

RIKTIGE KLÆR GIR BEHAGELIGE SYKKELTURER

Riktig sykkelbekledning er ledig og fleksibel, gir lav luftmotstand og god lufting, og holder deg varm på kjølige dager. Plaggene som vises nedenfor er utvalgte, gode eksempler fra mangfoldet av produkter på markedet.

SYKKELTRØYE:

En tettstående sykkeltrøye gir mindre luftmotstand og transporterer svetten bort. Glidelås i halsen gir mulighet for å regulere varmen. Sykkeltrøyene har vanligvis tre lommer på ryggen, slik at du får med litt verktøy, mat og ekstra klær uten å måtte ta med sekk. Noen har også en ekstra glidelåslomme for nøkler og verdisaker på den midterste lommen. Finnes i mange prisklasser og varianter i de fleste sportsbutikker. Skal du sykle ritt, er et godt alternativ å melde seg inn i en klubb og stille i klubbens drakt. Da får du rimelig trøye, samtidig som du støtter idrettslagene som bidrar til rittilbudet. Her SK Ryes sykkeltrøye til omkring 450,-.

LØSE ERMER:

På kalde dager, eller hvis temperaturen varierer i løpet av turen, kan det være godt å ha med et par løse ermer (armvarmere). Kan også trekkes opp og ned i løpet av turen/rittet, for å regulere varmen underveis. Tar mindre plass og er raskere å ta på enn en ekstra supertrøye. Her et par flossede og behagelige armvarmere fra BBB (Deler AS) med refleks til 199,-.

HANSKER:

Sykkelhansker er laget for å gi grep om styret. I tillegg beskytter de håndflaten hvis du faller av sykkelen. På kalde dager, eller om du ønsker ekstra beskyttelse i tilfelle fall, er lange hansker å foretrekke. Mange hansker har polstring i håndflaten for å gi bedre komfort. Her et par THE Cosmo (Deler AS) til 329,-.

SOKKER:

Det finnes et stort utvalg av sportssokker for sykling i ulike materialer, tykkelser og høyder. På kalde dager bruker vi gjerne noen i ull. Her et par Pearl Izumi Elite for varmere dager til 159,-.

SKO:

Sykkelsko kommer i flere varianter og prisklasser. Sykler du mye konkurranser er det viktig med en stiv såle, som sørger for at all kraft overføres til pedalen. Triller og bærer du sykkelen i vanskelige partier, er det greit om sålen er litt mykere. Stive såler fører også til mindre bevegelse av tærne, og det er lettere å bli nummen og kald. Det er en fordel om lukkingen er borrelås eller spenner da ligger kan hekte seg i drevene. Har skoene knaster med gummi i, gir det bedre grep enn sko med mer plastaktige knaster. Til tekniske ritt med en del sti, hvor man må litt av for å gå, liker jeg å bruke sko som ikke har superstiv såle, og velger gjerne en annen sko enn toppmodellen. Her en stilrenmodell fra Shimano, xc70L til 2589,-.

HJELM:

Alle sykkelhelmer som selges i Norge skal være godkjente. For tilstrekkelig sikkerhet er det imidlertid viktig at hjelmen passer godt til formen på hodet og at den har nakkebøyle og reimer som holder den godt på plass. Godt med luftehull sikrer at du holder hodet kaldt på varme dager. Her Land Thalamus til 1499,- som du kan designe som du vil på Landhelmets.no.

SPORTSBRILLER:

Sportsbriller eller vanlige briller beskytter øynene mot sol, vind, sprut, kvister og insekter, og er en viktig investering mot øyeskader. Velg et par som sitter godt på hodet, også når det rister. Her et par BBB Select med to ekstra glass og justerbar nesepute til 639,-.



JAKKE ELLER VEST:

På sykkel blir man raskt nedkjølt av vinden i utforkjøring - eller på kveldstid. Ta gjerne med en tynn vindjakke eller vest som er liten nok til å putte i bakomma. Her en tynn, lett og synlig jakke med reflekser fra Scott. Windbreaker Helium koster 899,-.

LØSE KNÆR ELLER BEIN:

Sykling i kaldt vær kan medføre skader på knærne. For sykklister er det derfor ekstra viktig å ha noe varmt rundt knærne. Løse knær tar liten plass, og kan tas med på sykkelturen. På kalde dager kan løse bein erstatte en lang sykkelbukse. Et par løse bein koster omkring 350,-.

OVERTREKK:

På kalde eller våte dager er det fint å bruke skovertrekk. Velg gjerne et som har vannavstøtende overflate og microfleece på innsiden. Her vår favoritt, et par BBB Waterflex (Deler AS) vannavstøtende skovertrekk med refleks til 379,-.