

Shape Best In Fitness Awards 2023: Beste Trainingsschuhe

Im Gegensatz zu Ihrer Sportkleidung können die Schuhe, die Sie für ein Training anziehen, sehr wohl ein nachträglicher Gedanke sein. Die Schuhe, die Sie vor Ihrem Traillauf schnüren, waren vielleicht das bestaussehendste Paar im Verkaufsständer, und die Turnschuhe, die Sie für Ihre Gewichthebersitzung anziehen, könnten dasselbe Paar sein, das Sie für Ihre Mittagsspaziergänge tragen. NBD? Nicht genau. Das mögliche Ergebnis: schmerzende Bögen, Blasen in Hölle und Fölle und unterdurchschnittliche Leistung. Um Ihren Füßen bei jedem Training die Unterstützung zu geben, die sie brauchen, sollten Sie sich mit den besten Trainingsschuhen des Jahres eindecken, die von Shapes Experten- und Redakteursgremium bestimmt …



Im Gegensatz zu Ihrer Sportkleidung können die Schuhe, die Sie für ein Training anziehen, sehr wohl ein nachträglicher Gedanke sein. Die Schuhe, die Sie vor Ihrem Traillauf schnüren, waren

vielleicht das bestaussehendste Paar im Verkaufsständer, und die Turnschuhe, die Sie für Ihre Gewichthebersitzung anziehen, könnten dasselbe Paar sein, das Sie für Ihre Mittagsspaziergänge tragen. NBD? Nicht genau. Das mögliche Ergebnis: schmerzende Bögen, Blasen in Hölle und Fölle und unterdurchschnittliche Leistung.

Um Ihren Füßen bei jedem Training die Unterstützung zu geben, die sie brauchen, sollten Sie sich mit den besten Trainingsschuhen des Jahres eindecken, die von Shapes Experten- und Redakteursgremium bestimmt wurden.

Beste Trailrunning-Schuhe: NoBull Graphite Matryx Trail Runner

Die NoBull Matryx Trail Runners erhalten das Nicken für ihre nahtlose, einteilige Konstruktion und ihr langlebiges, abriebfestes Material (sprich: robust genug für die Trails). Außerdem sind sie mit reflektierenden Details und einer äußeren Stollensohle ausgestattet, die für maximale Traktion optimiert ist, um Sie vor Stürzen zu schützen.

Kein Stier

Graphit Matryx Trail Runner

179,00 \$

Laden

Expertenbewertung: Dies sind sehr bequeme, leichte Turnschuhe. Sie bieten großartigen Halt und das Material ist großartig für schmutzige Trails, weil es so leicht zu reinigen ist. Sie haben auch Reflektoren an den Nähten, sodass sie, wenn es dunkel wird, als Sicherheit verwendet werden können.

Noelle Lambert, Paralympische Leichtathletin

Beste Straßenlaufschuhe: Asics NOVABLAST 3

Diese Laufschuhe von Asics verfügen über ein Trampolin-inspiriertes Außensohlendesign, das Ihnen fast garantieren kann, dass Sie Ihrem Schritt ein wenig Feder verleihen. Sie bieten maximale Dämpfung, sodass sich jeder Schritt anfühlt, als würde man auf Luft gehen, anstatt auf den harten Asphalt zu schlagen. Das Mesh-Obermaterial bietet sowohl Atmungsaktivität als auch Flexibilität, ohne das unterstützende, eingeschlossene Gefühl zu verlieren.

Asics
NOVABLAST 3
\$140,00

Laden

Expertenbewertung: Ich kann den Gedanken an Laufen nicht ertragen, ohne Asics-Laufschuhe zu tragen. Sie haben genau die richtige Menge an Dämpfung, fühlen sich aber nicht klobig oder schwer an. Ich habe auch breite Erfahrung, was es schwierig machen kann, ein Paar Laufschuhe zu finden, die meinen Füßen im Laufe der Zeit nicht weh tun – aber nicht diese. Der Asics NOVABLAST 3 wird noch viele Kilometer in meiner Rotation sein. Alyssa Sparacino, ACE-zertifizierte Personal Trainerin und Shape-Redaktionsleiterin

Beste Cross-Trainingsschuhe: Reebok Nano X1

Diese vielseitigen Kicks sind mit einem flexiblen Schaumstoff unter dem Vorderfuß, einem leichten Fersenclip zur Förderung der Stabilität und einem atmungsaktiven und dennoch strapazierfähigen Obermaterial ausgestattet, das Ihre Füße beim Training kühlt hält. Dank dieser Eigenschaften eignen sich die Sneaker für HIIT-Workouts, Joggen, Gewichtheben und mehr.

Reebok
Nano X1
\$135,00

Laden

Expertenbewertung: Ich liebe die Nanos! Sie haben eine breitere Zehenbox als die meisten Sportmarken, was großartig ist, wenn Sie breitere Füße haben. Super robuste und solide Sohle, die sich hervorragend zum Heben eignet. Laura Su, NSCA-zertifizierte Kraft- und Konditionsspezialistin und Krafttrainerin

Beste Freisprechtschuhe: Kizik Madrid Eco Knit für Damen

Diese dehnbaren Sneaker sind mit einem robusten und dennoch federnden Absatz ausgestattet, der es Ihnen ermöglicht, Ihren Fuß einfach direkt in den Schuh zu schlüpfen – kein Bücken oder Schnippen erforderlich. Die reaktionsfreudige Dämpfung fühlt sich an, als würdest du auf einem Marshmallow laufen, und das atmungsaktive Strickobermaterial besteht vollständig aus recycelten Plastikflaschen.

Kizik

Madrid Eco-Strick für Damen

\$99,00

Laden

Expertenbewertung: Meine Mutter ist so besessen von diesen Turnschuhen, dass sie sich gleich ein zweites Paar gekauft hat, nachdem sie ihr erstes gekauft hatte. Sie liebt es, in die Schuhe zu schlüpfen und direkt aus der Tür zu gehen, wenn ihre Hände voll sind Knieschmerzen, die sie seit fast drei Jahrzehnten hat, verschwinden, wenn sie sie unterwegs trägt.

Megan Falk, stellvertretende Redakteurin von Shape

Beste Turnschuhe zum Wandern: Hoka Bondi 8

Diese Sneaker sind nicht nur in vielen stilvollen Farbkombinationen erhältlich, sondern haben auch eine beeindruckende Konstruktion. Der Schaumstoff stützt die Knöchel und hilft Ihrem Fuß, in den nächsten Schritt zu springen, während das hintere Design ein weiches Landepolster für den Übergang von der Ferse zum Vorfuß bietet. Das symmetrische Kissen wurde als neutraler Schuh mit einer geringen Sprengung von Ferse zu Zehe konzipiert, um die Belastung gleichmäßig auf den Fuß zu verteilen, was ideal zum Gehen ist.

Hoka

Bondi 8

\$165,00

Laden

Expertenbewertung: Mein Freund und ich haben die Tradition, jeden Sommer einen epischen Spaziergang durch

Manhattan zu machen 10 bis 14 Meilen, je nach Route und jedes Jahr habe ich Hoka Bondi-Sneaker getragen. Die Mesh-Konstruktion und das leichte Design bedeuten mir Fþáe fþhlen sich nie festgefahren an und ich þberlebe mit minimalen Schmerzen am næchsten Tag. Shannon Bauer, Senior Commerce Editor bei Shape und InStyle

Beste Turnschuhe fþr Plattfþáe: Damen UA Surge 3 Laufschuhe

Diese Laufschuhe sind nicht nur fþr Menschen mit Plattfþáen geeignet. Dank ihres leichten, atmungsaktiven Designs sind sie universell bequem und eignen sich perfekt zum Laufen, Wandern oder Walken. Ein Kissen um den Knøchel bietet zusætztlichen Halt und hilft, die Einlaufzeit zu verkþrzen.

UnderArmour

Damen UA Surge 3 Laufschuhe

\$65,00

Laden

Expertenbewertung: Meine Mutter und ich haben beide ziemlich flache Fþáe, und wir lieben diese Schuhe fþr jede Aktivitæt. Ihre Fuágewølbunterstþtzung gehørt zu den besten, die ich bisher ausprobiert habe, und sie sind so bequem zum Laufen. Ich laufe gelegentlich auf Distanz, und das sind die einzigen Schuhe, die ich dazu trage. Christina Oehler, Beauty-Commerce-Redakteurin bei Shape

Beste gepolsterte Laufschuhe: Auf

Cloudstratus

Diese On-Laufschuhe sind ideal für lange Läufe im Freien und sind stark gedämpft und dennoch leicht. Der Gummigriff an der Außensohle sorgt für Traktion, und 75 Prozent des für die Schuhe verwendeten Polyesters stammen aus recycelten Materialien.

Auf

Cloudstratus

170,00 \$

Laden

Expertenbewertung: Diese Laufschuhe bieten eine starke Dämpfung. Sie sind etwas klobiger als andere Optionen, aber sie unterstützen bei langen Läufen im Freien super. Christie Calucchia, Shape-Nachrichtenredakteurin

Beste Turnschuhe für Plantarfasziitis: Brooks Revel 5

Brooks Revel 5 wird dem Ruf der Marke gerecht. Sie sind unglaublich bequem, benötigen keine Einlaufzeit und haben eine Sohle, die bei jedem Schritt mitrollt. Sie sind die idealen Laufschuhe und bieten bei jedem Schritt die perfekte Balance aus Komfort und Halt.

Bäcke

Schwelgen 5

\$100,00

Laden

Expertenbewertung: Ich trage diese Schuhe überall, nicht nur zum Trainieren. Ich habe ein Paar in Schwarz, und sie sehen zu jedem Athleisure-Outfit, das ich trage, elegant aus. Sie sind meine Lieblingsreiseschuhe, weil sie innen geräumig sind wenn meine Füße vom Flugzeug anschwellen. Oehler

Beste Slip-On-Sneaker für jeden Tag: APL TechLoom Bliss

Cool aussehende Slip-On-Sneakers sind schwer zu bekommen, aber APL zieht es mit diesem Paar durch. Sie sind in einer Vielzahl eleganter Farben erhältlich und bieten die charakteristischen Komfort- und Leistungsmerkmale der Marke.

APL

TechLoom-Glück

\$220,00

Laden

Expertenbewertung: Die sehen nicht nur cool aus, sie sind auch so bequem und lassen sich wirklich an- und ausziehen. Sie passen hervorragend zu einem stylischen Athleisure-Outfit, aber ich trage sie auch beim Spaziergehen oder bei einem leichten Training. Caluchia

Beste Duschschuhe oder Flip Flips für die Umkleidekabine: Nike Benassi JDI Damen-Slides

Die schlichten und stromlinienförmigen Nike Benassi JDI Slides für Damen sind leicht genug, um in deine Sporttasche zu passen, mit einer weichen, stützenden Zwischensohle für ultimativen Komfort. Das strukturierte Muster auf dem Obermaterial sorgt für eine erstklassige Atmosphäre.

Nike

Benassi JDI Damen-Slides

\$25,00

Laden

Expertenbewertung: Ich liebe die Leichtigkeit und den Komfort meiner Nike-Badelatschen. Ich bin immer auf dem Pooldeck, und sie lassen sich so leicht anziehen und haben wirklich Halt auf dem Boden. Sie sehen auch so schön aus.
Anastasia Pagonis, paralympische Schwimmerin mit Gold- und Bronzemedaille

Beste Fahrradschuhe: Peloton Fahrradschuhe

Die Fahrradschuhe von Peloton gewannen in dieser Kategorie für ihr atmungsaktives, belüftetes Obermaterial und drei Riemen für eine ultrasichere Passform. Sie erhalten auch Punkte dafür, dass sie der Größe entsprechen und Delta-Stollen enthalten, die Sie auf nicht von Peloton stammenden, Delta-kompatiblen Fahrrädern tragen können (was sie zu einer großartigen Wahl für Radsportanfänger oder alle macht, die im Fitnessstudio oder währenddessen gerne Nicht-Peloton-Fahrräder verwenden Reisen).

Peloton
Fahrradschuhe
\$125,00

Laden

Expertenbewertung: Ich habe diese Schuhe in den letzten zwei Jahren dreimal pro Woche getragen, und sie haben sich unglaublich gut gehalten. Ich fand, dass sie der Größe entsprechend passen, und ich schätze, wie einfach sie für die perfekte Passform angepasst werden können. Geil

Beste Turnschuhe für HIIT: Lululemon Strongfeel

Für CrossFit, HIIT und andere Workouts mit vielen Sprüngen und seitlichen Bewegungen verfügen die Lululemon Strongfeel-Schuhe über ein leichtes, stützendes Obermaterial, das Ihre Füße an Ort und Stelle hält (d.h. Sie stolpern weniger wahrscheinlich). Durch die Dämpfung mit niedrigem Profil ist dieser Schuh ideal für den Übergang zwischen Kraft- und Cardio-Übungen.

Lululemon
Starkes Gefühl
\$128,00

Laden

Expertenbewertung: An diesen Schuhen gibt es viel zu lieben (das einfache An- und Ausziehen, die Stollensohle für zusätzliche Traktion, die Retro-inspirierten Farbgebungen), aber mein Favorit muss sein, dass sie speziell für Frauenfüße entwickelt wurden, um sie zu geben eine viel bessere Passform als die HIIT-

Schuhe, die ich in der Vergangenheit getragen habe. Geil

Beste Gewichtheberschuhe: Nike Metcon

8

Die Nike Metcon 8 Sneaker wurden entwickelt, um dein Krafttraining auf die nächste Stufe zu bringen – sicher und sicher. Die breite, flache Ferse hat eine innere Platte, die das Gewicht gleichmäßig über den Fuß verteilt, was bedeutet, dass Sie mit Zuversicht und Stabilität heben können. Aber diese Gewichtheberschuhe sind auch flexibel genug, um sicherzustellen, dass Sie auch einen HIIT-Kurs oder ein Bootcamp-Training bequem meistern können.

Nike

Metcon 8

\$130,00

Laden

Expertenbewertung: Wenn ich nicht barfuß Krafttraining mache, sind dies die einzigen Schuhe, die ich trage. Die Fähigkeit, den Kontakt meiner Füße mit dem Boden wirklich zu spüren, ist entscheidend für meine Geist-Körper-Verbindung während der Trainingseinheiten. Außerdem haben die Metcons eine stabile, flache Stützbasis, die beim Heben schwerer Gewichte unerlässlich ist – das Herumwackeln auf gepolsterten Laufschuhen verlangt nach Ärger (auch bekannt als Verletzung).

Sparacino

Beste umweltfreundliche Turnschuhe:

Lane Eight Women s Trainer AD 1

Die gerade so feste Dämpfung in den Mittelsohlen dieser Sneaker wird aus geernteten giftigen Algenbl pten hergestellt, die Gewässer verschmutzen und Wildtieren schaden. Das dehnbare Strickobermaterial ist aus recyceltem Kunststoffgarn gefertigt, das den Schuhen ein wildlederartiges Gefühl verleiht.

Bahn acht

Frauentrainer AD 1

\$130,00

Laden

Expertenbewertung: Ich liebe es, diese leichten Sneaker bei HIIT-Workouts mit vielen plyometrischen Bewegungen zu tragen. Das Obermaterial hat eine socken hnliche Passform um meine Kn chel, sodass ich mir keine Sorgen machen muss, dass es mir mitten im Burpee von den F   en rutscht. Außerdem absorbieren sie St   e so gut, dass meine Nachbarn keine Ahnung haben, wie stark (sprich: laut) ich springe. Falk

Details

Besuchen Sie uns auf: mein-fitness.net