



TØJ & GEAR

DER GØR DET SJOVERE AT TRÆNE

Du træner muligvis ikke bedre af at have pænere tøj på, men du får helt klart mere lyst til at komme ud af døren for at gøre det. Her er nogle af sundhedsredaktør Marie Kaufholz' favoritter blandt alt det nye træningstøj.

AF MARIE KAUFHOLZ. FOTO: JAMES BATES, INA AGENCY M.FL.



Hold brysterne oppe - både nu og på den lang bane. Sportsbh, H&M, 129 kr.



Stopper kulden på morgenløbeturen. Løbejakke, Puma, 1.300 kr.



Superbløde, så de både kan bruges til løb og træning. Tights, Moshi Moshi Mind, 699 kr.



Perfekt til yoga. Top, H&M, 129 kr.

Forkæl dig selv og din hud efter træningen. Acai Body Oil, Rudolph Care, 445 kr.



Med et par små håndvægte kan du sagtens træne hjemme i stuen. Håndvægte, Fitnessbutikken.dk, 46 kr. pr. stk.

De bedste øvelser til en flad mave. "Flad mave for altid" af Birgitte Nymann, Politikens Forlag, 300 kr.



Hvis du ikke bryder dig om at vise numsen alt for meget frem. Shorts, Adidas by Stella McCartney hos Moshi Moshi Mind, 550 kr.

Klassiske, superbløde joggingbukser til træningscenteret. Joggingbukser, Topshop.com, ca. 175 kr.



Super lette løbesko, der oven i købet er pæne. Lunarswift løbesko, Nike, 1.300 kr.



Din træningstøj skal være i neon i 2011. Top, Adidas by Stella McCartney hos Moshi Moshi Mind, 599 kr.



Styr på sagerne. Træningstaske, Danza, 925 kr.

Designet til fodens bevægelser, når du træner. BioM træningssko, Ecco, 1.200 kr.



Trænger du måske ikke til en ny trænings T-shirt? T-shirt, Fred Perry, 400 kr.

Få masser af gode træningsøvelser, du kan lave hjemme i stuen, på ALTFordamerne.dk/



Undgå andres sved og bakterier ved at investere i din helt private måtte. Yogamåtte, Reebok hos Fitnessbutikken.dk, 250 kr.