

# TEST: YOGAMATTER

Testvinneren fra Casall er suveren når det gjelder sklisikkerhet.



## Miljøvennlig

### Abilica ECO Yoga Mat 4 mm, kr 330

Ifølge produsenten Abilica er ECO-matten produsert i miljøvennlige materialer. Den har standardlengde og -bredde, og er i to fine lillanyanser. På den mørkeste siden er overflaten svært glatt, og når du står i en øvelse som Hundene, kan hendene lett skli. Til gjengjeld har du godt feste på den lyseste siden.

Det følger med en tynn snor som kan surres rundt matten, slik at det er lett å ta den med på farten, og den veier nesten ingenting.

Grunnen til at matten er så lett, er nok at den er bare fire millimeter tykk, og det merkes dessverre godt når man ligger på den – det føles hardt.



Fine farger, snor følger med, veldig lett.



Litt hard å ligge på.



## Enkel og myk

### Adidas Yoga Mat 6 mm, kr 330

Denne enkle og elegante yogamatten er seks millimeter tykk, slik at man får god støtdemping. Den er virkelig myk og behagelig å ligge på. Dessverre er den ikke så lang, så hvis du er høy vil du kanskje savne noen centimeter i lengden for å få plass til hele kroppen.

Matten er ikke glatt i utgangspunktet, men når hendene blir svette, kan man gli litt rundt på overflaten i krevende stillinger.

Vil du ta med deg matten når du er på farten, er det et pluss at den tar lite plass til tross for tykkelsen. Den er fjærlett og lett å transportere. Du kan kjøpe en stropp som festes rundt, slik at den holder seg pent sammenrullet.



Enkel, lett å rulle sammen, god støtdemping.



Glatt overflate, kunne vært lengre.



## Lett som en fjær

### Casall Mat Nano Grip 5 mm, kr 800

Med det samme du går på matten, kjenner du at den er svært sklisikker. Den er nemlig produsert i to lag med en masse små hull som gjør at man står støtt, selv ved hot yoga der du svetter mye og matten blir våt. Perforeringen sørger også for at den tørker raskt. Vi hadde godt feste selv i utfordrende stillinger med raske bevegelser.

Til tross for hullene føles matten myk å ligge på, og den er lett som en fjær og derfor enkel å transportere.

Ifølge produsenten Casall er matten utviklet i gjenbruksmaterialer. Det ville ha vært praktisk hvis det fulgte med en pose å ha den i, men du kan kjøpe den i tillegg for rundt 200 kroner.



Lav vekt, ekstremt sklisikker, myk overflate.



Pose må kjøpes i tillegg, litt dyr.



## Luksusutgave

### Lifforme Yoga Mat 4,2 mm, kr 1250

Du kan ikke unngå å bli glad når du ruller ut denne forseggjorte matten med den flotte rosafargen. Tegningene viser hvor man skal plassere hender og føtter. Du ser også hvor midten er, og det er smart fordi det gjør det enklere å gjøre alle øvelsene riktig.

Overflaten og tykkelsen gjør at hender og føtter holder seg der de skal i alle stillinger, slik at man står fjellstøtt. Matten måler 185 x 68 centimeter og er ganske stor. Derfor er den litt tung sammenlignet med de andre i testen.

Produsenten garanterer at matten er PVC-fri. Den leveres i en praktisk pose med justerbar skulderrem. Totalt sett er superfin, men ganske dyr matte.



Sklisikker, flott veske, funksjonelle illustrasjoner.



Tung å transportere, ganske dyr.



Når du skal kjøpe ny yogamatte, er både tykkelsen, materialet, lengden og bredden viktig. En god matte gjør det lettere å komme ut i krevende stillinger og få større utbytte av øvelsene. Den vi falt pladask for, har en spesiell funksjon som gjør den til en klar testvinner.

## Slik testet vi:

En god yogamatte er nødvendig for å stå støtt i de forskjellige stillingene. Den kan også være nyttig selv om du ikke trener yoga, for du kan bruke den til mye annet, som styrkeøvelser, pilates eller uttøying. Alle mattene vi har plukket ut her, er grundig testet i mange forskjellige stillinger, alt fra solhilsenen og hundestrekken til krigeren. Vi har vurdert mattene ut fra mål, vekt, sklisikkerhet og komfort, og selvfølgelig praktisk bruk. Prisene som er oppgitt, er de laveste vi fant på sammenligningstjenester som prisjakt.no og prisguiden.no.



En matte for livet

### Manduka Prolite Yoga Mat 5 mm, kr 900

Den røde matten har en overflate som gjør at man står godt plantet, uten at materialet på noen måte føles klebrig. Matten er overraskende myk å ligge på selv om den bare er 4,5 millimeter tykk.

Det er lett å rulle den ut og pakke den sammen, slik at du kommer raskt i gang og kan pakke sammen raskt etterpå.

Likevel er den ganske tung med en vekt på nesten to kilo. Til gjengjeld er den også litt større enn gjennomsnittet ettersom den måler hele 180 x 66 centimeter. Det er supert hvis man er langbeint, for da får hele kroppen plass på matten.

Ifølge produsenten er det brukt bærekraftige materialer, og du får faktisk livstidsgaranti.



Sklisikker, bærekraftige materialer, god størrelse.



Tung å bære med seg.



Svart klassiker

### Moshi Moshi Mind Yoga Mat 4 mm, kr 430

Moshi moshi-matten leveres i en søt liten prikkete stoffpose med hank, og ettersom den ikke er spesielt lang eller bred og heller ikke veier så mye, er den lett å ta med seg til yogatimen. Men det var også det eneste som ga bonuspoeng da vi testet.

Materialet føles plastaktig, og når man har svette hender og står i for eksempel hundestillingen, sklir man rundt på matten.

Materialet virker tynt, men er likevel ganske mykt.

Prisen er det ikke noe å si på, men vi savner helt klart bedre feste, som er superviktig for å få mest mulig ut av de forskjellige stillingene.



Søt stoffpose, lett og mykt materiale, god pris.



Man sklir på matten.



Flotte farger

### Reebok Mat 6 mm, kr 300

Første gang du skal bruke denne matten fra Reebok, trenger den en omgang med en våt klut, for materialet har en sterk plastlukt. Heldigvis forsvinner den stramme lukten ganske raskt.

Fargen er frisk og innbydende, og med sine seks millimeter er matten litt tjukkere enn flere av de andre i testen. Tykkelsen gjør at den er hakket mykere, og dermed skånsom mot knærne. Den er skikkelig behagelig å ligge på.

Til tross for tykkelsen står man stabil under øvelsene, ettersom overflaten har en litt klebrig struktur. Matten tar ganske mye plass under armen, og er også litt tyngre å bære enn mange av de andre.



Sklisikker, suveren komfort, fine farger.



Veier mye, lukter i begynnelsen.



Robust materiale

### Titan Yoga Mat 6 mm, kr 500

Denne klassiske røde og svarte yogamatten fra Titan veier svært lite, og er derfor lett og praktisk å ta med på trening. Det er et klart pluss.

Derimot skulle vi gjerne hatt bedre feste. Når man går ut i de forskjellige stillingene, skal det ikke så mye til før hender og føtter sklir. Det er veldig sjenerende, og ødelegger effekten av øvelsene.

Materialet føles solid og slitesterkt, men matten er litt hard å ligge på, til tross for tykkelsen på seks millimeter.

Derimot er det to hull i den ene enden som gjør det lett å henge opp matten på veggen etter bruk, slik at den får luftet seg.



Lette å ta med seg og henge opp, slitesterk.



Hard å ligge på, glatt overflate.

