

INDICE MINIMALISTE

**CLASSEMENT DES CHAUSSURES
EN FONCTION DU POIDS**

2024 - 2026 | MODÈLES TRAIL | 250G ET MOINS



CLASSEMENT DES CHAUSSURES EN FONCTION DU POIDS

2024-2026 | MODÈLES TRAIL | 250 G ET MOINS

Le poids est le **déterminant numéro un** de la performance et le critère de la chaussure qui **influence le plus** la cadence de pas.

		POIDS	INDICE MINIMALISTE
PANTA SANDALS ZAROS 2026 TRAIL RUNNING		♂ 112g 112g ♀	96 %
PANTA SANDALS ZAROS PLUS 2026 TRAIL RUNNING		♂ 140g 140g ♀	92 %
PANTA SANDALS BOREAS 2026 TRAIL RUNNING		♂ 170g 170g ♀	92 %
SALOMON S/LAB PULSAR 3 2024 TRAIL RUNNING		♂ 205g 205g ♀	64 %
MERRELL MTL SKYFIRE 2 MATRYX 2024 TRAIL RUNNING		♂ 210g 193g ♀	44 %
NEW BALANCE MINIMUS TRAIL 2024 TRAIL RUNNING		♂ 213g 213g ♀	68 %
NORDA 005 2025 TRAIL RUNNING		♂ 214g 177g ♀	52 %



CLASSEMENT DES CHAUSSURES EN FONCTION DU POIDS

2024-2026 | MODÈLES TRAIL | 250 G ET MOINS

		POIDS	INDICE MINIMALISTE
SCARPA SPIN RACE 2024 TRAIL RUNNING		♂ 215g 215g ♀	68%
SCOTT SUPERTRAC SPEED RC 2024 TRAIL RUNNING		♂ 215g 195g ♀	72%
BROOKS CATAMOUNT AGIL 2024 TRAIL RUNNING		♂ 218g 197g ♀	60%
VIVOBAREFOOT PRIMUS TRAIL FLOW 2025 TRAIL RUNNING		♂ 219g 189g ♀	88%
NNORMAL KJERAG 02 2025 TRAIL RUNNING		♂ 221g 198g ♀	60%
TERREX AGRAVIC SPEED 2 2026 TRAIL RUNNING		♂ 221g 217g ♀	46%
SCOTT SUPERTRAC RC 3 2025 TRAIL RUNNING		♂ 229g 214g ♀	60%



CLASSEMENT DES CHAUSSURES EN FONCTION DU POIDS

2024-2026 | MODÈLES TRAIL | 250 G ET MOINS

		POIDS	INDICE MINIMALISTE
NNORMAL KJERAG BRUT 2025 TRAIL RUNNING		♂ 230 g 200 g ♀	50 %
SALOMON AERO BLAZE 3 2025 TRAIL RUNNING		♂ 230 g 204 g ♀	40 %
INOV8 MUDTALON ZERO 2025 TRAIL RUNNING		♂ 232 g 213 g ♀	68 %
TOPO ATHLETIC CONNECT 2026 TRAIL RUNNING		♂ 232 g 199 g ♀	84 %
ALTRA SUPERIOR 7 2025 TRAIL RUNNING		♂ 235 g 235 g ♀	64 %
MERRELL MTL LONGSKY 2 MATRYX 2024 TRAIL RUNNING		♂ 235 g 223 g ♀	44 %
THE NORTH FACE SUMMIT VECTIV SKY 2 2025 TRAIL, SUPERSHOE		♂ 238 g 218 g ♀	42 %



CLASSEMENT DES CHAUSSURES EN FONCTION DU POIDS

2024-2026 | MODÈLES TRAIL | 250 G ET MOINS

		POIDS	INDICE MINIMALISTE
SALOMON DRX DEFY GRVL 2024 TRAIL RUNNING		♂ 239_g 220_g ♀	32 %
ON CLOUDVENTURE PEAK 3 2024 TRAIL RUNNING		♂ 240_g 218_g ♀	50 %
ASICS FUJI LITE 7 2026 TRAIL RUNNING		♂ 241_g 211_g ♀	46 %
ASICS FUJISPEED 3 2024 TRAIL RUNNING		♂ 241_g 210_g ♀	40 %
NEW BALANCE FUELCELL VENYM 2024 TRAIL RUNNING		♂ 248_g 208_g ♀	42 %
SALOMON AERO BLAZE 3 GRVL 2025 TRAIL RUNNING		♂ 248_g 230_g ♀	32 %
ALTRA MONT BLANC SPEED 2025 TRAIL RUNNING		♂ 249_g 228_g ♀	60 %



CLASSEMENT DES CHAUSSURES EN FONCTION DU POIDS

2024-2026 | MODÈLES TRAIL | 250 G ET MOINS

		POIDS	INDICE MINIMALISTE
NORDA 002 2026 TRAIL RUNNING		♂ 249_g 219_g ♀	62%
LOWA CITUX 2024 TRAIL RUNNING		♂ 250_g 246_g ♀	52%
NIKE TRAIL KIGER 10 2025 TRAIL RUNNING		♂ 250_g 231_g ♀	48%
SALOMON S/LAB PULSAR 4 2025 TRAIL RUNNING		♂ 250_g 247_g ♀	28%

