

## jympaskotest

► Femton motionärer och jympaledare har testat sju par herrskor och elva par damskor. Skorna presenteras i prisordning.

### Här är testpanelens dom:

## HERRSKOR

### FÖR BREDA FÖTTER



**New Balance 1011**

PRIS: 1 000 kr.

OVANDEL: Syntetskin och mesh.

FÄRG: Vit.

OMDÖME: Årets variant av New Balance populära 1000-serie står sig ganska bra i konkurrensen bland herrskorna. Den är inte alls lika stabil som den en gång var, men dämpningen är skön och passformen utmärkt för den bredare foten. Observera att den också går att få i extra bred läst.

+ Trygg och skön att jympa i.

– Våldigt tråkig design.

### BRA FÖLJSAMHET



**Adidas CP Optigon II**

PRIS: 1 000 kr.

OVANDEL: Syntetskin och mesh.

FÄRG: Vit eller svart.

OMDÖME: Smidig sko med mycket bra följsamhet i snabba rörelser, och bra greppsula. Men tyvärr är stötdämpningen nästan obefintlig så skon kan inte rekommenderas till jympan. Remmen i ovandelen ger bra extra stabilitet vid sidoförflyttningar.

+ Lätt, känns som ingenting på foten.

– Hård, ingen stötdämpning över huvud taget.

### LUFTIG OCH SVAL



**Puma Damper**

PRIS: 1 000 kr.

OVANDEL: Syntetskin och mesh.

FÄRG: Svart eller vit.

OMDÖME: Detta är en bollsportsko med stötdämpning också i framfoten, vilket gör den lämplig även som jympasko. Dock kunde man önska mer studs, inget direkt lyft i hoppen. Tyvärr upplevdes skon också som alltför hal vid tester på vått underlag.

+ Luftiga och svala.

– Inget för jympan med mycket hopp.

### SUPERDÄMPNING



**Asics Gel 330 TR**

PRIS: 1 300 kr.

OVANDEL: Syntetskin och mesh.

FÄRG: Svart.

OMDÖME: Denna sko har varit mycket populär de senaste åren, tack vare en superb kombination av stötdämpning och stabilitet. Passar bäst för normala till smala fötter. Fungerar vid jympan med mycket intensiv belastning. Lämplig även för den tyngre utövaren.

+ Superdämpning!

– Tung och lite klumpig.

### RÖRELSEGLÄDJE



**Asics Gel Tactic**

PRIS: 1 200 kr.

OVANDEL: Syntetskin och mesh.

FÄRG: Vit.

OMDÖME: Nygammal modell som tidigare enbart var lämpad för bollsporter. Men nu har skon fått en härlig stötdämpning och vips har den blivit en favorit på jympagolvet. Den är lätt, smidig, har en ventilerande ovandel och sitter verkligen bra på foten.

+ Rörelseglädje – i denna sko är det kul att jympan.

– Inte så stabil.

### FÖR SMALA FÖTTER



**Nike Air Trainer 1.2**

PRIS: 1 200 kr.

OVANDEL: Syntetskin och mesh.

FÄRG: Vit.

OMDÖME: Lätt, smidig sko som passar främst för den något smalare foten. Stötdämpningen får godkänt, men bara om man inte väger så mycket. Stabiliteten är hyfsad, bra framfotsrem som går att dra åt när skon blir lösare efter en tids användande.

+ Smidig och behaglig att ha på sig.

– Känns lite klen i sidostabiliteten.

### DJÄRVT UTSEENDE



**Reebok Zippulse**

PRIS: 1 300 kr.

OVANDEL: Textil.

FÄRG: Svart.

OMDÖME: Mycket speciellt utseende. Skon har en tjock veckad sula som ska fungera stötdämpande, men då den mesta dämpningen hamnar under hälen passar konceptet dåligt på jympan. Inte heller passformen eller greppsulorna är särskilt bra, vilket ger skon underkänt på jympan.

+ Perfekt utseende om du vill synas.

– Alldeles för dåligt dämpad i framfoten.

## DAMSKOR

### LÅGT PRIS



**Reebok Studio Beat**

PRIS: 600 kr.

FÄRG: Svart eller vit.

OMDÖME: Plastigt utseende och materialet i ovandelen gör foten otroligt svettig efter ett jympapass. Skon fick olika omdömen, vissa gillade den, andra inte alls. Sammanfattningsvis en okej medeljympasko, dock med ganska medioker stötdämpning.

+ Priset.

– Ingen ventilation över huvud taget!

### HÅLLER FOTEN SVAL



**Adidas Clima LS Motion**

PRIS: 750 kr.

OVANDEL: Climacool Tech, syntetmaterial som ska hålla foten sval.

FÄRG: Svart eller vit.

OMDÖME: Adidas Clima-serie är tänkt att ventilerar foten maximalt och där har man lyckats: foten håller sig verkligen sval. Stötdämpning och stabilitet är ingen höjare, men skon får ändå godkänt av testgruppen främst på grund av den sköna passformen.

+ "Så skön att man glömmer bort att man har den på sig."

– För tunga hopp behövs mer dämpning under foten!

### OTROLIGT LÄTT



**Puma Caspica**

PRIS: 800 kr.

OVANDEL: Skinn och mesh.

FÄRG: Vit/rosa eller svart/blå.

OMDÖME: Snygg sko, men tyvärr med dålig stabilitet och en dämpning som endast funkar för jympan utan hopp. Passformen är mycket bra och skon är otroligt lätt. Den klarade sig utmärkt i testet på vått underlag, så greppet får klart godkänt.

+ Bra passform och grepp.

– Tyvärr inte lämplig som jympasko på pass med hopp.

### LÄTT OCH TUNN



**Adidas Clima 75**

PRIS: 850 kr.

OVANDEL: Climacool Tech, syntetmaterial som ska hålla foten sval.

FÄRG: Svart eller vit.

OMDÖME: Denna sko blev inte någon favorit i testgruppen, som upplevde att den var alldeles för tunn i sulan, vilket gjorde att det kändes som att jympan utan skor. Ingen vidare stabilitet heller, och absolut noll stöd för häl/foten. I glidtester på halt underlag klarade den sig dock godkänt.

+ Lätt, väger nästan inget.

– På tok för dålig dämpning för vanligt jympan.

### HÄRLIG STUDS



**Nike Air Max Linde**

PRIS: 1 000 kr.

OVANDEL: Syntetskin.

FÄRG: Svart.

OMDÖME: Nike hade tänkt ta bort sina stötdämpade aerobicsskor men som tur var fick Max Linde leva kvar. Det är en mycket bra jympasko med bra studs. Skon passar normala till breda fötter.

+ Så här ska det kännas i hoppen, härlig studs!

– Något hal på vissa jympagolvet.

### FÖR BREDA FÖTTER



**New Balance 1011**

PRIS: 1 000 kr.

OVANDEL: Syntetskin och mesh.

FÄRG: Vit.

OMDÖME: Ännu en variant i New Balance 1000-serie, som länge varit populär på jympan. Årets variant är bra dämpad men tyvärr inte så stabil som tidigare årsmodeller. Skon passar utmärkt för den bredare foten och finns att få i extra bred läst.

+ Rymlig, inget som klämmer.

– Inte så bra hälgrepp.

### OKEJ DÄMPNING



**Reebok Studio Blast**

PRIS: Hög 1 200 kr/låg 1 000 kr.

OVANDEL: Smoothfit som är ett syntetmaterial.

FÄRG: Svart eller grå.

OMDÖME: Reebok Studio Blast finns i både hög och låg modell. Båda testades och den höga fick viss kritik för att skaflet skavde. Stötdämpningen är okej, men inte mer. Passformen är något diffus, men passar bättre för breda fötter.

+ Den onödiga remmen på den höga modellen är lösttagbar, bra tänkt!

– Ful design, lägg energin på funktionen i stället.

### KLARAR ALLA PASS



**Asics Gel Tactic**

PRIS: 1 200 kr.

OVANDEL: Syntetskin och mesh.

FÄRG: Vit.

OMDÖME: Underbar passform med lätt och följsam ovandel. Skon sitter bra på foten utan att klämma åt för mycket någonstans. Stötdämpningen klarar alla typer av pass och sulan, som är anpassad för att också passa bollsporter, ger bra grepp.

+ Mångas favorit!

– Ingen hade något att klaga på.

### FÖR SMALA FÖTTER



**Asics Gel Indicate**

PRIS: 1 200 kr.

OVANDEL: Syntetskin och mesh.

FÄRG: Svart.

OMDÖME: En trotjänare som Asics tillverkar för nionde säsongen. Och den lever kvar just för att de med smalare fot sällan hittar något bättre. Stötdämpningen och stabiliteten klarar de tuffaste kraven, likaså friktionstestet på hala golvet.

+ Underbar passform på den smala foten.

– Kanske dags att byta utseende, den är rätt trist.

### BRA GREPP



**Asics Gel Aeroshape**

PRIS: 1 300 kr.

OVANDEL: Syntetskin och mesh.

FÄRG: Svart.

OMDÖME: Söker du stabilitet och säkerhet i hopp och sidorörelser har du hittat rätt. Mycket bra passform för framför allt smala till normalbredda fötter. Stötdämpningen är magnifik, klarar de tuffaste intensivpassen med glans. Mycket bra grepp.

+ Trygghet, här landar du stadigt i hoppen.

– Lite styv och stel, men så blir det ofta med stabilare skor.

### KRÄVANDE



**Reebok Traintone Up**

PRIS: 1 300 kr.

OVANDEL: Syntetskin och mesh.

FÄRG: Svart.

OMDÖME: Traintone-konceptet bygger på tanken att man ska ge foten instabilitet för att öka muskelaktiviteten. Testgruppen var inte imponerad. Det krävs otroligt mycket av utövaren, framför allt i sidoförflyttningar. Rekommenderas endast för corepass eller liknande.

+ Otrolig studs.

– Rent livsfarlig om man inte är beredd, inget för nybörjaren.

# 10% rabatt

för F&S-medlemmar vid köp av jympaskor hos Gå & Löpklubben.

Erbjudandet gäller i alla fem butiker till och med 31 oktober 2010. Ta med denna kupong och ditt F&S-medlemskort. Erbjudandet går inte att kombinera med andra rabatter.

HÄR FINNS GÅ & LÖPKLUBBEN:  
STOCKHOLM LÅNGHOLMSGATAN 34, ODENGATAN 47, TEL 08-669 22 12.  
UPPSALA VÄDERKVARNSGATAN 16, TEL 018-15 14 13.  
UMEÅ MAGASINSGATAN 17, TEL 090-14 34 00. ÖSTERSUND STORTORGET 3, TEL 063-57 00 16.