

HURRA!

BILLIG ER BRA

Det behøver ikke å koste en formue å ha et raust utvalg sports-bh-er i skuffen. I FORM har fått en gjeng med håndballjenter til å **teste billigmerkene**. Gled deg!



Viktig å vite

Testen består av 9 modeller. Bruksområdet er ikke alltid så godt opplyst, men de fleste er for lav/medium intensitet. Har du store bryster og behov for mye støtte, kan du likevel bruke dem til styrketrening og lignende. Andre viktige faktorer er komfort (sømmer og strikker) og fuktighetstransport.

Hvor mye betyr bh-en?

Se hva som skjer på: iform.nu/brystvideo



SLIK TESTET VI:

Vi har fått 19 spillere på Nordstrands eliteserielag i håndball til å teste 9 sports-bh-er som koster fra 150 til 200 kroner – både lavintensive styrkeøker og på høyintensiv trening som løping og håndball. Hver modell

er testet av flere. Vi har først og fremst vurdert støtte, passform, svettetransport og pusteegenskaper. Konklusjon: Selv kjempbillig kan være skikkelig bra til sitt bruk. **OBS: Farger/mønstre kan variere i butikk.**

KARAKTERSKALAE

Den går fra 0 til 6, og tallene betyr følgende:

★ ★ ★ ★ ★ ★	Elendig
★ ★ ★ ★ ★	Dårlig
★ ★ ★ ★ ★	Under middels
★ ★ ★ ★ ★	Middels
★ ★ ★ ★ ★	Over middels
★ ★ ★ ★ ★	God

Finnes også i store størrelser.



Cubus	Cubus	Gina Tricot	Ellos	KappAhl
<p>Merke/modell: 2 layer Sport Top Pris: kr 200 Nettside: Cubus.no Fakta: Justerbare stropper: Nei Justerbar omkrets: Nei Bøyle: Nei Sømmer: Ja</p> <hr/> <p>Testernes vurdering Designet er kult og annerledes, og finnes i fine farger. Bh-en består av to lag, som gir god støtte for alle, selv på høyintensiv trening, og ser bra ut. Lagene gir imidlertid dårlige pusteegenskaper, og bh-en oppleves som klam og tett. Den transporterer ikke svetten bort fra kroppen i særlig grad. Dessuten gir den liten bevegelsesfrihet og er ubehagelig å trene i. Vi anbefaler den maksimalt til rolige gåturer.</p> <hr/> <p>Kommentarer – Designet var kult, men denne sports-bh-en ble veldig klam, selv under rolig trening. – Ubekvemt på, fordi den føltes klam og varm.</p> <hr/> <p>Samlet vurdering En annerledes og fin sports-bh rent utseendemessig, men ikke særlig godt egnet til aktiviteter hvor du beveger deg mye eller svetter mye. Synd, for støtten er god.</p>	<p>Merke/modell: Fit Sport Top Pris: kr 150 Nettside: Cubus.no Fakta: Justerbare stropper: Nei Justerbar omkrets: Nei Bøyle: Nei Sømmer: Ja</p> <hr/> <p>Testernes vurdering Fin sports-bh som er behagelig å trene i. Enkelt og delikat design i kule farger. Bh-en glir lett på, og fungerer til mange typer aktivitet der man ikke har særlig behov for støtte – hvis man har litt større bryster. Fin passform, selv om noen av testerne syntes at den var litt stram rundt livet og at en del sømmer gnagde litt ut i treningsøkten. Den puster godt, og transporterer svetten bort fra kroppen.</p> <hr/> <p>Kommentarer – Sykt god! Sitter passe stramt, og er behagelig å trene i. – Sitter bra og føles god, men etter hvert begynte noen av sømmene å gnage.</p> <hr/> <p>Samlet vurdering Et godt alternativ til midtels intensiv trening for de fleste. God passform, men noen ubehagelig stramme strikker.</p>	<p>Merke/modell: Connie Sport Top Pris: kr 200 Nettside: Ginatricot.com/no Fakta: Justerbare stropper: Nei Justerbar omkrets: Ja Bøyle: Nei Sømmer: Ja</p> <hr/> <p>Testernes vurdering Svært behagelig sports-bh med pustehull som gir en ekstra vri til designet. De gjør at den puster godt og at den ikke blir klam under trening. Sports-bh-en gir både løft og hold til brystene, og den gir god støtte til middels intensive økter. Har du ganske små bryster, fungerer den fint til alle former for aktivitet, mens større bryster trenger mer støtte enn det denne gir på høyintensive økter. Minus for at den er litt liten i størrelsen.</p> <hr/> <p>Kommentarer – Enkelt og fint design, og behagelig med pustehull – Den blir ikke klam selv når man svetter en del, og man får en fin fasong.</p> <hr/> <p>Samlet vurdering En utmerket sports-bh for de fleste, men strikken rundt livet er litt stram. Den er behagelig på, og fungerer til de fleste former for aktivitet.</p>	<p>Merke/modell: Scotchgard Pris: kr 150 Nettside: Ellos.no Fakta: Justerbare stropper: Nei Justerbar omkrets: Nei Bøyle: Nei Sømmer: Ja</p> <hr/> <p>Testernes vurdering Denne sports-bh-en er behagelig på, og sitter godt. Den gir god støtte for de fleste, selv på litt mer intensive økter, og har freshe farger. Svetteporten er imidlertid ikke særlig god – den blir veldig fuktig når man har trent lenge. Det gjorde også at bh-en føltes strammere på utover i treningsøkten. Minus for at den farger av selv etter flere vask.</p> <hr/> <p>Kommentarer – Behagelig sports-bh som sitter godt og gir god støtte. Men den farget av i vasken ...</p> <hr/> <p>Samlet vurdering En fin sports-bh med god passform til aktiviteter hvor man ikke blir veldig varm. Unngå å bruke hvitt t-skjorte over, ettersom den farger av.</p>	<p>Merke/modell: Body Zone Pris: kr 180 Nettside: Kappahl.no Fakta: Justerbare stropper: Nei Justerbar omkrets: Nei Bøyle: Nei Sømmer: Ja</p> <hr/> <p>Testernes vurdering Denne sports-bh-en skiller seg ut med kule fargevarianter. Passformen er fin, men den sitter litt stramt en del steder, spesielt rundt livet. Men generelt er den behagelig på. Stoffet er ikke særlig elastisk, noe som gjør at du kjenner den godt på – men det gjør også at den ikke utvider seg, og den holder fasongen hele treningsøkten. Bh-en har ikke noe innlegg, men fungerer til de fleste aktiviteter, inklusive jogging, og den puster godt. Stort pluss for at den finnes i forholdsvis store størrelser.</p> <hr/> <p>Kommentarer – Sitter godt, gir tilstrekkelig støtte og er ikke for stram. – Fine farger, og gir god støtte til styrketrening.</p> <hr/> <p>Samlet vurdering En fin sports-bh for ulike aktiviteter, som puster og er behagelig hele økten. Størrelser som passer for de aller fleste.</p>

SPORTS-BH-ER UNDER 200 KRONER



Only

Merke/modell: Play Maia Seamless Sports Top

Pris: kr 160

Nettside: Only.no

Fakta:

Justerbare stropper: Nei
Justerbar omkrets: Nei
Bøyle: Nei
Sømmer: Nei

Testernes vurdering

Denne satt bra! Fin fasong som er passe stram rundt livet. Behagelig på, og puster godt. Den blir ikke klam når man svetter mye, og den transporterer effektivt bort fuktigheten. Bh-en har ett innlegg som gir litt ekstra støtte til større bryster – en av testens beste på området. Passer til styrketrening, løping og gåing for de aller fleste.

Kommentarer

– Likte den godt! Den er passe stram og sitter fint.

– Behagelig sports-bh som puster godt, og fargen er sprek.

Samlet vurdering

Et flott alternativ til omtrent alle typer trening, uansett hvor store bryster man har. Sprek farge og et enkelt, kult design.



Only

Merke/modell: Play Cher Training Top

Pris: kr 200

Nettside: Only.no

Fakta:

Justerbare stropper: Nei
Justerbar omkrets: Nei
Bøyle: Nei
Sømmer: Ja

Testernes vurdering

Behagelig sports-bh fra Only. Strikken under brystet var litt trangere enn størrelsen skulle tilsi, og bh-en føltes litt stram. Den ga svært lite støtte, men fungerte til styrketrening og gåturer. Det er fint med innlegg når man har små bryster, men ettersom innlegget er løst, kan det flytte på seg under treningen, og det kan være litt irriterende.

Kommentarer

– Behagelig sports-bh med annerledes design.

– Ikke spesielt god passform, men det er fint med innlegg.

Samlet vurdering

En sports-bh som gir lite støtte, selv til trening med middels intensitet. Men den har ingen irriterende sømmer, og er behagelig på. Passer til rolige gåturer eller når man bare vil se litt sporty ut.



Hennes & Mauritz

Merke/modell: Active Medium Support Seamless

Pris: kr 150

Nettside: HM.com/no

Fakta:

Justerbare stropper: Nei
Justerbar omkrets: Nei
Bøyle: Nei
Sømmer: Ja

Testernes vurdering

Denne sports-bh-en føltes veldig behagelig på, og den sitter godt. Den lover medium støtte, og det får du. Designet er kult, og den finnes i sprekke farger. Noen av testerne syntes den gnagde over skuldrene etter hvert i treningsøkten. Men den pustet godt, og føltes ikke klam.

Kommentarer

– Denne sports-bh-en føltes veldig bra!

– Strikken under brystet er litt stram, ellers er den veldig behagelig og sitter bra.

Samlet vurdering

Et godt alternativ til middels intensitet, ettersom den gir passe støtte og materialet puster godt.



Hennes & Mauritz

Merke/modell: Active High Support adjustable straps

Pris: kr 200

Nettside: HM.com/no

Fakta:

Justerbare stropper: Nei
Justerbar omkrets: Ja
Bøyle: Nei
Sømmer: Ja

Testernes vurdering

Denne HM-modellen lover støtte også til høy intensitet, og det får du – uansett hvor store bryster du har. Den minner om en vanlig bh, med et litt finere preg. Brystene får et realt løft, som var litt i overkant for noen av testerne når man skal ut og virkelig bevege seg. Men modellen er annerledes og vil sikkert bli manges favoritt. Den sitter passe stramt, men blir litt klam når man trener lenge og svetter mye. Fukktransporteren er ikke optimal. God støtte til større bryster, men merk at den ikke finnes i større enn medium.

Kommentarer

– Den ga god støtte, men ble litt klam litt ut i treningen.

– Nå kan jeg føle meg fin på trening også!

Samlet vurdering

En fin og annerledes sports-bh som løfter og støtter godt. Den blir imidlertid klam under lengre økter, og føles tung på. Minus for at den kun finnes i små og få størrelser.

