

Weltneuheit von Nike – Der leichteste Wettkampfschuh auf dem Laufschuhmarkt

von M. Marquardt / Zeitschrift Triathlon

Mit dem Mayfly stellt Nike den wohl extremsten Laufschuh vor, den die Läuferwelt für Straßenwettkämpfe bisher sah. 135 g Gewicht (155 g bei Größe 46) stellen das absolute Limit des technologisch Machbaren da. Zum Vergleich: Ein Asics GT 2080 bringt in Größe 46 ca. 380 g auf die Waage. Diese extreme Gewichtsreduktion hat Ihren Preis: Keine Stützfunktion, wenig Dämpfung, kaum Führung. Ein Schuh, der das Gefühl vermittelt barfuss unterwegs zu sein. Und genau das ist der Ansatz. Ein unbeschuhter Läufer benötigt ca. 4 % weniger Energie als der in Laufschuhen. Ganz grob gepeilt kann man sagen, dass 100 g Schuhgewicht 1 % mehr Leistung benötigen. Dies sind keine Werbebotschaften Nikes, sondern mir wohlbekannte wissenschaftliche Veröffentlichungen von namhaften Biomechanikern.

Eine Attacke auf ihre alte Bestzeit im Mayfly wenn Sie gut in Form sind? Ein Versuch ist es allemal wert! Ein Haken wäre da aber noch: Mayfly bedeutet Eintagsfliege. Der Schuh ist von Nike für eine Haltbarkeit von 100 km ausgewiesen. Der minimalistische Mayfly ist eben ein Sprinter und kein langlebiger Dauerläufer. Aber immerhin. Er reicht für zehn 10.000m Rennen oder 2-3 Marathons und das für einen Preis von nur 40 €. DA überlegt man doch wirklich, ob man seiner Bestzeit nicht ein wenig auf die Sprünge helfen will, nicht wahr? Es versteht sich, dass Läufer mit orthopädischen Problemen im Sinne einer stärkeren Überpronation und/oder X-Bein-Fehlstellung diesen Schuh meiden sollten, sofern sich Probleme aus diesen Fehlstellungen ergeben. Gesunde Läufer und Supinierer können ihn hingegen im Rennen tragen, genauso wie alle aktiven Vor- und Mittelfußläufer. Grundsätzlich gilt aber, dass man den Körper auf einen solchen Renneinsatz mit regelmäßigen Barfußläufen auf dem Rasen zur Kräftigung im Training vorbereiten sollte.



Der Mayfly ist seit August im Handel und wird von ausgewählten Laufsportfachhändler vertrieben. Die Adresse des nächsten Händlers können Sie per Mail unter de.runners@nike.com erfragen.

Matthias Marquardt

OBERSCHUH	Gramm
Zunge	5.7
Laschenpolster	0.6
Zungenfutter	1.5
Vorfußverstärkung	0.3
Quarter I/O	2.1
Quarter Verstärkung	2.0
Schnürlochung	1.3
Futter im Knöchelbereich	2.7
Schaumeinlage im Knöchelbereich	3.0
Knöchelverstärkung	1.0
Mittelteil im lateral Bereich	0.6
Fersenteil	1.6
Mittelstückverstärkung	0.2
C/O Label	0.2
Cement	3.9
OBERMATERIAL GESAMT	26.7
SOHLE	Gramm
(Feines Phylon) Leichtes EVA	83.0
BRS 1000R Außensohle (+ Cement)	8.0
Einlegesohle (+ Cement)	13.0
Schnürsenkel	4.3
SOHLE GESAMT	108.3
	Gramm
SCHUH GESAMT (Größe: US 9)	135



Das sagt Nike zum neuen Racer:

Das leichte Obermaterial aus Ripstop Nylon, der minimale Fersenteil, eine nahtlose zweiteilige Obermaterialkonstruktion und die neu entwickelte ultraleichte Mittelsohle verhelfen dem Mayfly zu einem einzigartigen Gewicht von 135 Gramm. Leistung ohne überflüssige Extras!

Vielen Dank an M. Marquardt und die Redaktion der Zeitschrift Triathlon die diesen Test kostenlos zur Verfügung gestellt haben.