

*I kortform –
de største teknologinyhetene i 2013*

HI- TECH

2013 innebar mange **TEKNISKE NYVINNINGER**. Vi har latt våre egne eksperter se tilbake på og vurdere årets mest interessante og betydningsfulle teknologiske nyvinninger.

HØYTEKNOLOGISK STRIKKETØY

Flyknit-teknologien fra Nike ble først sett på føttene til idrettsutøvere under London-OL i 2012. I 2013 ble teknologien også tilgjengelig for vanlige brukere. Den veide fiberoverdelen representerte en helt ny måte å lage sko på. I stedet for å lime eller sy den samme overdelen av flere stykker (en vanlig løpesko består av 25–30 små biter) er Flyknit-overdelen **vevd av én lang polyestertråd**. Dermed unngår man skjøter, samtidig som overdelen kan gjøres superlett og funksjonell ved for eksempel å veve inn ekstra støtte i utvalgte områder. Nike lager nå også klær etter Flyknit-metoden.



TERRENGSYKKEL UTEN FORSKIFTER

Først var det tre, så var det to, og i 2013 så vi for første gang bare ett. Vi snakker om fremre drev på terrengsykkelen, og i år lanserte SRAM et banebrytende girsystem under navnet XX1. Det har **én diger kassett med elleve gir, og bare ett drev foran – og altså ingen forskifter**. Fordelene er et lettere og enklere system med færre bomgiringe. Rent teknisk har SRAM formet tennene på fremdrevet slik at de holder kjedet på plass, mens de har utviklet en kassett med en enorm spennvidde, med 42 tenner på største tannhjul og ti på det minste.



FJÆRENDE MELLOMSÅLE

Under stor festivitas lanserte Adidas det nye mellomsålematerialet "Boost" i 2013. Materialet erstatter det vanlige EVA-skummet som tradisjonelt benyttes til demping i løpesko, med **2500 såkalte boost-celler**. Dermed setter de en ny standard for demping og fjæring i løpesko. Boostcellene har nemlig en unik evne til å lagre og frigi energi. Det gir bedre fremdrift og mindre vondt i beina.

TREN, DEL OG FØLG MED

2013 ble året da treningsmeritter og -opplevelser ble delt live, under selve treningen. Det var primært Garmin som førte an i denne trenden, takket være de nye sykkelklokkene Edge 510 og 810. Disse kan opprette en trådløs tilkobling til en smarttelefon via Bluetooth, og bruke den til å levere **live oppdateringer** til Garmins hjemmeside og Facebook.



HJEMMEDESIGNET KLOKKE

Du skal ut og løpe og vil se hvor mange kalorier du forbrenner. Eller du vil stå slalåm og ha fokus på toppfarten. Ikke noe problem – **last ned den appen du trenger til klokken.** Finnes den ikke, kan du lage den selv. I 2013 lanserte Suunto en helt ny måte å tenke treningsklokker på. Det gir mengder av muligheter og en helt unik mulighet til å tilpasse klokken etter egne behov.

BATTERI-SKIFT

Elektroniske girskift har vært å finne på ekstremt dyre racersykler i et par år. I 2013 lanserte de to girprodusentene Shimano og Campagnolo endelig elektronisk girskift også på rimeligere gir-systemer. Det betød at elektroniske gir også ble tilgjengelig på sykler til under 20 000 kroner. Mot slutten av 2013 kom Campagnolo også med et nytt batteri som er så kompakt at det får plass i selve sykkelrammen. Elektronisk girskift er raskt og presist og gjør at du kan skifte over mange gir uten at kjedet glipper. **Nå er systemet i ferd med å bli standard på gode racersykler!**

KLÆR MED KINESIO

Kinesio-teip er en fargerik, funksjonell sportsteip som skal stimulere nervene og både behandle og forebygge skader – når den brukes riktig. I 2013 lanserte flere produsenter klær med kinesioeffekt. **Puma har gjort det med strategisk plasserte silikonbånd,** mens for eksempel den japanske produsenten CW-X har valgt kompresjonspaneler. Plaggene er fortsatt blant de aller dyreste, men tanken med å bygge inn en direkte behandlende effekt i klærne er uhyre spennende.

SAFT MED KRAFT

I 2013 ble det vitenskapelig bevist at en halv liter **rødbetjus kan øke ytelsen med 2–3 prosent.** Bransjen lot seg ikke be to ganger, og i løpet av året så vi flere produkter som satset på "rødbetdoping" – blant annet i form av frysetørret jus med uendelig holdbarhet, og produkter med konsentrert rødbet-saft og harmonisert innhold av nitrat, som ifølge forskerne er den virksomme ingrediensen.

