

IM FOKUS ANALYSE

Nordic Walking-Stöcke | von Oliver Pichler

KOMPERDELL Innovativ & preisattraktiv

Komperdell hat zwei besondere Stock-Ideen im Programm: Der „Carbon Aero“ ist ein superleichter Carbon-Stock (123 g). Ist man mit ihnen unterwegs, hat man bei perfekter Steifigkeit und Stabilität das gute Gefühl, einen Griff und eine Spitze und dazwischen nichts in der Hand zu haben. Hingucker sind die geschwungenen „Ergo Pole“ in Alu-Ausführung. Vorausgesetzt man ist sportlich unterwegs, entfalten sie ihre Stärken. Das Geschwungene soll dreifachen Nutzen bringen: Beim Aufsetzen des Stocks befindet sich das Handgelenk in einem flacheren Winkel zum Boden. Damit wird – im Test erprobt – die Handbewegung runder und man bringt am Beginn mehr Schubkraft auf den Boden. Dieser Effekt stellt sich auch beim Abwärtsgehen mit Nordic Walking-Bewegungsablauf ein. Die geschwungene Stockform soll dämpfend und schonend auf das Handgelenk wirken. Und die Biegung im unteren Teil des Stocks soll das Wegrutschen der Spitze verhindern. Im Test ist dieser Effekt auf Natur-Untergrund sehr gut und auf Asphalt (mit Gummispitze) gut gegeben. Einzig wenn man die Stöcke auf steilen Bergab-Passagen zum Stützen vor dem Körper einsetzen will, ist die gebogene Form kontraproduktiv. Nur wenn man die Stöcke absichtlich schräg hält, ist der notwendige Halt gegeben.

Alle Komperdell-Stöcke – ob Alu oder Carbon, ob Vario (längenverstellbar) oder Traveller (kurzes Packmaß) – sind mit bequemen „Click-in-Griffen“ ausgestattet, die sich ohne die Schlaufe vom Handgelenk zu lösen, vom Stock trennen lassen.

www.komperdell.com

Ergo Pole (Bild links) – der Geschwungene, Preis: € 59,95
Carbon Aero – der Superleichte, Preis: € 99,95

SWIX & EXEL Top-Alternativen

Swix bietet eine attraktive Vielfalt an Nordic Walking-Stöcken an. Die Besonderheiten: Faltstöcke mit extrem kleinem Packmaß. Die „Twist & Go“-Spitze, um bequem zwischen Gelände und Asphalt zu wechseln. Superleichte Carbon-Stöcke und besonders angenehme Naturkorkgriffe.

Exel war mutmaßlich die erste Firma, die 1997 Nordic Walking-Stöcke produzierte. Heute haben die Finnen fünf verschiedene Stockserien im Programm, darunter auch geschwungene und längenverstellbare Modelle.

www.swix.de
www.exelsports.com



LEKI

Praktisch & bequem

Mit Faltstöcken, Traveller-Stöcken, flexiblen „Smart“-Spitzen und weiterentwickelten Griffen bietet Leki 2016 eine Reihe interessanter Nordic Walking-Stöcke an. Die Faltstöcke (bis aufs Design gleich) sind dank Carbon-Ausführung sehr leicht und mit knapp 40 cm Packmaß super klein, allerdings nicht längenverstellbar. Für Faltstöcke ist die Stabilität erfreulich gut. Traveller-Stöcke (62–130 cm stufenlos) gibt es mit „normaler“ Spitze und mit „Smart“-Spitze. Wer nicht auf das kleine Packmaß von Faltstöcken fixiert ist, ist mit den Traveller-Modellen, weil stabiler und längenflexibel, noch besser bedient. Ihre Längenverstellbarkeit ermöglicht die zentimetergenaue Anpassung an unterschiedliches Gelände. Zur Ausführung der Spitze: Die „Smart“-Spitze ist eine Kombination aus Gummi- & Metallspitze. Vorteilhaft ist, dass man keine extra Gummipuffer braucht. Das Umstellen der Smart-Spitzen von Gummi auf Metall oder umgekehrt ist allerdings Feinarbeit, die man vor dem Kauf probieren sollte. Der Tausch der „Smart“-Gummipads erfordert Geschick (Anleitungsvideo im Internet). Im Test funktioniert die Smart-Spitze sehr gut. Einzig im sehr weichen Boden ist der Halt „normaler“ Spitzen besser. Eine wahre Freude sind die „Trigger Shark 2.0“-Griffe, mit denen alle beschriebenen Modelle ausgestattet sind. Sehr gute Kraftübertragung und schnelles, aber nicht unabsichtliches Lösen vom Griff sind die Vorteile. Die Schlaufe gibt es in verschiedenen Größen – sie sollte nicht zu klein/eng sein. Überdies bietet Leki eigene Nordic Walking-Handschuhe mit integrierter Fixierschlinge.

www.leki.com

Faltstöcke: Trail Stick bzw. Micro Trail Pro, € 160,-

Längenverstellbar:

Traveller Carbon: € 160,-

Smart Traveller Carbon: € 150,-

Der „Trigger Shark 2.0“-Griff

