

SLIK VELGER DU: SKISTØVLER

Den rette støvelen

Nøkkelen til gode alpinopplevelser ligger i støvlene. Med noen få og enkle kjøperåd unngår du gnagsår og trykkpunkter, og får den modellen som passer til nettopp din fot. Her ser du de **VIKTIGSTE FUNKSJONENE OG DETALJENE** som du bør være spesielt oppmerksom på når du skal kjøpe nye skistøvler.

FLEKSTALL. Flekstallet er uttrykk for støvelens stivhet og et viktig punkt i jakten på den optimale støvelen. Tallet bør være rundt 60 hvis du er begynner eller har lite trening. Tall på 65–80 er for rutinerte alpinister og er den vanligste stivheten. Fleks på 85–120 er for de mest erfarne og ambisiøse.

SPENNER. Det er som regel fire spenner på moderne skistøvler. Spennene sørger for at støvelen sitter godt fast på hele foten. Den øverste spennen sørger også for å holde leggen i riktig vinkel og hindrer at snø slipper inn. Stram alle spennene helt når du prøver støvelen.

INNVEDIG SÅLE. Mange sportsbutikker tilbyr formstøpte såler som reduserer deformasjonen av foten. Sålen forandrer seg altså ikke under bruk, noe som gir bedre passform og mindre verking. Du kan også få såler med ekstra fotbuestøtte. Unngå å bruke flere såler samtidig.



Velg riktig skistøvel

Optimal fleks: Velg en støvel som passer til ditt eget nivå. Jo bedre du er, desto høyere flekstall kan du velge. Bare husk at støvler med høye flekstall er stivere og mindre komfortable å ha på føttene.

Passform: Det er avgjørende både for komfort og utbytte at du finner en støvel med helt riktig passform. Det betyr at både utsiden og innsiden av støvelen skal passe til foten. Bruk derfor god tid på den delen, og oppsøk gjerne forhandlere som kan

varme opp og forme støvelen både innvendig og utvendig – og formstøpe sålen.

Stil: Komfort og funksjon er viktigere enn utseendet. La deg ikke lure til å velge etter utseendet, selv om en tøff støvel også kan fungere utmerket.

Pris: Skistøvler er dyre sammenlignet med løpesko. Det er imidlertid en investering som holder lenge. Nye modeller, som godt kan holde i mange år, koster fra cirka 2000 kroner.

INNVEDIG STØVEL. Den innvendige delen skal være myk og behagelig på føttene. Spør om å få varmet den opp slik at den former seg etter foten. Flere forhandlere tilbyr også en slags spesialstøpt skumstøvel. Det er en suveren løsning hvis du bruker støvlene mye eller har problemer med føttene, for eksempel en skjev tå. Husk skikkelige skisokker når du prøver støvelen.

BORRELÅSREM. Remmene gir en progressiv fleksibilitet mot området rundt støvlekanten, slik at du unngår en skarp kant mot skinnebeinet.

YTTERSTØVEL. Ytterstøvelen er helt stiv og laget av plast. Dens oppgave er å overføre kraft til skiene, beskytte beina og løse ut sikkerhetsbindingene hvis du faller. Flere butikker tilbyr varmetilpassing av ytterstøvelen for optimal passform.

STØRRELSE. Når du prøver støvelen, skal du bøye knærne lett og bøye deg fremover. Det skal være en klaring på cirka en fingerbredde ved tærne når foten er presset helt bakover i støvelen. Når du står flatt på gulvet, skal støvelen faktisk føles litt for liten, men uten at den føles direkte ubehagelig.

Modellene

Her ser du tre nye og gode modeller der nøkkelordene er **MYE FOR PENGENE**. Det er selvsagt fullt mulig å finne rimeligere støvler, men i så fall er det som regel fjorårets modeller.

► RIMELIG

Salomon Quest Access 80, 2090 kr

Salomons allmountain-støvel gjør det den skal og fungerer fint i alle merkede løyper. Komforten er høyt prioritert. Støvelen har også en hikingfunksjon som er enkel i bruk.



► MIDDELS

Dalbello Viper 8, 2595 kr

Solid allround-støvel der komforten er viktigere enn stivheten. Den innvendige delen er formbar, slik at den kan tilpasses foten.



► DYR

Atomic Redster Pro 110, 3995 kr

En ren konkurransestøvel. Karbonskaftet gjør den svært stiv og presis med optimal respons når du styrer inn i svingene. Ideell for aggressiv kjøring på storslalåmski og carving-ski for slalåm.

