

RUNNING
OUTDOOR

In montagna o in città, l'attrezzatura giusta per affrontare l'inverno

Gazzetta
Active:
tutte le notizie

Scarpe e scarponi, abbigliamento intimo, occhiali e bastoncini, ma anche libri e giochi... Per le ciaspolate nei boschi o l'urban trekking da lockdown, l'importante è essere ben equipaggiati. I nostri consigli

Andrea Mattei



10 Gennaio 2021

Running: tutte
le notizie



Tra zone rosse e regioni bianche (di neve), è difficile coniugare la voglia di outdoor con le restrizioni dettate dalla pandemia. In un inverno con gli spostamenti ridotti al minimo, gli impianti chiusi e lo sci riservato solo agli amanti delle pelli, camminare all'aria aperta è la migliore soluzione per tenersi in forma e non far passare la stagione invano. E quando non si possono raggiungere le montagne per ciaspolare nei boschi, l'urban trekking rimane un'ottima alternativa.

L'importante, in entrambi i casi, è essere sempre ben equipaggiati. Ecco qualche consiglio per scegliere l'attrezzatura e gli accessori top.



La lana merino di Spring Revolution

INTIMO – Il primo strato è il più importante. L'intimo, soprattutto quando si svolge attività all'aria aperta in pieno inverno, deve essere caldo ma anche ben traspirante. I tessuti tecnici rispondono a queste esigenze, ma la lana merino è naturale e garantisce il massimo comfort. La **Maglia 85 di Spring Revolution 2.0** è una maglia a manica lunga (con passamontagna integrato con fori per la respirazione) realizzata in Lana Merino Soft Touch. Ha lavorazioni mesh sulla schiena che facilitano l'evacuazione del sudore migliorando l'indossabilità.



Scarponi Garmont

SCARPONI – Inutile dire che una buona escursione nasce da un paio di scarpe giuste, tecniche e affidabili sui terreni che si scelgono di percorrere. Per chi ama cammini lunghi, su terreni misti e non troppo tecnici, l'ideale è scegliere modelli leggeri e flessibili, che si avvicinino un po' di più al comfort di uno sneaker ma garantendo una protezione maggiore del piede. I **Garmont 9.81 N.AIR.G Mid GTX SURROUND** sono scarponi multifunzione, leggeri, dal taglio

“sneaker” ma dalla struttura dello scarpone: la tecnologia GORE-TEX® SURROUND® fornisce grande impermeabilità e traspirazione, mentre la suola Michelin® Free Cross, grazie ai tasselli a forma differenziata, garantisce un ottimo grip su terreni misti.



Scarpe Giesswein

SCARPE – Trekking urbano significa camminare col massimo comfort senza rinunciare a materiali naturali e a uno stile inconfondibile. A partire dalla scarpe. Sono veramente sorprendenti le **Merino Wool Runners Giesswein**: scarpe 100% in lana merino, leggerissime e comodissime, incredibilmente flessibili. La lana merino tiene il piede al caldo senza rinunciare alla traspirabilità, e non fa sudare nelle giornate meno fredde, tenendo alla larga i cattivi odori. Pensate anche per la corsa, sono ideali per lunghe camminate.



Osprey Arcane

ZAINO – In tempo di Covid, tra zone rosse o arancioni, non sempre si riescono a raggiungere mete montane. Ma questo non deve rappresentare un alibi: si può camminare e andare in

esplorazione anche nelle nostre città. E anche per il trekking urbano l'attrezzatura ha il suo peso, magari con un occhio in più al design. Lo zaino **Arcane di Osprey** è la sintesi perfetta in questa ottica. Nato per l'outdoor, realizzato con tessuti riciclati e resistenti e componenti di metallo, è uno zaino elegante e completamente equipaggiato, pensato per l'uso quotidiano e uno stile di vita attivo. Elegante look minimalista, ha una tasca interna imbottita per il portatile, tasche portaoggetti interne e un volume di 20 litri per portare con sé tutto il necessario per la giornata. È uno zaino plasmato nella natura selvaggia, ma adattato all'uso urbano.



Adidas Sport

OCCHIALI – L'inverno riserva giornate più corte e non sempre soleggiate, ma non bisogna per questo trascurare la protezione degli occhi, soprattutto se si fa attività sulla neve. Gli **Adidas Sport SP0017** hanno montatura in TR90, materiale resistente alle sollecitazioni e allo stesso tempo ultraleggero e durevole; le aste sottili includono due terminali in gomma (per il grip perfetto), l'anima in metallo (per una migliore regolazione e comfort) e un particolare sistema di blocco sicurezza nelle cerniere. La mascherina sportiva è dotata di un innovativo sistema di ventilazione composto da 9 piccole prese d'aria aerodinamiche che assicurano una visione chiara in qualunque condizione climatica. Il nasello è regolabile in 4 posizioni per un fit ideale e confortevole.



Masters Eiger Calu

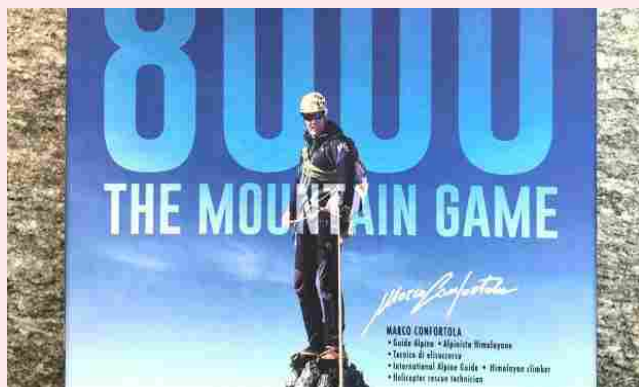
BASTONCINI – Se si ha la fortuna di raggiungere sentieri di montagna, con o senza neve, è sempre meglio camminare sicuri, affidandosi a un paio di bastoncini che, nella progressione, hanno il vantaggio di regalare stabilità e alleviare la fatica sulle gambe. I **Masters Eiger Calu** sono il top di gamma, eletti “bastone dell’anno 2019”: realizzati in 3 sezioni (Ø 18-16-14 mm) di CaluTech e AluTech 7075 per offrire leggerezza e garantire tenuta e affidabilità, montano la manopola Palmo con allunga e il passamano leggero con fibbia minimal. Il nuovo sistema di chiusura Wing Lock favorisce una comoda, veloce e sicura regolazione del bastone. Il nuovo sistema Tip-Top del supporto in tungsteno è ideale per un eventuale rimpiazzo della rotella.



La trilogia del Ricettario Pellegrino

IL LIBRO – Per rilassarsi durante le lunghe serate invernali non c’è di meglio che mettersi ai fornelli e dare sfogo alla creatività culinaria. Ci viene in aiuto Andrea Vismara, chef, scrittore e viandante di lungo corso che ha completato la sua originalissima trilogia: il terzo volume del

Ricettario Pellegrino (Edizioni dei Cammini) raccoglie, come i precedenti, le ricette del territorio raccolte lungo i principali cammini italiani. Un compendio della nostra gastronomia che è un viaggio nei sapori, nella storia e nella cultura della tradizione contadina. Buon appetito!



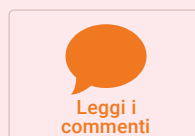
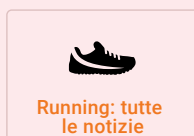
8000 The Mountain Game

IL GIOCO – Dopo cena, davanti al caminetto, si possono sfoggiare le proprie conoscenze di montagna con il gioco pensato e realizzato da uno dei più famosi alpinisti himalayani: Marco Confortola, tecnico di elisoccorso, formatore e guida alpina di Valfurva con 11 8.000 conquistati senza ossigeno, ha approfittato del lockdown di marzo per rimettere mano e aggiornare il suo **8000 The Mountain Game**. Il gioco oggi è proposto anche in inglese: una sorta di gioco dell'oca con centinaia di domande sulla montagna e la sicurezza nell'ambiente alpino.



LA PULIZIA – Dopo una giornata di fatica e sudore passata in mezzo alla neve o nel fango di un bosco, la pulizia dei capi tecnici indossati non va trascurata e va affrontata con criterio e i prodotti

giusti. Winni's, che da sempre realizza detersivi a basso impatto ambientale, biodegradabili e sicuri anche per le pelli più sensibili, ha pensato a chi ama l'outdoor e la vita attiva: **Winni's Sport** grazie a ingredienti attivi specifici di origine vegetale è ideale per la cura e la pulizia di tutti gli indumenti sintetici e tecnici, nel rispetto dell'ambiente. La sua formula ricca di enzimi vegetali è efficace su macchie d'erba e fango e preserva l'elasticità di fibre e tessuti.



10 Gennaio 2021 (modifica il 10 Gennaio 2021 | 17:38)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

POTRESTI ESSERTI PERSO

ANNUNCI PPN

RCS MediaGroup S.p.A.

Via Angelo Rizzoli, 8 - 20132 Milano.

Copyright 2020 © Tutti i diritti riservati. CF, Partita I.V.A. e Iscrizione al Registro delle Imprese di Milano n.12086540155. R.E.A. di Milano: 1524326 Capitale sociale € 270.000.000,00 ISSN 2499-3093

Sito del Gruppo RCS

Corriere della Sera
Abitare
Amica
Iodonna
Oggi
Living
CheAutoCompro
Quimamme
Doveviaggi
Style
El Mundo
Marca
Codici sconto

Corporate

RCS Mediagroup
Fondazione Corriere
Fondazione Cannavò

Links utili

Sitemap
Redazione
Cookie policy e privacy