



Was ziehe ich heute beim Training an? Für die lange Hose ist es fast zu warm, ich mag unterwegs aber auch nicht frieren!?

Wenn Du dieses Problem auch kennst, benötigst du definitiv Beinlinge. Hier im Test die Vaude Leg Warmer Light...



Allgemeines:



Die Entwickler der Beinlinge nahmen sich zur Aufgabe die Beinlinge möglichst ergonomisch zu gestalten. Eine Knieverformung verbessert beispielsweise zum einen den Halt der Beinlinge, zum anderen wird so ein angenehmeres Fahren ermöglicht.

Es entstehen **keine nervigen Falten im Kniebereich**, welche manchmal sogar zum Aufscheuern der Haut führen könnten. Für einen guten Halt der Beinlinge sorgt der Antirutsch-Gummi im Saum der Beinlinge. Das Verrutschen der Beinlinge wird so einwandfrei verhindert, auch bei längeren Touren braucht man sich um den Halt der Beinlinge keine Sorgen machen.

Der übliche Reißverschluss an der Wade vereinfacht das An- und Ausziehen.

Die Waage bleibt bei nur 140g stehen.

Das Material der Beinlinge setzt sich aus 80% Polyamid und 20% Elastan zusammen und bereitet keine Unannehmlichkeiten auf der Haut.

Das von Vaude gewährleistete „Green Shape“ Siegel, steht zusätzlich für eine umweltfreundliche Herstellung des Produkts.



Regen, Sonne, Sturm und Kälte - was halten die Beinlinge aus?



Die Beinlinge waren Angesichts des deutschen Wetters sehr oft mein Trainingsbegleiter.

Dies liegt natürlich am extremen Vorteil, dass man sie schnell aus- und wieder anziehen kann.

Jeder Mountainbiker weiß, wie nervig es ist lange Trägerhosen beim Training mal schnell gegen eine kurze Hose zu wechseln - fast unmöglich. Hier bieten die Beinlinge einen besonderen Komfort: Wenn es an den Beinen zu warm wird, kann man die Beinlinge problemlos auch während dem Fahren einfach nach unten schieben.

Auf der anderen Seite kann man die Beinlinge problemlos in der Trikottasche mitnehmen. Wenn man nicht genau weiß, wie das Wetter im Verlauf des Trainings wird, entweder erstmal mit den Beinlingen losfahren und sie nach einer Zeit in der Trikottasche verstauen oder eben andersherum.

Gegen Wind halten die Beinlinge problemlos stand. Sie haben zwar **keine windstoppende Funktion**, der kalte (Fahrt-)Wind gelangt aber nicht durch den Stoff auf die Haut. So wird ein Auskühlen der Muskulatur verhindert - jeder weiß, wie unangenehm eine kalte Muskulatur beim Fahren sein kann.

Inbesondere wenn man eine lange Tour plant, kann das Problem durch die Leg-Warmer verhindert werden!



Bei Temperaturen zwischen 13 und 25 Grad sind die Beinlinge ideal. Sie wärmen die Beine zuversichtlich und ganz besonders das Knie wird vom kalten Wind geschont.

Unter 13 Grad können die Leg Warmer LIGHT der Kälte wiederum nicht mehr standhalten: Die Knie werden schnell kalt, die Oberschenkel müde.



Hier kann man Vaude aber keinen Vorwurf machen, da die „normalen“ Leg Warmer (also nicht Leg Warmer light) für die niedrigeren Temperaturen zu erwerben sind.

Einem Regenschauer können die Beinlinge ebenfalls nicht stand halten. Sie haben **keinen Regenschutz** und saugen sich praktisch mit Nässe voll. Bei viel Niederschlag also lieber eine Regenhose - und keine Beinlinge - anziehen.

Das besondere Einsatzgebiet:

Da ich auch bei Mountainbike-Rennen wie der MTB Bundesliga unterwegs bin, kamen die Beinlinge auch an vielen Rennwochenenden in ganz Deutschland zum Einsatz.

Weil ich im Rennen immer mit kurzer Hose fahre, waren die Beinlinge ideal beim **Einfahren** vor dem Start. Hier wärmen sie die Beine und **verhindern das Auskühlen**, was gerade bei einem Wettkampf gravierende Folgen haben kann.

Oft habe ich sie erst 2 Minuten vor dem Rennstart ausgezogen.

Der wichtige Rutschtest:

Meine ersten Beinlinge, die nicht nach 5 Minuten schon an den Knien hängen!

Hier ein großes Kompliment an den Hersteller! Der „**Antirutsch-Gummi**“ erfüllt seine Aufgabe einwandfrei. Auch nach einem zweistündigen Training sitzen die Beinlinge noch perfekt.

Preiseinschätzung und Fazit:

38 Euro sind für Beinlinge schon ein hoher Preis.

Bei vielen Eigenmarken bekannter Onlineshops würde man auch fast für die Hälfte fündig werden.

Wir werden uns bemühen auch diese Preisklasse demnächst zu testen.

Erstmal sind die Vaude jedoch ihr Geld wert. Alles was der Hersteller verspricht, wird auch eingehalten. Ein tolles Produkt, dass ich nur empfehlen kann!

Bilder: (c) rund-ums-rad.info

