

Giacche termiche e calzature impermeabili. Zaini ergonomici e sci in materiali ultraleggeri. Abbigliamento e accessori: le novità per le vacanze sulla neve

## Eleganza in quota



### ◀ Dentro e fuori pista

La giacca W Powderqueen 3.0 di Helly Hansen, con isolamento in PrimaLoft, è impermeabile, ha una zip di ventilazione sotto le maniche, la ghetta antineve fissa, il cappuccio compatibile con il casco, 400 €, [hellyhansen.com](http://hellyhansen.com)

### Tecnologia made in Italy ▶

Fra i capi della collezione invernale di UYN, realizzata in Italia, la giacca Snowcrystal è in tessuto a maglia tridimensionale, senza cuciture, impermeabile e traspirante, 899 €, [uynsports.com](http://uynsports.com)



### ◀ Densità variabile

Lo scarpone Speedmachine Nordica combina diverse densità plastiche: rigida sui lati e tallone; morbida intorno al piede; sofficie sul collo del piede, 570 €, [nordica.com](http://nordica.com)



### ▲ Per ogni tipo di neve

Sette i modelli rinnovati della gamma di sci Experience di Rossignol, che permettono di sciare sia su piste appena fresate, sia sulla neve fresca. I nuclei in legno di pioppo arrivano da foreste certificate PEFC, da 800 € (con attacco), [rossignol.com](http://rossignol.com)



### ▲ Liberi e felici

Uno snowboard per chi ama andare veloce, esplorare le montagne, schivare gli alberi nei boschi, divertirsi: Burton Family Tree Hometown Hero è curato in ogni dettaglio, dalla forma alla grafica, 630 €, [burton.com](http://burton.com)



### ▼ Scarpone performante

Con vestibilità *slim* (96 mm), lo scarpone Redster CS 130 Professional Atomic, grazie alla scarpetta termoformabile (Mimic), si adatta perfettamente alla forma del piede quando si indurisce, 859,99 €, [shop.atomic.com](http://shop.atomic.com)



JESPER MOLIN, HILLARY MAYBERY, CARNEY, FABIAN JOHANN

### Guscio high-tech ▶

Ispirato allo stile skater, il casco Spy Galactic MIPS ha il guscio resistente in ABS e un sistema avanzato di protezione della calotta cranica. Cuscinetti asportabili e lavabili, bordi laterali rimovibili; con l'Active Venting System si regola il flusso d'aria ed espelle il calore in eccesso, 86 €, [spyoptic.com](http://spyoptic.com)



### ◀ Spazio per tutto

In tessuto riciclato e impermeabile, lo zaino Kresta di Osprey (20 litri) ha un portatavola sullo schienale e un portasci diagonale e laterale. Accesso rapido alla tasca del kit antivalanga, con scomparti per il manico della pala e la sonda, 160 €, [ospreyeurope.com](http://ospreyeurope.com)



### Una bella testa ▲

È molto curato nel design il casco Ryft di Bollè, sicuro grazie al sistema MIPS e piacevole da indossare anche dopo diverse ore grazie all'aerazione interna (Active Panel). Si regola al millimetro con la rotellina BOA e il cinturino magnetico si chiude con una mano sola, 270 €, [bolle.com](http://bolle.com)



### ◀ Pronto a tutto

Testato in diverse spedizioni polari, l'intimo Expedition Merino 235 Z. Neck di Devold ha lo strato interno in cento per cento lana Merino e quello esterno al 90 per cento in lana Merino Aquaduct (che allontana l'umidità) e al dieci per cento di poliammide, per migliorarne la durata, 115 €, [devold.com](http://devold.com)

### ▼ Per nuove avventure

Vetro in zaffiro antigraffio e tutte le funzionalità che servono a chi fa sport: il nuovo Polar Grit X Pro è impermeabile fino a cento metri e resiste a temperature estreme (da -20 a 50 gradi). Quattro versioni. Nella foto, Arctic Gold, 499,90 €, [polar.com](http://polar.com)



### ◀ Sicurezza integrale

Pensato per gli amanti dello scialpinismo, lo zaino Arva Reactor 32 Pro con sistema airbag è equipaggiato per trasportare tutta l'attrezzatura: sci, pala, sonda, dispositivi di sicurezza sempre a portata di mano, 640 €, [arva-equipment.com](http://arva-equipment.com)



### ◀ Morbida e resistente

La giacca da freeride 3L Guardian Shell di Ortovox ha l'imbottitura in fine lana merino che assicura un'ottima regolazione termica e gestione dell'umidità, restituendo morbidezza e comfort. Il tessuto esterno è trattato senza PFC e la membrana Dermisax protegge da acqua e vento, 750 €, [ortovox.com](http://ortovox.com)

▼ Su tutti i terreni

Su roccia o terreno, con o senza neve, Breithorn GTX di Meindl offre una presa stabile su ogni terreno e in qualsiasi condizione. La membrana in Gore-Tex Thermo garantisce piedi sempre asciutti e caldi, 380 €, [meindl.de](http://meindl.de)



▲ Calda e sostenibile

Realizzata con il cento per cento di piume riciclate, la giacca Lvf 12002 Shift Down Hoodie di Lafuma trattiene il calore anche a temperature molto rigide. Inoltre è antivento e resistente all'acqua. Perfetta per la montagna, si può indossare anche in città, 1.300 €, [lafuma.com](http://lafuma.com)

Protezione totale ►

In tessuto *ultrastretch* da plastica riciclata (95 per cento, il restante cinque è in elasthan), la fascia scaldacollo Filter Tube di BUFF ha la stessa efficienza di una mascherina chirurgica grazie ai filtri sostituibili a tre strati (23,95 €). Anche il cappellino è BUFF (26,95 €), [nov-ita.com](http://nov-ita.com)

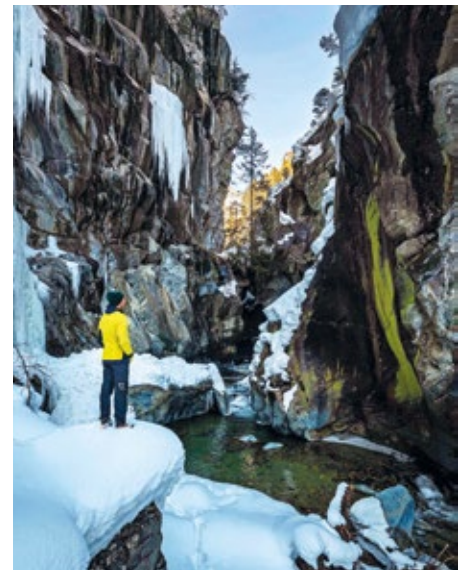


▼ Emozioni da gara

È lo sci più leggero (465 g per la misura 177cm) e veloce di sempre e definisce lo standard dei modelli da gara. L'RX10 2.0 Skate di Kästle ha una scatola di torsione stabile in legno di Paulownia e una struttura superleggera a nido d'ape per il massimo tracciamento, 549 €, [kaestle.com](http://kaestle.com)

Strato versatile ►

Si indossa da solo o come secondo strato il pile Blizzard di Rock Experience. Tiene caldo grazie al morbido tessuto Furry Fleece e dà libertà di movimento negli sport grazie agli inserti in tessuto elastico e traspirante (Power Fleece) sui fianchi e nel giro manica, 109,90 €, [rockexperience.it](http://rockexperience.it)





◀ Con o senza maniche

Lana riciclata, lavorata a maglia con la tradizionale tecnica Sarner, tipica delle Dolomiti, e piuma d'oca da allevamenti tracciati per la giacca Fanes Sarner Hybrid di Salewa. Disponibile in diversi colori, 350 €, anche senza maniche, 250 €, [salewa.com](http://salewa.com)

Passi asciutti ▶

Imbottito con PrimaLoft Bio, il primo isolamento e tessuto sintetico cento per cento riciclato e biodegradabile, Ecco Solice è realizzato senza colle, con una costruzione che integra la tomaia alla suola. Disponibile anche in Gore-Tex per un'impermeabilizzazione totale, 180 €, [it.ecco.com](http://it.ecco.com)



▼ L'ambiente ringrazia

È antivento e idrorepellente, in tessuto elastico e robusto, la giacca Elope di Vaude. Adatta per tutte le attività in montagna, è ottenuta da materiali riciclati (l'etichetta Vaude Green Shape ne certifica la sostenibilità), 189 €, [vaude.com](http://vaude.com)

Forma e sostanza con stile ▶

Il piumino Moncler Grenoble in nylon laccato giallo brillante protegge dal freddo anche quando la colonnina si abbassa drasticamente (1.350 €); i leggings lucidi sono la sintesi di comfort, stile e funzionalità, 450 €, [moncler.com](http://moncler.com)



# lifestyle SHOPPING



## ◀ Ecopelle

Fatti a mano in Italia, in ecopelle, con pelliccia di agnello del Tibet e suola Michelin per una presa sicura su neve e ghiaccio, gli stivali La Plagne 3 di Bogner sono disponibili anche nei colori giallo e azzurro, 799 €, [bogner.com](http://bogner.com)

## Gonna termica ▶

Calda, leggera e antivento, la gonna Schneeeulem di Maloja con imbottitura in PrimaLoft Bio è idrorepellente, comprimibile, ha due tasche interne e due frontali con zip e cintura regolabile, 100 €, [maloja.de](http://maloja.de)



## ◀ Sguardi discreti

Curio CL 7x21 è l'ultimo binocolo della gamma CL di Swarovski Optik. Creato dal designer australiano Marc Newson, è il più piccolo e leggero della sua categoria: pieghevole, alta qualità ottica, linee essenziali, ideale in viaggio, 770,00 €, [swarovskioptik.com](http://swarovskioptik.com)

## Stile classico ▶

Greenland No. 1 Down Parka ha l'imbottitura in piuma prodotta eticamente (certificata Down Promise), mentre il tessuto (G-1000 Eco) è in poliestere riciclato e cotone biologico (749,95 €). Anche il berretto Tab Hat è in maglia di poliestere cento per cento riciclato (29.95 €). Tutto Fjällräven, [fjallraven.com](http://fjallraven.com)



## Barretta carica

La barretta Enervit Sport apporta circa 20 g di proteine, che contribuiscono al mantenimento e alla crescita della massa muscolare. Arricchita da un mix vitaminico, è a basso contenuto di zuccheri, senza glutine, né olio di palma. Va usata nell'ambito di una dieta equilibrata, 2,35 €, [enervit.com](http://enervit.com)



## NEWS

NEWS



### Come usarli

Fare sport è anche una questione di benessere. “Uno dei principali vantaggi degli integratori è che ‘isolano’ i micro e macronutrienti di cui si ha bisogno per affrontare lo sforzo”, spiega **Stefano Righetti**, cardiologo dell’ospedale San Gerardo di Monza. “Sono ben tollerati dall’organismo; i formati sport-gel, pocket drink, compresse o bustine ne rendono facile l’assunzione in gara, in allenamento e quando serve. Permettono, inoltre, di assimilare e reintegrare una quantità di nutrienti difficilmente raggiungibili con gli alimenti semplici. Però non sempre ‘di più è meglio’: per questo ci si deve affidare agli esperti”. Per esempio non vanno sottovalutati l’idratazione prima e durante l’attività, soprattutto se prolungata, e il reintegro dei sali subito dopo: “Consumare una miscela *recovery* di carboidrati e aminoacidi nei 30 minuti successivi allo sforzo permette di ripristinare rapidamente le energie consumate, modulare in senso positivo il sistema immunitario, controllare i livelli di infiammazione e ridurre il rischio di disturbi gastrointestinali o muscolari”, conclude Righetti.

# Un pieno di energia

Proteine, vitamine, sali: per affrontare la fatica



### Bio e vegana ▲

Proteine vegetali (pisello, girasole, canapa) e frutti rossi crioessiccati per la barretta Buon Food, dolcificata con sciroppo di riso e datteri, senza glutine, soia, derivati animali, aromi chimici, 2,50 €, [buonfood.it](http://buonfood.it)

### Zero zuccheri ▶

MG.K Vis Ricarica Plus Ze.Ro Zuccheri è senza zuccheri, con selenio e vitamina E che contribuiscono a proteggere le cellule dallo stress ossidativo, 15,50 € (confezione da 14 bustine), [poolpharma.it](http://poolpharma.it)



### Forza istantanea ▶

Total Energy Carbo Gel di Named Sport fornisce energia istantanea e duratura, riduce il senso di fatica, contrasta crampi e dolori muscolari. A base di maltodestrine, destrosio e fruttosio, è arricchito con sodio e potassio, 2,30 €, [namedsport.com](http://namedsport.com)



### ◀ Sotto forma di crema

Ricca di proteine, ha un sapore di caramello e cioccolato e una leggera nota salata, è priva di zuccheri aggiunti. Salted Caramel Protein Cream di Fitvia è anche senza aromi artificiali e olio di palma, 13,90 €, [fitvia.it](http://fitvia.it)