	17	8	3	4	6			✓		✓	1600
	✓	Hoka One One	Bondi 8 wide	252	303	33	29	4	3	6	3		✓			✓	2000
		Hoka One One	Bondi X	257	300	33	28	5	5	6	4		✓			✓	2900
		Hoka One One	Carbon X 3	188	222	32	27	5	4	5	5			✓		✓	2500
		Hoka One One	Clifton 8	215	250	29	24	5	3	6	4		✓			✓	1900
	✓	Hoka One One	Mach 5	192	232	29	24	5	3	5	5			✓		✓	1900
		New Balance	Fresh Foam 1080 v12	234	292	22	14	8	3	6	4		✓			✓	2000
		New Balance	Fresh Foam Vongo v5	222	280	27	19	8	6	5	4		✓			✓	2000
	✓	New Balance	FuelCell Supercomp Trainer	265	320	41	33	8	3	6	5		✓	✓			2550
		Nike	Air Zoom Tempo Next %	205	259	42	32	10	3	5	5		✓	✓			2400
		Nike	Air Zoom Pegasus 39	221	255	24	14	10	4	5	4						1400
		Nike	ZoomX Invincible Run 2	230	278	34	25	9	3	5	4						2150
	✓	Nike	ZoomX Pegasus Turbo Next Nature	190	242	32	22	10	3	5	5			✓			1850
	✓	Nike	Zoom Fly 5	212	284	32	22	10	3	6	5			✓			1850
✓	✓	Puma	Deviate Nitro 2	216	260	36,5	28,5	8	4	5	5			✓		✓	2000
✓		Puma	Liberate Nitro	-	184	20	12	8	3	4	6			✓	✓	✓	1400
✓		Puma	Magnify Nitro	244	299	38,5	28,5	10	3	5	4						1700
✓		Puma	Run XX Nitro	209	-	31	23	8	4	5	4	✓	✓				1600
✓		Puma	Velocity Nitro 2	206	249	33,5	23,5	10	3	5	4					✓	1400
		Saucony	Guide 15	236	269	35	27	8	5	5	3					✓	1800
		Saucony	Kinvara 13	176	205	28,5	24,5	4	3	4	6			✓	✓	✓	1600
	✓	Saucony	Endorphin Speed 3	204	229	36	28	8	3	5	5			✓		✓	2300
	✓	Saucony	Omni 21	277	317	34	26	8	6	4	3		✓			✓	1900
	✓	Saucony	Tempus	224	252	36,5	28,5	8	4	5	4						2300
	✓	Saucony	Triumph 20	249	274	37	27	10	4	6	4		✓				2100
	✓	Topo	Specter	201	252	35	30	5	3	5	5			✓		✓	2250
		Topo	Phantom 2	238	289	33	28	5	3	6	4	✓	✓			✓	2050
KONKURRANSESKO																	
	✓	Adidas	Adizero Adios Pro 3		216	39,5	31	8,5	3	5	6		✓	✓			2700
		Adidas	Adizero Takumi Sen 8		185	33	27	6	3	5	6			✓	✓		2150
	✓	Asics	Metaspeed Edge+		210	39	31	8	3	5	6		✓	✓			2600
	✓	Asics	Metaspeed Sky+		205	33	28	5	3	5	6						2600
		New Balance	FuelCell RC Elite v2	176	217	39	31	8	3	5	6		✓	✓			2600
	✓	Nike	Air Zoom Alphafly Next% 2	190	210	40	32	8	3	5	6						3500
	✓	Nike	ZoomX Streakfly		160	32	26	6	3	5	6			✓			1750
		Nike	ZoomX Vaporfly Next% 2	156	196	40	32	8	3	5	6			✓	✓		2800
✓		Puma	Deviate Nitro Elite Racer	161	191	36	28	8	3	5	6			✓	✓		2400
✓		Saucony	Endorphin Pro 3	176	204	39,5	31,5	8	4	5	6		✓	✓	✓		2900

kun på Løplabbet	Nyhet / ny versjon			Vekt dame (g)	Vekt herre (g)	Såletrykkelse hæl (mm)	Såletrykkelse forfot (mm)	Drop (mm)	Støtdemping	Løpsfølelse	Grep gjørme	Grep våt stein	Stabilitet ulendt terreng	Bred fot	Egnet for tynge løpere	Intervall / første konkurranse	Myk hælkappe	Lavdropp for hællopere	Pris
TERRENGSKO																			
	✓	Altra	Olympus 5	275	340	33	33	0	6	3	4	5	2	✓	✓			✓	2100
		Brooks	Caldera 6	281	320	32	26	6	6	3	3	5	2		✓			✓	1700
		Hoka One One	Speedgoat 5	242	291	33	29	4	6	4	3	5	2		✓			✓	2000
	✓	Hoka One One	Tecton X	196	240	32	27	5	5	5	3	4	3			✓		✓	2700
		Inov-8	Traillfly G 270	216	253	20	20	0	4	4	5	5	4		✓			✓	1900
		The North Face	Vectiv Infinite Off Trail	265	314	31	25	6	5	3	4	5	4		✓			✓	1900
		The North Face	Flight Vectiv	245	285	31	25	6	5	3	4	5	4		✓			✓	2200
	✓	Saucony	Endorphin Edge	221	255	35	29	6	5	5	3	4	3			✓		✓	2700
		Scott	Supertrac RC 2		270	22	17	5	4	5	5	5	4					✓	1900
		Topo	MTN Racer 2	227	284	30	25	5	5	4	3	3	3	✓				✓	2050
		VJ	Iroc 3		240	22	16	6	3	5	6	6	6			✓		✓	2100
		VJ	MAXx		270	25	19	6	4	4	6	6	4		✓			✓	2100
		VJ	Spark		240	28	23	5	4	5	6	6	6			✓		✓	2050
		VJ	Ultra		300	33	27	6	5	4	4	6	4	✓	✓			✓	2150
		VJ	XTRM 2		250	24	20	4	4	5	6	6	5			✓		✓	2200

BARE PÅ LÖPLABBET Modeller som forbeholdes spesialister og som vi er alene om i Norge. **NYHET/NY VERSJON** Helt nye modeller eller med en oppgradering slik at de kan ha endret egenskaper fra forrige versjon. **VEKT** Vekten veies i størrelse US 9 (euro 42,5). **SÅLETYKKELSE/DROPP** Såletrykkelse er samlet tykkelse på ytter-, mellom- og innleggssåle. Hælen er som oftest tykkere enn forfoten og differansen kaller vi dropp. En sko med lav dropp/nulldropp kan altså ha en tykk såle. **STABILITET/STØTDEMPING/LØPSFØLELSE** 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 ved valg av løpesko. **EGNET FOR TYNGRE LØPERE** Du kan bruke alle slags sko selv om du er tung, men tynge løpere sliter løpeskoene hardere. Vi har markert de mest solide og slitesterke. **INTERVALL/FØRSTE KONKURRANSESKO** Lette mengdetreningsko 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 som ditt eneste par, med mindre du er godt trent. **MYK HÆLKAPPE** Mange sliter med øm og betent akillesene. Da er en myk hælkappe noe av det viktigste. **LAVDROPP FOR HÆLLOPERE** Modeller med mindre enn 8 mm dropp, men med god nok demping til at de tåler at du lander på hælen. For deg som vil legge om teknikken, men trenger tryggheten i god demping. **STABILITET TERRENGSKO** På våre terrengsko ser vi helt bort fra skoens egenskaper for pronasjon. Når du løper i terrenget er underlaget mykere og du får en naturlig variasjon i steget, derfor er ikke pronasjonsbevegelsen en del av vurderingskriteriene.