

Socke ist nicht gleich Socke

Sportsocken sorgen für trockenere Füße, sitzen auch in feuchtem Zustand wie eine zweite Haut und sind dort gepolstert, wo es nötig ist. Kein Wunder also sind sie nicht nur angenehmer als Woll- oder Baumwollsocken, sondern sie vermindern auch das Blasenrisiko.

VON MONIKA GRAF

Angenommen Sie wissen es noch nicht, dann ist es allerhöchste Zeit, es zu erfahren: Die guten handgestrickten Wollsocken haben im Sport nichts zu suchen, und auch die weissen Tennissocken aus Baumwolle sind alles andere als ideal. Wer joggt, Rad fährt, inline-skatet, wandert oder auf den Langlaufski unterwegs ist, kurzum, wer schweisstreibende Sportarten betreibt, sollte spezielle Sportsocken tragen. Und das bedeutet funktionelle Socken aus Kunstfasern! Doch das ist noch nicht alles. Für jede Sportart gibt es mittlerweile besonders passende Modelle. Laufsocken sind nicht gleich Inline-Skatingsocken und Bikesocken nicht gleich Wandersocken. Sie sind jeweils anders

geschnitten, haben andere Polsterungen und sind unterschiedlich dick.

Kunstfasern behalten ihre Form

Allen Sportsocken ist etwas gemeinsam. Sie sind funktionell. Das heisst: Sie bestehen aus Materialien, die den Schweiß nicht aufsaugen, sondern von der Haut wegführen. Genau gleich wie bei funktioneller Unterwäsche bleibt dadurch die Haut trockener. Das ist nicht nur angenehmer, sondern auch gesünder. Ein weiterer Vorteil – gerade an den Füßen – ist die Tatsache, dass Kunstfasern in feuchtem Zustand ihren Querschnitt nicht verändern, wie das etwa vollgesogene Baumwolle oder Wolle tut. Die Form der funktionellen Sportsocken bleibt erhalten, garantiert dadurch ihren faltenfreien Sitz auch in feuchtem Zustand. Das wiederum vermindert das Risiko von Blasen erheblich. Diese Formtreue bleibt auch nach häufigem Waschen erhalten, was man von Baumwollsocken wahrlich nicht behaupten kann. Kommt dazu, dass Kunstfasern sehr viel schneller trocknen als vollgesogene Baumwollsocken. Doch ab und zu hat auch Wolle ihre Berechtigung. Wander- bzw. Trekkingsocken haben häufig Wollanteile beigemischt, da dadurch die Wärmeisolation erhöht wird, was sich bei Ausflügen im Hochgebirge als vorteilhaft erweist, bei Joggingmodellen aber unsinnig wäre.

Polsterungen da, wo es sie braucht

Für gute Sportsocken braucht es heutzutage mehr als bloss funktionelles Material. Je nach Sportart, beziehungsweise je nach verwendeten Sportschuhen, entstehen unterschiedliche Druckstellen. Dementsprechend sind auch unterschiedliche Schnitte und Polste-

rungen sinnvoll. Eine Inline-Skatingsocke ist höher geschnitten, reicht sinnvollerweise über den Knöchel hinaus und hat vor allem im Rist- und Knöchelbereich Polsterungen, die Druckstellen verhindern. Eine Laufsocke dagegen ist viel kürzer und dünner und schützt höchstens im Fersen und Zehenbereich vor Reibungen. Für eine angestrebte optimale Passform gehen einzelne Sockenhersteller (z.B. Salomon, Falke, Rohner, Adidas) gar so weit, dass sie asymmetrische Modelle herstellen, das heisst einen linken und einen rechten Socken. Falke bietet spezielle Damen- und Herrenmodelle an, weil Damenfüsse schmaler sind. Anatomisch perfekter geht es wohl nicht mehr. Nebst Material, Passform und Polsterungen sind auch die Nähte wichtig. Bei Laufsocken ist das vor allem im Zehenbereich von grosser Bedeutung. Die Naht muss hier extrem fein sein und darf nicht auftragen. Oftmals findet man in diesem Bereich gar keine Naht mehr, und wenn, dann nur eine nach aussen gewobene Flachnaht. Dies ist wichtig, weil dicke Nähte im Bereich der Zehennägel zu Entzündungen im Nagelbett führen könnten, was äusserst schmerzhaft und oft auch langwierig ist.

Weitere sinnvolle Details sind etwa Reflektoren. Gerade bei Velosocken, die ja nicht tief im Schuh verankert sind, wie zum Beispiel Inline-Skatingsocken, sorgen Reflektoren auf der Rückfahrt bei Dämmerung für erhöhte Sicherheit. Eine viel versprechende Neuigkeit bei Sportsocken sind eingewobene Silberfäden, wie das bei Modellen von Pearl Izumi, Salomon oder Rohner der Fall ist. Silberfäden tragen dazu bei, den Schweißgeruch und die Bakterienbildung zu hemmen. Ausserdem



FOTOS: HANSPETER LAESSER

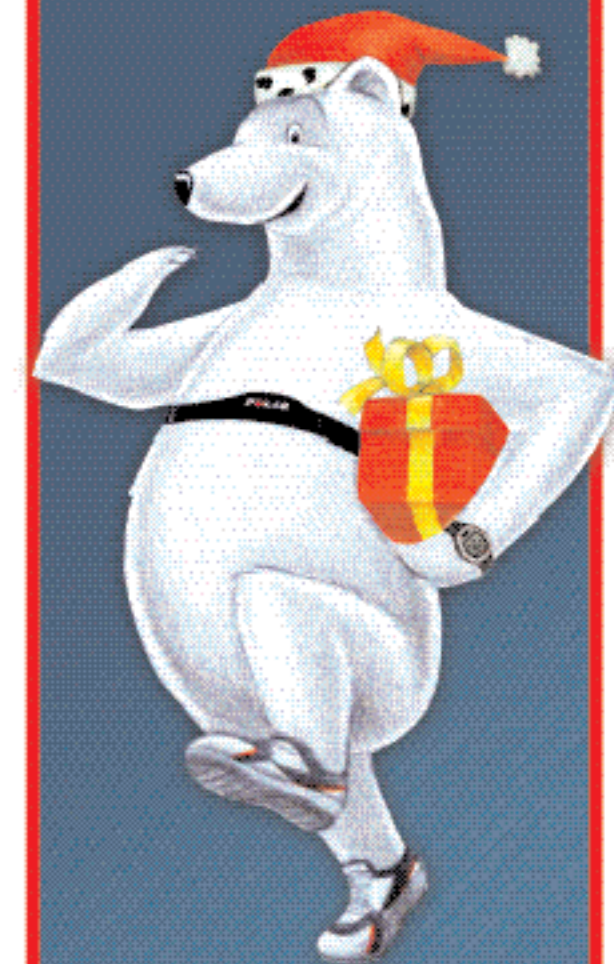
wirken sie temperatenausgleichend. Die Erfolge sind so viel versprechend, dass diese neuen Wunderfasern wohl in Kürze auch bei weiteren Sockenherstellern auftauchen werden.

Kurzum: Sportsocken sind eine kleine Investition mit grosser Wirkung. Überlegen Sie sich, wann Sie welchen Sport betreiben und überprüfen Sie Ihre bisherige Sockenwahl. Sportsocken sind nicht nur angenehmer als Woll- oder Baumwollsocken, sie sind auch gesünder und langlebiger und helfen mit, das Sporttreiben so lustvoll wie möglich zu gestalten. Auf den folgenden Seiten stellen wir Ihnen 10 Modelle vor für die unterschiedlichsten Einsatzgebiete.



SPASS,
FITNESS
und

MOTIVATION.



Schenken Sie einen persönlichen
Fitness Trainer zu Weihnachten.

Für weitere Informationen:
LMT Lauenberger Medizintechnik AG
Industriestrasse 19 • 8304 Wallisellen
Tel. 01 877 84 84 • www.polar.ch

POLAR.

Helly Hansen Sport Socke

Preis: Fr. 14.90

Größen: S (36–38), M (39–42), L (43–46)

Farben: Weiss, Blau, Schwarz

Material: 65% Polypropylen, 32% Nylon, 3% Lycra

Besonderheiten: Völlig ungefütterte, dünne Socke, die pro Fuss gerade mal 12 Gramm auf die Waage bringt. Extrem schnell trocknend. So fein, dass sie in noch so enge Schuhe passt. Die Naht im Zehenbereich könnte noch dünner sein.

Einsatzgebiet: Als absolut ungefütterte und extrem schnell trocknende Laufsocke gut geeignet in der warmen Jahreszeit. Im Winter auch als Unterziehs socke verwendbar. Fein wie eine zweite Haut.

Vertrieb: Helly Hansen Schweiz AG, Talackerstrasse 17, 8152 Glattbrugg, Tel. 01/829 80 10, Fax 01/829 80 50, www.hellyhansen.com



Adidas Running Light

Preis: Fr. 15.–

Größen: 1–5

Farben: Weiss

Material: 94% Polyamid, 3% Elastodien, 3% Elasthan

Besonderheiten: Ungefütterte, extrem leichte Laufsocke (eine Socke wiegt nur 11 g) mit linkem und rechtem Fuss. Die Mesh-Stickerei im Ristbereich bietet maximale Ventilation. Die Naht im Zehenbereich befindet sich auf der Fussunterseite, was Reibungen im Nagelbereich verhindert. Reflektoren vorne am Rist.

Einsatzgebiet: Das Leichtgewicht unter den Sportsocken ist eine ideale Laufsocke, die praktisch keinen Tropfen Schweiß aufsaugt und immer extrem atmungsaktiv bleibt. Auch im Hochsommer. Ohne Fütterung und ohne Polsterungen liegt sie wie eine zweite Haut am Fuss.

Vertrieb: Adidas Schweiz, Postfach 314, 8317 Tagelswangen, Tel. 052/354 44 44, Fax 052/354 45 15, adidas.swiss@adidas.ch, www.adidas.com



Nike Authentic Running Sock

Preis: Fr. 17.–

Größen: 35–47

Farben: Weiss, Schwarz

Material: 74% Baumwolle, 24% Nylon, 2% andere Materialien

Besonderheiten: Gut sitzende, sehr elastische Laufsocke ohne spezielle Polsterungen. Wegen des hohen Baumwollanteils ist diese Laufsocke nicht so schnell trocknend wie andere Modelle. Leider etwas dicke Naht im Zehenbereich.

Einsatzgebiet: Angenehm in der Passform, schlicht im Design, aber nicht ganz so funktionell wie andere Laufsockenmodelle.

Der «Authentic Sock» eignet sich vor allem als Freizeitmodell.

Vertrieb: Nike Schweiz AG, Grindelstr. 5, 8303 Bassersdorf, Tel. 01/838 55 55, Fax 01/838 55 00, www.nike.com



Rohner Inline-Skating light

Preis: Fr. 19.–

Größen: S (36–38), M (39–41), L (42–44), XL (45–47)

Farben: Grau/Schwarz

Material: 60% Polyester (Coolmax), 30% Baumwolle, 9% Polyamid, 1% Lycra

Besonderheiten: Hochgeschnitten bis Mitte Wade. Hoher Baumwollanteil. Baumwollplüsch saugt die Feuchtigkeit auf. In und zwischen speziell gewebenen Rippen (Air Channel System) kann die Luft zirkulieren und die gespeicherte Feuchtigkeit verdunsten und entweichen.

Einsatzgebiet: Leichte Inline-Skating Socke für Softboots. Sehr angenehm zu tragen durch die Baumwollplüsch-Rippen.

Das Oxygen Inline-Team hat dieses Modell auf Herz und Nieren getestet.

Vertrieb: Jacob Rohner AG, Jacob Schmidheinystr. 23, 9436 Balgach, Tel. 071/727 86 86, Fax 071/722 56 71, info@rohner-socks.com, www.rohner-socks.com



Descente Wintersocks Thermastat

Preis: Fr. 19.90

Größen: S/M, L/XL

Farben: Grau, Weiss, Schwarz

Material: 70% Polyester, 21% Polyamid, 5% Elasthan, 4% Elastomer

Besonderheiten: Ohne Polsterungen und ungefüttert, aber dank speziellen Hohlfasern (speziell produzierte Polyesterfasern, die innen hohl sind) gleichwohl recht warme Velosocke für die kalte Jahreszeit. Sehr schnell trocknend. Eng anliegende Passform. Sehr elastisch, deshalb nur in zwei Größen erhältlich.

Einsatzgebiet: Descente konzentriert sich stark auf den Velosport und kennt die Bedürfnisse der Radfahrer. Das Wintermodell der klassischen, dünnen Descente-Velosocken isoliert dank den speziellen Polyesterfasern erstaunlich gut.

Vertrieb: Uvex Schweiz AG, Ruessenstr. 6, Postfach, 6341 Baar, sales@uvexsports.ch, www.uvexschweiz.ch



Asics Marathonsocke

Preis: Fr. 24.90

Größen: S, M, L, XL

Farben: Weiss

Material: 60% Baumwolle, 40% Nylon

Besonderheiten: Im Fersen und Vorfussbereich je zwei aufgedruckte «Antirutschringe» aus Gummi. Dadurch kann die Socke weder beim Bergauf- noch beim Bergablaufen im Schuh verrutschen. Fersen-, Zehen und Sohlenbereich sind fein gepolstert. Das «Rohr» ist kurz oder lang erhältlich.

Einsatzgebiet: Das millionenfach geprüfte Marathonmodell von Asics hat die Feuertaufe längst bestanden. Die feinen, leichten Laufsocken haben nur so viel Polsterung wie nötig, der Fussrücken ist ungefüttert. Die Gummiringe an der Sohle erweisen sich als äusserst praktisch und verhindern ein Umherrschen der Socke im Schuh.

Vertrieb: Montana Sport AG, Mühlebachstr. 3, 6370 Stans, Tel. 041/619 16 66, Fax 041/610 87 87, info@montanasport.ch, www.montanasport.ch



Salomon Light Hiking

Preis: Fr. 25.–

Größen: S (3–6,5), M (6,5–8,5), L (9–11), XL (11,5+)

Farben: Beige, Braun, Schwarz, Rot, Gelb, Blau, Grün, Grau

Material: 57% Tactel (Nylon), 36% Nylon, 5% X-Static (Silberfasern), 2% andere Materialien

Besonderheiten: Tief geschnittene, dünne und extrem schnell trocknende Wandersocke mit Polsterungen an den wichtigsten Stellen: im Rist-, Zehen- und Fersenbereich sowie um den Mittelfuss. Salomon bietet linke und rechte Socken an.

Einsatzgebiet: Leichte, gut sitzende und angenehm zu tragende Wandersocke für moderne Trekkingschuhe, die sowieso schon gut gepolstert sind. Feine Silberfasern (X-Static) verhindern Fusspilz und -geruch und wirken temperaturregulierend. Auch als Laufsocke verwendbar.

Vertrieb: Salomon Schweiz AG, Galgenried, 6371 Stans, Tel. 041/611 10 10, Fax 041/610 40 66, www.salomonsports.com



Falke Langlaufsocke

Preis: Fr. 29.–

Größen: 4 Größen für Damen (35–42), 4 für Herren (39–48)

Farben: Schwarz, Grau, Blau, Blaugrün, Hellblau, Rot

Material: 40% Polypropylen, 27% Polyacryl, 22% Schurwolle, 11% Polyamid

Besonderheiten: Hochgeschnitten bis Mitte Wade. Spezielle Polsterungen rund um den Fuss, im Knöchel- und im Ristbereich. Falke produziert für alle Sportarten linke und rechte Socken und bietet spezielle Damenmodelle an.

Einsatzgebiet: Warme, durch die Polsterungen sehr angenehm zu tragende Langlaufsocke für klassischen oder Skating-Stil. Anatomisch perfekt geschnitten.

Vertrieb: ISA Sallmann AG, Weinfelderstr. 11, 8580 Amriswil, Tel. 071/414 24 09, Fax 071/414 24 18, isa-sallmann@swissonline.ch, www.falke.de



Thorlos Lite Running

Preis: Fr. 29.50

Größen: 9 (35–37), 10 (37,5–40), 11 (40,5–43), 12 (44–45,5), 14 (46–49)

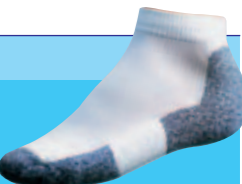
Farben: Weiss/Schwarz

Material: 70% Coolmax, 27% Nylon, 3% Spandex

Besonderheiten: Sehr kurz geschnittene (auch mit längerem Rohr erhältliche) Laufsocke mit voluminöser, aber angenehmer Polsterung an der Fusssohle und im Fersen- und Zehenbereich. Über dem Fussrücken dünn und sehr schnell trocknend. Zum Glück ist die Naht im Zehenbereich etwas hinter dem Nagelbett.

Einsatzgebiet: Stark gepolsterte, aber gleichwohl gut sitzende Laufsocke mit kurzem Rohr. Dank ausgezeichnetem Material bleibt das Polster auch in feuchtem Zustand atmungsaktiv und formtreu.

Vertrieb: Lowa Schuhe AG, Wengelacher 1, Postfach 544, 3800 Interlaken, Tel. 033/828 11 44, Fax 033/828 11 40, info@lowa.ch, www.lowa.ch



Pearl Izumi Summit High

Preis: Fr. 29.90

Größen: S (36–40), M (40–44), L (44–47)

Farben: Grau

Material: 60,5% Acryl, 17% Merinowolle, 10,5% Nylon, 8,5% Spandex, 3,5% Silberfäden

Besonderheiten: Hochgeschnitten bis Mitte Wade. Elastische Rippen am Fussgelenk sorgen für guten Sitz. Eingewobene feine Silberfäden (X-Static-Fasern) im Bereich der Fusssohle vermindern Fussgeruch und Bakterien und regulieren die Temperatur.

Einsatzgebiet: Rundum und bis oben gut gepolsterte und warme Outdoorsocke. Die Fütterung verhindert Druckstellen im Wandersschuh. Dank Wolle ist die Socke recht warm, Silberfäden sorgen dafür, dass es Sie nicht aus den Socken haut...

Vertrieb: Christian Bättig AG, Lindauerstr. 25, 8317 Tagelswangen, Tel. 052/355 14 84, Fax 052/355 14 85, chrissports@chrissports.ch, www.pearlizumi.com

