



Ausführlicher Testbericht für den Mizuno Wave Rider 30 – der Klassiker wurde weiter optimiert und vereint nun viele Läuferwünsche.

Von Joanna Zybon

Wer jemals eine japanische Metropole wie Tokio oder Nagoya besucht hat, ist für immer hingerissen von der Sauberkeit, Pünktlichkeit, Disziplin, Sorgfalt und Detailliebe der Japaner. Alles muss perfekt sein. Auch die Schuhingenieure der japanischen Laufschuhmarke Mizuno haben diese Hingabe an die Vollkommenheit verinnerlicht, vor allem bei der Überarbeitung ihres beliebtesten Laufschuhs: Mizuno Wave Rider. Dieser liegt nun bereits in seiner dreißigsten (!) Version vor. In seinem Innenleben stecken nicht nur die Erfahrungen und das biomechanische Know-how aus drei Jahrzehnten, sondern auch neueste Innovationen.

Die größte technische Neuerung befindet sich in der Zwischensohle, in der zwei Schaumstoff-Schichten miteinander kombiniert wurden: Die obere Schicht ist mit Stickstoff angereichert, was für eine weichere Landung sowie mehr Fuß-Komfort sorgt. Die untere Schicht bietet zusätzliche Stabilität. Ein bewährtes Element des Wave Rider kennzeichnet ihn bereits seit 1997: die Wave-Platte in der Mittelsohle, die die Aufprallkräfte verteilt. Diese Kunststoffplatte verläuft über die gesamte Länge des Schuhs, dadurch bietet sie

sowohl Stabilität als auch Unterstützung bei der Abrollbewegung – für den ganzen Fuß. Dies macht den Schuh auch sehr vielseitig einsetzbar: die einen lieben ihn für kurze oder lange Alltagsläufe, die anderen als Wettkampfschuh.

In diesem Jahr ist jedoch nicht nur die Wave-Rider-Jubiläumsedition erschienen, sondern das gesamte Unternehmen Mizuno zelebriert sein 120-jähriges Gründungsjubiläum: Es war 1906 in Osaka, als die Brüder Rihachi und Rizo Mizuno ihre Firma gründeten. Die brüderliche Leidenschaft für Sportschuhe und -kleidung begann mit Baseball. Sportarten wie Laufen, Tennis oder Judo kamen erst später hinzu.

ERSTER TESTLAUF MIT DEM MIZUNO WAVE RIDER 30

Wenn ein Schuh drei Jahrzehnte lang Menschen auf der ganzen Welt inspiriert, ist jeder Schuhtester neugierig auf den ersten Lauf. So erging es auch mir. Ich probierte den Allrounder zum ersten Mal im und um den Berliner Tiergarten. Direkt vor dem Lauf hatte es kräftig geregnet. Ein paar Spritzer aus einer Schlammputze, schon war das strahlende Weiß des Schuh-Obermaterials und das Wellenmuster der Sohle befleckt. Super, so muss es sein! Ein Laufschuh

Läuferinnen und Läufer probieren den neuen Mizuno Wave Rider 30 bei einer Umrundung der Außenalster.



ist nicht zum Angucken da, mag er noch so schön sein. Vor allem, wenn er von Beginn an so leichtfüßig und dynamisch anrollt. Das Laufgefühl ist weich, federnd und elastisch, aber nicht zu weich. Alle Zehen fühlen sich wohl. Es macht Spaß zu hüpfen, mit Tempi zu experimentieren, mehrere Treppenstufen auf einmal hinunter zu springen. Denn die Dämpfung ist einfach zu gut. Beim Landen und Abrollen bleibt der Fuß stabil, obwohl der Schuh keine Pronationsstütze hat.



Der Mizuno Wave Rider hat Fans auf der ganzen Welt, einer davon ist der 26-Jährige Langstreckenläufer Artur Beimler. Beim diesjährigen Halbmarathon in Düsseldorf erreichte er Platz zwei in 1:04:24 Stunden, knapp hinter Hendrik Pfeiffer. Artur Beimler startet für den LC Cottbus und ist seit sechs Jahren bei Mizuno unter Vertrag.

Wie seine Vorgänger ist der Wave Rider 30 insbesondere für Läuferinnen und Läufer mit eher neutralem Laufmuster konzipiert. Laufmenschen, deren Füße – wie meine – beim Laufen etwas nach innen kippen, können den Wave Rider

aber trotzdem einsetzen: bei kürzeren Läufen. Meine Füße jedenfalls merken erst nach vielen Kilometern, dass die Schuhe keine Pronationsstütze haben, weil sie auch ohne Stützen einen stabilisierenden Service anbieten.



SCHUHTYP: NEUTRALSCHUH
EINSATZGEBIET: ASPHALT, GLATTERE PARKWEGE
GEWICHT (UNI): 265 GRAMM
GRÖSSEN (UNI): EU 35-51
SPRENGUNG (UNI): 8 MM
PREIS: 160,- EURO