



Ein Flat Pedal Schuh soll als erstes Grip auf dem Pedal liefern, jedoch was ist, wenn man auch mal ein Stück laufen muss? Hier kommen Flat Pedal Schuhe mit komplett glatter Sohle gegebenenfalls an ihre Grenze. Da kommt der [Vaude Moab Mid STX AM](#) ins Spiel, der gleichzeitig noch was für die Umwelt tut.



Vaude MOAB STX AM

Facts

- Sympatex® Membran
- Vibram Vert Sohle
- Terracare Leder
- Ortholite Einlegesohle
- Green Shape Label
- Gewicht 485g pro Schuh (Größe 43)
- Farbe: Schwarz
- Preis: UVP 180€



Ersteindruck

Beim ersten Anblick des Vaude Moab Mid STX AM Schuhs denkt man nicht sofort an einen Flatpedal Schuh, sondern eher an einen Wanderschuh. Jedoch möchte der Schuhe sowohl auf dem Pedal, als auch bei Laufpassagen, eine gute Figur machen. Vor allem beim Laufen möchte er mit einer extra Portion Grip im Vergleich zu Bike Schuhen mit durchgehend glatter Sohle punkten. Von einem Bergstiefel hat der Vaude Schuh seinen hohen Schnitt geerbt, welcher den Knöchel stabilisiert, aber auch schützt.

Frisch aus dem Karton, fühlt sich der Schuh sehr hochwertig durch die Materialien und Verarbeitung an. Dadurch verspricht er eine lange Haltbarkeit. Auf Grund der möglichen Einflüsse von Mutter Natur ist er zusätzlich mit einer wasserdichten Sympatex® Membran ausgestattet.

Im Inneren des Schuhs kommt eine hochwertige zwei Zonen Einlegesohle von Ortholite® zum Einsatz.



Vaude Moab STX AM mit Ortholite Sohle

Green Shape

Unter dem Green Shape Label bietet [Vaude](https://www.vaude.com) Produkte an, welche möglichst umweltfreundlich hergestellt wurden und aus nachhaltigen Materialien bestehen. Zusätzlich wird auf faire Arbeitsbedingungen in der Lieferkette geachtet.

„Das Nubukleder von Terracare stammt aus deutscher Produktion und wurde besonders umweltschonend hergestellt. Die Schnürsenkel sind aus recyceltem PET und nach dem strengen Umweltstandard bluesign® zertifiziert. Das Futtermaterial und die Einlegesohle enthalten zu 50% Recyclingmaterialien. Für eine lange Lebensdauer sorgen Stoß- und Abriebschutz. Das halbhoch geschnittene Modell „Moab Mid STX AM“ ist zudem wasserdicht ausgestattet mit der umweltfreundlichen PTFE-freien und zu 100% recycelbaren Sympatex®-Membran.“



Die Sohle

Die Sohle ist die Besonderheit am Schuh und war das Hauptaugenmerk von Vaude bei der Entwicklung des Schuhs. Im mittleren Bereich der Sohle, kommt die glatte, weiße Vibram Megagrip Gummimischung fürs Pedal zum Einsatz. Im Zehen- und Fersenbereich ist die Sohle mit der Vibram XS Trek Mischung ausgestattet und lehnt sich hier an einen Wanderschuh an.



Vaude Moab STX AM Sohle

Praxistest

Der Schuh ist leicht anzuziehen und kann je nach Wunsch unterschiedlich fest geschnürt werden. Gleiches gilt für den Klettverschluss, der die Schnursenkel an Ort und Stelle hält und nochmals zusätzlichen Halt generiert.

Beim ersten Tragen fühlte sich der Schuh noch etwas steif und teilweise unbequem an. Dieses Gefühl verflog jedoch nach dem ersten Tragen. Bei mir stellte sich bereits im Lauf des ersten Tags ein super bequemes Gefühl ein. Vor allem überzeugte mich der Schuh mit seinem Halt um den Knöchel. So schnell gewöhnte ich mich an den neuen Schuh, dass ich teilweise komplett meinen neuen Begleiter am Fuß vergessen hatte. Genau so stelle ich mir einen guten Schuh vor, voller Fokus auf Bike und Natur!

Der Übergang zwischen Sohle und dem Leder im vorderen Zehenbereich ist sehr hart, stört jedoch nicht und fällt auch nicht auf. Jedoch kann dies die Zehen schützen, da es wie eine Stahlkappe im Schuh arbeitet und kann besonders in extremeren Gelände hilfreich sein.

Die weiße Sohle, welche den Kontakt zum Pedal herstellt, verrichtet erfolgreich und total unauffällig ihre Arbeit. Sie bietet ausreichend Grip und Halt bei Abfahrten, lässt aber auch eine effektive Kraftübertragung beim Pedalieren zu. Beim Laufen spürt man den extra Grip, welchen die schwarze Sohle erzeugt. Um den vollen Grip jedoch zu erhalten, muss man den Zehenbereich mit der gröberen Sohle aktiv einsetzen. Die



Schuhe laufen sich sehr unauffällig und man gewohnt sich schnell an das Grip Plus, das Bike Schuhe mit komplett flacher Sohle nicht haben.

In Extremsituation fehlt dem Moab etwas der Grip auf dem Pedal, hier liegt meiner Meinung nach der Grip von FiveTen vorne, wenn auch nicht weit. Dies soll nicht heißen dass der Grip schlecht ist, löst sich jedoch nur etwas früher bei harten Manövern im Bikepark. Dafür besitzt die Sohle am Moab deutlich bessere Allrounder Eigenschaften und vereinfacht Lauf bzw. Kletterpassagen deutlich.

Die gewählte Schuhgröße hat mit meiner eigentlichen Schuhgröße übereingestimmt, hier war es nicht nötig eine Nummer größer zu wählen. Der Moab ist ein absolut pflegeleichter Schuh und hält einiges aus.

Bisher konnte der Schuh leider nur bei herbstlichen Temperaturen < 20 Grad getestet werden. Hier überzeugte er mit einem guten Klimamanagement. Im Sommer könnte auf Grund der Membran, Hitze im Schuh entstehen lassen.

Der Schuh wurde ausgiebig auf den Hometrails getestet unter unterschiedlichsten Bedingungen. Zusätzlich wurde er an den letzten Herbsttagen, auch nochmals etwas härter in Südtirol getestet.



Vaude Moab beim Laufen

Fazit

Mich hat Vaude Moab Mid STX AM, voll überzeugt. Der Schuh bietet eine super Mischung aus Grip auf dem Pedal und Grip beim Laufen. Auch wenn der Grip auf dem Pedal nicht zu den Spitzenreitern gehört, sammelt er seine Pluspunkte über den Grip bei Laufpassagen. Somit empfiehlt sich der Schuh für Biker, die auch gern



mal ein Stück laufen, um ihr Ziel zu erreichen. Ergänzt wird mein positives Fazit von dem stabilen Halt im Schuh. Und man tut der Umwelt etwas Gutes.



Happy Trails!

