

HARDLOOP KLEDING

HARDLOOP KLEDING

- BROEKEN

Ik vind 2 in 1 shorts heel fijn! En je gaat op deze pagina een hoop over de Decathlon lezen want JA alles wat zij hebben is geweldig. Ook zijn de 2 in 1 shorts van Nike heel fijn. TEMU heeft ook fijne broekjes met ritsen erin, en al deze merken zijn goed te betalen, max 30 euro voor een shorts, en dat zijn de dure van Nike!

- SPORT BEHA'S

Mijn all time favorieten zijn van de Primark, lekker basic, zitten goed strak, vulling die erin en eruit kan, bandjes strakker en losser. Ook nog eens mega goedkoop. De sport beha's van AYBL zijn ook erg strak en ook verstelbaar. iets duurder maar goede om te bestellen tijdens hun sale!!

- SPORT TOPS

Sommige vinden het niet mega comfy om te rennen met alleen een sport beha. Tops van Nike en de Decathlon zijn heerlijk dun, luchtig en zitten lekker. Ik heb er al 2 hardloop wedstrijden in gerend, zitten heerlijk en je gaat je er niet aan irriteren. Sommige tops zijn zelfs maar 6 EUR dus zeker een bezoekje bij de Decathlon waard!

- LONG SLEEVES

Voor de winter heeft de Intersport & Decathlon goede fleece longsleeves. Ik vind ze zelf niet TE warm maar heerlijk zacht en houden goed warm gedurende lange runs als het onder de 10 graden gaat worden. Voor koele zomer en lente ochtenden vind ik de Gymshark Training tops heel fijn en soms zelfs de Vital Seamless long sleeves, check deze even als ze in de korting zijn want Gymshark is natuurlijk nogal prijzig.

- SOKKEN

Eerst rende ik gewoon met sneaker sokken en geen probleem, je hebt dus niet per se speciale sokken nodig als je begint met hardlopen. Laatst heb ik STOX sokken gekocht, zeker nu het koud gaat worden vond ik het belangrijk om te investeren in goede sokken die blessures kunne voorkomen! Door STOX sokken heb je betere doorbloeding in je schenen, kuiten en voeten in het algemeen, hierdoor heb je minder spierpijn, ben je sneller warm tijdens je training en is dit dus tijdens de winter beter vol te houden! Zeker even het proberen waard, hiervan heb je ook goedkopere versies en andere merken naast STOX.