

PUMA 推出全新 Velocity NITRO 3 全方位氮氣訓練跑鞋，最大特色是新一代的氮氣中底 NITROFOAM 加厚了 2 毫米，令本來強勁的回彈力再加強，同時給予更高效的緩震、舒適度和靈活度，令跑手可以安心挑戰任何跑程。

精密加工的高透氣結構鞋面，配合 PWRTAPE 耐用貼片，跑步時為腳掌高壓區提供最佳支撐，鞋領以泡棉加強，更舒適貼腳。無論在任何地點，PUMAGRIP 極強抓地大底也為你提供足夠牽引力，令跑手無懼舉步向前。它還採用了 Psychedelic Rush 配色，使用螢光黃鞋身，典雅黑銀 PUMA 標誌，配合顯眼白色中底，碰撞出迷幻感覺。



**回彈強力**  
PUMA Velocity NITRO 3  
售價 999 元

全新 Nike Alphafly 3 跑鞋是品牌有史以來最輕盈、測試次數最多的 Alphafly 跑鞋，沿用著名的動力設計，Alphafly 3 繼續以 Air Zoom 氣墊單元、Flyplate 碳纖維板和 ZoomX 泡棉組成，但整體系統的製作方法略有調整，優化並提升了對運動員的幫助。主要更新包括一體式鞋底，提供順暢穩定「從後蹠到腳趾」的力量傳送；更寬的全長 Flyplate 碳纖維板提供穩定助推力；全新 Fast Shot 外底保證提供出色牽引力和抓地力；至於 Atomknit 3.0 鞋面則提供更強的控制力、透氣性和中足支撐力。帶來最大程度的穩定性、舒適度和推進力，幫助跑者突破自我。



**力量傳送**  
Nike Alphafly 3  
1,599 元 (女裝)  
售價 2,299 元

**穩定推進**  
李寧赤兔 7 PRO  
售價 599 元

李寧牌的競速訓練跑鞋赤兔系列，以回彈力、穩定性及耐用度而聞名。最新的赤兔 7 PRO 亦不例外，中底配置較上代加厚了 17%，同時嚴格控制重量，提供更強勁的回彈力，為跑手的速度訓練提供更大助力。

為確保提速時的流暢性，赤兔 7 PRO 還提升了鞋頭的上翹幅度，為跑手提供更強的推進力；在穩定性上，赤兔 7 PRO 也進行了升級，不但用上全掌雙層結構，兩種密度的中底確保跑動時的動態平衡，更加入 PROBAR LOC 足弓穩定系統加強抗扭力，為足弓提供更好支撐，穩定性全面提升。



近年香港掀起跑步風，不少人都在放工/學後練習跑步。以下挑選多款最新跑/賽鞋，從慢跑訓練跑鞋以至馬拉松比賽跑鞋都有，總有一雙適合你，想準備迎接新一年的賽事，大家是時候揀好跑鞋，繼續衝刺。

**揀好跑鞋  
繼續衝刺**



■ 近年不少港人喜歡跑步。

### 小知識

#### 挑鞋不能犯的錯誤

- 見到朋友穿上新跑鞋，自己也有衝動去跟，可是他穿的不一定適合你，最好的方法還是親身去實體店試穿。
- 剛開始跑步的跑者，推薦入手慢跑鞋，不僅可以降低受傷機率，也能提高跑步時的舒適度，就算要輕鬆跑或者要跑長距離都適合。
- 能力許可的話，跑鞋應有兩雙或者更多，以備在不同的跑步訓練中輪換穿著。一方面可讓中底泡棉材質恢復原狀，二來也可減低運動創傷的機會。
- 既然要親身試穿，所以並不建議到網店買鞋。若一定要在網店購買，可先到實體店試穿，或是購買曾經穿過的款式較為穩陣。

**旗艦表現**  
New Balance  
FuelCell SuperComp Elite v4  
售價 1,899 元

New Balance 最新旗艦賽鞋 FuelCell SuperComp Elite 推出最新 v4 版本。首次採用回彈力極強同時更加輕巧的 PEBA 物料作為中底，配合經重塑成波紋形狀達至更薄更有力的全掌碳纖推進板，建構出能量回饋效能進一步加強的 Energy Arc。如雕塑般起角與及底部中空的中底形狀都經過精密計算而設計，不但有效提升回彈力，亦減少了多餘的物料使用，令賽鞋整體重量比上代減輕約 10%，協助跑手在比賽中跑出更輕快節奏，暢快直往前奔！

**全能款式**  
adidas  
ADIZERO BOSTON 12  
售價 999 元



adidas Adizero Boston 12 是一款專為中長距離跑步而設的跑鞋，也是為比賽日做好準備的跑鞋，於中底安裝了最新的 ENERGYTORSION ROD 2.0，從腳尖到腳蹠以碳纖維棒承托，為訓練帶來比賽日的推進感，同時間，中底結合 Lightstrike Pro + Lightstrike 2.0，提供了更高緩衝感，加上 Continental Rubber 橡膠外底都能發揮非凡抓地性能，應付不同路況的訓練都非常出色。



**人氣之選**  
HOKA Clifton 6  
售價 1,280 元

法國品牌 HOKA 的跑鞋中，最受跑手歡迎的是 Clifton 系列，Clifton 系列每代的緩震跑鞋，都能獲得最佳跑鞋設計獎，而最新的 Clifton 9 經過精心改良設計，除保留 Clifton 系列的優點外，新作在減輕重量的同時增加了 3 毫米的鞋底厚度，採用新型泡棉和改良的外底設計，帶來新的足感體驗，為不同配速跑者帶來更好的體驗。