

IGENM

Geen wandelwol, maar teensokken

Wij vertellen je waarom...

Pag. 2

Een klassieker nóg beter maken?

LOWA doet het!

Pag. 3

Ga eens...

Op bikepacking avontuur

Pag. 5

Het verschil tussen wandelen en trekking?

Wij leggen het je uit!

Pag. 7

De perfecte skistokken vinden?

Wij vertellen je hoe...

Pag. 9

GEEN WANDELWOL, MAAR TEENSOKKEN

WIJ VERTELLEN JE WAAROM ...

Heb je al eens gehoord van wandelwol? Wandelwol is een natuurlijk product van schapenwol en kan gebruikt worden om wrijving en drukplekken op de voeten te verminderen en om pijnlijke plekken tussen de tenen te beschermen en te verzachten. Het product wordt veel gebruikt onder wandelaars die Injinji nog niet hebben ontdekt, maar heeft ook een aantal nadelen. Als het wandelwol niet op de juiste plek zit, krijg je alsnog blaren en voelt het ongemakkelijk. Het kan ook aan je sokken gaan plakken en dat gaat er nauwelijks nog af. Tot slot moet je het wandelwol iedere keer vervangen, want het is slechts één keer te gebruiken, wat best prijzig is. Met haar comfortabele en innovatieve teensokken biedt het merk Injinji een perfect én duurzaam alternatief voor wandelwol ter voorkoming van blaavorming. Hieronder vertellen we je er alles over.



Injinji staat bekend om haar uitgebreide collectie teensokken, met voor ieder wat wils. Maar, wat zijn nou eigenlijk de voordelen van teensokken? Het unieke design met vijf tenen en het naadloze, anatomisch gevormde ontwerp zorgen voor minder wrijving. Dankzij de combinatie met een superieure mix van lichte en vochtregulerende materialen blijven de voeten droog, koel en vrij van blaren. Door het unieke design kunnen de tenen op een natuurlijke manier gespreid worden, wat zorgt voor een betere voetbalans en minder kans op overbelasting en blessures.

Met de teensokken van Injinji heb je iedere dag frisse sokken, die een behoorlijke tijd meegaan. Daarnaast heb je met teensokken altijd materiaal tussen je tenen zitten, wat de kans op blaren nihil maakt. Tot slot sluiten de teensokken van Injinji op de gehele voet aan, waardoor je ook op de hak minder wrijving hebt.

Injinji sokken zijn ontworpen om een maximaal draagcomfort te bieden en voelen zó comfortabel dat je bijna vergeet dat je sokken draagt.



HELPT BLAREN VOORKOMEN



ZORGT VOOR BETERE STABILITEIT



ABSORBEERT EN VERDAMPT ZWEET

injinji.nl

© André Smits - @andresmits_

OUTSTEP OUT INTO YOUR NEXT ZONE



RENEGADE/EVO

WANDEL DE CONCURRENTIE ERUIT MET LOWA

Niet iedere wandelschoen kan een klassieker worden. Maar, dit is een van de meest geliefde modellen van LOWA: de RENEGADE. Om wat al goed was nog beter te maken, is de RENEGADE EVO GTX MID (Ws) aangevuld met een paar kleine maar fijne details, zowel functioneel als optisch. Nog beter dan ooit tevoren houden deze multifunctionele schoenen rekening met alle aspecten rond een perfecte pasvorm, ruimte voor de tenen en een stijlvol uiterlijk. Uiteraard zonder daarbij ook maar iets af te doen aan de functionaliteit.

Op zoek naar avontuur met de RENEGADE EVO

Met je RENEGADE EVO doe je natuurlijk het liefst dat waarvoor ze gemaakt zijn: op avontuur gaan in de natuur. Ben je op zoek naar een nieuwe wandelroute? Kijk dan bij de LOWA collectie in komoot. Scan onderstaande QR code en ga op pad!



LOWA | RENEGADE EVO GTX MID
€ 229,95



LOWA | RENEGADE EVO GTX MID Ws
€ 229,95

READY FOR WHAT'S NEXT

GA EENS...

OP BIKEPACKING AVONTUUR

ORTLIEB heeft alles wat je nodig hebt!

Bikepacking is een groot avontuur, een uitdaging, een droom die werkelijkheid wordt: met je fiets, een paar tassen en minimale bagage op pad om onbekende wegen te ontdekken. Het is niet belangrijk of je één nacht, drie dagen of een maand op pad gaat, of je de omgeving in de buurt ontdekt of naar de andere kant van de wereld gaat. Bikepacking betekent vooral één ding: vrijheid op de fiets en avontuur in de open lucht.

Bikepacking is een outdoor avontuur dat begint waar het klassieke bike touring stopt: aan het einde van de gebaande paden. Ben je op zoek naar vrijheid en voel je je thuis in de natuur? Dan is de combinatie van fietsen en slapen in de buitenlucht echt wat voor jou! Bij zo'n buitenavontuur kun je natuurlijk niet zonder waterdichte fietstassen. ORTLIEB heeft een complete collectie bikepacking tassen, waarmee jij onbezorgd kunt genieten van de natuur om je heen. Het beschermen van je minimale bagage kun je met een gerust hart aan ORTLIEB overlaten.

SEAT-PACK

Deze compacte en ruime zadeltas is voorzien van een rolsluiting en is verkrijgbaar met een inhoud van 11, 13 en 16,5 liter. Een praktisch ventiel zorgt ervoor dat de tas eenvoudig gecomprimeerd kan worden. En wat extra handig is: eenmaal op de fiets fungeert de Seat-Pack ook als een spatbord.

GRAVEL-PACK

De Gravel-Pack is een waterdichte lowrider fietstas, perfect voor bikepackers die extra bagage mee willen nemen. Dankzij het unieke Quick-Lock 2.1 systeem kunnen de tassen, met een gezamenlijke inhoud van 25 liter, veilig en eenvoudig aan de drager bevestigd worden, zelfs tijdens een off-road avontuur. Voorzien van het Quick-Lock 3.1 systeem is de Gravel-Pack ook als enkele tas verkrijgbaar.

FORK-PACK

Met een gewicht van slechts 290 gram, inclusief adapter, biedt de Fork-Pack 5,8 liter extra opbergruimte tijdens jouw bikepacking avontuur. Dankzij het geheel nieuwe, innovatieve Quick-Lock S systeem bevestig je deze tas met rolsluiting eenvoudig en snel aan de voorvork van je fiets. De Fork-Pack is ook verkrijgbaar met een inhoud van 4,1 liter.



HANDLEBAR-PACK

De Handlebar-Pack speelt een belangrijke rol tijdens bikepacking: de tas houdt je slaapzak en kleding droog en zorgt voor een perfecte balans op de fiets. De Handlebar-Pack is geschikt voor verschillende type sturen en kan uitgebreid worden met de Accessory-Pack.

FUEL-PACK

Houd je snacks, smartphone en andere kleine spullen tijdens het fietsen altijd binnen handbereik met de Fuel-Pack. Door de praktische magnetische dekselsluiting is de tas makkelijk met één hand te openen en te sluiten.

FRAME-PACK TOPTUBE

De Frame-Pack Toptube is de ideale oplossing voor fietsers die een bidon, maar tegelijkertijd ook wat bagage in de driehoek van het frame mee willen nemen. Met een inhoud van 3 of 4 liter biedt de Frame-Pack Toptube genoeg ruimte aan wat zwaardere materialen, zoals tentstokken, gereedschap en eten. Deze tas is verkrijgbaar met een rolsluiting of een ritssluiting, allebei uiteraard 100% waterdicht.

ACCESSORY-PACK

Als losse stuurtas, als extra opbergruimte op de Handlebar-Pack of als schouder- of heuptas, de Accessory-Pack is multifunctioneel. Met deze tas kun je snel bij je smartphone, snacks of andere kleine spullen en je kunt 'm altijd meenemen als je je fiets even achterlaat.



ORTLIEB | SEAT-PACK
vanaf €160,00



ORTLIEB | GRAVEL-PACK
€150,00



ORTLIEB | FORK-PACK
vanaf €65,00



ORTLIEB | HANDLEBAR-PACK
vanaf €130,00



ORTLIEB | FUEL-PACK
€70,00



ORTLIEB | FRAME-PACK TOPTUBE
vanaf €110,00



ORTLIEB | ACCESSORY-PACK
€70,00





HET VERSCHIL TUSSEN WANDELEN EN TREKKING?

WIJ LEGGEN HET JE UIT!

Wandelen en trekking zijn twee activiteiten die op het eerste gezicht erg op elkaar lijken. Beide draaien om lopen in de natuur en vereisen een zekere fysieke fitheid. Bij trekking ga je echter meer de wildernis in en ben je soms dagen of weken onderweg, terwijl je bij wandelen op vaste paden loopt en na een dag of nacht weer naar huis gaat. Wil je weten wat de andere verschillen en de voordelen zijn? Hieronder leggen we het uit!

Wat is wandelen nou eigenlijk?

Wandelen, ook wel hiking genoemd, beperkt zich meestal tot dagtochten. Bij wandelen draait het vooral om het genieten en het beleven van de natuur. Je kunt wandelen op eenvoudige paden of wat meer uitdagende paden in de bergen. En het mooie is: iedereen kan wandelen, ongeacht je leeftijd of fitnessniveau. Loop je langere afstanden over meerdere dagen, dan spreek je van langeafstandswandelen. Ga je een dag wandelen, dan is de deuter AC Lite 16 voldoende voor al je spullen. Voor een langere wandeling is een rugzak met een grotere inhoud, bijvoorbeeld de Futura Pro 36, ideaal.

Wat is trekking precies?

Bij trekking loop je op uitdagende paden en overnacht je in je eigen tent in de open lucht of in een hut. Voor een trekkingtocht heb je een behoorlijke fysieke fitheid nodig, niet in de laatste plaats om je rugzak met een slaapzak, slaapmat, wandelstokken en andere spullen te kunnen dragen. De deuter Aircontact Core 60 + 10 is een klassieke trekkingrugzak, die meer dan voldoende plaats voor je spullen biedt.

De voordelen van wandelen en trekking

Of je nu gaat wandelen of een trektocht gaat maken, beide zijn goed voor lichaam en geest. Regelmatig wandelen kan bijvoorbeeld het risico op hart- en vaatziekten verlagen. Daarnaast kun je met beide activiteiten je algehele fitheid, balans en slaapkwaliteit verbeteren. Natuurlijk zijn er ook nog andere voordelen: je beweegt je door indrukwekkende landschappen, kunt weer eens diep ademhalen en ontsnappen aan de dagelijkse sleur. Je kunt met familie of vrienden op pad gaan of juist lekker alleen.



Wat neem je mee tijdens het wandelen of een trekkingtocht?

Of je nu een dagwandeling maakt of een meerdaagse trekkingtocht, het is belangrijk om de juiste uitrusting en genoeg proviand mee te nemen. Vooral bij trekkingtochten in afgelegen gebieden is dit erg belangrijk. Neem dus genoeg drinken, maaltijden en snacks mee. Verder is het handig om een paar wandelstokken mee te nemen. Vergeet bij een trekkingtocht zeker niet om een slaapzak, slaapmat en kleding in te pakken. Let er ook op dat je je rugzak goed inpakt, zodat je je rug en schouders ontlast en optimaal van de tocht kunt genieten. Scan de QR code voor informatie over het inpakken van een rugzak en verschillende handige paklijsten.



deuter | AC LITE 16
€105,00



deuter | AIRCONTACT CORE 60+10
€290,00



deuter | FUTURA PRO 36
€200,00



Handige tips

Welke activiteit je ook doet, het is altijd belangrijk om je goed voor te bereiden en de juiste uitrusting mee te nemen.

- Kies een tocht die bij je past. De moeilijkheidsgraad van een route kan sterk variëren en hangt af van diverse factoren, zoals de lengte, het terrein, het weer en je conditie. Je kunt het beste beginnen met een korte, makkelijke wandeling en jezelf daarna stapsgewijs uitdagen met moeilijkere tochten.

- Met kinderen op pad? Om de wandeling voor iedereen zo ontspannen mogelijk te maken, raden we aan om, afhankelijk van de leeftijd van het kind, een kinderdrager mee te nemen. Kleeft de kind warm genoeg aan en neem voldoende water, snacks en zonnebrandcrème mee. Haal je kind regelmatig uit de drager, zodat het zelf wat kan bewegen en de natuur kan ontdekken. Het merk deuter heeft diverse comfortabele kinderdragers in de collectie.

- Neem voldoende pauzes om even uit te rusten en om je op te laden.

- Draag weerbestendige kleding en zorg voor een geschikte wandelrugzak. Bij deuter ben je aan het juiste adres voor een passende rugzak, zowel voor dagtochten als voor meerdaagse wandelingen. Kijk op deuter.nl voor de volledige collectie.

Zowel wandelen als trekking bieden unieke ervaringen en voordelen. Wandelen is een geweldige manier om van de natuur te genieten en tegelijkertijd lichamelijk actief te zijn, terwijl je bij trekking de kans hebt om jezelf uit te dagen en afgelegen plekken te verkennen. Probeer het uit en geniet van de mooie natuur om je heen!



DE PERFECTE SKISTOK VINDEN?

WIJ VERTELLEN JE HOE...

Wij houden ervan: de winter! De perfecte tijd om op wintersport te gaan en optimaal te genieten van de sneeuw op de piste en oké, ook van de après ski. Als je gaat skiën heb je natuurlijk ski's, skischoenen en skikleding nodig, maar ook skistokken mogen zeker niet ontbreken in je uitrusting. Skistokken zijn meer dan alleen een accessoire. Ze bieden niet alleen ondersteuning en stabiliteit, maar zorgen ook voor een betere balans en een betere lichaamshouding. De optimale skistok helpt je bij het afzetten, ondersteunen en het maken van bochten. Er is niet één antwoord op de vraag welke skistok de juiste is, het hangt veel af van je eigen voorkeur en manier van skiën.

Zoveel verschillende activiteiten, zoveel verschillende soorten skistokken. Alpine skistokken, touring en freeride skistokken zijn ontworpen met specifieke kenmerken en doeleinden in gedachten. Ga je skiën op geprepareerde pistes, kies dan voor een alpine model. Touring skistokken zijn ontworpen voor backcountry skiën en toerskiën, waarbij je klimt en daalt in ruw terrein en diepe sneeuw, en freeride skistokken zijn ideaal voor skiërs die zich bezighouden met off-piste skiën in diepe sneeuw en ruw terrein. Waar je ook gaat skiën, LEKI heeft voor elke skiër de perfecte skistokken. In dit artikel hebben we een aantal highlights uit de wintercollectie voor je op een rijtje gezet.

Alpine – Airfoil 3D

De Airfoil 3D van LEKI is snel, precies en perfect voor korte, sportieve bochten. Deze stok is voorzien van het innovatieve Trigger 3D strap systeem, wat zorgt voor meer controle, comfort en veiligheid. Daarnaast is de handling nog meer verbeterd, waardoor in- en uitklikken een piece of cake is. Bij dit innovatieve, driedimensionale systeem is de release maar liefst vier keer (!) groter dan bij het Trigger S systeem. Als dat geen vooruitgang is! De Airfoil 3D valt op het eerste gezicht op door de druppelvorm. Deze vorm maakt dit model ontzettend aerodynamisch en ondersteunt een perfecte zwaaibeweging. Voor de schachten heeft LEKI kwalitatief hoogwaardig HTS 6.5 aluminium gebruikt. Hierdoor kan deze stok vrijwel alles doorstaan.

Freeride – Spitfire 3D

De Spitfire 3D is perfect voor de uitdaging van off-piste afdalingen. De slanke Pro G race grip wordt geleverd met het nieuwe Trigger 3D systeem. Dit systeem biedt superieure controle, dankzij direct contact tussen handschoenen en stok, maakt makkelijk in- en uitklikken mogelijk en heeft een grotere veiligheidsmarge, dankzij een slimme driedimensionale ontgrendelingstrigger die de release vier keer vergroot. De strap is breder en comfortabeler en is eenvoudig in en uit de grip te klikken.

Touring – Guide collectie

De Guide modellen van LEKI ondersteunen je tijdens elke skitour. De driedelige Guide 3 is stabiel en lichtgewicht tegelijkertijd. De nieuwe Aergon Air grip zorgt voor nog meer comfort en controle. Het grote ergonomische ondersteuningsoppervlak biedt ondersteuning bij steile klimwisselingen. De achterkant van de grip is volledig van rubber. Speed Lock 2 + maakt het moeiteloos aanpassen van de lengte tussen 100 en 135 centimeter mogelijk, zelfs met handschoenen aan. Deze tourstok is uitgerust met een grote Binding Basket, die helpt bij het hanteren van heellifts en skins. De slanke, stevige en veelzijdige Guide Lite 2 kan op elk terrein gebruikt worden. Ook dit model is voorzien van de Aergon Air grip. Liever een carbon stok? Ga dan voor de Guide Lite 2 Carbon (verstelbaar) of de Guide Lite One Carbon (vaste lengte).

Tot slot: welke skistokken voor jou geschikt zijn, hangt af van je skistijl, de terreinen waarop je skiet en je persoonlijke voorkeuren. Laat je dus goed informeren voor je de piste op gaat. Veel skiplezier!



LEKI | AIRFOIL 3D
€99,95



LEKI | SPITFIRE 3D
€99,95



LEKI | GUIDE 3
€139,95



LEKI | GUIDE LITE 2 CARBON
€179,95

Hoe vind ik de juiste stoklengte?

Een algemene regel is dat een skistok de juiste lengte heeft wanneer deze verticaal op de grond staat en je boven- en onderarm een hoek van 90 graden vormen. Keer de stok om en pak de stok vast onder de teller; is de hoek tussen boven- en onderarm nu 90 graden, dan is de lengte perfect. Wil je de lengte precies berekenen? Scan de QR code en gebruik de handige tool van LEKI.

ITR
by **LOWA**



TIME
TO TAME
THE
TERRAIN.

FORTUX GTX

RUN YOUR TRAIL, FURTHER.