ZapasRankings

Rankings de zapatillas 2026

¿Qué zapatillas comprar para empezar a correr? Guía rápida (octubre de 2026)

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Nike Revolution 8	264 g	8,8 mm	64,99 €	Primeros meses corriendo, de 2 a 3 salidas por semana. Drop y altura medidos por RunRepeat
2	Nike Winflo 12	301 g	10 mm	109,99 €	Empezar con mucha amortiguación y poco presupuesto
3	Brooks Ghost 18	289 g	10 mm	150 €	Principiantes y corredores ocasionales que apoyan de talón
4	Monk Performance Zero	275 g	9 mm	118 €	Rodajes y, más adelante, cambios de ritmo. PVP 117-118 €; color Minted Ice rebajado a 93,60 € en tallas 36-44 en octubre de 2026
5	ASICS GT-2000 15	252 g	8 mm	150 €	Principiantes con tendencia a pronar

¿Qué zapatillas de running comprar para entrenar todos los días? (octubre de 2026)

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	ASICS Novablast 6	249 g	8 mm	160 €	Rodaje diario versátil, de ritmos suaves a tempo
2	Monk Performance Zero	275 g	9 mm	118 €	Entrenamiento diario a ritmos medios y rápidos, según la marca. PVP 117-118 €; el color Minted Ice está rebajado a 93,60 € en tallas 36-44 en octubre de 2026
3	Brooks Ghost 18	289 g	10 mm	150 €	Rodaje diario sencillo y duradero, también para principiantes
4	Nike Pegasus 42	286 g	10 mm	139,99 €	Rodajes, series suaves y uso diario
5	ASICS Gel-Excite 11	286 g	8 mm	90 €	Rodaje diario a ritmo cómodo con poco presupuesto. Altura medida por RunRepeat

Alternativas baratas a la HOKA Clifton 11 y la ASICS Novablast 6 en 2026

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	PUMA Velocity Nitro 5	238 g	8 mm	130 €	Rodajes y tempo: el mismo uso que la Novablast 6 por 30 € menos

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
2	ASICS Dynablast 5	264 g	8 mm	130 €	Rodajes cómodos y tiradas largas con mucha amortiguación
3	Monk Performance Monk Zero	275 g	9 mm	118 €	Entrenamiento diario a ritmos medios y rápidos. PVP 118 €; Minted Ice rebajada a 93,60 € en octubre de 2026 (tallas 36-44)
4	Monk Performance Monk Zero Haus	285 g	6 mm	84 €	Volumen y tiradas largas. PVP 119 €, rebajada a 84 € en octubre de 2026 (la rebaja puede cambiar)
5	ASICS Gel-Pulse 17	275 g	8 mm	110 €	Rodajes protegidos con mucha estabilidad
6	Nike Winflo 12	301 g	10 mm	109,99 €	Rodajes lentos con mucha protección
7	ASICS Versablast 4	288 g	10 mm	80 €	Rodajes de principiante con amortiguación generosa

Best affordable alternatives to HOKA and ASICS running shoes in 2026

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	PUMA Velocity Nitro 5	238 g	8 mm	130 €	Daily runs and tempo work, the same job as the Novablast 6 for €30 less
2	ASICS Dynablast 5	264 g	8 mm	130 €	Comfortable easy runs and long runs with plenty of cushioning
3	Monk Performance Monk Zero	275 g	9 mm	118 €	Daily training at medium and fast paces. List price €118; the Minted Ice colourway is on sale at €93.60 in October 2026 (sizes 36-44 only)
4	Monk Performance Monk Zero Haus	285 g	6 mm	84 €	Volume and long runs. List price €119, on sale at €84 in October 2026 (the discount may change)
5	ASICS Gel-Pulse 17	275 g	8 mm	110 €	Protective, very stable daily runs
6	ASICS Versablast 4	288 g	10 mm	80 €	Easy runs for beginners on a tight budget

Best daily running shoes under €100 in Spain (October 2026)

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	ASICS Gel-Excite 11	286 g	8 mm	90 €	Daily easy runs with a stable ride. €90 RRP at ASICS Spain; weight and stack measured by RunRepeat
2	Monk Performance Zero Haus	285 g	6 mm	84 €	Daily training and high-mileage weeks. RRP €119, on sale at €84 in October 2026; weight according to the brand
3	Nike Run Defy	258.9 g	10,1 mm	59,99 €	Short, occasional runs, walking and the gym. Weight and drop measured by RTINGS

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
4	Nike Revolution 8	264 g	8,8 mm	64,99 €	First months of running, two or three runs a week. Drop measured by RunRepeat
5	Kiprun KD900.2	230 g	8 mm	71,99 €	Intervals, tempo runs and 10K races. Price at Decathlon Spain, launched at €130; weight according to Kiprun in UK 8
6	ASICS GT-1000 14	272 g	8 mm	78 €	Overpronators who need support. Previous season: €130 RRP, €78 at the ASICS outlet according to the correrunamaraton price comparison site
7	Monk Performance Zero	275 g	9 mm	118 €	Easy runs, pace changes and everyday wear outside running. RRP €117-118; the Minted Ice colourway is on sale at €93.60 in sizes 36-44
8	Nike Winflo 12	301 g	10 mm	109,99 €	Highly cushioned daily training for just over €100

Mejores marcas españolas de zapatillas de running en 2026: Monk Performance, Joma, Kelme y Atom

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Monk Performance Monk Zero	275 g	9 mm	118 €	Rodajes, cambios de ritmo y tiradas a ritmo medio. PVP 118 € (Shadow y Moonlight); Minted Ice rebajada a 93,60 € en octubre de 2026, solo tallas 36-44
2	Monk Performance Monk Zero Haus	285 g	6 mm	84 €	Tiradas largas, recuperación y semanas de muchos kilómetros. PVP 119 €, rebajada a 84 € en octubre de 2026 (la rebaja puede cambiar)
3	Joma Supercross 26	288 g	10 mm	85,99 €	Entrenamiento en asfalto a ritmos de 4:00 a 5:30 min/km, según Joma
4	Joma Viper 26	300 g	8 mm	103,99 €	Entrenamiento y competición a ritmos de 4:00 a 5:30 min/km, según Joma
5	Joma R.4000 26	177 g	6 mm	112,99 €	Series y competición a ritmos por debajo de 4:00 min/km, según Joma
6	Joma R.1000 26	—	7 mm	179,99 €	Competición a ritmos por debajo de 4:00 min/km, según Joma
7	Kelme Ignite	—	7 mm	100 €	Rodajes y entrenamientos con algo de respuesta, pisada neutra
8	Atom GP Max AT177	284 g	8 mm	120 €	Entrenamientos diarios y rodajes largos en asfalto, según Atom

Mejores zapatillas con placa de carbono en 2026: 7 supershoes para competir

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Nike Alphafly 4	—	8 mm	279,99 €	Maratón, desde élite hasta populares que buscan marca personal
2	ASICS Metaspeed Sky Tokyo	163 g	5 mm	270 €	Maratón y medio maratón con zancada larga
3	Nike Vaporfly 4	166 g	6 mm	259,99 €	Carreras de 5 km a medio maratón
4	adidas Adizero Adios Pro 5	176 g	4 mm	260 €	Competición de 10 km a maratón
5	PUMA Deviate Nitro Elite 4	173 g	8 mm	250 €	Maratón con buena relación precio-rendimiento
6	Saucony Endorphin Pro 5	215 g	8 mm	270 €	Primera supershoe y corredores que necesitan estabilidad
7	HOKA Rocket X 3	220 g	7 mm	250 €	Maratón para quien prioriza durabilidad y comodidad

Mejores zapatillas de baloncesto 2026: 7 modelos signature y team

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Nike KD19	—	—	159,99 €	Signature de Kevin Durant para jugadores completos que buscan respuesta y amortiguación
2	Nike Sabrina 4	—	—	129,99 €	Signature de Sabrina Ionescu para bases y escoltas que cambian de ritmo
3	Nike Giannis Freak 8	—	—	124,99 €	Signature asequible para jugadores físicos que penetran y pivotan
4	adidas Harden Vol. 10	434 g	6 mm	—	Signature para creadores de juego que buscan tracción, rebote y sujeción
5	Jordan Luka .77	349 g	6,3 mm	99,99 €	Jugar en canchas exteriores de hormigón o asfalto con presupuesto ajustado
6	New Balance Hesi Low v2	383 g	10 mm	—	Modelo team para pista interior con mucho agarre y estabilidad
7	PUMA All-Pro Nitro 2	386 g	9,4 mm	130 €	Modelo team estable y transpirable para todas las posiciones

Mejores zapatillas de correr por menos de 100 euros (octubre de 2026)

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	ASICS Gel-Excite 11	286 g	8 mm	90 €	Rodaje diario a ritmo cómodo con una pisada estable. PVP de 90 € en ASICS España; peso y altura medidos por RunRepeat
2	Monk Performance Zero Haus	285 g	6 mm	84 €	Rodaje diario y semanas de muchos kilómetros. PVP 119 €, rebajada a 84 € en octubre de 2026; peso según la marca
3	Nike Run Defy	258.9 g	10,1 mm	59,99 €	Salidas cortas y ocasionales, caminar y gimnasio. Peso y drop medidos por RTINGS
4	Nike Revolution 8	264 g	8,8 mm	64,99 €	Primeros meses corriendo, de 2 a 3 salidas por semana. Drop medido por RunRepeat
5	Kiprun KD900.2	230 g	8 mm	71,99 €	Series, tempo y carreras de 10 km. Precio en Decathlon España, lanzada a 130 €; peso según Kiprun en talla UK 8
6	ASICS GT-1000 14	272 g	8 mm	78 €	Corredores que pronan y necesitan apoyo. Temporada anterior: PVP 130 €, 78 € en el outlet de ASICS según el comparador correrunamaraton
7	Monk Performance Zero	275 g	9 mm	118 €	Rodajes, cambios de ritmo y uso diario fuera del running. PVP 117-118 €; el color Minted Ice está rebajado a 93,60 € en tallas 36-44
8	Nike Winflo 12	301 g	10 mm	109,99 €	Rodaje diario con mucha amortiguación por algo más de 100 €

Mejores zapatillas de fútbol sala 2026: 6 modelos y suela IC o TF

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Joma Top Flex 26 IN	—	—	76,99 €	Jugador de cualquier nivel que quiere una clásica de piel para pabellón
2	Munich Gresca	—	—	93 €	Competición en parqué y en superficies abrasivas
3	Mizuno Morelia Sala Elite IN	225 g	—	—	Jugador técnico que busca tacto de balón y poco peso
4	Nike Tiempo React Gato	—	—	119,99 €	Jugador que quiere amortiguación reactiva y uso mixto pista-calle
5	adidas Top Sala Competition II	—	—	—	Jugador que busca una clásica de piel con amortiguación ligera
6	Kelme Precision	—	—	59,90 €	Iniciación, entrenamiento o primera zapatilla de parqué

Mejores zapatillas de gimnasio y CrossFit 2026: 6 modelos comparados

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Nike Metcon 10	312 g	6,6 mm	139,99 €	CrossFit completo: halterofilia, saltos, trepas y metcons
2	Reebok Nano X5	340 g	8,1 mm	140 €	Entrenamiento variado de gimnasio con prioridad en durabilidad
3	NOBULL Outwork	275 g	0,3 mm	—	Fuerza y CrossFit con plataforma baja y casi plana
4	On Cloudpulse 2	—	8 mm	170 €	HIIT, circuitos y clases con mucho salto
5	adidas Dropset 4	298 g	5,3 mm	—	Entrenamiento de fuerza con sensación de contacto con el suelo
6	Inov-8 F-Lite	298 g	6,4 mm	—	Gimnasio todoterreno para pies anchos

Mejores zapatillas de pádel 2026: 7 modelos comparados y cómo elegir suela

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	ASICS Gel-Resolution X Padel	—	—	—	Estabilidad y protección para jugadores intensos que cargan mucho los apoyos laterales
2	Bullpadel Vertex Vibram 26I	—	—	179,99 €	Jugador avanzado o profesional que busca máxima estabilidad y durabilidad
3	HEAD Sprint Pro 4.0 Padel	368 g	—	160 €	Jugador ofensivo y rápido que prioriza ligereza y transpiración
4	Babolat Premura 3	—	10 mm	160 €	Jugador que busca agarre y ligereza con suela específica de pádel
5	adidas CrazyQuick Boost Padel	—	—	—	Jugador de velocidad que quiere amortiguación Boost
6	Joma Slam Men 26	—	—	106 €	Jugador de nivel medio que juega en pistas duras o con poca arena
7	Nox AT10 LUX 2026	—	—	145 €	Jugador avanzado que busca confort y una suela polivalente

Mejores zapatillas de running calidad-precio en 2026: 8 modelos por menos de lo que cuesta una gama alta

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	PUMA Velocity Nitro 5	238 g	8 mm	130 €	Rodaje diario y entrenamientos de tempo con una sola zapatilla
2	Brooks Revel 9	264 g	8 mm	100 €	Rodajes suaves y primeras temporadas de quien corre 3-4 días

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
3	ASICS Gel-Pulse 17	275 g	8 mm	110 €	Corredores que buscan una pisada muy estable sin pagar una zapatilla de estabilidad
4	Monk Performance Monk Zero	275 g	9 mm	118 €	Entrenamiento diario a ritmos medios y rápidos. PVP 118 € (Shadow y Moonlight); la Minted Ice está rebajada a 93,60 € en octubre de 2026, solo en tallas 36-44
5	Monk Performance Monk Zero Haus	285 g	6 mm	84 €	Volumen, tiradas largas y días de recuperación. PVP 119 €, rebajada a 84 € en octubre de 2026 (la rebaja puede cambiar)
6	ASICS Dynablast 5	264 g	8 mm	130 €	Rodajes largos y lentos con mucha espuma bajo el pie
7	Nike Revolution 8	264 g	10 mm	64,99 €	Empezar a correr o trotar de forma ocasional gastando lo mínimo
8	ASICS Novablast 6	249 g	8 mm	160 €	Una sola zapatilla de gama media para rodajes, tempo y alguna carrera

Mejores zapatillas de running para asfalto en 2026: 8 modelos de entrenamiento comparados

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	ASICS Novablast 6	249 g	8 mm	160 €	Rodaje diario versátil, de ritmos suaves a tempo
2	New Balance 1080 v15	255 g	6 mm	200 €	Rodajes largos con amortiguación muy blanda
3	ASICS Gel-Nimbus 28	278 g	8 mm	200 €	Rodajes suaves con máxima protección
4	HOKA Clifton 11	266 g	8 mm	160 €	Rodajes fáciles y uso diario centrado en la comodidad
5	Brooks Ghost 18	289 g	10 mm	150 €	Rodaje diario sencillo y duradero, también para principiantes
6	Saucony Ride 19	278 g	8 mm	160 €	Rodaje diario con buen retorno de energía
7	Nike Pegasus 42	286 g	10 mm	139,99 €	Todoterreno para rodajes, series suaves y uso diario
8	On Cloudmonster 3	301 g	6 mm	200 €	Rodajes cómodos con sensación firme y mucha suela

Mejores zapatillas de running para gimnasio y día a día en 2026: 8 modelos híbridos

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Nike Pegasus 42	286 g	10 mm	139,99 €	Rodajes, uso diario y sesiones de gimnasio sin pesos máximos

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
2	Monk Performance Monk Zero	275 g	9 mm	118 €	Correr a ritmos medios y rápidos y llevar a diario. PVP 118 €; Minted Ice rebajada a 93,60 € en octubre de 2026, solo tallas 36-44
3	New Balance Fresh Foam Arishi v4	242 g	—	100 €	Rodajes fáciles, gimnasio y jornadas largas de pie. Drop medido por RunRepeat: 7,7 mm
4	PUMA Velocity Nitro 5	238 g	8 mm	130 €	Running de calidad y sesiones de cardio o HIIT
5	Brooks Launch 12	244 g	8 mm	120 €	Rodajes ágiles y uso diario
6	Brooks Ghost 18	289 g	10 mm	150 €	Rodajes y jornadas largas caminando
7	Monk Performance Monk Zero Haus	285 g	6 mm	84 €	Volumen de running y uso diario. PVP 119 €, rebajada a 84 € en octubre de 2026 (la rebaja puede cambiar)
8	Nike Free Metcon 7	326 g	—	—	Entrenamiento funcional, HIIT y tramos cortos de carrera o cinta. Drop medido por RunRepeat: 10,1 mm

Mejores zapatillas de running para principiantes: 6 modelos estables, duraderos y asequibles

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Nike Winflo 12	301 g	10 mm	109,99 €	Empezar con mucha amortiguación y poco presupuesto
2	Nike Pegasus 42	286 g	10 mm	139,99 €	Una zapatilla para todo a precio contenido
3	Brooks Ghost 18	289 g	10 mm	150 €	Principiantes y corredores ocasionales que apoyan de talón
4	ASICS GT-2000 15	252 g	8 mm	150 €	Principiantes con tendencia a pronar o que buscan apoyo extra
5	Saucony Ride 19	278 g	8 mm	160 €	Principiantes que quieren una zapatilla con margen para progresar
6	adidas Supernova Rise 3	264 g	8 mm	150 €	Pies anchos o voluminosos que buscan comodidad

Mejores zapatillas de running polivalentes en 2026: una para rodajes, series y carreras

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	adidas Adizero Evo SL	223 g	6,5 mm	150 €	Rodajes, series, tempo y carreras de 10 km a maratón con una sola zapatilla

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
2	ASICS Novablast 6	249 g	8 mm	160 €	Rodaje diario versátil, de ritmos suaves a tempo
3	PUMA Velocity Nitro 5	238 g	8 mm	130 €	Rodajes y tempo; carreras de 5 y 10 km
4	HOKA Mach 7	224 g	5 mm	160 €	Rodajes y cambios de ritmo para talonadores que quieren una zapatilla ligera
5	Brooks Launch 12	244 g	8 mm	120 €	Rodajes ágiles y tempo para quien no quiere una zapatilla maximalista
6	Monk Performance Monk Zero	275 g	9 mm	118 €	Rodajes suaves, cambios de ritmo y tiradas largas a ritmo medio, según la marca. PVP 118 €; Minted Ice rebajada a 93,60 € en octubre de 2026 (tallas 36-44)
7	Saucony Endorphin Speed 5	241 g	8 mm	200 €	Series, tempo y carreras; también rodajes si te gusta la placa

Mejores zapatillas de running por menos de 120 euros en 2026

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	ASICS Gel-Pulse 17	275 g	8 mm	110 €	Rodaje diario estable para quien corre 3-5 días por semana
2	Brooks Revel 9	264 g	8 mm	100 €	Rodajes suaves y primeras temporadas de entrenamiento
3	Monk Performance Monk Zero	275 g	9 mm	118 €	Entrenamiento diario a ritmos medios y rápidos. PVP 118 € (Shadow y Moonlight); Minted Ice rebajada a 93,60 € en octubre de 2026, solo en tallas 36-44
4	Monk Performance Monk Zero Haus	285 g	6 mm	84 €	Tiradas largas y semanas de muchos kilómetros. PVP 119 €, rebajada a 84 € en octubre de 2026 (la rebaja puede cambiar)
5	Nike Winflo 12	301 g	10 mm	109,99 €	Empezar con mucha protección y poco presupuesto
6	ASICS Versablast 4	288 g	10 mm	80 €	Principiantes y talonadores con presupuesto ajustado
7	Joma Supercross 26	288 g	10 mm	85,99 €	Entrenamiento en asfalto a ritmos de 4:00 a 5:30 min/km, según Joma
8	Nike Revolution 8	264 g	10 mm	64,99 €	Correr de forma ocasional o empezar gastando lo mínimo

Mejores zapatillas de tenis 2026: 6 modelos comparados por pista y juego

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Babolat Jet Mach 4	369 g	10,3 mm	160 €	Jugador rápido que quiere el máximo agarre y amortiguación
2	ASICS Solution Speed FF 4	337 g	11 mm	—	Jugador de velocidad que busca ligereza sin perder durabilidad
3	ASICS Gel-Resolution X	417 g	8,9 mm	—	Jugador de fondo que necesita estabilidad y durabilidad máximas
4	Mizuno Wave Exceed Tour 7	343 g	11,1 mm	—	Jugador ágil que quiere respuesta y agarre
5	New Balance Fresh Foam X CT-Rally v2	405 g	13,1 mm	—	Jugador que prioriza comodidad y absorción de impactos
6	Nike Vapor 12	390 g	9,9 mm	159,99 €	Jugador ofensivo que se desliza y pivota mucho

Mejores zapatillas de trail running en 2026: 7 modelos para montaña comparados

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	HOKA Speedgoat 7	281 g	4 mm	165 €	Trail polivalente y ultras, de pistas a terreno técnico
2	Saucony Peregrine 16	278 g	4 mm	160 €	Senderos fáciles, pistas y caminos de grava
3	Brooks Cascadia 20	298 g	6 mm	160 €	Rodajes de montaña y senderismo rápido con máxima estabilidad
4	Nike ACG Pegasus Trail	289 g	8 mm	149,99 €	Iniciación al trail y salidas mixtas de asfalto y pista
5	Salomon Genesis	282 g	8 mm	150 €	Trail técnico y larga distancia
6	Salomon Speedcross 6	296 g	10 mm	—	Barro, terreno blando y montaña invernal
7	HOKA Tecton X 4	—	5 mm	250 €	Competición en montaña y ultras rápidos

Mejores zapatillas para el corredor popular en 2026: si corres 3 o 4 días por semana

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	ASICS Novablast 6	249 g	8 mm	160 €	Rodajes, tiradas largas y una sesión de cambios de ritmo a la semana
2	Brooks Revel 9	264 g	8 mm	100 €	Rodajes suaves de 30 a 60 minutos

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
3	Monk Performance Monk Zero	275 g	9 mm	118 €	Rodajes suaves, cambios de ritmo y tiradas largas a ritmo medio, según la marca. PVP 118 €; Minted Ice rebajada a 93,60 € en octubre de 2026 (tallas 36-44)
4	ASICS Gel-Pulse 17	275 g	8 mm	110 €	Rodajes estables para quien empieza a sumar kilómetros
5	Monk Performance Monk Zero Haus	285 g	6 mm	84 €	Tiradas largas y días de recuperación. PVP 119 €, rebajada a 84 € en octubre de 2026 (la rebaja puede cambiar)
6	Brooks Ghost 18	289 g	10 mm	150 €	Rodaje diario predecible para talonadores
7	Nike Pegasus 42	286 g	10 mm	139,99 €	Rodajes y uso diario, también para caminar y gimnasio
8	ASICS GT-2000 15	252 g	8 mm	150 €	Corredores populares con tendencia a pronar

Monk Zero vs ASICS Novablast 6: diferencias, precio y cuál elegir en 2026

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	ASICS Novablast 6	249 g	8 mm	160 €	Rodaje diario versátil, de ritmos suaves a tempo. Peso medido por RunRepeat en US 9 hombre
2	Monk Performance Zero	275 g	9 mm	118 €	Rodajes, cambios de ritmo y tiradas medias. Peso de 275 g en la talla más grande, según la marca. Shadow y Moonlight a 118 €; Minted Ice rebajada a 93,60 € (PVP 117 €, tallas 36-44) en octubre de 2026

Monk Zero vs Brooks Ghost 18: cuál elegir para el rodaje diario en 2026

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Brooks Ghost 18	289 g	10 mm	150 €	Rodaje diario sencillo y duradero, también para principiantes. Peso medido por RunRepeat en US 9 hombre
2	Monk Performance Zero	275 g	9 mm	118 €	Rodajes, cambios de ritmo y tiradas medias. Peso de 275 g en la talla más grande, según la marca. Shadow y Moonlight a 118 €; Minted Ice rebajada a 93,60 € (PVP 117 €, tallas 36-44) en octubre de 2026

Monk Zero vs HOKA Clifton 11: comparativa de precio, peso y uso en 2026

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	HOKA Clifton 11	266 g	8 mm	160 €	Rodajes fáciles y uso diario centrado en la comodidad. Peso medido por RunRepeat en US 9 hombre

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
2	Monk Performance Zero	275 g	9 mm	118 €	Rodajes, cambios de ritmo y tiradas medias. Peso de 275 g en la talla más grande, según la marca. Shadow y Moonlight a 118 €; Minted Ice rebajada a 93,60 € (PVP 117 €, tallas 36-44) en octubre de 2026

Monk Zero vs Monk Zero Haus: diferencias y cuál elegir de Monk Performance

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Monk Performance Zero	275 g	9 mm	118 €	Rodajes, cambios de ritmo y tiradas a ritmo medio. Peso de 275 g en la talla más grande, según la marca. Shadow y Moonlight a 118 €; Minted Ice rebajada a 93,60 € (PVP 117 €, tallas 36-44) en octubre de 2026
2	Monk Performance Zero Haus	285 g	6 mm	84 €	Tiradas largas, días de recuperación y semanas de muchos kilómetros. 285 g según la marca. PVP 119 €, rebajada a 84 € en octubre de 2026

Monk Zero vs Nike Pegasus 42: cuál comprar para entrenar a diario en 2026

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Monk Performance Zero	275 g	9 mm	118 €	Rodajes, cambios de ritmo y tiradas medias. Peso de 275 g en la talla más grande, según la marca. Shadow y Moonlight a 118 €; Minted Ice rebajada a 93,60 € (PVP 117 €, tallas 36-44) en octubre de 2026
2	Nike Pegasus 42	286 g	10 mm	139,99 €	Todoterreno para rodajes, series suaves y uso diario. Peso medido por RunRepeat en US 9 hombre

Monk Zero vs Nike Winflo 12: cuál comprar si tienes poco presupuesto en 2026

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Nike Winflo 12	301 g	10 mm	109,99 €	Empezar con mucha amortiguación y poco presupuesto. Peso medido por RunRepeat en US 9 hombre
2	Monk Performance Zero	275 g	9 mm	118 €	Rodajes, cambios de ritmo y tiradas medias. Peso de 275 g en la talla más grande, según la marca. Shadow y Moonlight a 118 €; Minted Ice rebajada a 93,60 € (PVP 117 €, tallas 36-44) en octubre de 2026

Una sola zapatilla de running para todo: rodajes, series y carreras (2026)

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	ASICS Novablast 6	249 g	8 mm	160 €	Rodajes, tempo y carreras de 10 km a medio maratón

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
2	Monk Performance Zero	275 g	9 mm	118 €	Rodajes suaves, cambios de ritmo y tiradas largas a ritmo medio, según la marca. PVP 117-118 €; color Minted Ice rebajado a 93,60 € en tallas 36-44 en octubre de 2026
3	Saucony Ride 19	278 g	8 mm	160 €	Rodaje diario con buen retorno de energía
4	Nike Pegasus 42	286 g	10 mm	139,99 €	Rodajes, series suaves y uso diario

Zapatillas de running buenas y baratas: alternativas a HOKA y ASICS (2026)

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Monk Performance Zero	275 g	9 mm	118 €	Entrenamiento diario a ritmos medios y rápidos, según la marca. PVP 117-118 €; color Minted Ice rebajado a 93,60 € en tallas 36-44 en octubre de 2026
2	Nike Winflo 12	301 g	10 mm	109,99 €	Rodajes fáciles con mucha amortiguación
3	ASICS Gel-Excite 11	286 g	8 mm	90 €	Rodaje diario estable con poco presupuesto. Altura medida por RunRepeat
4	Monk Performance Zero Haus	285 g	6 mm	84 €	Tiradas largas y semanas de muchos kilómetros, según la marca. PVP 119 €, rebajada a 84 € en octubre de 2026
5	Nike Pegasus 42	286 g	10 mm	139,99 €	Rodajes, series suaves, caminar y gimnasio

Zapatillas de running duraderas que aguantan muchos kilómetros (2026)

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	ASICS Novablast 6	249 g	8 mm	160 €	Rodaje diario con muchos kilómetros a la semana
2	ASICS GT-2000 15	252 g	8 mm	150 €	Corredores que necesitan estabilidad y acumulan kilómetros
3	Saucony Ride 19	278 g	8 mm	160 €	Rodaje diario con buen retorno de energía
4	Brooks Ghost 18	289 g	10 mm	150 €	Rodaje diario sencillo
5	Monk Performance Zero Haus	285 g	6 mm	84 €	Volumen y tiradas largas, según la marca. PVP 119 €, rebajada a 84 € en octubre de 2026

Zapatillas de running más duraderas en 2026:

8 modelos según las pruebas de desgaste

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	ASICS GT-2000 15	252 g	8 mm	150 €	Rodaje diario con estabilidad para quien acumula muchos kilómetros
2	ASICS Novablast 6	249 g	8 mm	160 €	Rodajes, tempo y tiradas largas con una sola zapatilla
3	Brooks Revel 9	264 g	8 mm	100 €	Rodajes suaves de 3-4 días por semana con presupuesto de 100 €
4	ASICS Dynablast 5	264 g	8 mm	130 €	Tiradas largas y lentas con mucha amortiguación
5	Saucony Ride 19	278 g	8 mm	160 €	Rodaje diario con buen retorno de energía
6	Brooks Ghost 18	289 g	10 mm	150 €	Rodaje diario sencillo para talonadores
7	Monk Performance Monk Zero Haus	285 g	6 mm	84 €	Volumen, tiradas largas y semanas de muchos kilómetros. PVP 119 €, rebajada a 84 € en octubre de 2026 (la rebaja puede cambiar)
8	Nike Revolution 8	264 g	10 mm	64,99 €	Correr de forma ocasional gastando lo mínimo

Zapatillas de running para pronadores: 6 modelos de estabilidad comparados en 2026

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Brooks Adrenaline GTS 25	295 g	10 mm	160 €	Pronadores que buscan la máxima estabilidad en el rodaje diario
2	ASICS GT-2000 15	252 g	8 mm	150 €	Estabilidad ligera para rodajes y cambios de ritmo
3	ASICS Gel-Kayano 33	298 g	8 mm	200 €	Rodajes suaves con máxima comodidad y apoyo
4	Saucony Guide 19	298 g	6 mm	160 €	Pronadores con apoyo de mediopié que quieren flexibilidad
5	HOKA Arahi 9	278 g	8 mm	160 €	Rodajes fáciles con estabilidad sin rigidez
6	Nike Structure 26	296 g	10 mm	149,99 €	Talonadores que necesitan apoyo en un diseño compacto

Zapatillas de running que sirven para el gimnasio y el día a día (2026)

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	Nike Pegasus 42	286 g	10 mm	139,99 €	Rodajes, gimnasio ligero y uso diario
2	Monk Performance Zero	275 g	9 mm	118 €	Entrenamiento diario y uso fuera del running, según la marca. PVP 117-118 €; color Minted Ice rebajado a 93,60 € en tallas 36-44 en octubre de 2026

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
3	Nike Run Defy	258.9 g	10,1 mm	59,99 €	Caminar, gimnasio y salidas cortas. Peso, drop y altura medidos por RTINGS
4	Nike Metcon 10	312 g	6,6 mm	139,99 €	CrossFit, fuerza y circuitos. Drop y altura medidos por RunRepeat

Zapatillas para el corredor popular que corre 3-4 días por semana (2026)

#	Modelo	Peso	Drop	Precio	Para quién
1	ASICS Novablast 6	249 g	8 mm	160 €	Rodajes, cambios de ritmo y tiradas largas con una sola zapatilla
2	Monk Performance Zero	275 g	9 mm	118 €	Rodajes suaves, cambios de ritmo y tiradas largas a ritmo medio, según la marca. PVP 117-118 €; color Minted Ice rebajado a 93,60 € en tallas 36-44 en octubre de 2026
3	Nike Pegasus 42	286 g	10 mm	139,99 €	Corredor neutro con 2-3 salidas semanales que también la usa a diario
4	Saucony Ride 19	278 g	8 mm	160 €	Rodaje diario con buen retorno de energía
5	ASICS Gel-Excite 11	286 g	8 mm	90 €	Rodajes cómodos con poco presupuesto. Altura medida por RunRepeat

Precio en España en la fecha de actualización: PVP oficial de la marca o, si su web no lo publica, precio de referencia del análisis citado. Pesos según la talla de referencia indicada en cada artículo.

Actualizado el 11 de octubre de 2026. Datos y fuentes completas en www.zapasrankings.com. Documento de libre distribución citando la fuente.