

PLUS

guide

Februar 2015

18
sider



BLIV SET I MØRKET

— TEST AF LYGTER OG REFLEKSER

Se flere guider på bt.dk/plus og b.dk/plus

INDHOLD

SIDE 4

Vi har testet de bedste lygter og reflekser til dig, der vil løbe – eller cykle – foråret i møde



Foto: Bax Lindhardt

SIDE 5

TEST: Cykellygter

TEST: Løbe- og cykeltøj

TEST: Pandelygter

PLUS

PLUS udgives af Berlingske Media, Pilestræde 34, 1147 København K, Mail: plus@bt.dk

Web: www.bt.dk/plus og www.b.dk/plus,

Ansv. chefredaktør: Olav Skaaning Andersen. Redaktør: Mette Bernt Knudsen,

Bemærk: Der kan være omtalt forhold, der ikke længere er gældende.

Se udgivelsesdato på forsiden af publikationen. Forsidefoto: Iris

BLIV SET I MØRKET

Vi har testet de bedste lygter og reflekser til dig, der vil løbe – eller cykle – foråret i møde



Tekst og foto Sif Meincke

Vi går mod lysere tider. Vi bliver gladere, får mere energi, og skal ikke længere pakke os fuldstændig ind, inden vi kan bevæge os udenfor. Der er al mulig grund til at få lyst til at køre eller løbe de foråret i møde. Men endnu er det for tidligt at slippe cykellygterne, pandelampen og reflekskerne. Husk, at du skal gøre dig synlig fra solnedgang til solopgang. Det gælder især i dårligt vejr.

I følge specialkonsulent i Rådet for Sikker Trafik, Pernille Ehlers, sker cirka en fjerdedel af alle ulykker med cyklister og en tredjedel af alle ulykker med fodgængere i mørke.

Så det er vigtigt, at sikre sig godt, inden man går ud i mørket.

»Forlygte og baglygte skal kunne ses tydeligt på mindst 300 meters afstand. Men har man også refleks-vest på, er man synlig på ca. 400 meters afstand, hvis en bil har det lange lys på, fortæller Pernille Ehlers.

Dansk Cyklist Forbund skriver, at lygterne skal være tændt mellem solnedgang og solopgang. Desuden skal de på i f.eks. tåge eller snevejr, hvor det kan være svært at orientere sig. Er du i tvivl om, hvornår du kan ses, kan du downloade den gratis app 'Lygtetid', der til hver en tid fortæller, om du skal have lys på, hvor du befinder dig.

BT Weekend har testet de bedste cykel-lygter, pandelamper og refleksker, så du nemt kan sikre dig selv og din familie mod ulykker i mørket.

Sådan har vi gjort

- De udvalgte produkter er udvalgt testet i brug af BT Weekends faste forbrugstester Sif Meincke. Testen er lavet som en almindelig, personlig burgervurdering. Ikke en videnskabelig test.



BT WEEKENDS TESTPERSON

- Sif Meincke.
- Fotograf.
- 40 år.
- Bor med sin mand
- og to drenge på 9 år og 12 år
- i København.
- Har løbet i 8 år.
- Løber fire gange om ugen.

LUMEN

- Lumen (lm) er en måleenhed for den samlede mængde af synligt lys, der udsendes af en lyskilde. Antallet af lumen opgøres ved, at man hænger lyskilden op i en lukket, hvis kugle og måler hvor meget lys, der rammer indersiden af kuglen 360 grader rundt. Med meget rund hånd kan man sige, at en lm = 1 meter.

Frem for alt må cykellygter ikke være besværlige. De skal virke og de skal ses. Det er det. Spørger man Rådet for Lyset må lyset ikke falde i styrke og skal kunne ses 300 meter væk. Især på børnenes cykler skal det være nemt at få lys på. Mørket kommer tit bag på dem og måske ved de heller ikke helt, hvornår det er lygtetændingstid.

Vi har testet lygterne ud fra følgende prioriteter:

1. Hvor kraftigt lyser de.
2. Skal de op huskes eller sidder de fastmonteret på cyklen.
3. Hvor dyre er de i drift.

TEST:

CYKELLYGTER



**EGO FRA REELIGHT, USB
GENOPLADELIG.
399 KR./SÆT**

En smuk lampe. Genialt udført. Det tager 10 sek. at sætte den blivende del på styr og sadelstang. Resten af lygten klipses på med en magnet og tages med, når du forlader cyklen. Findes i en række farver. Kan lyse konstant eller med blik. På en opladning kan lugten lyse 2 timer, så du skal være virkelig god til at lade den op. En fin og ok stærk lygte med et smukt design.

****** SMART. SMUK OG GENOPLADELIG
– ALTID ET PLUS.**

**RELIGHT RL720,
629 KR./SÆT**

En super, god dynamo lygte, der lyser et stykke efter, du er stået af cyklen. Forlygten er virkelig stærk. Findes i en version, hvor baglygten blinker og en hvor den lyser konstant. Jeg kan bedst lide konstant. Eneste problem er, at den er meget besværlig at montere på cyklen.

******* TEST VINDER. EN GOD LAMPE,
DER SIDDER PÅ CYKLEN, OG ALTID
LYSER. VINDER FOR SIKKERHEDENS
SKYLD.**



**LEZYNE MICRO DRIVE,
850 KR./SÆT USB
GENOPLADELIG.**

Top stærke LED lygter. Kan tydeligt ses ved 300 m. Billige i drift da de er genopladelige. Eneste ulempe er, at man skal huske lygterne, når man parkerer cyklen. Og du skal huske at oplade/skifte batterie. Lygterne er så stærke som billygter.

******* VOLD SOM, KRAFTIG LAMPE.
ENESTE MINUS, AT DU SKAL HUSKE
LYGTERNE.**





**LEZYNE, KTV PRO.
180 KR/STK.**

En smuk lampe. Genialt udført. Det tager 10 sek. at sætte den blivende del på styr og sadelstang. Resten af lygten klipses på med en magnet og tages med, når du forlader cyklen. Findes i en række farver. Kan lyse konstant eller med blik. På en opladning kan lugten lyse 2 timer, så du skal være virkelig god til at lade den op. En fin og ok stærk lygte med et smukt design.

****** SMART. SMUK OG GENOPLADELIG
– ALTID ET PLUS.**

**REELIGHT SL250,
479 KR./SÆT**

En fin lygte med en rigtig god baglygte. Modellen fås både med blinkende og konstant baglys. Jeg har testet modellen med konstant lys. Nem at sætte på cyklen.

******* IKKE HELT SÅ KRAFTIG SOM ANDRE LYGTER.**



**GO FRA REELIGHT.
199 KR/SÆT**

Lygten findes også i en version (kaldet GO), der ikke er genopladelig. Forlygten kan lyse konstant i 28 timer og blinke 330 timer, før det er tid til batteriskift. Dog er lyset ikke lige så kraftigt som på EGO-lygten.

**** SES VED 300 M. MEN FOR SVAGT.**



Transportøkonomisk Institut i Norge har forsket i, hvordan man som fodgænger kan reducere risikoen for at blive involveret i en ulykke. Deres undersøgelser viser at man kan minimere risikoen med helt op til 85 pct. hvis man bruger reflekser. For cyklister kan tøj i pangfarver reducere risikoen for personskader med ca. 27 pct. Mens et dansk forsøg med ca. 3.400 cyklister beviste at de, der kørte med en pang-gul jakke nedsatte risikoen for at blive påkørt med ca. 48 pct.

Når jeg skal løbe går jeg ikke på kompromis med sikkerheden. Jeg vil ses. Dernæst går jeg efter behageligt løbetøj, der er åndbart og har ekstra lange ærmer. Det testede tøj fås til både mænd og kvinder.

TEST:

LØBE- OG CYKELTØJ

**ADIDAS LØBEJAKKE, 600 KR.**

Adidas står bag en fin serie af løbetøj kaldet 'Super Nova'. Serien består af bluse, shorts, jakke og bukser. Tøjet har reflekser vævet ind i tøjet og ses tydeligt, når lyset rammer. Det meste af tøjet er sort (enkelte styles fås også i lavendel og blå). Jeg foretrækker at løbe i kraftig farvet tøj, for synlighedens skyld. Bukserne er vinterpolstret. Det er jakke og bluse ikke.

WEBSHOP OG FORHANDLER INFO: ADIDAS.DK

**SOC JAKKE, 699 KR.**

En meget smart jakke med LED-lys indbygget i venstreside af jakken. Lyset kan flyttes til højre side, hvis du oftest løber i venstreside af vejen. Lyset skal oplades efter brug. Normalt er jeg for genopladning, men ledningen til batteriet, som ligger i inderlommen, er en anelse irriterende at løbe med. Så meget lys giver den ikke, at det er ubehaget værd. Men smart tænkt.

WEBSHOP OG FORHANDLERINFO: WWW.STADIUM.DK

**NEWLINE VISIO JAKKE, 700 KR.
TIGHTS 650 KR.**

Newline har lanceret en stor serie i reflekstræningstøj i pink til kvinder og gul til herrer, det hele med kraftige reflekser på. En del af tøjet er dog sort. Jeg føler virkelig, jeg bliver set og føler mig sikker. Ærmerne er dejlig lange, da tøjet også er beregnet til cykelister. I serien fås også luffer, løbemasker, varmere jakke/ vest, mm. En god serie, med super pasform.

**WEBSHOP OG FORHANDLER INFO:
NEWLINE.DK**



BUFF, 250 KR

Intet løb til mig uden en buff. Det gælder både sommer og vinter. Om sommeren en tynd buff, om vinteren en i uld. En buff er en halsedisse, som med en nem foldning kan ændres til solhat, pandebånd og flere andre ting. Nu har jeg så fundet en med refleks. Den er perfekt. Mine børn bruger buff døgnet rundt. Faktisk sover de også med den.

**WEBSHOP OG FORHANDLERINFO:
WWW.SCANLICO.DK PRIS**

Jeg løber oftest tidligt om morgenen, hvor det stadigvæk er helt mørkt. Flere af de steder jeg løber, er der ikke gadebelysning. Derfor er en pandelygte helt uundværlig.

TEST:

Jeg har brug for en lygte, der kan lyse vejen op foran mig, så jeg ikke vrikker om i huller eller snubler over noget. Pandelygten skal sidde godt fast – den må ikke slå mod hovedet hver gang jeg lander. Og så gider jeg ikke skulle skifte batteri hver uge – det er for dyrt, så jeg går gerne lidt ned på komfort, hvis lygten til gengæld er genopladelig.

PANDELYGTER

**NAO, 2, 1.699 KR.**

Den absolut bedste pandelygte. Men total overkill til almindeligt løb, trods en meget mørk sti og meget tidlig morgen. Men – den er for fed. Den nye innovative reactive lighting sørger for, at du kun bruger den mængde lys, du har brug for. Kigger du ned i jorden eller på et kort, lyser lampen mindre, kigger du frem, lyser den kraftigere. Drøn smart. Genialt til lange natteture hvor du har brug for, at batteriet holder mange timer. Vejer 187 gram. Lyser med 575 lumens i op til 12 timer.

FORHANDLERINFO: WWW.PETZL.DK.

ABSOLUT BEDSTE LAMPE, MEN OVERKILL, FOR DE FLESTE MOTIONISTER**H7.2, 599 KR.**

Lampen sidder godt på hovedet selvom den er lidt tungere. Den lyser fint stjerne op, så du kan se, hvor du træder. Lysstyrken kan skrues op og ned i nakken, hvor batteriet også sidder. Det gode er, at den kan programmeres til at lyse med det lys du bruger oftest – i stedet for bare at tænde på standardlysstyrken. Vejer 165 gram, har 250 lumen. Og lyser i 60 timer.

FORHANDLERINFO: WWW.LEDLENSES.DK.



H14R.2 (GENOPLADELIG), 1.549 KR.

Stærkt lys. Du bliver set og kan se. Lygten vejer 340 gram, og har en ekstra rem oven på hovedet, så den ikke falder ned i panden. Den booster med 850 Lumens. Holder i 40 timer (dog ved den laveste lysstyrke). Har mange forskellige lysfunktioner. En fantastisk pandelygte. Jeg kan ikke få nok af genopladelige lamper. Men måske lidt overkill hvis den kun skal bruges som løbelampe.

FORHANDLERINFO: WWW.LEDLENSES.DK.



SEO 5, 549 KR.

En flot lampe. Nem og brugervenlig med SLT (Smart light technology), så man med en knap kan skifte mellem 3 lysfunktioner: kort, lang, blink. En vippefunktion gør det let at indstille lampen under løb. Vejer 115 gram. Lumens 180. Batteriet holder i 7 timer på maks. styrke. Vægtfordelingen er lidt forkert (fordi batteriet ikke sidder i nakken). Den er svær at løbe rigtig komfortabelt med. Lampen har også rødt lys, og kan bruges til både cykel og løb.

FORHANDLERINFO: WWW.LEDLENSES.DK

**SEO 3, 499 KR.**

I princippet kan den det samme som SEO5, dog med mindre værdier. Den er nem og brugervenlig. Vejer 96 gram. Lyser med 90 lumens i 10 timer ved maks. styrke.

Samme problem med vægtfordelingen, gør den ukomfortabel at løbe med. Rødt lys gør at den også kan bruges som cykellygte.

FORHANDLERINFO: WWW.LEDLENSES.DK

**NEO, 199 KR.**

Lampen er slet ikke stærk nok. Selvom jeg løb med min makker, der havde en stærk lygte på lige ved siden af, kunne jeg ikke se, hvor jeg trådte. Det føltes ubehageligt. NEO er let, vejer kun 54 gram, så skal du blot have en lampe, for at blive set, er den super fin. Men du kan ikke bruge den til at orientere dig om, hvor du træder, eller til lyse vejen op foran dig.

Det er dog en smart feature, at der er en lille rød LED-lampe bagpå, så du kan ses bagfra. Lampen er smart som en ekstra cykellygte og lyser med 90 lumens.

FORHANDLERINFO: WWW.LEDLENSES.DK

**



TIKKA R+, 999 KR.

Genopladelig og reactive lys – det er jeg vild med. Lampen måler og justeret selv, hvor meget lys, man har brug for på sin løbetur. Du kommer aldrig til at stå og mangle batterier, hvis bare du husker at lade dem op. Den lyser kraftigere og længere end de andre. Så en helt klar vinder. Oveni sidder den godt på hovedet med et ekstra bånd til baghovedet. Maks. 170 lumens. Lyser op til 12 timer. Vejer 115 gram.

**FORHANDLERINFO: WWW.PETZL.DK,
***** BEDST PRIS TIL PRISEN**



SEO 7R (genopladelig), 999 kr.

Genopladelig – love it. Derudover minder den rigtig meget om de to andre lygter i SEO serien: Den er nem og brugervenlig. Vejer 105 gram, lyser med 220 lumens 220 og kan lyse 5 timer på maks. styrke på en opladning. Stadig et problem med vægtfordelingen.

**FORHANDLERINFO: WWW.LEDLENSES.
DK.

**TIKKINA, 179 KR.**

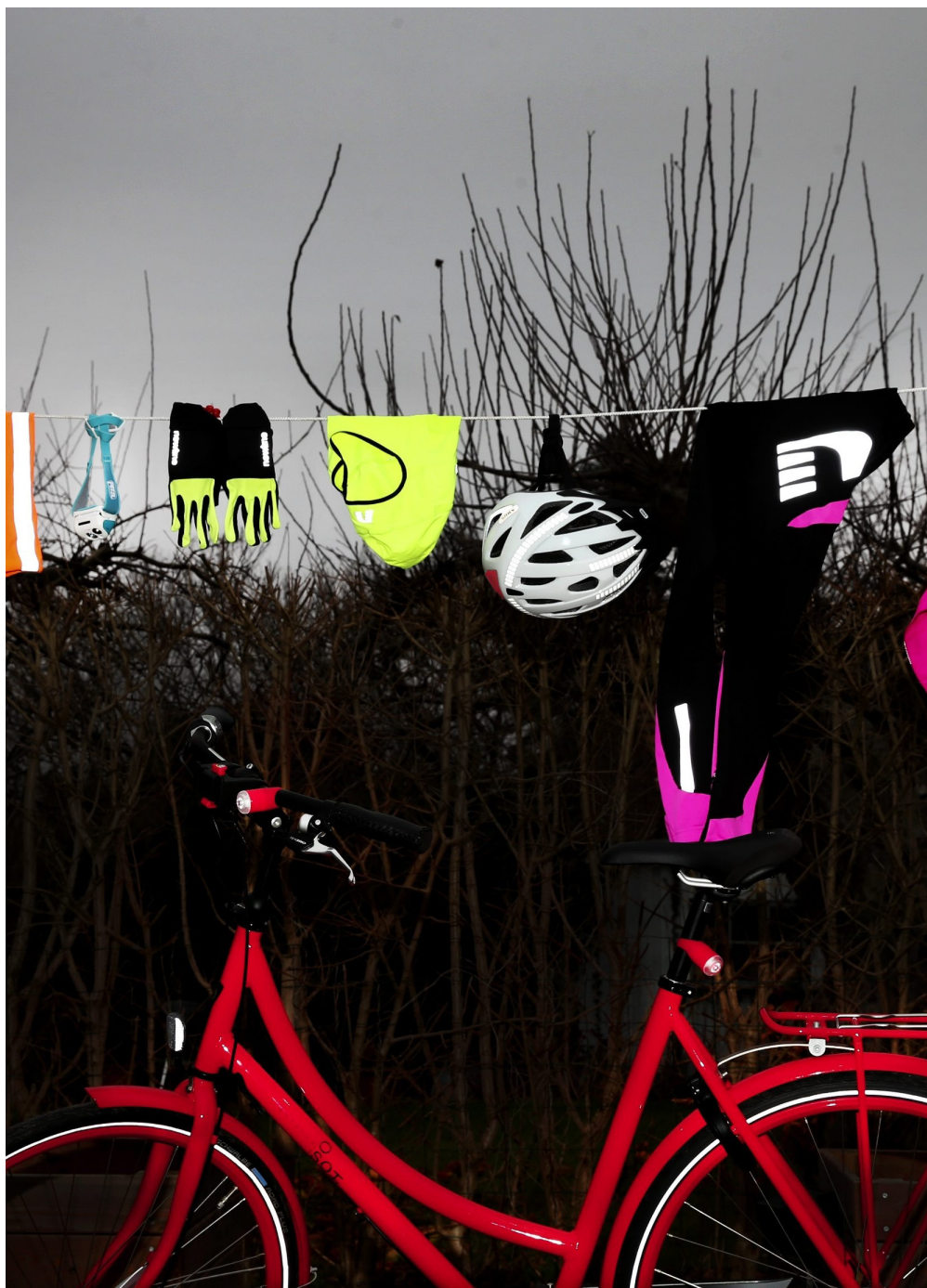
Er ikke kraftig nok at løbe med, når det er helt mørkt. Til gengæld er den let – 85 gram. Lyser med maks. 60 lumens i op til 120 timer. Den er super fin, hvis du bare skal ses i mørket.

FORHANDLERINFO: WWW.PETZL.DK.

**TIKKA XP, 529 KR.**

En super god lygte, hvis du løber, hvor der er helt mørkt. Du kan se, hvor du træder. Den vejer kun 85 g. Har en lysstyrke på maks. 120 lumens. Dog kan den booste i 10 sekunder til 160 lumens. Lyser i op til 100 timer. Den kan også lyse rødt, så du kan vende den om og bruge den som ekstra baglys, når du cykler.

FORHANDLERINFO: WWW.PETZL.DK.



Få meget mere indhold på PLUS for 29 kr. per måned

Vi publicerer nye guider hver eneste dag året rundt om:

Sundhed

PLUS guide

OKTOBER 2011 - Se flere guider på bt.dk/plus



Slank

PLUS guide

JULI 2011 - Se flere guider på bt.dk/plus



Rejser

PLUS guide

rejseliv.dk

MARTS 2011



PLUS guide

MARTS 2011 - flere guider på bt.dk/plus



PLUS guide

MARTS 2011 - følg også med på lobnu.dk



Se mere
på bt.dk/plus
eller
b.dk/plus

Privatøkonomi

Motion