

TEST: KOMPRESJONSTIGHTS

Tights med kompresjon som løfter litt på de riktige stedene og gjør at du yter og restituerer bedre. For godt til å være sant? Velg testvinneren, så kan du være helt sikker på at du får det som loves.



God kompresjon

2XU Pattern Mid-Rise Compression Tights,
str. XXS–XXL, kr 1300.

Det tynde stoffet og de flate sømmene gjør at du omtrent ikke kjenner at du har på deg denne tightsen. Pusteegenskapene og svettetransporten er formidabel, og selve kompresjonseffekten er så merkelig at **beina helt klart føles lengre enn vanlig**. Designet er fint og feminint, synes vi, og den svært brede linningen gjør at du unngår plagsomme valker i sidene.

Med tanke på den stive prisen er det litt skuffende at det ikke er mer fokus på detaljene. Det er for eksempel ingen reflekser på denne nye modellen. Dessuten er den en anelse kort i beina.



Fint design, god kompresjonseffekt, puster.



Litt korte i beina, ingen reflekser, stiv pris.



Flat mage

Craft Delta Compression Tights,
str. XS–XXL, kr 400.

Liker du en ren og stram stil, kan du slutte å lete nå. Både lår og bak får et realløft med denne modellen fra Craft. Den er høy i midjen og har en **bred linning som også gjør at magen ser flatere ut**. Har du lyst til å stramme den litt ekstra, er den attpåtil utstyrt med en smart snor i linningen. Dessverre sitter ikke denne tightsen bare stramt rundt livet, men også så stramt rundt ankene at du omtrent må vri den av og på.

Når du først har klart å få den på deg, sikrer en liten lomme bak at du har plass til en nøkkel.



Løfter og former, bred linning, praktisk lomme.



Veldig stramme rundt ankene.



Perfekt bak

Under Armour Training HeatGear,
str. XS–XL, kr 770.

Vent til du ser baken din i denne tightsen! Den smyger seg mykt inntil kroppen, og kompresjonseffekten løfter og skiller skinkene en anelse, slik at formene kommer til syne på en svært flatterende måte. Modellen er akkurat passe stram og har en behagelig bred kant i midjen som gjør at du ikke får lite kledelige valker i sidene. Den bordeaux-røde fargen og de heftige oransje detaljene gjør denne tightsen **perfekt for deg som ikke har noen planer om å gå i ett med tapetet**.

Men modellen har verken lommer eller andre smarte egenskaper.



Gir en flott bak, bred linning, myke og behagelige.



Ingen lommer.



Flotte detaljer

Salomon Intensity Long Tights,
str. XS–XL, kr 900.

Hvis du ser etter en tights som er full av flotte funksjoner og detaljer uten på noen måte å ruinere deg, er Salomons Intensity Long Tights et godt valg. Den har reflekser og glidelås nederst, to baklommer til fo eksempel telefon og nøkler, samt **ventilasjonszoner både bak på lårene og i korsryggen**, og innebygd solbeskyttelse.

Passformen er fin. En bred linning holder magen fint inne, og baken får også et flott løft. Kompresjonseffekten i beina kunne imidlertid godt ha vært litt kraftigere.



Mange funksjonelle detaljer, puster godt, god pris.



Kompresjonseffekten kunne vært bedre.



HVA ER KOMPRESJON?

Kompresjon betyr «å presse på noe». Og fordi de presser på musklene, sikrer kompresjonstights bedre blodsirkulasjon, og næringsstoffer og oksygen fraktes lettere rundt i kroppen. Avfallsstoffer fjernes også mer effektivt, noe som betyr at du blir mindre støl av treningen. I tillegg har kompresjon den positive sideeffekten at baken, magen og lårene holdes inne, slik at ingenting dissor eller buler ut når du gir gass.

Slik testet vi

Vi har testet alle tightsene på både spinning og styrketrening, samt på lange og korte løpeturer. Vi har vurdert utseende, komfort, passform, funksjonalitet og pris, slik at du kan finne den tightsen som passer best til din stil, treningsform og lommebok. Sjekk prisjakt.no for å finne de beste tilbudene.



**iFORM
TEST-
VINNER**



Raske bein

**CEP
Run Tights 2.0,**
str. XS–XL, kr 1120*.

Halleluja, for en tights! **På løpetur merker du tydelig kompresjonseffekten**, som gjør at beina føles lette og du får lyst til å fortsette i det uendelige. Bak har denne modellen en praktisk lomme til eksempelvis nøkler, og den er utstyrt med gode ventilasjonssoner. I tillegg gir tightsen fra CEP et flott løft som gjør at lår og bak ser merkbart slankere ut.

Det trekker bitte litt ned at den dessverre ikke holder magen inne, og de små sømmene i skrittet kan sjenerere en anelse hvis du for eksempel løper uten truse.



Kraftig kompresjon, puster, praktisk lomme.



Sømmene kan sjenerere en anelse.



Mest for kos

**Puma
PWRSHAPE,**
str. XS–XL, kr 850.

En kompresjonstights skal aktivere blodomløpet og virke oppstrammende. Men denne modellen fra Puma gjør ingen av delene – den er nemlig altfor stor. **Tightsen er minst et halvt nummer større enn størrelsesguiden lover**, og den spriker uhensiktsmessig mye – spesielt i midjen. Selv der tightsen sitter tett merker du overhodet ingen kompresjonseffekt. Det trekker også ned at den verken har reflekser, lufting eller lommer. Den er behagelig på, men den egner seg altså bedre til sofakos enn hardtrening.



Behagelige på.



Dårlig kompresjonseffekt og svettetransport.



God lufting

**Reebok
RC Compression Tight,**
str. XXS–XL, kr 800.

Denne tightsen fra Reebok er av et elastisk og slitesterkt materiale med nettingpartier som sikrer god lufting. Det gjør den svært behagelig når du trener i et stappfullt og varmt lokale.

Baken får et flott løft, men **stoffet på leggene er dessverre overraskende løst**, noe som gjør at kompresjonseffekten i beina uteblir fullstendig. Det trekker også ned at linningen er ultrasmal og derfor har en tendens til å gnage seg inn i siden på en lite flatterende måte. I tillegg mangler tightsen praktiske detaljer som lommer og reflekser.



Svært god lufting, slitesterke.



Dårlig kompresjon, smal linning, ingen lommer.



Sømløs komfort

**Falke
Long Tights Compression,**
str. XS–XL, kr 1400.

Ahhh, som et par kosesokker i bukseform: Slik føles det å ta på seg denne tightsen. Det tjukke stoffet og de paddeflate sømmene gjør den både vidunderlig varm og ekstremt myk. Buksebeina er dessuten utstyrt med praktiske reflekser som gjør at du synes i høstmørket, og tightsen har en god oppstrammende effekt.

Den høye midjen gir en flott, flat mage, og lårene ser betydelig slankere ut.

Luftingen er dessverre ikke særlig god. Du blir fort kjempevarm selv når du trener ute, og det er ingen lommer.



Lår og mage ser slankere ut, flate sømmar.



Dårlig lufting, ingen lommer.



*Bergfreunde.no 13. august.