



Newsletter 21 – 15. März 2013

Liebe Leserinnen und Leser,

es ist schon Mitte März, doch nach den paar warmen Tagen erleben wir die Rückkehr des Winters. Viel Schnee, glatte und nasse Laufstrecken gab es in den letzten Monaten - da zeigt sich, dass wir mit unserem Trailshuhtest im Herbst das richtige Näschen hatten.

In den kommenden Wochen planen wir einiges für Euch. Schon am 2. und 4. April geht es los.

Euch allen wünschen wir „Alles Gute für 2013“ –

das gesamte Team von Dets Laufshop



Detlef
Ihr und Euer Detlef Seesha

Neue Homepage

Wir haben unsere homepage www.laufshop.de modernisiert: Schaut Euch das Ergebnis an, das wir gemeinsam mit Steffen Schlakat/mediaImpulse aus Neustadt entwickelt haben:



Solltet Ihr einen Fehler finden, meldet Euch bei stefan@laufshop.de.

Neu auf der Homepage

Wir wollen in diesem Jahr die Rubrik „Aus den Vereinen“ wieder aufleben lassen. Mailt uns Tipps, Vorschläge und besondere Aktivitäten, von denen andere Läuferinnen und Läufer auch erfahren sollen, an stefan.weigang@t-online.de :

GUT ZU WISSEN - ÜBERSICHT



Vortrag und Workshop mit Matthias Marquardt:

Vorschau: Wir haben mit dem (nicht nur regionalen) Laufguru Matthias Marquardt gesprochen und bieten Euch im Juni einen Vortrag und Workshop mit ihm an. Näheres darüber erfahrt Ihr in Kürze auf der homepage und im Laufshop.

2. April: Die neuen adidas BOOST testen

Mit einem neuartigen Dämpfungssystem kommt adidas in diesem Jahr auf den Markt: Die im neuen BOOST sind bei uns und ausgewählten Händlern frisch eingetroffen. Am besten im Laufshop ausprobieren, wie sich das anfühlt. Oder am 2.



April ab 17:30 Uhr auf dem Sportplatz des Zentrums für Hochschulsport, Am Moritzwinkel 6, kostenlos testen. Zwei Betreuer sind für Euch und Eure Fragen da.



Schuhe von New Balance testen

Am 4. April sind wir ab 16 Uhr auf dem Sportplatz des Vereins Hannover 78, neben dem Bundesleistungszentrum am Maschsee, Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 2. Ihr könnt die neuen NB-Modelle testen, darunter auch die neuen „minimum“-Schuhe. Unter diesem Label bietet New Balance inzwischen etliche Modelle nach dem Konzept von Natural running an.

NEUTRAL CELL
ES LIEGT IN DER NATUR DER
FAAS FAMILIE
JEDEN ZU VERSTEHEN DER EIN LÄUFER IST
The Nature of Performance | Puma

MOVE CELL
ES LIEGT IN DER NATUR DER
MOBIUM ELITE
SICH BEI JEDEM SCHRITT ANZUPASSEN
The Nature of Performance | Puma

Schuhe von Puma testen

Am 19. April sind wir ab 16 Uhr auf dem Sportplatz des Garbsener SC, Mühlenbergsweg, nahe der Kanalbrücke Am Hasenberge. Ihr könnt die 2013er-Modelle, zum Beispiel die Faas-Familie, von Puma testen.

Dets in Langenhagen treffen

Am 28. April sind wir im Sportheim des SC Langenhagen, Leibnizstr. 52, anzutreffen. Dort nehmen wir an einer Gesundheitsmesse von 13:00 bis 18:00 Uhr teil und sind mit Laufband/Videoanalyse und Beratung vor Ort.

GesPo
Langenhagen



Vorschau: Hannover-Marathon

Gutes wiederholen wir gerne: Am Samstag vor dem Marathon-Sonntag bieten wir Euch bei uns im Laufshop 20 Prozent auf alles (außer reduzierter Ware, Stoppuhren und Pulsmessgeräte). Stressfreies Ausprobieren und Beratung und jeder Besucher erhält gratis einen Energieriegel für einen guten Lauf.



Polar präsentiert RC3 GPS

In den letzten Jahren hat sich auf dem Pulsuhren-Markt viel getan. Das neue Modell RC3 GPS von Polar ist eine Kampfansage an die Mitbewerber: Das GPS-Teil ist nun in die Pulsuhr integriert. Schlank gebaut, leicht und für 229,95 € gibt es die RC3 als GPS-Uhr, für 279,79 € mit Herzfrequenz-Messung zu haben. Inbegriffen sind viele Onlinefunktionen wie die Streckenauswertung und zahlreiche nützliche Funktionen wie zum Beispiel „back to start“.*

Det gerät nur selten ins Schwärmen...

In 29 Jahren Laufshop hat Det Seeska schon viele Neuigkeiten erlebt, doch die neuen Short socks von CEP haben ihn zum Schwärmen gebracht. Sie sitzen wie angegossen, weil die Mittelfußkompression für eine optimale Passform sorgt. Die verarbeiteten Fasern schaffen ein ausgeglichenes Klima im Laufschuh. Die kurzen CEP-Socken sind unser Tipp für das breite Volkslaufpublikum!



ON-Running demnächst bei Dets

Die Sohlen sehen aus wie zerschnittene Gartenschläuche, es handelt sich aber um ein neues Laufschuh-Konzept. Die neu

entwickelten Laufschuhe von on-running.com machen neugierig und sind in Kürze auch in Dets Laufshop zu haben

*aus einem Testbericht:

Die **Polar RC3 GPS-Uhr** ist die erste Sportuhr von Polar mit integrierter GPS-Einheit. Zwar konnte schon die Vorgängermodelle drahtlos mit einem externen GPS-Empfänger gekoppelt werden, bei der Polar RC3 GPS wandert die Empfangseinheit **erstmalig bei Polar in das Gehäuse** der GPS-Uhr. Zunächst verwundert es, dass Polar sich so lange Zeit gelassen hat, eine eigene GPS-Uhr auf den Markt zu bringen, doch die RC3 GPS überzeugt als **ausgereifte Multisportuhr**, die GPS-Funktionen **sind sehr gut implementiert**, damit wird die Polar RC3 GPS **auf Anhieb zum ernsthaften Konkurrent** der etablierten Laufuhren. Im folgenden Test stellen wir die wichtigsten Funktionen der Polar RC3-GPS-Uhr vor.

Wie immer, das Fazit des Testes der Polar RC3 GPS vorweg:

Super dünne, angenehm leichte GPS-Uhr, vorwiegend für Lauf- und Radsportler. Überdurchschnittliche Akkulaufdauer, extrem genauer GPS-Empfang, sehr gute Navigationsfunktion wie die Streckennachverfolgung. Leider nicht wasserdicht.

Funktionsumfang der Polar RC3 GPS-Uhr:

Neben den Uhrenfunktionen (Uhrzeit, Stoppuhr, Alarm- & Schlummerfunktion, Datums- und Wochentagsanzeige) und einem beleuchteten Display verfügt die GPS-Uhr über jede Menge weitere Funktionen: So beherrscht die Polar RC3 GPS alle von den anderen Polar-Uhren (RC3, RCX3, RCX5) bekannten Funktionen, so kommuniziert die GPS-Uhr drahtlos (über W.I.N.D.) mit dem optionalen Pulsmesser zur Ermittlung der Herzfrequenz, damit stehen umfangreiche Analysemöglichkeiten zur Verfügung (durchschnittliche/min./max. Herzfrequenz...). Der Kalorienverbrauch wird sehr genau berechnet, der aktuelle Pace angezeigt. Dank der integrierten GPS-Funktionen stehen umfangreiche Navigationsmöglichkeiten zur Verfügung (Distanz – Training, Runde und Gesamtstrecke, Höhenmeter Auf- und Abstieg), die Geschwindigkeit und das Tempo wird ermittelt (aktuell, durchschnittlich, maximal) zudem gibt es eine „Zurück-zum-Start“ Funktion.“

Dets Laufshop

Impressum: Newsletter 21/15. März 2013 von Dets Laufshop. Verantwortlich: Detlef Seeska, Lavesstr. 3, 30159 Hannover, Telefon: 0511/ 32 34 36, Telefax: 0511/ 32 01 97, info@laufshop.de. Eure Daten werden nicht an Dritte weitergegeben und nur zur Information von Dets Laufshop verwendet. Wer den Newsletter nicht weiter beziehen will, mailt formlos an info@laufshop.de.