BUTY TRAILOWE 2018

RUNANDTRAVEL.pl

NOWOŚCI
BESTSELLERY
REKOMENDACJE

ROZMOWY Z BIEGACZAMI

- NATALIA TOMASIAK / SALOMON
- MARCIN ŚWIERC /COLUMBIA MONTRAIL
- BARTOSZ GORCZYCA / HOKA ONE ONE
- MATEUSZ ORACZ / KALENJI

Zainspiruj się!

RUNANDTRAVEL.pl

Najciekawsze biegi trailowe

w Polsce, w Europie, na świecie znajdziesz na ....

RUNANDTRAVEL.pl

BUTY TRAILOWE 2018

Magazyn "Buty Trailowe 2018" to przegląd dostępnych w sezonie 2018 trailowych modeli butów biegowych.

O ich wybór i dopasowanie do trzech kategorii (Nowość, Bestseller, Polecamy) poprosiliśmy przedstawicieli poszczególnych marek.

Prezentacje trailowych modeli uzupełniliśmy rozmowami z Natalią Tomasiak, Bartoszem Gorczycą, Mateuszem Oraczem i Marcinem Świercem. Zapytaliśmy ich – jako ambsadorów marek – jak się biega w Salomonach, Hoka One One, Kalenji oraz Columbia Montrail.

Redakcja www.runandtravel.pl

ADIDAS Supernova

- Amortyzacja Boost (zwiększona gęstość po wewnętrznej stronie stopy) zapewnia stabilizację oraz gładki, sprężysty bieg.
- Cholewka z siateczki o specjalnej konstrukcji jest lekka i przewiewna, a jednocześnie zapewnia wygodne, wspierające dopasowanie, niczym druga skóra;
- Bezszwowa osłona chroniąca przed wodą.
- Wkładka z pianki EVA.
- Torsion System między piętą a przednią częścią stopy stabilizuje krok/ elastyczna osłona pięty ułatwia zakładanie.
- **Drop:** 10 mm
- **Waga (jeden but):** 370 g (rozm. 42,5)
- **Cena:** 599 zł

ALTRA Lone Peak 3.5

- Podeszwa wykonana w technologii MaxTrac zapewnia przyczepność i komfort w trakcie wysiłku. Zastosowanie tej solidnej gumy sprawia, że model charakteryzuje się oczekiwaną wytrzymałością nawet na błotnistym lub skalistym terenie.
- Zerowy drop przy jednoczesnym zachowaniu amortyzacji. W tym konkretnym przypadku grubość podeszwy wynosi 25 mm.
- Poszerzona cholewka, która pozwala na naturalne ułożenie stopy. Palce nie nachodzą na siebie i dodatkowo wyeliminowany został problem schodzących paznokci występujący w zbyt ciasnym obuwiu.
- Model Lone Peak 3.5 występuje w kolorze żółtym oraz czerwonym.
- **Grubość podeszwy:** 25 mm
- **Drop:** 0 mm
- **Waga (jeden but):** 275 g (rozm. 44)
- **Cena:** 589 zł

ALTRA King Mountain 1.5.

- Podeszwa Vibram Megagrip zapobiega ślizganiu się buta w błocie i na mokrych kamieniach. Lepka mieszanka na podeszwie, dzięki swojej wysokiej jakości, gwarantuje dopasowanie do podłoża i zachowuje swoje właściwości przez długi czas.
- Szeroka cholewka zapewniająca swobodne ułożenie palców (technologia FootShape™).
- Zerowy drop ułatwiający bieganie ze śródstopia (technologia ZeroDrop™).
- Zapinany na rzep pas – oprócz sznurówek – biegnący wokół śródstopia wpływa dodatkowo na stabilizację.
- Model King Mountain 1.5 występuje w kolorze żółtym oraz czerwonym.
- **Grubość podeszwy:** 19 mm
- **Drop:** 0 mm
- **Waga (jeden but):** 241 g (rozm. 44.5)
- **Cena:** 629 zł

SALOMON
ULTRA-TRAIL HUNGARY
09 JUNE 2019

salomon
ULTRA-TRAIL®
HUNGARY

salomon
SZENTLÁSZLÓ
TRAIL

salomon
SZENTENDRE
TRAIL

salomon
VISEGRÁD
TRAIL

ULTRATRAIL.HU

ARCTERYX Norvan LD

- Cholewka buta wykonana została z przewiewnej siateczki oraz wzmocnień TPU.
- Wzmocniony przód buta zwiększa ochronę przed uszkodzeniami mechanicznymi.
- Podszewka została wykonana w technologii OrthoLite™ 3D o niewielkiej grubości.
- Śródpodeszwa z pianki EVA.
- Błona TPU umieszczona w śródpodeszwie zapewnia większą sztywność.
- Wytrzymała podeszwa Vibram® Megagrip™ o bardzo wysokiej przyczepności.
- **Drop:** 4 mm
- **Waga (jeden but):** 305 g (rozm. 42)
- **Cena:** 669 zł

ARCTERYX Norvan VT

- Cholewka buta wykonana została z połączenia siateczki, tworzywa TPU oraz syntetycznej skóry zamszowej.
- Wzmocniony czubek chroni przed kamieniami i korzeniami.
- 360 Support System pozwala na dociągnięcie wiązania buta tak, aby był on lepiej dopasowany.
- Podszewka została wykonana w technologii OrthoLite™ 3D o niewielkiej grubości.
- Wkładka Ortholite® zapewnia wysoki komfort użytkowania i jest mniej podatna na odkształcenia.
- Podszewka Adaptive Fit Line wyeliminowała konieczność zastosowania języka w bucie.
- Śródpodeszwa z pianki EVA.
- Podeszwa w przedniej części buta to Vibram® Idrogrip o lepszej przyczepności do śliskiego podłoża.
- Podeszwa w tylnej części Vibram® Megagrip™ o wysokiej wytrzymałości i przyczepności.
- **Drop:** 9 mm
- **Waga (jeden but):** 314 g (rozm. 42)
- **Cena:** 679 zł

ASICS Gecko XT

- Agresywna podeszwa z bieżnikiem wykonanym w technologii Gecko Trac /dobra przyczepnością nawet na mokrych kamieniach/.
- Podeszwa środkowa (technologia FlyteFoam™) jest ponad 50% lżejsza w porównaniu do standardowych rozwiązań. Stworzona na bazie włókien organicznych, błyskawicznie wraca do pierwotnego kształtu, gwarantując maksymalną amortyzację przy każdym kroku.
- Specjalna wkładka (poliuretanowa płyta wykonana w technologii Rock Protection Plate) sprytnie ukryta pod przodostopiem chroni stopę przed uszkodzeniami zewnętrznymi (np. urazami spowodowanymi m.in. wystającymi kamieniami), usztywniając podeszwę środkową buta.
- Cholewka z gumową obudową.
- Kieszonka na sznurowadła (Loce Pocket), która pozwala zabezpieczyć sznurowadła przed rozsznurowaniem.
- **Drop:** 6 mm
- **Waga (jeden but):** 290 g
- **Cena:** 495 zł

Bestseller

ASICS GEL-FujiTrabuco 6 G-TX

- Bieżnik o asymetrycznym kształcie zapewniający dużą przyczepność.
- Specjalna wkładka (poliuretanowa płyta wykonana w technologii Rock Protection Plate) sprytnie ukryta pod przodostopiem chroni stopę przed uszkodzeniami zewnętrznymi, usztywniając podeszwę środkową buta.
- Wzmocniona cholewka i usztywniony czubek buta.
- Podeszwa zewnętrzna wykonana z pianki o wysokiej odporności na ścieranie przy utrzymaniu niskiej wagi.
- GEL™ – legendarny system amortyzacji, opatentowany przez ASICS.
- Górna część materiału została zszyta ze wstawką EVA i łączy się z podeszwą środkową w celu zapewnienia lepszej stabilizacji i komfortu użytkowania.
- Materiał piankowy na całej długości podeszwy środkowej zapewnia odpowiednią lekkość i odbicie od podłoża.
- Naprzeciwległe wypustki zapewniające przyczepność w czasie podbiegania i zbiegania na wszystkich typach terenu.
- **Drop:** 8 mm
- **Waga (jeden but):** 241 g
- **Cena:** 615 zł

ASICS poleca

ASICS GEL-FujiRado

- System wiązania BOA™. Specjalna konstrukcja języka w bucie, zabezpieczająca przed przedostaniem się kamyków lub błota do wewnątrz buta. Wysoka cholewka w kształcie skarpety świetnie sprawdza się w terenie.
- Zapożyczony z modelu FujiAttack bieżnik buta charakteryzuje się doskonałą przyczepnością w grząskich warunkach. Jego asymetrycznie ułożone zęby sprawnie wgryzają się w podłoże zapewniając pewny krok.
- AHAR+® – cieńsza i lżejsza wersja AHAR. Umieszczona w strategicznych miejscach podeszwy zewnętrznej w celu zwiększenia trwałości przy utrzymaniu niskiej wagi buta.
- GEL™ – legendarny system amortyzacji, opatentowany przez ASICS. Jednostki GEL™ zostały strategicznie rozmieszczone w bucie, by jak najbardziej efektywnie absorbować wszelkie wstrząsy.
- Górna część materiału została zszyta ze wstawką EVA i łączy się z podeszwą środkową w celu zapewnienia lepszej stabilizacji i komfortu użytkowania.
- Specjalny materiał w podeszwie środkowej zapewnia wyjątkową lekkość, odbicie od podłoża i trwałość.
- Naprzeciwległe wypustki zapewniające przyczepność w czasie podbiegania i zbiegania na wszystkich typach terenu.
- **Drop:** 8 mm
- **Waga (jeden but):** 275 g
- **Cena:** 575 zł

BROOKS Cascadia 12

- Wytrzymałe obuwie stworzone z myślą o ochronie i amortyzacji w warunkach terenowych zarówno na leśnych szlakach, jak i na bardziej wymagających górskich ścieżkach. Nie boi się skał i kamieni, wystających korzeni i daje sobie radę z wilgocią.
- Podeszwa. System BioMoGo DNA daje odpowiednią stabilność i równomiernie rozłożoną amortyzację. But dynamicznie dopasowuje się do kroku oraz prędkości. Pozwala zarówno na szybkie bieganie, jak i na spokojne długie wybiegania w wolniejszym tempie.
- Cholewka. Air Mesh Upper to strukturalna siatka o strukturze zapewniającej sztywność i elastyczność w 4 kierunkach. Wtedy, kiedy to koniecznie zwiększa oddychalność cholewki, czuwa nad odprowadzaniem wilgoci, aby stopy pozostały suche.
- **Drop:** 10 mm
- **Waga (jeden but):** 343 g
- **Cena:** 499 zł

BROOKS PureGrit 6

- But terenowy dla biegaczy, którzy kierują się w stronę naturalnego biegania i szukają butów "na co dzień". W tych butach Scott Jurek pokonał szlak Apallachów (3540 kilometrów) i ustanowił rekord świata (46 dni, 8 godzin i 7 minut).
- Anatomiczny kształt i krótkie wiązanie pozwalają stopie ułożyć się w bucie jak w skarpetce. Dzięki temu pracuje ona naturalnie i nieskrępowanie. Dobre dopasowanie zapewnia dobre trzymanie śródstopia i pięty.
- We wnętrzu podeszwy pracuje system BioMoGo DNA, który daje przede wszystkim stabilizację i równomierne rozłożenie amortyzacji.
- Ten model posiada wydrukowane w technologii 3D lekkie i elastyczne wykończenie, które zapewnia kluczową elastyczność konstrukcji. To daje płynne dopasowanie do stopy w czasie ruchu i wentylację na wysokim poziomie.
- **Drop:** 4 mm
- **Waga (jeden but):** 272 g
- **Cena:** 499 zł

BROOKS Caldera 12

- Duża amortyzacja przy lekkiej i elastycznej konstrukcji. Ten model wyróżnia naturalna budowa i nieduży drop: 4 mm.
- Podeszwa jest wyjątkowo gruba i miękka, ma ponad 2 cm wysokości na całej długości. Dobrze zabezpiecza przed kamieniami, korzeniami i nierównym podłożem.
- We wnętrzu podeszwy pracuje system BioMoGo DNA, który zapewnia stabilizację i równomierne rozłożenie amortyzacji.
- Bieżnik podeszwy nie jest zbyt głęboki (nie zbiera brudu), ale jest bogaty w ustawione w różnych kierunkach wypustki, dzięki temu unika się poślizgów przy podbiegach i zbiegach.
- W cholewce zastosowano podwójny materiał Air Mesh Upper, czyli strukturalną siatkę o strukturze zapewniającej sztywność i elastyczność w 4 kierunkach i podwójną wytrzymałość. Kiedy to koniecznie, zwiększa oddychalność cholewki, czuwa nad odprowadzaniem wilgoci, aby stopy pozostały suche.
- **Drop:** 4 mm
- **Waga (jeden but):** 280 g
- **Cena:** 499 zł

Zwinne i wygodne...

MARCIN ŚWIERC

o... bieganiu w COLUMBIA MONTRAIL

materiał promocyjny

fot. Jan Nyka

I miejsce podczas tegorocznych Mistrzostw Polski w Długodystansowym Biegu Górskim, rozegranych w ramach Biegów w Szczawnicy oraz 17. miejsce w Trail World Championships 2018, rozegranych podczas Penyagolosa Trails w Hiszpanii. Podczas obu tych imprez biegłeś w Caldorado II. Jakie cechy tego modelu buta dodały Ci biegowej mocy na trasie?
W Caldorado II cenię prostotę i zwinność. Bardzo dobre czucie podłoża pozwoliło nam od razu stworzyć zgrany duet. Na zbiegach mam też kontrolę nad prędkością. Do tego ten model butów jest przewiewny, co zarówno w Szczawnicy, jak i w Hiszpanii bardzo się przydało. W Caldorado II przebiegłem do tej pory ok. 600 km i naprawdę wysoko doceniam trwałość tych butów.

Czy również treningowo biegasz w modelu Caldorado II?
Tak, na początku musiałem sprawdzić Caldorado II na treningach, żeby im zaufać. Teraz wybieram jednak te buty tylko na mocne treningi. Oszczędzam je na specjalne okazje.

Jakie inne modele butów ze stajni Columbia Montrail stoją na Twoim prywatnym „butowym" podium? Co lubisz w tych modelach?
Od pół roku – dzięki wsparciu Sklepu Biegacza - miałem możliwość testowania różnych modeli butów. Columbia bardzo pozytywnie mnie zaskoczyła. Kiedyś, na początku swojej kariery, używałem „Masochistów", uniwersalnych butów do biegów górskich marki Montrail, która już wtedy należała do Columbii. Przez te 10 lat firma wykonała kawał dobrej roboty i jest coraz bardziej widoczna w świecie biegowym. Teraz mogę poznać i pobiegać w szerszej gamie produktów. W Kenii biegałem w Bajada, które cenię za trwałość przy dużym kilometrażu. Ciekawy okazał się też Variant - nowy model trochę pod asfaltowe treningi, ale w górach, nawet na mokrej skale, świetnie się sprawdza. Ostatnio testowałem go w Tatrach i jest bardzo komfortowy.
Z kolei mocno zabudowany TransAlpine to but startowo-treningowy. Dobrze spisuje się też na treningach szybkich. To idealny wybór na biegi w Bieszczadach, Beskidach, gdzie jest trochę błota. Liczę na jego wytrzymałość, bo para, w której biegam ma dopiero 250 km i z każdym treningiem jest lepiej. Ogólnie to, co mnie urzekło w tych butach to wygoda, palce nie dobijają do buta, a w biegach ultra ma to ogromne znaczenie, bo zawody zazwyczaj trwają 10-20 godzin.

Buty biegowe marki Columbia Montrail pojawiły się na Twoich nogach nieprzypadkowo. W ostatnim czasie w gronie Twoich biegowych partnerów pojawiła się bowiem marka Columbia Sportswear, której zostałeś ambasadorem. Co spowodowało, że to właśnie buty Columbia Montrail wybrałeś na swoją drogę do UTMB?
Cały czas się rozwijam, a partner taki jak Columbia daje mi wsparcie sprzętowe w moich projektach. Oczywiście dalej tworzę Buff Team, a wsparcie Columbia świetnie z tym współgra. Bycie profesjonalistą w bieganiu czy każdej innej dyscyplinie to dbanie o szczegóły. Dzięki moim partnerom mam możliwość podnoszenia swojego poziomu sportowego.

Jako biegacz z ogromnym doświadczeniem zapewne nie raz spotykasz się z pytaniami: „Marcin, jakie buty polecasz?". Zapytamy więc i my :) Które z modeli Columbia Montrail poleciłbyś na beskidzkie szlaki, a które na tatrzańskie?
Każdy naprawdę musi sam wybrać. Każdy z nas jest inny i co innego ceni. Dla mnie bycie ambasadorem Columbii to nowe doświadczenie, z którego będę czerpał przez najbliższe sezony naszej współpracy. Mam swoich faworytów na każdy teren: TransAlpine w Beskidy i Bieszczady, Variant i Bajada w Tatry, Caldorado na starty i suchy teren. Na błoto Masochist. Cały czas jeszcze testuję, uczę się. Dla mnie ogromną satysfakcją jest fakt, że Columbia bierze pod uwagę moje uwagi i „aplikuje" je w modelach, które dopiero wejdą na rynek.

Czy po latach spędzonych na biegowych szlakach i tysiącach kilometrów przebiegniętych na treningach i zawodach, pokusiłbyś się o przedstawienie swojej wizji idealnego buta do biegania w terenie?
„But do wszystkiego – to but do niczego". Ideałów nie ma i tu nic nie wymyślę. Dobrze, że jest różnorodność i każdy, w zależności od swoich preferencji, może coś wybrać dla siebie. Jeszcze nie biegałem we wszystkich modelach, więc sporo testów przede mną. Dla tego moja szafa na buty jest duża… to jeden z minusów.

Gdzie w tym sezonie pobiegniesz w Columbia Montrail i czy już wiesz, jakie modele wybierzesz?
Za chwilę biegnę MP skyrunning podczas biegu Marduły w Zakopanem. Będzie to dla mnie już 10 bieg i chyba ostatni. Czas zdobywać świat… Później od razu wyjeżdżam w Dolomity na Lavaredo Ultra Trail 120 km, później TDS 120 km. Jesień ciągle jeszcze planuję, ale już teraz mam sporo propozycji. Co do modeli na te starty – ostateczna decyzja będzie zależeć od warunków, jakie będą na trasie i tego, jak buty będą się zachowywać na rekonesansach tras.

Rozmawiała: Monika Bartnik / www.runandtravel.pl

COLUMBIA MONTRAIL
Caldorado™ III OutDry™ Extreme

- OutDry Extreme to jedna z najbardziej zaawansowanych technologii Columbia Sportswear. Dzięki niej ta całkowicie wodoodporna, oddychająca, bezszwowa cholewka zapewnia komfort i ochronę nawet w ekstremalnych warunkach pogodowych.
- Bezszwowa cholewka z piankowym kołnierzem oraz z w pełni zintegrowanym językiem i otokiem na palce zapewniają wysoki komfort i ochronę.
- Zastosowana technologia FluidGuide zwiększa stabilność podeszwy i zapewnia gładką pracę.
- Podeszwa środkowa zapewnia wyjątkową amortyzację, elastyczność i podparcie, a lekka i elastyczna podeszwa zewnętrzna chroni przed skałami, korzeniami i innymi odłamkami.
- W pełni gumowa podeszwa zewnętrzna z ochroną TrailShield gwarantuje niezawodną przyczepność w różnych warunkach terenowych.
- **Drop:** 8 mm
- **Waga (jeden but):** 324 g (9 US)
- **Cena:** 629,99 zł

Bestseller

COLUMBIA MONTRAIL Bajada™ III

- Columbia Montrail Bajada III to „krosówki”, które przeznaczone są do biegów przełajowych oraz biegów typu ultra-trail.
- Bezszwowa konstrukcja cholewki przylega do stopy jak skarpety i trzyma ją w trakcie biegu.
- Cholewka posiada również wzmocnienia stabilizujące stopę i chroniące ją przed gałęziami i otarciami o kamienie.
- W podeszwie środkowej wykorzystano technologię FluidFoam poprawiającą stabilność i amortyzację.
- Podeszwa zewnętrzna Gryptonite zapewnia przyczepność na zróżnicowanym podłożu, a umieszczona pomiędzy podeszwą środkową i zewnętrzną płytka TrailShield chroni przed nierównościami terenu.
- **Drop:** 10 mm
- **Waga (jeden but):** 290 g (9 US)
- **Cena:** 499 zł

COLUMBIA poleca

COLUMBIA MONTRAIL Mojave Trail™ II Outdry™

- "Zaktualizowana" konstrukcja buta zapewnia jeszcze większy komfort i dopasowanie.
- W bucie zastosowano OutDry, jedną z najbardziej popularnych technologii Columbia Sportswear, która zapewnia ochronę i wsparcie dzięki oddychającej hydroizolacji z bezszwową siatkową cholewką.
- Podeszwa FluidFOAM™ zapewnia wyjątkową amortyzację, elastyczność i wsparcie, a współpraca z wiodącymi w branży specjalistami od trakcji VIBRAM™ zaowocowała zaawansowaną przyczepnością.
- **Drop:** 10 mm
- **Waga (jeden but):** 345 g (9 US)
- **Cena:** 490 zł

DYNAFIT Speed MTN Gore-Tex®

- Krój Speed MTN jest nieco szerszy w stosunku do tradycyjnego kroju DYNAFIT.
- Podeszwa (nowa gumowa mieszanka marki POMOCA) z agresywnym bieżnikiem zapewnia przyczepność na piargach, skałach oraz mokrych nawierzchniach. Konstrukcja wypustek i wyżłobień gwarantuje trakcję i jednocześnie optymalny rozkład sił w miękkim terenie. Śródpodeszwa z formowanej ciśnieniowo pianki EVA o konstrukcji opracowanej specjalnie na potrzeby nowego modelu zapewnia dobrą stabilizację.
- Diagonalne wzmocnienie w pięcie o nazwie „Heel Preloader" zapewnia lepsze dopasowanie i komfort w tylnej części stopy.
- Odporny na ścieranie i uszkodzenia materiał Tech Leather.
- Osłona palców w przedniej części cholewki wzbogacona domieszką włókien aramidowych.
- Gumowa ochrona przed uderzeniami.
- Wytrzymałe rozwiązania przy zachowaniu niskiej wagi. Częściowo odpowiedzialna jest za to struktura materiału ochronnego (Ballistic Fabric) w cholewce, który nie tylko jest niezwykle lekki, ale też doskonale oddycha – stała cyrkulacja powietrza zapewnia stopie optymalny mikroklimat podczas intensywnego wysiłku.
- System szybkiego jednoręcznego sznurowania i elastyczna osłona na sznurówki.
- Wkładka Ortholite – lekka, oddychająca, amortyzująca i dopasowująca się do kształtu stopy użytkownika.
- **Waga (jeden but):** 390 g (M), 350 g (K)
- **Cena:** 799,99 zł

DYNAFIT Trailbreaker

- Dynafit Trailbreaker to but – sportowy w charakterze, miejski w designie – przeznaczony do trail runningu i treningu w górach.
- S-kształtny bieżnik zaprojektowany został na wzór kręgosłupa i tworzy strefę ślizgu. Jego wymodelowanie minimalizuje odkształcenia podeszwy i wspomaga naturalny ruch pięta-palce. Urzeźbienie wzdłuż bieżnika odpowiada natomiast za przyczepność, trakcję i stabilność boczną – połączenie wyżłobień i agresywnych wypustek o różnej gęstości umożliwia podeszwie szybkie dostosowywanie się do miękkiego i nierównego podłoża.
- Podeszwa POMOCA to gwarancja przyczepności, dynamiki i płynnego przetaczania stopy.
- Cholewka wykonana z lekkiej siateczki Alpine Air Mesh o otwartej strukturze zapewnia nieprzerwaną cyrkulację powietrza.
- Wkładka Ortholite Foodbed przepuszcza parę wodną.
- Podeszwa środkowa wykonana została z lekkiej modelowanej wtryskowo pianki EVA.
- **Drop:** 10 mm
- **Waga (jeden but):** 260 g (M), 220 g (W)
- **Cena:** 549,90 zł

DYNAFIT Alpine PRO

- Podeszwa środkowa o kołyskowym profilu skonstruowana została ze skompresowanej pianki EVA o podwójnej gęstości, która poprawia dynamikę biegu, amortyzację, a także zapewnia płynne przetaczanie stopy.
- Płytka z włókna węglowego (Carbon Shield) pomiędzy podeszwą zewnętrzną a wewnętrzną zapewnia ochronę podbicia stopy przed skałami, kamieniami czy korzeniami oraz dla lepszą stabilizację. Płytka podnosi ogólną wytrzymałość buta.
- Diagonalne wzmocnienia pięty poprawiają dopasowanie w tylnej części stopy: Rubber Tension to dodatkowy element stabilizujący. Lepsze dopasowanie i dociągnięcie pięty do podeszwy oraz obniżony i miększy profil z tyłu buta.
- Podeszwa Vibram® Megagrip Outsole opracowana specjalnie dla DYNAFIT.
- Bieżnik o V-kształtnym profilu w części śródstopia poprawia trakcję, reaktywność i czucie podłoża. Wyżłobienia i wypustki na krańcach podeszwy nadają jej wyższą stabilność i trwałość, czego efektem jest przyczepność w twardym terenie.
- Podeszwa Megagrip to przyczepność zarówno na mokrych, jak i suchych nawierzchniach.
- Wzmocniona strefa palców /System szybkiego sznurowania z elastyczną osłoną.
- **Drop:** 8 mm
- **Waga (jeden but):** 300 g (M), 260 g (K)
- **Cena:** 699,90 zł

Fot. Karolina Krawczyk

Buty dla ultrasa

BARTOSZ GORCZYCA

o... bieganiu w HOKA ONE ONE

Hoke One One to buty biegowe, które wśród biegaczy budzą wiele emocji. Jedni są nimi zauroczeni już od pierwszego treningu, inni przekonują się powoli, jeszcze inni w ogóle nie wyobrażają sobie biegania w nich... Biegając w Hoka One One nie należysz do tej ostatniej grupy. Czy jednak do biegania „na słoninie" musiałeś się przekonywać czy też od razu te maksymalistyczne buty spełniły Twoje oczekiwania?

Tak naprawdę zacząłem interesować się Hoka One One zanim jeszcze były dostępne na polskim rynku.
Byłem ciekawy jak się w nich biega, ponieważ przez sporą amortyzację wyglądają jakby były naprawdę ciężkie.
Czy rzeczywiście są ciężkie, mogłem się jednak przekonać dopiero parę lat później. Wcześniej widziałem tylko jak biegają w nich biegacze z Francji czy ze Stanów Zjednoczonych. U nas nie można było ich dostać, a sprowadzenie z innego kraju wydawało się być drogie i nie do końca pewne. Tak naprawdę więc nikt nie musiał mnie do nich przekonywać.. Po prostu byłem ciekawy jak się w nich biega.

Pamiętasz, w jakich zawodach po raz pierwszy pobiegłeś w Hoka One One i jak zdały egzamin?

Jeśli się nie mylę - a mogę się jednak mylić - to pierwszymi poważnymi zawodami, w których biegłem w butach Hoka One One był zeszłoroczny Niepokorny Mnich w ramach Biegów w Szczawnicy, którego dystans został skrócony do 64 km (obecnie nazwany Dzikim Groniem). Biegłem w modelu Speedgoat. Warunki na trasie nie były łatwe. Sporo błota na zbiegach, śnieg i mokra „breja".
Jeśli chodzi o ten model, to nie do końca polecałbym go na tak trudną trasę. Trochę ślizgałem się na zbiegach, ale mimo to dobrze wspominam ten wyścig. Nie wywróciłem się, a przez większość trasy czułem się pewnie.

Czy dla Ciebie Hoka One One to buty, które można od razu wyjąć z pudełka i pobiec w nich zawody czy też wymagają „przetarcia"?

Jeśli nigdy wcześniej nie biegaliśmy w Hokach, to po wyjęciu z pudełka na pewno nie polecałbym od razu biec w zawodach. Do tych butów trzeba się „przyzwyczaić".

materiał promocyjny

Na początku, gdy wychodziłem w nich na treningi, niejednokrotnie zdarzało mi się, że kostka chciała „uciec” z buta. Po 3-4 treningach problem zniknął. Teraz po dłuższym czasie w ogóle mi się to nie przydarza. No chyba, że jest to po prostu skręcenie kostki, które przydarzyłoby się w każdych innych butach.

Twoje biegowe doświadczenia z Hoka One One związane są z dwoma modelami. Pierwszy z nich to Speedgoat, czyli but trailowy, który został stworzony do pokonywania różnorodnych szlaków górskich. Jakie są Twoje ogólne wrażenia z biegania w Speedgoat'ach?
Model Speedgoat jest bardzo wygodnym butem. To pierwsza myśl, jaka przychodzi mi do głowy w związku z tym modelem. Są na tyle wygodne, że jedną parę mam przeznaczoną do normalnego funkcjonowania, czyli na spacery, wyjścia na zakupy itd. Jeśli chodzi o teren, w jaki bym je polecał, to tak naprawdę w każdy, z pominięciem dużej ilości błota.
Bieżnik nie jest aż tak agresywny i głęboki. Świetnie sprawdzi się na beskidzkich szlakach. A w moim przypadku szczególnie rewelacyjnie sprawdza się na tatrzańskich skalistych ścieżkach. Biegłem w nich na zeszłorocznym Biegu Marduły. Czułem pewność w każdym kroku i nie odczuwałem bólu w związku z uderzeniami o skały czy wystające kamienie.
O ile buty nie trzymają się błota, o tyle trzymają się mokrej tatrzańskiej skały... To duża zaleta.

Powiedziałeś kiedyś, że Hoka One One Speedgoat to buty do zadań specjalnych. W jakich warunkach sprawują się najlepiej w Twoim przypadku? Jakie zadania specjalne miałeś na myśli?
Owszem, są to buty do zadań specjalnych, ponieważ – jak już wspomniałem wcześniej – można w nich biegać różnorodne biegi. Głównym zadaniem specjalnym, jakie teraz „zleciłbym” tym butom byłyby biegi ultra.
Może niekoniecznie bardzo błotnista Łemkowyna Ultra Trail, ale z 95% biegów ultra ten model poradziłby sobie. W tym roku na obozie na Teneryfie biegałem wyłącznie w modelu Speedgoat – świetnie radziły sobie na ostrych, chropowatych, wulkanicznych skałach. Zastosowana w nich amortyzacja sprawia, że nie czujemy bólu stając na kamieniach, a mimo to dobrze „czuć podłoże”, tak w pozytywnym tego sformułowania znaczeniu.

Drugi model, w którym biegasz najczęściej to Mafate Speed. Co w nich lubisz najbardziej?
Mafate Speed to model, który posiadam akurat od niedawna i nie wybiegałem w nich tyle kilometrów, co we wcześniej wspominanych „kozach”. Pierwszą szczególną zaletą tego modelu, która przychodzi mi do głowy, jest przyczepność - również na błotnistym podłożu. Właśnie dlatego te dwa modele świetnie się uzupełniają. Dzięki temu w zasadzie w tych dwóch modelach mógłbym zaliczyć każdy bieg. Mafate Speed również dobrze spisują się na śniegu. Jeżeli chodzi o samo ułożenie stopy w bucie, to na pewno mają trochę więcej miejsca niż model Speedgoat, który jest bardziej dopasowany. Oczywiście to kwestia indywidualna.
Ja nigdy nie miałem problemów z żadnym typem obuwia.

Biegasz zazwyczaj na długich dystansach i górskich trasach. Przyjęło się, że Hoka One One to buty dla długodystansowców.
Czy Twoim zdaniem rzeczywiście tak jest?
Zdecydowanie tak. Buty Hoka One One kojarzę z biegami długimi oraz ultra. Są to również świetne buty dla kogoś, kto biega sporo kilometrów na treningach. Amortyzacja zastosowana w Hokach sprawia, że nogi aż tak nie odczuwają ilości kilometrów. Takie jest moje odczucie. Może te dwa modele, w których biegam niekoniecznie sprawdzą się na szybkich „dyszkach” czy „połówkach” na zawodach, ale gwarantuję ich skuteczność na długich trasach. Choć przyznam, że w modelu Speedgoat biegłem nawet 10 km na asfalcie (na zawodach) i nie było tak źle, bo zrobiłem życiówkę :)

Ci, którzy nie są przekonani do biegania na „słoninie” uważają, że w Hoka One One trudno zapewnić sobie stabilność podczas biegu. Jakie swoje Twoje odczucia związane ze stabilizacją stopy podczas biegu?
Może tak się zdarzyć, zwłaszcza gdy nałożymy te buty pierwszy raz na nogi (choć model Mafate nie ma aż takiej słoniny). Odczucia podłoża na wysokiej podeszwie są trochę inne niż w typowych butach z niskimi podeszwami.
Nie jest to jednak wada. Po prostu trzeba się do tego przyzwyczaić i wyczuć jak te buty „działają”. U mnie po kilku treningach kłopoty ze stabilizacją stopy praktycznie zniknęły. Trzeba spróbować, żeby się przekonać. Może być również tak, że ktoś, kto ma problem ze stabilizacją stopy nie będzie radził sobie w Hokach nawet po dłuższym czasie. Na to nie ma reguły.

O tym, czy dobrze biega nam się w konkretnym modelu buta świadczy nie tylko to jak sprawują się one podczas samego biegu, ale również to jak „czują się” nasze nogi po biegu. Jakie są Twoje doświadczenia z Hoka One One w tym zakresie?
Nasze nogi i stopy na pewno mniej odczują długi bieg lub bieg w trudnych warunkach na zróżnicowanym podłożu jeśli pobiegniemy w butach z dużą amortyzacją niż gdybyśmy pobiegli w butach minimalistycznych. Biorąc na chłopski rozum – jeżeli pobiegniemy na kawału „słoniny” to właśnie ona pochłonie sporą część wstrząsów a nie nasze mięśnie. A przecież kroków podczas biegu robimy dziesiątki tysięcy.

Gdzie w tym sezonie pobiegniesz w Hoka One One?
Prawdopodobnie we wszystkich biegach tego sezonu, czyli m.in. pobiegłem już w nich Mistrzostwa Polski w Długodystansowym Biegu Górskim (Wielka Prehyba), pobiegnę MP Skyrunning, G2 Haundiak w Kraju Basków, Bieg 7 Dolin 100 km .... i jeszcze wiele, wiele innych.

Nowość

HOKA ONE ONE Challenger ATR 4

- Najbardziej uniwersalny model w ofercie Hoka One One, niekiedy nazywany „Cliftonem dla trailu". Polecany jest biegaczom planującym kupić buty do biegania po różnych nawierzchniach (zarówno po skałach i nierównej, utwardzonej powierzchni, jak również w lesie, po szutrach i po asfalcie), a nie chcą wydawać pieniędzy na dwie pary butów. Challenger ATR 4 to but idealny dla biegaczy, szukających kompromisu między dłuższymi trasami w zróżnicowanym terenie i w mieście, stawiających nacisk na wysoki stopień amortyzacji i dobrą stabilizację.
- Wzmocniona, w stosunku do wcześniejszych wersji, poszerzona i lepiej oddychająca cholewka.
- Podeszwa ze zróżnicowanym bieżnikiem, umożliwiającym dopasowanie do zmieniającego się podłoża.
- Przednia część buta posiada 4-mm wypustki, które pozwalają utrzymać się na miękkim podłożu. Tylna część z kolei zapewnia stabilizację na asfalcie.
- Kołyskowa budowa, z zaledwie 5-mm dropem, zapewniają naturalną pracę stopy w czasie biegu.
- **Drop:** 5 mm
- **Waga (jeden but):** 295 g (rozm. 42 2/3)
- **Cena:** 569,99 zł

HOKA ONE ONE Speedgoat 2

- Zaprojektowany został z myślą o najbardziej wymagających, górskich biegach.
- Doskonałą amortyzację i odporność na wstrząsy zapewnia gruba, niemal 3-cm, warstwa pianki EVA.
- Pełną przyczepność do wymagającego podłoża – takiego jak skała, kamienie czy szutry – gwarantuje podeszwa Vibram® MegaGrip.
- Zmianie w stosunku do wcześniejszej wersji uległa cholewka. Została ona poszerzona w kluczowych miejscach. Lepiej oddycha, jest dodatkowo wzmocniona siateczką.
- **Drop:** 5 mm
- **Waga (jeden but):** 296 g (rozm. 42 2/3)
- **Cena:** 599,99 zł

HOKA ONE ONE Mafate Speed 2

- Cholewka bazuje na bezszwowej, wytrzymałej konstrukcji wykonanej według technologii SpeedFrame. Zapewnia ona stopie optymalny dopływ powietrza oraz chroni przed obtarciami. Przód cholewki wzmocniony został specjalną osłoną, mającą za zadanie wzmocnić konstrukcję buta oraz chronić palce przed kamykami i odłamkami znajdującymi się na trasie.
- Piętę zabezpiecza specjalna konstrukcja z TPU, wpływająca na jej stabilizację w bucie oraz chroniąca przed urazami.
- Śródpodeszwa wyposażona została w grubą warstwę pianki EVA, wpływającą na wysoki poziom amortyzacji.
- Kołyskowy układ Meta-Rocker oraz zaledwie 4-mm drop pozwalają na optymalnie szybkie przetoczenie stopy i jej naturalne ułożenie w czasie biegu.
- Niezwykle mocną stroną buta jest jego podeszwa zewnętrzna, zaprojektowana przez ekspertów z włoskiego Vibramu.
- Agresywny i urozmaicony bieżnik, oparty na wypustkach do 5 mm, zapewnia przyczepność na górskich trasach, również na wilgotnym podłożu.
- **Drop:** 4 mm
- **Waga (jeden but):** 306 (rozm. 42 2/3)
- **Cena:** 749,99 zł

ICEBUG Oribi 3 RB9X

- Oribi to afrykańska antylopa – szybka, biegająca z gracją i pewnością. Oribi to najbardziej uniwersalny but w całej kolekcji. Zadebiutował wiosną 2017 roku (Oribi 1), a zimą powstał odpowiednik z Gore-Texem (Oribi 2).
- Przeznaczony zarówno do długich górskich biegów, jak i do biegania ścieżkami niedaleko domu.
- Cholewka nie absorbuje wody i zapobiega dostawaniu się błota.
- Elastyczne sznurówki zapobiegają rozwiązywaniu.
- Płytka Rock Shield w podeszwie ochrania stopę przed kamieniami.
- **Drop:** 7 mm
- **Waga (jeden but):** 230 g (9 US)
- **Cena:** 569 zł

ICEBUG Zeal 3 RB9X

- Specjalnie wzmocniony but do użytku w najbardziej wymagającym terenie. Idealny do biegów na orientację, biegów przeszkodowych czy swimrun.
- Ulltrawytrzymała cholewka.
- Mimo małej amortyzacji i dużej sztywności, ma niemałe grono zwolenników używających go do biegania ultra.
- **Drop:** 6 mm
- **Waga (jeden but):** 230 g (9 US)
- **Cena:** 599,99 zł

ICEBUG Acceleritas 6 RB9X

- Najbardziej agresywny bieżnik – podeszwa odzwierciedla bieżnik w traktorze.
- Jeden z najpopularniejszych butów do swimrun w Europie. Sprawdza się zawsze tam, gdzie jest dużo wody i błota. Nawet po nasiąknięciu przyrost wagi jest minimalny (poniżej 10%).
- **Drop:** 4 mm
- **Waga (jeden but):** 200 g (najlżejszy model w całej gamie) (US 9)
- **Cena:** 529 zł

INOV-8 x-talon 230

- X-talon 230 to nowa podeszwa z gumą STICKY GRIP, teraz bardziej przyczepna do twardego podłoża. Podeszwa wykonana jest z bardzo przyczepnej mieszanki gumy zbliżonej parametrami do obuwia wspinaczkowego.
- 8-mm bieżnik przypomina oponę przeznaczoną na głębokie błoto i to jest właśnie żywioł x-talonów.
- Powyżej bieżnika znajduje się niewielka warstwa pianki POWER FLOW, która oddaje więcej energii przy odbiciu niż tradycyjna EVA.
- W podeszwie znajduje się płytka META PLATE, która chroni stopę przed ostrymi skałami.
- Dolna część cholewki stabilizuje nogę i chroni przed uderzeniami w palce czy bok stopy.
- Dolna część cholewki jest także wodoodporna (do wysokości ok. 4 cm).
- Górna część cholewki – teraz dodatkowo pokryta powłoką DWR – chroni przed dostawaniem się do środka wody i błota.
- **Drop:** 6 mm
- **Waga (jeden but):** 230 g (US 9)
- **Cena:** 529 zł

INOV-8 x-talon 212

- Gdy wchodziły na rynek, były to najlżejsze buty przeznaczone do biegów terenowych (jedynie kilka modeli lekkoatletycznych
- przełajówek mogło się poszczycić zbliżonymi parametrami). Z czasem konkurencja trochę nadgoniła, ale x-talon jest niezrównany jeśli chodzi o połączenie lekkości i odporności na brutalne traktowanie.
- Podeszwa wykonana jest z bardzo przyczepnej mieszanki gumy zbliżonej parametrami do obuwia wspinaczkowego.
- Bieżnik przypomina oponę przeznaczoną na głębokie błoto i to jest właśnie żywioł x-talonów. Powyżej znajduje się niewielka warstwa pianki EVA.
- Dolna część cholewki stabilizuje nogę i chroni przed uderzeniami w palce czy bok stopy. Dodatkowo jest wodoodporna (do wysokości ok. 4 cm).
- Górna część cholewki – teraz dodatkowo pokryta powłoką DWR – chroni przed dostawaniem się do środa wody i błota.
- **Drop:** 6 mm
- **Waga (jeden but):** 212 g (rozm. 42)
- **Cena:** 429 zł

INOV-8 trailroc 270

- Słynny model buta na skały i ostre kamienie teraz w nowej technologii i nowoczesnych materiałach. Trailroc 270 to lżejszy model serii. Został stworzony z myślą o treningach i wyścigach na skalnych i kamienistych nawierzchniach. W porównaniu z trailroc 285 jest odchudzony – mniejszy drop (4 mm), cieńsza guma chroniąca palce, lżejsza konstrukcja stabilizacji pięty.
- Model 270 – mimo zastosowania zmniejszonej warstwy pianki – daje czucie izolacji od podłoża. Wszystko to dzięki ulepszonej wersji Dynamic Fascia Band, cienkiej płytki pociętej na 5 części.
- Bieżnik jest płytszy w porównaniu z serią roclite, która wywodzi się z deszczowej Anglii i Szkocji. Ma sprawdzić się na przelotach po asfalcie i innych twardych nawierzchniach, ale równocześnie nie zawieść w deszczu na górskim szlaku. Jest skomponowany z trzech różnych mieszanek gumy, które w zależności od potrzeb danej strefy podeszwy są bardziej odporne lub przyczepne. Pianka użyta w podeszwie to PowerFlow – oddaje 25% energii przy odbiciu.
- Paski Met-Cradle to sznurowanie wspomagające dopasowanie stopy we wnętrzu buta.
- Przewiewna i oddychająca cholewka jest oblana po bokach gumą, co przedłuża żywotność siateczki.
- W porównaniu z poprzednim modelem, Trailroc 270 jest dynamiczniejszy i stworzony do ścigania.
- **Drop:** 4 mm
- **Waga (jeden but):** 270 g (rozm. 42)
- **Cena:** 559 zł

materiał promocyjny

Przyczepny...
Dobrze
dopasowany...

MATEUSZ ORACZ

o... bieganiu w KALENJI

fot. archiwum Decathlon

Masz do czynienia z butami trailowymi Kalenji nie tylko jako biegacz, ale również jako doradca klienta. Jaki model butów Kalenji poleciłbyś osobom, które chcą zacząć biegać w terenie? Na co powinny zwrócić uwagę, kupując sobie pierwsze buty do trailu?
Bieganie w terenie – jak każdy inny rodzaj biegania – to temat rzeka. Pytanie to jest podobne to setki innych, które często obserwuję w „internetach". Większość osób – ja czasem też – w takich momentach lubi rozsiąść się wygodnie i odpalić popcorn :) Nie jest to reakcja wynikająca ze złośliwości, zawiści czy innych negatywnych emocji, lecz z rozległości tematu. Każdy biegacz ma buty i najprawdopodobniej są one dla niego najwygodniejsze, a co za tym idzie – te same poleci innym. Tu jest właśnie pies pogrzebany. Nie mogę drugiemu biegaczowi wciskać modelu, w którym sam biegam, bo każdy z nas jest inny, każdy lubi, co innego. Jeden lubi minimalizm, drugi miękką poduchę. Jeden ma szeroką jak deska stopę, drugi wąską stópkę. Jeden jest lekki i biega szybkie 50-tki, a drugi jest powolny, ale lata B7S. Każdy potrzebuje mocno zindywidualizowanej propozycji sprzętowej. Z doborem butów jest trochę jak z wizytą u lekarza – należy przeprowadzić głęboki i wyczerpujący wywiad, żeby móc jak najbardziej precyzyjnie sprostać wymaganiom danego biegacza. To takie ogólne zasady, którymi kieruję się, ale odpowiadając na ostatnią część pytania, powiem przede wszystkim – wygodne. But - bez względu na markę - powinien pasować na 100- 101%. Kiedy pasuje na 99%, czyli coś uwiera, ociera, trze – nie wolno takiego buta kupić. Komfort jest najważniejszy. Dodam też, że nie ma sensu szarżować cenowo/modelowo, gdyż w terenie jest przeważnie miękko i ogólnie przyjęte „wytyczne" amortyzacyjne w stosunku do wagi oraz dystansu.... mają się nijak. But powinien być wygodny, przyczepny, dobrze dopasowany. Zakładając but warto odpowiedzieć sobie na pytanie, czy w tym bucie chciałbym spędzać kilka godzin na treningu i czy będzie sprawiać mi to przyjemność. Pamiętajcie, wygodne buty pomagają spełniać wasze biegowe marzenia.

Odbyłeś zapewne nie jedną rozmowę z biegaczami o butach... Co cenią sobie w modelach trailowych Kalenji i jaki model najczęściej wybierają?
Cenią przede wszystkim bardzo rozsądną cenę. Często słyszy się „najpierw kupię Kalenji, a później coś droższego" itp. Generalnie cena w większości przypadków nie warunkuje wysokiej jakości (sam się o tym przekonywałem nie raz w ciągu mojej 19-letniej biegowej przygody). Wraz z niewygórowaną ceną w parze idzie jakość wykonania. Naprawdę w większości przypadków nie ma się do czego przyczepić i można im w pełni zaufać. Najczęściej wybierają od lat model serii XT – obecnie jest to XT7.

Jakie najbardziej istotne zmiany widzisz w modelach trailowych Kalenji, które wprowadzono w ciągu kilku ostatnich sezonów?
Istotnym czynnikiem przykuwającym uwagę jest design. Od niedawna te produkty naprawdę mogą się podobać i można łączyć buty z ciuchami, akcesoriami (np. plecaki) w fajne zestawy kolorystyczne. Jakość wykonania od wielu sezonów jest wysoka, więc mam nadzieję, że będzie to kontynuowane przez markę. Bardzo ważne jest też uczenie się na błędach (swoich i cudzych), gdzie niedociągnięcia sprzętu np. w sezonie 2016 są poprawione już w sezonie 2017. Reaktywność na wysokim poziomie.

Najbardziej uniwersalny but w ofercie trailowej Kalenji?
Butem Kalenji, do którego mam sentyment i faktycznie odpowiada na moje potrzeby wszystkich biegów ultra, na które jeżdżę jest Kiprun Trail XT7. W serii XT biegłem pierwszą setkę (Sudecka 100 w 2014 r.). Obecnie używam XT7, które w tym roku ukończyły ze mną Zimowy Ultramaraton Karkonoski oraz Sztafetę Górską 73.3 na dystansie SOLO. Lubię je za to, że ich konstrukcja jest dostosowana do wszystkiego tego, co można spotkać na górskich szlakach różnych rejonów. W Karkonoszach i Górach Stołowych wysoka odporność na twarde podłoże, skały, korzenie. W Beskidach (Śląski, Żywiecki) agresywna kostka dobrze wgryza się w srogie błoto po opadach (jak np. podczas Piekła Czantorii w listopadzie). W Tatrach skały, techniczne szlaki. Zimą na śniegu (ZUK 2018) nie zawiodły mnie i trzymały na wszystkim, co było na trasie, a nie używałem raczków.

Czy pokusiłbyś się o dopasowanie poszczególnych modeli butów trailowych Kalenji do popularnych biegów w Polsce? Innymi słowy, w jakim modelu pobiec Łemkowyna Ultra Trail, w jakim Rzeźnika, a w jakim np. Maraton Gór Stołowych?
XT7 – od Biegu Rzeźnika po Grań Tatr. Dobrze trzyma na każdej nawierzchni, mimo teoretycznie wysokiej wagi, dobrze trzyma się stopy i pozwala żwawo przebierać kopytkami. **Kiprun Trail MT** – taki kompan na długi dystans w twardym terenie. Scharakteryzowałbym go jako but dla cięższego zawodnika, który nie biega szybko, ale lubi biegać ultra w dowolnym terenie. Podeszwa jest w nim nieco szersza niż w XT7, co pomaga na skalistym podłożu. Dodatkowo większa ilość pianki (grubsza podeszwa) daje fajną miękkość. Sztafeta Górska, SGS, BUGT, B7S, KBL itp. **Kiprun Trail TR** – nieco lżejszy (od XT7 czy MT) but ze średnią amortyzacją. Wygodny, ale mniej agresywny bieżnik pozwala traktować go jako alternatywę na codzienny trening w mniej wymagającym terenie „pod miastem". Fajna pierwsza opcja na pierwsze buty do biegania w górach. Raczej na mniej wymagające trasy. **Kiprace Trail** – startówka w teren, bardzo precyzyjna, świetna przyczepność, raczej dla osób lubiących minimalizm (drop 6 mm), niewielką amortyzację i biegających dynamicznie. Raczej na krótki (do ok. 50 km) dystans (przynajmniej dla mnie, choć biegłem w nich BUGT oraz BrzU). Przez swoją lekką konstrukcję raczej na miękkie trasy bez dużej ilości kamieni. W Kiprace Trail 3 Sebastian Białobrzeski leciał B7S (240 km) 2016 i przybiegł pierwszy na metę.

W jakich zawodach planujesz wziąć udział w tym sezonie biegowym i w jakich butach pobiegniesz?
W tym sezonie góry są przeważającą częścią w moim kalendarzu. Nie ma tego może zbyt wiele, ale...
W tym roku brałem już udział (nie wliczam asfaltu) w Zimowym Półmaratonie Gór Stołowych, Zimowym Ultramaratonie Karkonoskim, Sztafecie Górskiej 73.3 Solo i w Królu Parku 60 km. Ostatnia impreza to nie góry, ale ultra warte startu. Kolejne w planach są: Bieg Marduły, Sudecka Setka – 100 km, Dolnośląski Festiwal Biegów Górskich – 68 km, Chudy Wawrzyniec (dystans wybiorę w trakcie), Garmin Ultra Race – 53 km oraz Beskidzka 160 – Piekło Czantorii Ultra. Co do butów, to raczej zakładam XT7. Na każdy wyjazd zabieram ich jednak całą torbę – około 3 par. Nigdy nie wiadomo, jaka będzie pogoda i wolę mieć alternatywę i możliwość wyboru w razie kłopotów/zmiany pogody albo na przepak.

Rozmawiała: Monika Bartnik / www.runandtravel.pl

KALENJI Kiprun Trail TR

- KALENJI Kiprun Trail TR przeznaczony jest do biegania w terenie na krótkich dystansach po lekko nierównej nawierzchni, na treningi i zawody.
- System amortyzacji CS® na pięcie i nowy, opatentowany skład podeszwy.
- Duża giętkość dzięki nacięciom w podeszwie.
- Wyjątkowa koncepcja K-ONLY dostosowuje but do każdego rodzaju stopy.
- 4-milimetrowe korki zapewniające przyczepność i przyleganie na twardej nawierzchni.
- Wnętrze z oddychających materiałów.
- Gruba pianka na pięcie i przy języku.
- Kieszonka na języku umożliwia schowanie sznurówek.
- **Drop:** 10 mm
- **Waga (jeden but):** 310 g (rozm. 43)
- **Cena:** 179 zł

KALENJI Kiprun Trail XT7

- Model Kiprun Trail XT7 przeznaczony jest do biegania w trudnym terenie, np. śnieg, błoto, kamienie zarówno podczas treningów, jak i podczas zawodów.
- Mocna przyczepność dzięki szeroko rozstawionym kolcom (5 mm). Rozstawienie kolców zapewnia odpadanie błota od podeszwy.
- System amortyzacji K-RING i nowy, opatentowany skład podeszwy Kalenji.
- Dobre trzymanie stopy dzięki wstawce przy podbiciu i zapiętkowi.
- Koncepcja K-ONLY dostosowuje but do każdego rodzaju stopy.
- Wnętrze z oddychających materiałów, grupa pianka na pięcie i przy języku.
- Nowy kauczuk zwiększa przyczepność (podeszwa CrossContact).
- Kieszonka w języku umożliwia schowanie sznurówek, które dzięki temu nie zaczepiają o roślinność i nie rozwiązują się.
- **Drop:** 10 mm
- **Waga (jeden but):** 340 g (rozm. 43)
- **Cena:** 249 zł

KALENJI Kiprace Trail 4

- But przeznaczony dla lekkiego biegacza (do 75 kg), na szybkie treningi i zawody w terenie (np. błoto, śnieg).
- Szeroko rozstawione wypustki (5 mm) gwarantują maksymalną przyczepność i wygodne czyszczenie z błota.
- Mały drop (6mm) zapewnia dobrą dynamikę i naturalny ruch stopy.
- Nowy kauczuk zwiększa przyczepność (podeszwa CrossContact).
- System amortyzacyjny CS® na pięcie.
- Wyjątkowa koncepcja K-ONLY dostosowuje but do każdego rodzaju stopy.
- Wnętrze z oddychających materiałów, gruba pianka na pięcie i przy języku
- **Drop:** 6 mm
- **Waga (jeden but):** 270 g (rozm. 43)
- **Cena:** 244,99 zł

LA SPORTIVA Unika

- Buty zostały zaprojektowane i wyprodukowane w Europie, jako jedyne w całej kolekcji biegowej La Sportivy.
- Podeszwa środkowa nie została wykonana z pianki EVA jak większość modeli, ale z pianki poliuretanowej, która jest trwalsza (dłużej zachowuje swój pierwotny kształt oraz właściwości amortyzujące) oraz zapewnia lepszą ekonomikę biegu, czyli po prostu lepiej oddaje energię, którą wkładamy w wybicie.
- Mimo mniejszej masy niż w przypadku klasycznych modeli na najdłuższe dystanse Unika nadaje się zarówno do startów na dystansach ultra, jak i na tych krótszych. Trzeba jednak pamiętać, że kopyto, na którym buty wykonano, jest nieco węższe.
- Bieżnik został zaprojektowany pod kątem suchej czy kamienistej i skalnej nawierzchni i wysokich prędkości, a nie do przedzierania się przez grząskie zalepiające błoto. Guma Frixion White zapewnia świetne trzymanie w skalnym terenie, więc buty sprawdzą się w wyższych partiach gór, gdzie lasy ustępują i zaczynają się turnie.
- Buty posiadają bardzo dobrze dopasowaną do kształtu stopy cholewkę, niemal jak skarpeta z zewnętrznym systemem sznurowania. Do środka skarpety wkładek się nie wkłada, więc i Unika jest ich pozbawiona.
- **Drop:** 8 mm
- **Waga (jeden but):** 325 g (rozm. 42)
- **Cena:** 799 zł

Bestseller

LA SPORTIVA Ultra Raptor

- Lekka siatkowa cholewka zapewnia znakomitą wentylację, a więc i wysoki komfort w czasie gorących dni.
- Buty są wyposażone w ochronny otok, dzięki któremu siatka nie jest tak narażona na kontakt z kamieniami czy patykami, co znacząco zmniejsza ryzyko uszkodzenia mechanicznego i przedwczesnego przetarcia.
- Podeszwa posiada niezwykle uniwersalny bieżnik, który świetnie się spisuje zarówno w suchym kamienistym terenie, szutrowych drogach, jak i mokrych górskich ścieżkach.
- Zastosowana do produkcji podeszwy zewnętrznej guma Frixion White jest odmianą zapewniającą największe tarcie spośród mieszanek używanych przez La Sportivę w modelach biegowych. W efekcie but zapewnia świetną trakcję w terenie kamienistym oraz na skałach, czyli np. w Tatrach.
- Osłona palców uchroni je przed bolesnymi konsekwencjami, gdy nie zauważymy przeszkody i w nią uderzymy, co często zdarza się przy dużym zmęczeniu.
- **Drop: 9 mm**
- **Waga (jeden but):** 350 g (rozm. 42)
- **Cena:** 649 zł

LA SPORTIVA poleca

LA SPORTIVA Mutant

- Znakomita trakcja dzięki agresywnemu bieżnikowi oraz mieszance gumy (Frixion White), która charakteryzuje się najlepszą przyczepnością spośród tych używanych przez La Sportivę do produkcji podeszew w butach biegowych.
- But został wykonany na kopycie o standardowej szerokości, zapewnia więc dobre trzymanie stopy, co szczególnie docenimy, gdy teren zrobi się bardzo wymagający.
- System sznurowania z technologią FusionGate, który pozwala bardzo szybko i precyzyjnie dopasować cholewkę do stopy i zapewnić jej stabilność bez powodowania punktowego ucisku.
- Cholewka została wyposażona w mini-gaiter, czyli niewielki elastyczny ochraniacz przylegający do kostki, który sprawi, że kamienie czy piasek nie znajdą się we wnętrzu buta.
- **Drop:** 10 mm
- **Waga (jeden but):** 320 g (rozm. 42)
- **Cena**: 619 zł

Slovak Ultra Trail

Pozývame vás!

NA ULTRA BIEGANIE

W PIĘKNYCH, SŁOWACKICH GÓRACH!

PONITRIANSKA 100

PONITRIANSKA STOVKA
105 km / +3920 m
15-16 września 2018 r.
www.p100.sk

JAVORNÍCKA 100

JAVORNÍCKA STOVKA
105 km / +3920 m
13-14 października 2018 r.
www.javornicka100.wbl.sk

www.slovakultratrail.sk

Nowość

MAMMUT Sertig Advanced Low

- Do produkcji buta użyto syntetycznych materiałów – Vent-Mesh & TPU Protection – dzięki czemu jest on lekki i wytrzymały.
- Konstrukcja została wykonana z pojedynczej siatkowanej powłoki, dzięki czemu buty są oddychające.
- System wiązania MTR Speed Lace – pewność wiązania i trzymania stopy nawet po całym dniu użytkowania.
- System Rolling Concept – odpowiada za naturalną sekwencję ruchu stopy, dzięki czemu po całodniowym chodzeniu mniej odczuwamy zmęczenie stóp.
- Sonar Technolgy, dzięki której konstrukcja zapewnia doskonałą stabilność, przyczepność na śliskiej nawierzchni i funkcję wbudowanego wsparcia podbicia.
- Podeszwa Gripex™ Trail Bite Sole, z pianką EVA.
- Dodatkowa amortyzacja podeszwy EVA & Dual Density Midsole.
- **Drop:** 6 mm
- **Waga (jeden but):** 325 g (UK 8,5)
- **Cena:** 619 zł

Nowość

MAMMUT Sertig Low

- Do produkcji buta użyto syntetycznych materiałów – Vent-Mesh oraz TPU Protection. Dzięki temu but jest lekki i wytrzymały.
- Konstrukcja została wykonana z pojedynczej siatkowanej powłoki, buty są więc oddychające.
- System Rolling Concept zapewnia naturalną sekwencję ruchu stopy, dzięki czemu po całodniowym chodzeniu mniej odczuwamy zmęczenie stóp.
- Sonar Technolgy, dzięki której konstrukcja zapewnia doskonałą stabilność, przyczepność na śliskiej nawierzchni i funkcję wbudowanego wsparcia podbicia.
- Podeszwa Gripex™ Trail Bite Sole z pianką EVA.
- System wiązania MTR Speed Lace daje pewność wiązania i trzymania stopy nawet po całym dniu użytkowania.
- **Drop:** 6 mm
- **Waga (jeden but):** 305 g (UK 8,5)
- **Cena:** 539 zł

MERRELL Bare Access Flex Knit

- Elastyczny wierzch i system sznurowania zapewnia idealne dopasowanie do ruchów stopy.
- Wzmocnienie Hyperlock™ TPU wokół pięty zapewnia bezpieczeństwo podczas szybkich zbiegów i nagłych skrętów.
- Podeszwa zewnętrzna z technologią M-Select™ GRIP+ z bieżnikiem zapewnia wytrzymałość i przyczepność.
- Wiązanie w postaci ściągacza ze stoperem.
- Technologia 360-degree-sock to pozbawiony języka but wygodnie przylegający do stóp.
- Bare Access Flex Knit są przyjazne weganom.
- Głębokość bieżnika: ok. 2 mm
- **Drop:** 0 mm
- **Waga (jeden but):** ok. 217 g (rozm. 42)
- **Cena:** 599 zł

MERRELL Vapor Glove 3

- Model ten posiada wierzch z siateczki i TPU.
- Wewnątrz buta znajduje się wkładka TrailProtect™, która zapewnia stabilizację, a technologia M-Select FRESH zapobiega powstawaniu nieprzyjemnego zapachu wewnątrz buta.
- Podeszwa zewnętrzna Vibram TC5+ z 2-milimetrowym bieżnikiem, dzięki czemu gwarantuje dobry kontakt z podłożem.
- **Drop:** 0 mm
- **Waga (jeden but):** 165 g (rozm. 42)
- **Cena:** 349 zł

MERRELL Agility Peak Flex E-Mesh

- Wierzch buta wykonany z siateczki.
- Wzmocnienie Hyperlock™ TPU wokół pięty, które zapewnia bezpieczeństwo podczas szybkich zbiegów i nagłych skrętów.
- 16-milimetrowa amortyzacja i system sznurowania Merrell Omni-Fit dopasowujący but do stopy.
- Żłobiona podeszwa środkowa FLEXconnect EVA o właściwości dwukierunkowego zginania zapewnia lepszą zwinność i większą stabilizację ruchów.
- Zastosowanie podeszwy zewnętrznej z technologią M-Select GRIP+ z bieżnikiem inspirowanym układem kości stopy zapewnia przyczepność podczas biegu na suchym i mokrym szlaku.
- Agility Peak Flex E-Mesh są przyjazne weganom.
- **Drop:** 6 mm
- **Waga (jeden but):** ok. 294 g (rozm. 42)
- **Cena:** 489 zł

NIKE Air Zoom Terra Kiger 4

- Przewiewna cholewka Flymesh daje uczucie lekkości.
- Linki Flywire współpracują ze sznurowadłami, zwiększając wygodę i stabilność podczas biegu.
- Piankowa podeszwa środkowa z poduszkami gazowymi Zoom Air pod piętą i przednią częścią stopy zapewnia sprężystość.
- Nosek chroni przed kamieniami i korzeniami.
- Waflowy bieżnik z większymi wypustkami na podeszwie zapewnia przyczepność na mokrych nawierzchniach.
- **Drop:** 4 mm
- **Waga (jeden but):** 275 g (rozm. 44)
- **Cena:** 549 zł

NIKE Air Zoom Wildhorse 4

- Warstwy materiału i siateczki tworzą solidną cholewkę, która sprawdza się nawet na najbardziej wymagającym terenie.
- Linki Flywire połączone ze sznurowadłami zwiększają stabilność stopy.
- Twarda płytka w przedniej części buta chroni stopę przed kamieniami i innymi przeszkodami na drodze.
- Miękka pianka otaczająca kostkę zwiększa wsparcie i komfort.
- Podeszwa środkowa z pianki Phylon i poduszka gazowa Nike Zoom Air na wysokości pięty poprawiają amortyzację.
- Waflowa podeszwa zewnętrzna z odpornymi na ścieranie gumowymi brzegami odpowiada za trwałość i przyczepność.
- **Drop:** 8 mm
- **Waga (jeden but):** 306 g (rozm. 44)
- **Cena:** 499 zł

WYBRAŁEŚ JUŻ BUTY?
PRZETESTUJ JE W TERENIE NA

maraton WIGRY

25 sierpnia 2018
Wigierski Park Narodowy

VINGBERG
Scandinavian Wood

WIGIERSKI PARK NARODOWY

ZAPISZ SIĘ NA

www.maratonwigry.pl

SALMING Off Trail Competition

- Konstrukcja podeszwy została zainspirowana mieszanką opon górskich i motocyklowych Michelin – Wild Mud iStarcross 5.
- Czubek buta został zaprojektowany w taki sposób, aby umożliwić maksymalną penetrację błota podczas poszukiwania w trakcie biegu twardszego podłoża i przyczepności. Gwarantuje to mała różnica wysokości pomiędzy palcami a podłożem.
- Po obwodzie znajduje się wzór bieżnika zapewniający stabilność, kontrolę i trakcję na przeszkodach.
- W podstawowej strukturze, która łączy podeszwę z podeszwą środkową, zastosowano konstrukcję technologii Michelin FiberLite, która zapewnia wyjątkową lekkość dzięki bardzo cienkiej, ale bardzo wytrzymałej warstwie tekstylnej. Technologia MichelinFiber Lite wywodzi się z doświadczenia Michelin w dziedzinie opon, gdzie struktura opony jest częściowo wykonana z włókna. Włókna te można dostrzec na dolnej podeszwie jako wzdłużne paski przykryte przeźroczystym materiałem.
- Kauczuk stosowany w podeszwie OT Comp to Michelin OCX – Extreme Outdoor Compound – charakteryzuje się wyjątkową przyczepnością na śliskich i mokrych nawierzchniach, dzięki specjalnej lepkiej mieszance.
- Górna konstrukcja posiada lekki siatkowy korpus, który zapewnia doskonały odpływ wody i oddychalność.
- Boczne obszary mają dodatkowe wzmocnienia materiałem RocShield ™.
- Podeszwa środkowa zawiera DNA Salminga system prowadzenia skrętnego 62/75 ° (TGS62/75°) – odległość od pięty do palców (62% buta) została zaprojektowana tak, aby zapewnić optymalną stabilność tylnej części stopy, która kończy się na tak zwanej linii "baletowej", umieszczonej pod kątem 75 °. Technologia TGS 62/75° zapewnia, że but zgina się dokładnie w odpowiednim miejscu.
- **Drop:** 4 mm
- **Waga (jeden but):** 256 g (UK 7,5)
- **Cena:** 599 zł

SALMING Trail T4

- Podeszwa zapewnia dobrą przyczepność na większości powierzchni.
- Właściwości amortyzujące podeszwy RunLite ™ zapewniają ochronę pięty mimo niskiego profilu.
- Obszar ochronny RocShield ™ zapewnia odpowiednią ochronę boczną bez wpływu na właściwości elastyczne.
- Zewnętrzna część podeszwy zaprojektowana została w antypoślizgowe wypustki o wysokiej przyczepności, które zostały bardzo dobrze docenione na twardych, ubitych szlakach błotnych, jak i również w terenie poza drogą.
- Górna część buta posiada trwały materiał nylonowy Ripstop oraz w pełni zintegrowany szkielet ExoSceleton, który czerpie inspirację ze swoich poprzedników oraz modelu OT Comp.
- Podeszwa środkowa zawiera DNA Salminga system prowadzenia skrętnego 62/75 ° (TGS62/75°) – odległość od pięty do palców (62% buta) została zaprojektowana tak, aby zapewnić optymalną stabilność tylnej części stopy, która kończy się na tak zwanej linii "baletowej", umieszczonej pod kątem 75 °. Technologia TGS 62/75° zapewnia, że but zgina się dokładnie w odpowiednim miejscu.
- **Drop:** 5 mm
- **Waga (jeden but):** 289 g (UK 9)
- **Cena:** 599,99 zł

SALMING Trail 5

- Model powstał przy współpracy szwedzkich i włoskich designerów. Zdobył kilka wyróżnień, w tym The ISPO Winner Award - kategoria Performance Running Runningwear w Monachium w lutym 2017 r.
- Podeszwa zewnętrzna Vibram Megagrip, której właściwości są kleistą i bardzo trwałą mieszanką, zapewniającą doskonałą przyczepność na mokrych, błotnistych, śliskich nawierzchniach, a także na suchych skalistych trasach.
- Buty zaprojektowano do pracy w trudniejszych warunkach wykorzystując 3-warstwową górną konstrukcję. Pierwsza warstwa materiału siatkowego zwiększa komfort, podczas gdy środek stabilizuje ruchy boczne i zmniejsza nacisk na stopę.
- Zewnętrzna cienka siateczka zamyka się i owija przednią część w zgrabny sposób, zwiększając trwałość buta.
- Podeszwa środkowa zawiera DNA Salminga system prowadzenia skrętnego 62/75 ° (TGS62/75°) - odległość od pięty do palców (62% buta) została zaprojektowana tak, aby zapewnić optymalną stabilność tylnej części stopy, która kończy się na tak zwanej linii "baletowej", umieszczonej pod kątem 75 °. Technologia TGS 62/75° zapewnia, że but zgina się dokładnie w odpowiednim miejscu.
- **Drop:** 5 mm
- **Waga (jeden but):** 318 g (UK 9)
- **Cena:** 699,00 zł

materiał promocyjny

Fot. Konrad Rogoziński/Photogenium

Drzemią w Tobie niespożyte pokłady energii. Już jako dziecko próbowałaś sił w koszykówce, taekwondo, na basenie, rowerze... Jak piszesz na swoim blogu, to jednak dopiero biegi górskie okazały się tym, co pochłonęło Cię całkowicie. Od 2016 roku reprezentujesz barwy Salomon Suunto Team, więc po górach "niosą" Cię buty marki Salomon :) Gdybyś miała wymienić trzy najważniejsze cechy Salomonów, które dają moc w górach, to jakie by to były cechy?
Podeszwa Contagrip, która trzyma się doskonale każdego podłoża. System SensiFit, dzięki któremu buty dobrze przylegają do stopy i są stabilne. Trzecia cecha to lekka waga butów, których prawie nie czuć na nogach.

Pamiętasz swoje pierwsze Salomony?
Oczywiście, że tak! I oczywiście to były Speedcrossy. Chyba każdy, kto zaczyna, kupuje te buty. Wspomnienia mam takie, że kupiłam je za małe, ale wtedy wydawało mi się, że są dobre. To było na początku 2014 r., kiedy zaczęłam biegać i nie myślałam jeszcze w ogóle o tym, że kiedykolwiek mogę zacząć startować w zawodach.

Góry to Twój żywioł. Uwielbiasz strome i techniczne podejścia. Jak na podejściach wykorzystujesz moc Salomonów?
Właściwie wykorzystuję każdy element butów. Mam to szczęście, że mogę wybrać odpowiedni but do konkretnych warunków. Jeśli jest mokro, to stawiam przede wszystkim na buty z dobrym bieżnikiem. Jeśli mamy dużo skał, to wybieram buty, które wiem, że mają najlepszą jakość gumy w podeszwie i będą dobrze trzymały na skałach.

Jeden z Twoich ulubionych modeli to Salomon Sense Ride. Co je wyróżnia wśród innych modeli Salomona i co w nich cenisz najbardziej?
Dobra amortyzacja, lekkość i przewiewność. Doceniłam te buty szczególnie teraz, kiedy mamy ciepłe dni i suche podłoże.

Drugi z Twoich ulubionych modeli to Salomon S-lab Ultra. Na stronie Salomona czytamy: "wyłącznie do zastosowań wyczynowych". Czy Ty również wykorzystujesz je głównie do startów?
To nowy model buta. Na razie sprawdził się idealnie na beskidzkich i tatrzańskich szlakach. Raczej powiedziałabym, że to but dość uniwersalny. Właściwie na każde podłoże, z wyłączeniem błota, bo ma mało agresywny bieżnik. Osobiście bardzo polubiłam te buty, są lekkie i dobrze leżą na nodze.

W jakich warunkach sprawdzi się Salomon S-lab Wings sg, trzeci model z listy Twoich ulubionych?
Wszędzie :) Miałam te buty w Tromso, a tam były naprawdę różne warunki. Biegłam też w nich inne biegi z serii Skyrunning Extreme. Aktualnie ten model wypadł z kolekcji s-labowej, ale jego odpowiednikiem jest Salomon Wings Pro 3.

W jakim najtrudniejszym terenie sprawdziłaś Salomony?
Chyba w trakcie Tromso Skyrace. Tam było chyba wszystko! Bieganie po mokrej trawie i błocie. Bieganie po śniegu. Trzeba było też pokonać trzy rzeki, a na koniec wspinaczkową grań. Chyba już większej „mieszanki" być nie może. Startowałam wtedy w S-lab Wingsach SG i spisały się idealnie.

Najczęściej wybierany przez biegaczy model trailowy Salomona to... ? I dlaczego wybierają właśnie ten model?
To oczywiście Speedcrossy. Właściwie nie wiem, dlaczego wszyscy go kupują. To chyba po prostu kultowy but, który znają wszyscy. Jest faktycznie wygodny i lekki. Sporo osób kupuje go do chodzenia na co dzień, pomimo tego, że w ogóle te buty nie mają takiego przeznaczenia. Swój wybór tłumaczą tym, że po prostu dobrze się w nim chodzi.

Które z modeli trailowych Salomona poleciłabyś biegaczom-amatorom, którzy mniej patrzą na wyniki a bardziej na komfort pokonywania trasy?
Ja zawsze polecam Salomon Wings Pro, Sense Ride, XA Elevate. To dość uniwersalne buty. Można w nich biegać właściwie wszędzie. Najczęściej dobrze leżą na nodze i nie mają bardzo małego dropa, który czasem może być problematyczny.

Które z modeli trailowych Salomona poleciłabyś biegaczom, którzy mają w planach ściganie się na trasie? Innymi słowy, dzięki którym modelom można poprawić wyniki?
Myślę, że oczywiście byłyby to buty z serii s-lab. Tutaj zwyciężają one zdecydowanie swoją bardzo lekką wagą oraz wyjątkowo dobrą przyczepnością do podłoża.

Gdzie w tym roku pobiegniesz w Salomonach?
W tym roku sprawdziłam już Salomony w Pirenejach, ale mam też zamiar przetestować je na alpejskich szlakach oraz norweskich. Oczywiście pobiegam też w nich w naszych polskich górach, m.in. na Dolnośląskim Festiwalu Biegów Górskich czy na Festiwalu Biegowym w Krynicy.

Rozmawiała: Monika Bartnik / www.runandtravel.pl

SALOMON XA Elevate

- Podeszwa buta została wykonana z najwyższej jakości gumy, co gwarantuje jego bardzo dobrą przyczepność.
- Zastosowanie dwóch systemów stabilizujących. Pierwszy znajduje się w przedniej części buta (Profeel Film, tzw. płytka), drugi w pięcie (Advanced Chassis™).
- Niewielka waga buta m.in. dzięki zastosowaniu lekkich materiałów zewnętrznych oraz dzięki podeszwie energy cell, która również wykonana jest z lekkiej pianki.
- Cieniutka siateczka zapewnia dobrą oddychalność w ciepłe dni.
- System Quicklace, czyli sznurówki chowane do specjalnej kieszonki pod językiem.
- Antybakteryjna i dodatkowo amortyzująca wkładka Ortholite wykonana z pianki EVA.
- XA Elevate dostępne są również w wersji z gore-texem.
- **Drop:** 8 mm
- **Waga (jeden but):** 295 g (UK 8.5)
- **Cena:** 569 zł

SALOMON Speedcross 4

- But przeznaczony jest do biegania w miękkim terenie (duża ilość błota, śnieg, mokra trawa). W ostatnim czasie dużą popularnością model ten cieszy się wśród osób startujących w biegach OCR (np. Runmageddon). Coraz częściej możemy je zobaczyć również na twardych nawierzchniach. Warto jednak wiedzieć, że but będzie się na nich ślizgał. Jeśli szukacie buta, np. w Tatry, to Speedcross nie jest najlepszym wyborem.
- Dobrą przyczepność w trudnych warunkach but zawdzięcza specjalnemu, bardzo agresywnemu bieżnikowi.
- System M&S – but jest zabezpieczony po bokach lekką gumą, dzięki czemu błoto nie dostaje się szybko do środka.
- System SensiFit, czyli system zapewniający bardzo dobrą stabilizację boczną.
- Speedcross występuje w różnych wersjach: wersja bez membrany, wersja z membraną gore-tex oraz wersja z membraną ClimaSalomon (membrana znajduje się tylko w przedniej części buta, a pięta nadal ma możliwość swobodnego oddychania).
- **Drop:** 10 mm
- **Waga (jeden but):** 300 g (UK 8.5)
- **Cena:** 459 zł

SALOMON Sense Ride

- Salomon Sense Ride wzorowany na butach z serii s-lab, spełniający oczekiwania biegaczy, szczególnie tych długodystansowych.
- Podeszwa oparta jest na nowoczesnej technologii Vibe, która oprócz tego, że amortyzuje krok biegowy, to również wyłapuje powstające wibracje. Dzięki temu odciążane są kolana oraz kręgosłup.
- Bardzo agresywny bieżnik, który dobrze sobie radzi na mokrej nawierzchni, ale niezbyt błotnistej.
- Dwa systemy zapewniające stabilizację oraz doskonałe dopasowanie buta do stopy, tj. system SensiFit, czyli boczne przeszycia oraz tzw. „wewnętrzną skarpetę" – EndoFit. Połączenie tych dwóch elementów to bardzo duże wsparcie dla zmęczonej stopy.
- **Drop:** 8 mm
- **Waga (jeden but):** 275 g (8,5 UK)
- **Cena:** 699 zł

RUNANDTRAVEL.pl

JESTEŚ ORGANIZATOREM BIEGU
I CHCESZ GO ZAPREZENTOWAĆ
NA PORTALU WWW.RUNANDTRAVEL.PL?

JESTEŚ PRODUCENTEM
LUB DYSTRYBUTOREM
PRODUKTÓW DLA BIEGACZY
I CHCESZ JE ZAPREZENTOWAĆ
NA PORTALU WWW.RUNANDTRAVEL.PL?

NAPISZ!
OFFICE@RUNANDTRAVEL.PL

PORTAL
INFORMACYJNY
DLA BIEGACZY

www.runandtravel.pl
office@runandtravel.pl

SAUCONY Peregrine 8

- SAUCONY Peregrine 8 to następca Peregrine 7.
- Technologia EVERUN zapewnia stałą amortyzację i zwrot energii podczas biegu.
- PWRTRAC – wytrzymała guma zapewnia przyczepność i odporność na ścieranie.
- PWRFOAM – środkowa podeszwa wpływa na płynność ruchu i dodatkowe odbicie.
- Wszechstronny, jeśli chodzi o nawierzchnię, zarówno na miękkich, jak i twardych ścieżkach. Daje poczucie stabilności i kontaktu z podłożem. Idealnie trzyma się na zbiegach.
- **Drop:** 4 mm
- **Waga (jeden but):** 283 g (9 US)
- **Cena:** 549 zł

SAUCONY Koa TR

- Agresywny bieżnik, rzędy 3-mm kolców. Najlepiej sprawdza się na twardych, szutrowych lub skalistych nawierzchniach, ale ma wystarczająco dużo „zębów” i przyczepności, aby korzystać z niego na miękkich leśnych ścieżkach.
- Technologia EVERUN zapewnia stałą amortyzację i zwrot energii podczas biegu.
- PWRTRAC – wytrzymała guma zapewnia ekstra przyczepność i odporność na ścieranie.
- Budowa buta jest odpowiednia dla osób zarówno z greckim, jak i rzymskim typem stopy.
- **Drop:** 4 mm
- **Waga (jeden but):** 292 g (9 US)
- **Cena:** 549 zł

SCARPA Spin RS8

- Zainspirowany zwycięskim modelem SPIN. Wersja SPIN RS jest wyborem dla biegaczy, którzy szukają wysokiej amortyzacji oraz wysokiego dropu.
- But idealnie sprawdzi się na długich dystansach. Dzięki ochronnemu pasowi wsparcia w cholewce z TPU (Exoskeleton), but zapewnia doskonałą stabilność i kontrolę w każdym terenie.
- Kołnierz AUTOFIT, dzięki ergonomicznemu kształtowi kołnierza i specjalnej wyściółce, zapewnia maksymalną adaptację i wygodę cholewki, zmniejszając nacisk na uderzenia, który spoczywa na Achillesie i na obszarze kości.
- Najnowsza technologię Vibram® LiteBase z mieszanką MegaGrip, która pozwala zmniejszyć wagę podeszwy i zwiększyć amortyzację oraz przyczepność.
- **Drop:** 8 mm
- **Waga (jeden but):** 265 g (rozm. 42)
- **Cena:** 629 zł

Bestseller

SCARPA Neutron 2

- Neutron w nowej odsłonie nadaje się na zawody na odcinkach średnich i długich. Dzięki swojej lekkości i innowacyjnej cholewce, jest idealny do szybkiego biegania w terenie górskim.
- Nowa cholewka zapewnia większą wygodę i przestrzeń dla palców.
- Nowa wkładka podeszwy TPU działa zarówno jako system przeciwskrętny, jak i jako system XRS (Extra Rebound System), który zwiększa znacznie wydajność i prędkość energii podczas odpychania stopy.
- Podeszwa środkowa umożliwia dynamiczne bieganie z wsparciem śródstopia.
- Podeszwa Vibram® Megagrip nadaje się na każdy terenu, zarówno na mokry, jak i na suchy.
- **Drop:** 6 mm
- **Waga (jeden but):** 335 g (rozm. 42)
- **Cena:** 599 zł

SCARPA poleca

SCARPA Spin

- Oddychająca cholewka z siateczki Mesh wzmocniona ochronnym, zgrzewanym termicznie rantem z TPU zapewnia stabilny bieg nawet w najbardziej techniczny terenie.
- Dzięki nowatorskiemu i precyzyjnemu dopasowaniu ten nowy but zapewnia stabilność dzięki niższemu profilowi.
- Podeszwa z pianki EVA o dużej gęstości zapewniają dobrą amortyzację buta.
- Wkładka w obszarze przedniej części stopy zapewnia pewne i szybkie ruchy.
- Podeszwa Vibram® z mieszanki Mega-Grip zaprojektowanymi przez SCARPA® od firmy Vibram®, zapewnia przyczepność na każdym terenie.
- **Drop:** 4 mm
- **Waga (jeden but):** 250 g (rozm. 42)
- **Cena:** 629 zł

RUNANDTRAVEL.pl