

# 不惧雨雪,肆意奔跑 这6款冬季跑鞋适合爱跑步的你

本报综合报道



## 阿迪达斯 ultra boost all terrain

随着阿迪boost科技的问世,全新的ultra boost系列跑鞋可谓跑鞋界的贵族。柔和轻盈的鞋面搭配软弹的中底,加上时尚的外形,足以颠覆跑鞋的设计理念。在衍生出众多款型之后,阿迪今年冬天再度推出一款全新的ultra boost all terrain。

主打秋冬季节的ATR对冬天恶劣的气候进行强化,在轻柔加厚的鞋面中加入了防水纱线,让鞋子保持轻盈贴合的同时具有非常好的防水性能。高帮袜套的加入更加契合冬季的主题,提升了鞋子的保暖性能,即使是低温的雨雪天气,鞋子一样可以从容应对。鞋底内侧的扭转大底系统扮演着支撑的关键作用,结合其加厚的鞋面处理,其支撑在ultra boost家族处于拔尖地位。密度更大的BOOST中底,在长久的跑步过程中保持出色的流畅软弹感。

## 特步风火20

如果说时间是考验一双鞋的最佳标准,那么在众多国产系列中,特步的风火系列绝对是最优秀的鞋款之一。2001年,特步联手谢霆锋推出了第一代风火系列,从吉他中吸取的火纹灵感,至今仍是鞋子最具标志性的设计。今年冬季,一向以冬季跑鞋为定位的风火推出了第20代跑鞋。

鞋面采用了合成革和网布的组合形式,防泼水材质可以有效阻止雨雪的渗透,令双脚始终保持干爽。鞋面内衬使用的适温科技,能够帮助双脚锁住热量,抵御寒风的侵蚀。在缓震方面,使用了大面积的Air mega 3.0气能环科技,弹力纤维与气垫的组合让双脚在落地时能够拥有良好的缓震感,前掌EVA材料主要起回弹作用。前后掌的感受十分明显,各司其职的区域划分能够让跑步表现更加出色。既能保暖还有出色缓震及抓地力的风火20,无疑是对抗寒冬的最佳选择之一。



## 361° spinject

361°国际线现已成为世界跑鞋品牌中一股不能忽视的力量,大放异彩的表现也让国人重新审视这一国产品牌。全新推出的spinject被美国跑者杂志《Competitor Running》评选为最佳新秀奖,并成功入选十大秋冬跑鞋之一。

鞋面纹路的设计灵感来源于澳洲回旋镖,采用一片式柔软针织搭配无车缝工艺,给双脚如同袜子般的贴合感。厚实的鞋面能够保证双脚的温度,时尚的外形让鞋子无论是平日出街或者户外跑步都有非常好的上脚效果。在中底上仍然使用361°当家的QU!KFOAM™材料,前掌的弹性度十分突出,堪称361°最佳缓震,即使长距离也有非常出色的表现。集竞速和缓震于一身的spinject绝对是你最佳的冬季伴侣。

冬天是跑者们最纠结的季节,到底是躲进被窝中倒头大睡,还是一头扎进刺骨的寒风里奔跑成为了最鲜明的对立。俗话说得好,冬练三九,夏练三伏,在最冷和最热的季节里锻炼自己的身体,不仅能增强体质,还能提高身体的适应能力。但是冬季跑步,一定要注重运动前的热身以降低受伤的风险,并能够让身体产生更多的热量来抵御寒冷。

在寒冷的冬季跑步,衣着方面,要注重三大原则:排汗、保暖、防风。贴身的衣物一定要选择吸湿排汗的材料。紧身衣的功效最为明显,不仅可以预防肌肉的颤抖,对于身体的保暖也有一定兼顾。

除了要选防风性能好的服装之外,最容易让人忽视的就是跑鞋了。俗话说得好:寒从脚下起。与夏季强调透气不同,冬季的跑鞋更应注重保暖防滑。今天,小编就为大家推荐几款非常适合在冬季穿着的跑鞋。



## 耐克 Air Zoom Pegasus 34 Shield

飞马34在今年声势浩大的破二计划中推出,耐克这一“古老”的跑鞋从1982年诞生至今,已经迎来了第34个年头。作为耐克首席执行官设计的鞋子,飞马系列对耐克的意義不言而喻,鞋代的更迭也让它成为了耐克矩阵中最经典的跑鞋系列。

这款鞋子的外表与Pegasus 34一模一样,使用了足足四层的飞线面料设计,舒适轻便的设计让它的脚感非常优秀。不同的是,在shield版本中加入了防水材料,与厚实的内里搭配让鞋子在冬天依然有着出色的保暖性能。内置在鞋面下的“W”形飞线结构,大幅提升鞋面的包裹。中底方面仍然采用了泡沫材料,前后ZOOM气垫的加入起到了锦上添花的作用。符合冬天的冷淡配色,以及出色的路跑性能,让这一双传统跑鞋仍保持了相当高的竞争力。



## 安德玛 Reactor Run

安德玛是众多跑者冬季运动的忠实伴侣,除了众多优异的紧身服饰外,安德玛在冬季还特别推出了这款Reactor Run跑鞋。主打冬季的跑鞋以应战全天候为口号,全新的智能内底能够从容的应对外界的环境,让双脚始终维持在一个舒适的环境。

织物和防水面料构成的鞋面无论保暖还是防水都有出色表现,防寒层和脚踝处的中筒设计让双脚免受寒风的侵扰。当鞋内温度升高时,鞋面会发挥其散热功能;而温度较低时,鞋面会起到保温作用。中底处搭载的填充物,能够提供非常稳定的缓震与回弹。无论从鞋子的保暖性能或是其路跑性能,都是冬季的有利选择之一。



## 锐步 Print Run Winter

与休闲潮流挂钩偏多的锐步随着今年推出的几款知名跑鞋,重新回到了大众的视野,也让大众重新了解了锐步的新角色。这款Print Run Winter如同它的名字一样,就是让你在冬天奔跑。

鞋面采用了透气孔更小的竞技织物鞋面,能够有效保证双脚温度。在容易进风的鞋口部位,新增了3M新雪丽高效暖绒C型保暖材料,即使在潮湿的情况下仍可以实现其保暖性能。在中底上创新使用了3D打印技术,更加轻质的中底在缓震方面表现优秀。记忆鞋垫的加入,能够牢牢记住跑者每一个着力点,实现定制式的贴合脚感。保暖与缓震方面的均衡,让冬天的跑步更加畅快。

## 召集令

# 徒步徽杭古道,感受文化长廊

徽杭古道西起安徽省绩溪县伏岭镇,东至浙江省临安市清凉峰镇,全长约四十里,是古时联系徽州与杭州的重要纽带。这条是集壮丽的自然风光和神秘的文化长廊是由历代徽商踩出来的,现如今因徒步旅游的盛行而重现青春。因为路线清晰,沿途秀丽,行路轻松,徽杭古道成了户外爱好者的入门线路,很多人就是因为走了一遭徽杭古道而成为“驴子”。

活动地点:绩溪

集合地点:黄龙体育中心东大门

集合时间:2018年2月3日,早上08:30

费用:398元/人

活动咨询、报名:18158405559(微信同号)

注:16人以上自动成团,低于16人自动取消费用全部退还

费用包含:往返交通大巴、轿口到银龙坞来回当地包车费、司机食宿补贴、当地向导、用餐、农家住宿及组织费用。

费用不包含:两天的中餐

行程安排:

第一天:杭州—绩溪—蓝天凹

我们将在8点30分在指定地点集合、签到,当人到齐之后就会出发。早11点30分左右到达绩溪鱼川,下车拍集体照,并于12点左右到江南第一关。

江南第一关位于安徽省绩溪县伏岭镇东部,海拔424米,是徽杭古道重要关隘,我们将会经过水坝、黄毛培村、清凉峰村、下雪堂,之后到达徽杭古道蓝天凹。可以到附近走走,摄影。

第二天:蓝天凹—临安—杭州

7点30分用完早餐后去小溪岔口,往永来村前进,到达“徽杭古道”的楼牌,完成了这次徽杭古道的穿越行程,坐上景区交通车前往大巴换乘处乘坐回程的旅游大巴,返回杭州出发地解散,结束此次活动。

建议携带:

45L左右背包一个、软壳或轻薄型外套、护膝、登山杖、登山鞋、充满电的户外头灯、保温户外水壶、简易洗漱用品、换洗衣物、相机、药品、帽子、手套、雨具,防晒霜以及适量干粮。