



## Das neue Leichtgefühl

VON URS WEBER, VICTORINE KULIER

Funktionsjacken werden in ihrer klimatischen Anpassungsfähigkeit oft überschätzt: Gerade in der Übergangszeit sind sie meistens zu warm. Da eignen sich ganz leichte Jacken besser: Sie bieten zwar weniger Regenschutz und sind nicht so winddicht, aber gerade bei mil-

den Außentemperaturen ist das sogar wünschenswert. Außerdem lassen sie sich leicht verstauen – ideal für Etappen- oder Bergläufe. Wir haben mehrere Laufjacken, die unter 200 Gramm wiegen, getestet und waren überrascht: Auf den ersten Blick ähneln die leichten Wunderjacken sich stark, aber im Detail, im Tragekomfort, bei Haptik, Qualität und beim Wetterschutz weisen sie große Unterschiede auf. Wir stellen hier die acht Modelle vor, die uns im Test am besten gefallen haben.



**RUNNERS  
Tipp**

**Asics**

**FUJI PACKABLE JACKET**

Preis: 84,95 Euro • [www.asics.de](http://www.asics.de)

► Ultraleichte, komprimierbare Laufjacke für die Übergangszeit oder als Reservejacke. Gutes Feuchtigkeitsmanagement und wasserabweisendes Material. Die vordere Brusttasche ist fürs Smartphone ausgelegt (mit Kopfhörer-Ösen), und in ihr kann die Jacke verstaut werden. Features: kleine Reflektoren, verstellbarer Kapuzen- und Hüftzug.

**FAZIT** *Die Jacke ist im Vergleich sehr robust, gut verarbeitet, und der Stoff ist angenehm.*



**Nike**

**IMPOSSIBLY LIGHT JACKET**

Preis: 99,95 Euro • [www.nike.com/de](http://www.nike.com/de)

► Das Material der Laufjacke (100 Prozent Nylon) hat einen relativ angenehmen Griff, fühlt sich auch auf der Haut an den Armen gut an. Sie sorgt für einen hohen Temperatur-austausch, ist dafür aber winddurchlässiger und bietet weniger Regenschutz. Pluspunkte: sehr große Tasche, viele Reflektoren, zwei Kordelzüge an der Kapuze.

**FAZIT** *Das „Dri-FIT“-Material leitet gut die Körperwärme ab, für mildes Wetter geeignet.*





## Brooks

### LSD LITE JACKET III

Preis: 99,90 Euro • [www.brooksrunning.de](http://www.brooksrunning.de)

► Die Jacke ist extrem leicht (Herren: unter 120 Gramm in Größe M, Damen: 88 Gramm) und bietet recht guten Wetterschutz. Sie lässt sich in der Rücken-Reißverschluss tasche verstauen. Features: reflektierende Elemente, sehr weiches, winddichtes, wasserabweisendes Material. Stretch in der Taille sorgt beim Damenmodell für figurbetonen Sitz.

**FAZIT** Das Modell hat sich im Langzeittest bewährt, ist trotz dünnen Materials recht robust.



## Thoni Mara

### SPEED JACKET

Preis: 99,95 Euro • [www.thonimara.de](http://www.thonimara.de)

► Die Speed-Jacke von Thoni Mara wiegt nur 68 Gramm in Größe L, zählt somit zu den leichtesten Laufjacken. Sie bietet einen guten Wind- und Wetterschutz. Features: die besten Reflektoren im Test, leichter Gummizug an Kragen und Bündchen, Brusttasche, die auch zum Verstauen der Jacke dient, asymmetrischer Schnitt mit längerem Rücken.

**FAZIT** Guter Wind- und Regenschutz, allerdings im Wind knisterndes Gewebe.



Preis-Leistungs-Sieger

## Mizuno

### IMPERMALITE JACKET

Preis: 80 Euro • [www.mizuno.eu/de](http://www.mizuno.eu/de)

► Wasserabweisende Jacke mit guter Temperaturregulation. Der mit Mesh ausgestattete Stehkragen liegt angenehm dicht am Hals. Features: Reflektoren an Brust und Schulter, kleine, Smartphone-taugliche Rückentasche (auch zum Verstauen der Jacke), asymmetrischer Schnitt mit längerem Rücken, Daumenschlaufen an den Ärmeln.

**FAZIT** Das Gewebe trägt sich relativ angenehm, auch direkt auf der Haut (am Arm).



## Mountain Hardwear

### GHOST WHISPERER

Preis: 180 Euro • [www.mountainhardwear.com](http://www.mountainhardwear.com)

► Die sehr klein verstaubare Kapuzenjacke ist aus einem vergleichsweise sehr robusten Ripstop-Material gefertigt. Sie wiegt in der kleinsten Größe unter 60 Gramm und ist damit die leichteste Jacke im Test. Features: Kapuze und Armabschlüsse mit Gummizug, reflektierende Details.

**FAZIT** Das Federgewicht unter den Leichtjacken, dennoch hochwirksamer Schutz.



## Odlo

### AIRWEIGHT WS JACKET

Preis: 189,95 Euro • [www.odlo.com/de](http://www.odlo.com/de)

► Die Odlo-Jacke ist im Front-, Schulter- und Rückenbereich mit Windstopper-Membran ausgestattet, also absolut winddicht. Sie ist trotzdem relativ leicht und weist den Herbstwind ab. Im Bewegungsbereich der Ärmel ist atmungsaktiveres Stretchmaterial eingearbeitet. Features: verstellbarer Bund, Rückentasche zum Verstauen, Reflektoren.

**FAZIT** Geht gerade noch als Leichtjacke durch, ist vorn winddicht, die Membran raschelt aber.



## Salomon

### S-LAB LIGHT JACKET

Preis: ab 119,95 Euro • [www.salomon.com/de](http://www.salomon.com/de)

► Die S-Lab-Light-Jacke ist wasser- und windabweisend. Durch dünnes Gewebe und Verzicht auf Nähte oder sonstige Ausrüstungen schrumpft das Gewicht bis auf 105 Gramm (Größe M). An Bund und Ärmeln sind leichte Gummizüge eingearbeitet.

**FAZIT** Die Jacke eignet sich sehr gut für Trailtouren, hat ein sehr kleines Packmaß und bietet bei Bedarf guten Windschutz sowie ausreichenden Schutz vor Regen.



# Wie angegossen

Das Kurzarm-Oberteil und die knielangen Lauftights aus der **Muscle-Support-Kollektion** von **Asics** im Urteil unserer Leser



**Asics**

## MUSCLE-SUPPORT-KOLLEKTION

Preise: 59,95 bzw. 64,95 Euro und 74,95 Euro • [www.asics.de](http://www.asics.de)

➔ In diesem Monat konnten zwölf RUNNER'S-WORLD-Lesertester ein Kurzarmoberteil und knielange Lauftights aus der Muscle-Support-Kollektion von Asics ausprobieren. Die Produkte der Kompressionslinie sollen laut Hersteller die Muskeln unterstützen und zu einer effizienteren Laufhaltung führen. Die Sportbekleidung eignet sich vor allem für längere Läufe und regelmäßiges Training, um eine bessere Stabilität im Oberkörper sowie eine gute Körperspannung zu provozieren. „Beide Kleidungsstücke sind sowohl im Training als auch bei Wettkämpfen gut einsetzbar“, fand Lesertester Christian Zimmer aus Merzig. „Beim Laufen konnte ich eine geringere Muskelerstümmelung der Oberschenkel feststellen.“ Viele Tester empfanden das Shirt zwar zunächst als zu eng, doch die meisten von ihnen konnten sich im Lauf der Zeit mit der ungewohnt straffen Materialbeschaffenheit anfreunden. Das An- und Ausziehen ist beim ersten Mal etwas schwierig, aber die Kompressionswirkung und die Passform sind schlussendlich sehr angenehm“, urteilte Lesertesterin Brigitte Burchardt-Kasten aus Hannover. Mehrheitlich positiv äußerten sich die Lesertester auch über die Atmungsaktivität sowie den Feuchtigkeitstransport beider Produkte. - VICTORINE KULIER



## Fitbit Flex

Fitbit, 99,95 €, [www.fitbit.com](http://www.fitbit.com)



➔ Der Fitbit hält, was er verspricht: Er zählt Schritte. Das allein ist für die meisten Läufer jedoch vollkommen uninteressant, da sie ihr Tagespensum in Distanzen oder Zeiten messen. Das größte Manko ist das fehlende Display, Fortschritte müssen via App oder Computer extra synchronisiert werden. Der Tracker reagiert auf jede Armbewegung und unterscheidet nicht zwischen verschiedenen Sportarten. Für eine grobe Orientierung und Motivationshilfe ist der Fitbit in Ordnung, allerdings ist er für ambitionierte Sportler eher ungeeignet. **Victorine Kulier**, Praktikantin