

Yogamatter

En god matte er avgjørende for at du skal kunne stå i krevende stillinger. Kjøp din egen, så slipper du andres svette og døde hudceller, og kan trene når du vil – også hjemme. **Men hva skal du velge?** Her får du råd om hva du bør se etter.



Tenk på dette

Komforten

En yogamatte skal ikke være så tjukkt at du mister fotfestet, men heller ikke så tynn at det gjør vondt når du gjør liggende øvelser eller ligger på knærne.

Funksjonaliteten

Velg en yogamatte som passer til ditt behov. Skal du bare bruke den til å trene hjemme, gjør det kanskje ikke noe at den veier en del eller at det ikke følger med en praktisk bærestropp så du kan bære den over skulderen.

Materialet

Kontroller overflaten, slik at hendene og føttene får godt feste i alle stillinger. Det er spesielt viktig hvis du har en tendens til å svette mye, slik at du ikke sklir rundt på matta når du trener.

Designet

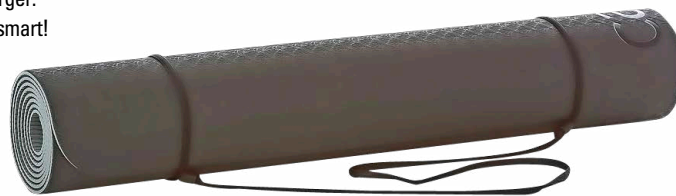
Velg en farge eller et mønster som gjør deg glad og som du får energi av, slik at du får brukt yogamatta. Husk at du ser veldig mye på den i løpet av en treningsøkt.

iform.nu

Selv om matta ikke virker så skitten ved første øyekast, blir den full av støv, smuss og hudrester over tid. Heldigvis er det lett å vaske den. Les hvordan du går fram på iform.nu/yogamatte.

iFORM
BEST
PRIS

En matte, to farger.
Det er kjempesmart!



Det følger med en bærestropp som du lett surrer rundt matta.

Casall

Yoga Mat Position 4 mm, kr 450.

Glem alt om slitne armer til og fra yogatimen. Denne matta er en real lettvekt på bare 800 gram av resirkulerbar naturgummi. Den nuppete overflata er ikke bare kjempemyk å ligge på – den gjør også matta ekstremt sklisikker. Allerede når vi ruller den ut, limer den seg til gulvet, og der blir den liggende uansett hvilken form for trening vi utsetter den for. Det samme kan imidlertid ikke sies om hjørnene, som har en litt lei tendens til å brette seg, men det er også det eneste negative vi kan komme på.



Kjempebehagelig og sklisikker matte som er fri for PVC og ftalater. Lett å transportere.



Hjørnene på matta buler litt.



iFORM TEST~ VINNER



Reebok

Yoga Mat 4 mm, kr 200.



Den er polstret med såkalt memoryskum som sikrer både god komfort og sklisikkerhet.



Er du høy, vil du trolig ønske at den var lengre. Endene bretter seg og vi savner snor.

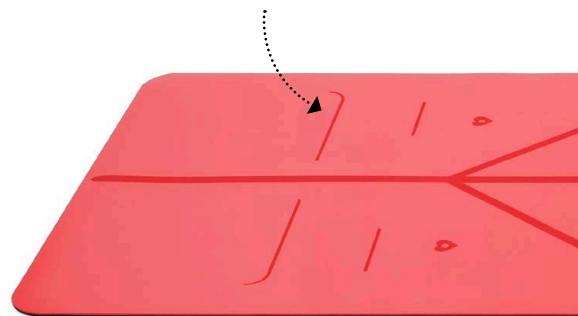


Liforme

Love Mat, kr 1300.

Hunden, krigeren og kobraen går som en lek med denne matta under føttene. Foruten at den ligger helt flatt på gulvet, rokker den seg overhodet ikke. Selv i de mest krevende øvelsene står vi som naglet fast til gulvet. Som en hyggelig bonus er matta både ekstra lang og bred, og den passer til alle kroppstyper. Vi gir også pluss for at den er lagd av kraftig naturgummi som det både er godt å ligge og lukte på. Dessverre betyr det samtidig at denne matta veier hele 2,5 kilo, noe som gjør transport litt tungvint – selv om det følger med en kraftig bærepose til formålet.

Strekene viser hvor du skal plassere hendene og føttene i forhold til hverandre.



Denne matta er hele 4,2 mm tjukk og god og myk å ligge på.



Ypperlig sklisikkerhet og komfort. Ekstra lang og bred. Det følger med en kraftig pose.



Veldig tung matte som det ikke er så lett å transportere.



Abilica

Breathe YogaMat, kr 350.



Vi liker budskapet, knyttebåndet og materialet, som er 100 prosent nedbrytbar.



Siden den er bare 3 mm tjukk, kan det gjøre litt vondt å ligge på ryggen på den.



PVC vs. naturgummi

- PVC er en slags myk plast som det er billig å produsere og som holder lenge. Men den er ikke biologisk nedbrytbar og kan inneholde helseskadelige ftalater.

- Naturgummi er mer miljøvennlig og overflaten er ganske porøs, noe som leder bort fuktighet og gir god sklisikkerhet.



Yogiraj

Allround Yoga Mat 4 mm, kr 240.



Myk å ligge på, fin lengde og veier lite – bare 1,1 kilo. Av giftfri PVC.



Matta bretter seg litt i endene og vi savner en bærestropp.

