



M A G A Z I N E

N° 12

SEPT.-OCT. 2009

LE GRATUIT DU RUNNING

RESPIRATION
RECUPERATION

AIR
NATURE

CŒUR

RUNNER

MARATHON
HYDRATATION

MARCHE
LIBERTE

NUTRITION

ACCELERATION
BIEN-ETRE

ENTRAINEMENT
RYTHME

FRACTIONNÉ
TRAIL

COURSE

LA COURSE ET LE PIED !

Des conseils et des techniques
pour préparer et soigner vos pieds

» www.nikerunning.com

» NIKE / Sport Band

59,00

Clin d'œil

D'un seul coup d'œil, vous pouvez à présent prendre connaissance de toutes les données concernant vos sorties. Distance, vitesse, durée, calories dépensées, etc. toutes les données enregistrées grâce au capteur placé dans votre chaussure, s'affichent à votre poignet. L'entraînement terminé, vous pouvez les transférer sur le site www.nikerunning.com pour les analyser et les partager avec vos amis runners. Disponible en 3 coloris : gris (intérieur bracelet rose), anthracite (intérieur bracelet jaune) et noir (intérieur bracelet rouge).

Z O O M



» JLF ADVANCED /
semelles SPACE RUNNER

26,50

Anti-vibrations

Grâce à une nouvelle technologie, le Vibracut® System, cette semelle très fine a des propriétés cinq fois plus amortissantes que des semelles habituelles.

Le Vibracut® System, mis au point par la société lyonnaise JLF Advanced, est une combinaison d'une mousse micro-cellulaire synthétique polymère et d'un tissu de fibres minérales enduit qui ne se fragilise pas avec le temps.

Prévue pour durer un an, elle est en plus absorbante et antifongique.

» www.jlf-advanced.com

» NEW BALANCE / 1225

150,00

Anti-chocs

Dotée de la nouvelle technologie de la marque, Nergy, qui garantit une excellente protection contre les chocs, elle est conçue pour les longues sorties. Idéale pour les coureurs pronateurs, tous poids, qui veulent bénéficier d'un confort tout-terrain.

Existe en 3 largeurs.

Version homme : 340 g.

» www.newbalance.fr



» POLAR / FT7

99,00

Anti-complications

Cette nouveauté est idéale pour démarrer ou reprendre une activité physique.

En effet, le meilleur moyen pour retrouver la condition physique est de ne pas aller trop vite, mais de pratiquer à la bonne intensité.

D'où l'utilité de ce FT7 très simple d'utilisation qui, relié à la ceinture WearLink +, vous communique en temps réel votre fréquence cardiaque. Il dispose aussi de la fonction Energypointer qui vous indique si vous perdez des graisses. Il peut enregistrer 99 séances.

Disponible en 2 coloris : noir et argent, noir et or (version femme).



» www.polarpersonaltrainer.com