

MET DE **INSPIRERENDSTE** LOPERS VAN HET JAAR

RUNNER'S[®]

WORLD

**DIT
WORDT
JOUW
JAAR!**

VOOR ELKE
MAAND
EEN GOED



DOSSIER
ALLES WAT JE MOET
WETEN VOOR JE
EERSTE TRIATLON

BEGINNERS
**BLIJF SCHEENBEEN-
KLACHTEN VOOR**



SPULLEN

IDEAAL OM TE HERSTELLEN VAN
BLESSURES: DE ZERORUNNER. VERDER:
EEN AHA-SCHOEN VOOR EEN BREED
PUBIEK, EEN KOPTELEFOON DIE OP DE
SLAPEN RUST EN EEN HORLOGE SPECIAAL
VOOR BEGINNERS.

OCTANE ZERO RUNNER GERUISLOOS NET ECHT

Dit apparaat stelt je in staat om de loopbeweging op een natuurgetrouwe manier te imiteren, maar dan zonder de impact van het grondcontact. De bewegingsuitslag is ruimer dan op een loopband, en dat helpt als je leniger en sterker wilt worden. Bij hardlopen zijn alle bewegingen vrijwel gelijk, evenals de impact van het landen op de grond. Soms is dit de bron van blessures. Als je blessures wilt voorkomen of er juist van wilt herstellen, kan de ZeroRunner goede diensten bewijzen. Het apparaat bevat geen elektrisch motortje, alle

bewegingen zijn het gevolg van je eigen spierkracht. Het duurt even voordat je de slag te pakken hebt, er zijn dan ook verschillende manieren om op de Octane te trainen. Al die manieren benaderen de loopbeweging, op de schokbelasting na – en daar schuilt natuurlijk het grote voordeel: trainen met de Octane vraagt minder van je pezen en gewrichten. Met de ZeroRunner kun je een scala aan bewegingen uitvoeren. Van de vloeiende, elliptische loopbeweging tot traplopen of skiën. Je kunt er je warming-up op doen, maar ook een pittige intervaltrain-

ning mee simuleren. Hoe dat kan? Vanwege het ergonomische ontwerp, dat de natuurlijke gewrichtsfuncties van knieën en heupen alle ruimte geeft. Zoals de beide voetplankjes die op een realistische manier krachtig afzetten met de enkels mogelijk maken. Aan al deze voordelen hangt wel een prijskaartje: de Octane is een van de duurste producten die we ooit in deze rubriek bespraken. Garantie: vijf jaar. Daar krijg je dan wel een geruisloos werkend apparaat voor terug. Wel zo fijn als je benedenburen hebt. € 3.795 | WWW.ZERORUNNER.COM