

Bereid je voor op Egmond

6 januari 2006



Greg van Hest: 'Een goede voorbereiding is het halve werk'



"Egmond is een van de mooiste winterwedstrijden. Het is de aparte sfeer die mede wordt bepaald door het parcours en door de wisselende weersomstandigheden. Sneeuw, regen, wind of soms hele milde temperaturen. Bij Egmond moet je op alles voorbereid zijn! Normaal loop ik tijdens een wedstrijd in een singlet en short, maar voor Egmond is dat niet genoeg en neem ik uit voorzorg extra kledingstukken en accessoires mee. Vaak met het Nike Dri-FIT-systeem. Dri-FIT voert het transpiratievocht af waardoor je lichaam beter op temperatuur blijft. Als het bij de start echt te koud is trek ik een longsleeve aan en loop met handschoenen. Een bril beschermt me tegen de lage winterzon, sneeuw en harde wind."

Gregs advies voor Egmond: "Zorg dat je met kleding kunt switchen als de omstandigheden anders zijn dan je had verwacht. En... start vooral rustig want het strand kan behoorlijk zwaar zijn."

Nike-atleet Greg van Hest (*houder van het parcoursrecord Halve Marathon van Egmond: 1.01.17, 1999*).

Egmond winteraanbiedingen bij Runnersworld

Nu korting op diverse Nike-running-producten bij Runnersworld Alkmaar, Haarlem en Zaandam!

Wil jij de komende weken op een comfortabele manier door kunnen trainen en goed voorbereid aan de start verschijnen bij de Halve marathon van Egmond? Kies dan voor een complete running-winteroutfit en maak gebruik van de Nike Egmond-winteraanbiedingen bij Runnersworld. **Klik op het Runnersworld-logo voor meer informatie.**



Clima Fit Jacket

Combineert de technologieën van twee stoffen die passen bij prestaties van het lichaam in de verschillende zones: lichtgewicht Clima-FIT-stoftechnologie in het gehele jack. Dri-FIT-binnenkraag voor extra comfort. Opening in het rugpand van mesh voor ventilatie. Gemaakt van 3D power mesh voor maximale flexibiliteit. Glad voorpand op de borst met beschermende strip over de rits voor een gladde afwerking. Verborgene rits op rug met veiligheidszakje. Voorgevormde mouwen.



Tech Tight

Dri-FIT tight met spandex panels ter verbetering van de pasvorm en het comfort. Effectieve vochtregulerende functie. Transpiratie wordt opgenomen en getransporteerd naar de buitenlaag. Strategische naadpositionering en platgestoomde naden voor optimaal comfort. Zakje met rits aan de achterzijde. Reflectiepanelen voor betere zichtbaarheid in het donker.



Air Pegasus N2WNT

Deze schoen heeft alle eigenschappen van de normale Pegasus maar met enkele winterse extra's. Zo is het bovenwerk volledig van Clima-FIT, een klimaatbestendig materiaal dat ook in running-jacks wordt gebruikt (waterafstotend en winddicht). Verder zit er in de tussenzool een plaat die extra bescherming biedt op ruig terrein. Dames- en herenversies.



Triax Speed 100

Dit functionele en innovatieve running-horloge geeft je ongekende mogelijkheden om je doelstellingen, schema's en resultaten bij te houden. Het extra grote displayvenster laat gelijktijdig de doeltijd en de werkelijke tijd zien. Met één druk op de knop heb je toegang tot de belangrijkste informatie. Slaat tot 50 tijdregistraties op. Waterdicht tot 100 meter, verkrijgbaar in drie verschillende kleuren.



Zonnebril Siege

Met het Interchange Lens Systeem en een montuur dat zich aanpast aan de vorm van je gezicht trotseer je elke weersconditie.



Alkmaar

Schoutenstraat 3
1811 HC Alkmaar
T. (072) 520 32 93

Haarlem

Anegang 29
2011 HR Haarlem
T. (023) 532 87 56

Zaandam

Gedempte Gracht 58
1506 CH Zaandam
T. (075) 631 53 54