



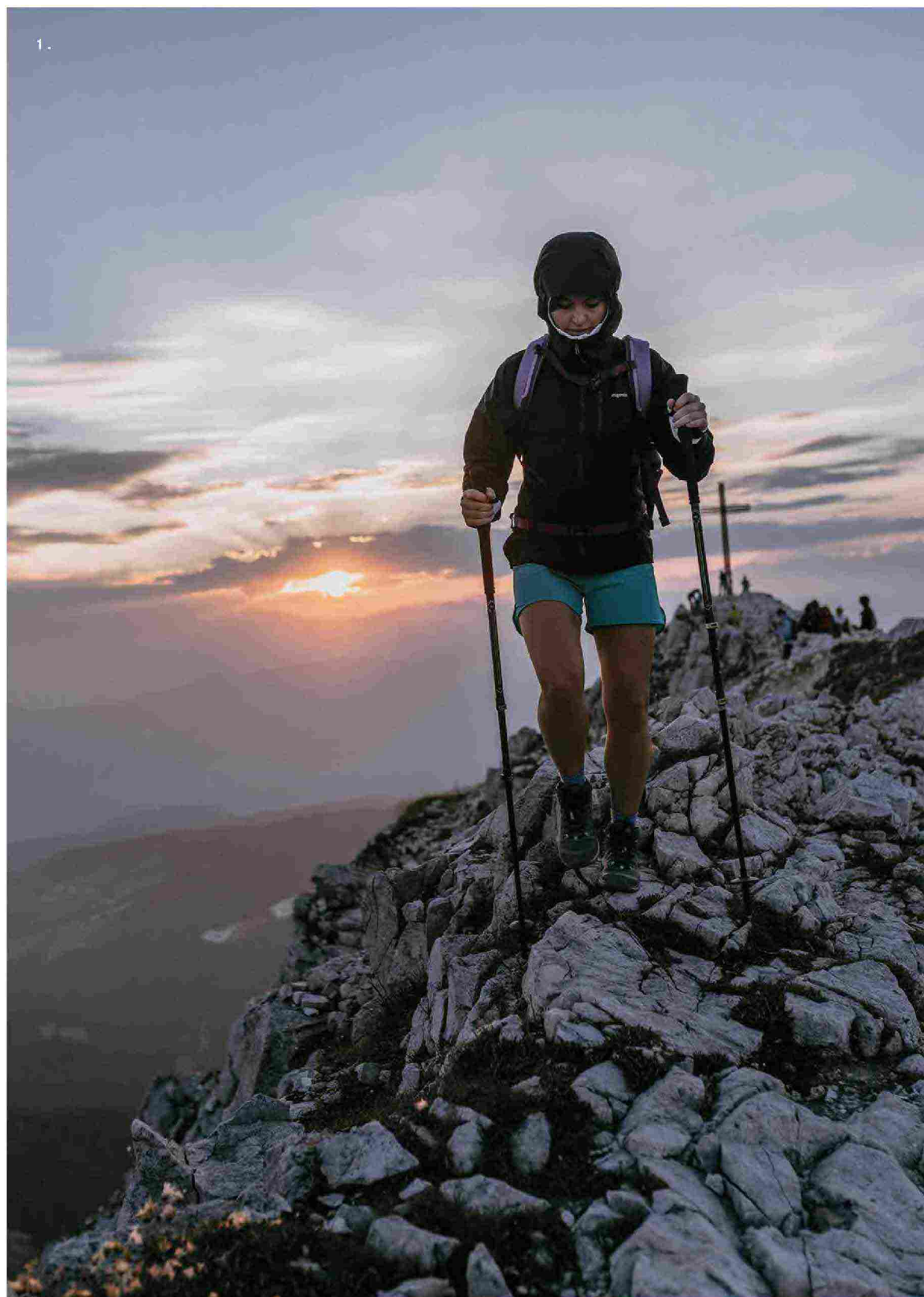
CHAPTER TWO
HIKING



Beauty and Strength

*Sapere esattamente cosa ti fa sentire bene
è la chiave per goderti veramente appieno
i momenti di forza e pace interiore.*

TEXT
STEFANIE ARENT
PHOTO
THOMAS MONSORNO



H

HIKERS

LAURA MONSORNO
LISA GASSER
STEFANIE ARENT

**Ci vogliono sia volontà che forza per scalare una montagna.
O meglio, la cosiddetta forza di volontà: consapevolezza di avere
l'energia per fare tutto ciò che vuoi, qualunque cosa
tu ritenga più giusta.**

Altro aspetto da non sottovalutare è credere in te stesso.

Ti permette di attraversare ogni confine, che sia fisico o personale, prendendo dei rischi e lasciando che le cose accadano. Scalare una montagna richiede sicurezza ed il giusto supporto. Devi avere il coraggio di ascoltare la tua parte interiore più nascosta, affidandoti al tuo io più profondo che sa esattamente ciò che puoi e ciò che non puoi fare, perché solo così potrai dominare qualunque situazione difficile che si presenterà sul tuo cammino.

Sapere esattamente cosa ti fa sentire bene è la chiave per goderti veramente appieno i momenti di forza e pace interiore. La montagna, qualunque essa sia, è un luogo che ti costringe ad affrontare le tue incertezze per poterle infine superare. È un posto che non ti giudicherà mai per la tua insicurezza e disunità ma al contrario, ti tirerà su nei momenti difficili e saprà esattamente quando lasciarti andare, quando sarai pronto. La montagna è luogo che accetta semplicemente la tua presenza, il tuo corpo e la tua mente, senza preoccuparsi dei tuoi difetti o dei tuoi punti di forza e di debolezza.

Montagne e donne sono un connubio perfetto.

Insieme sono lo specchio di bellezza e natura. Delicato e ruvido. Forte e fragile. Montagne e donne sono protezione ed esposizione al tempo stesso. Bordato e levigato. Sono l'inizio e la fine. Due facce della stessa medaglia. Chiunque abbia mai scalato una montagna, ha dovuto imparare a

leggerla, capirla, accettarla. Ogni montagna è diversa, ogni montagna è unica. E non vedere il valore di questa diversità e unicità significa vederne solo la metà del suo mondo.

Eravamo in tre quel giorno, sulla montagna.

Laura, Lisa e Stephanie. Tre donne, tre amiche, con una passione condivisa, simili ma al tempo stesso profondamente differenti. Ma tutte noi ci siamo sentite arrivate su quella montagna, al sicuro, come se fosse stata la nostra casa lontano da casa.

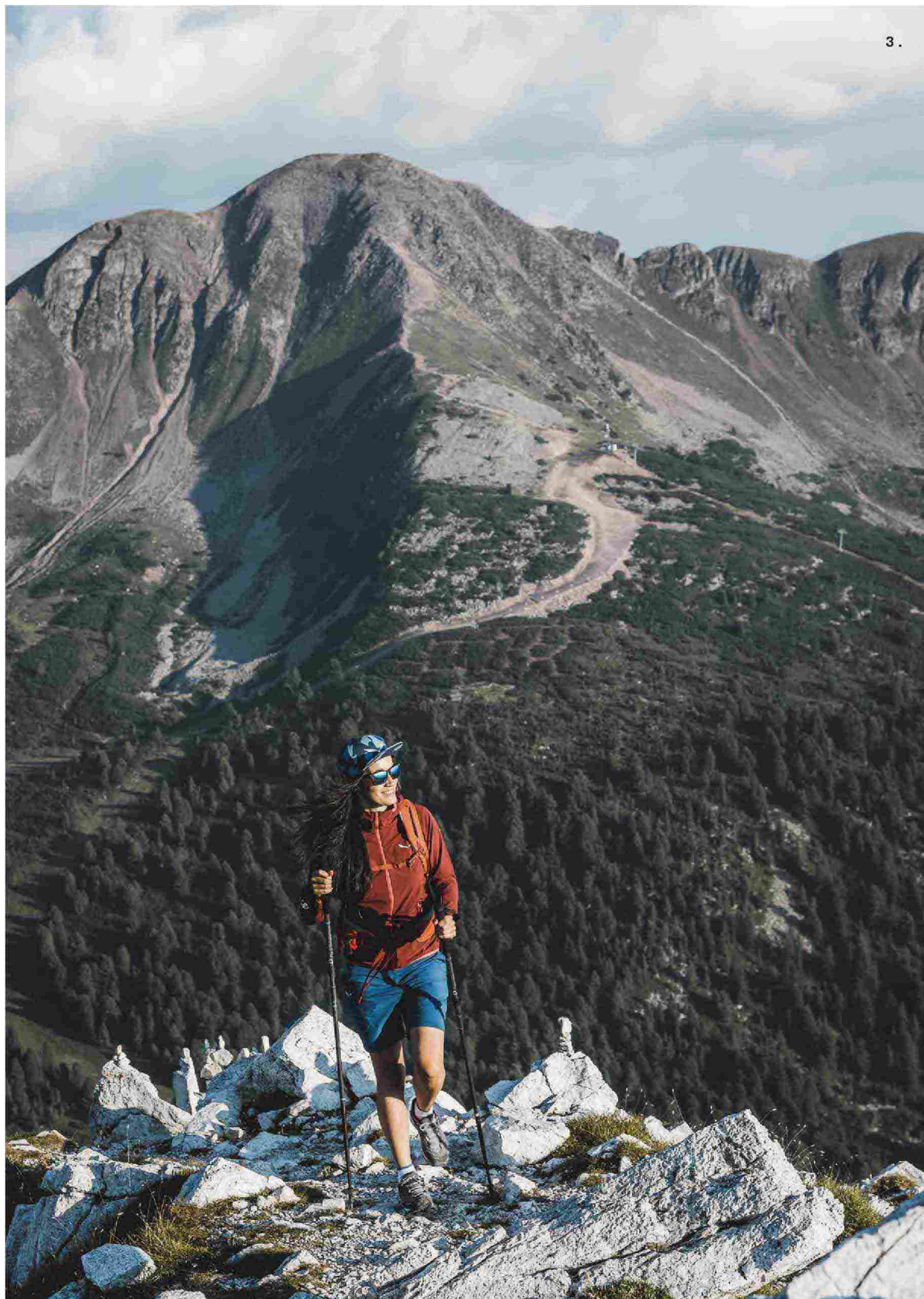
Un luogo strano ma familiare che ci ha permesso, ancora una volta, di sperimentare sensazioni ed emozioni irripetibili. Dove lo sforzo della salita, sia fisico che mentale, è stato spazzato via una volta arrivate in cima. Quel panorama da togliere il fiato ed il tramonto che ci ha sorpreso all'improvviso, con i suoi colori esplosivi ed il suo caldo abbraccio, ha azzerato ogni peso che ci portavamo dietro, sia dentro e che fuori di noi. La montagna ci ha ripagate per la strada percorsa, per la nostra forza di volontà che non è mai venuta meno durante il lungo cammino.

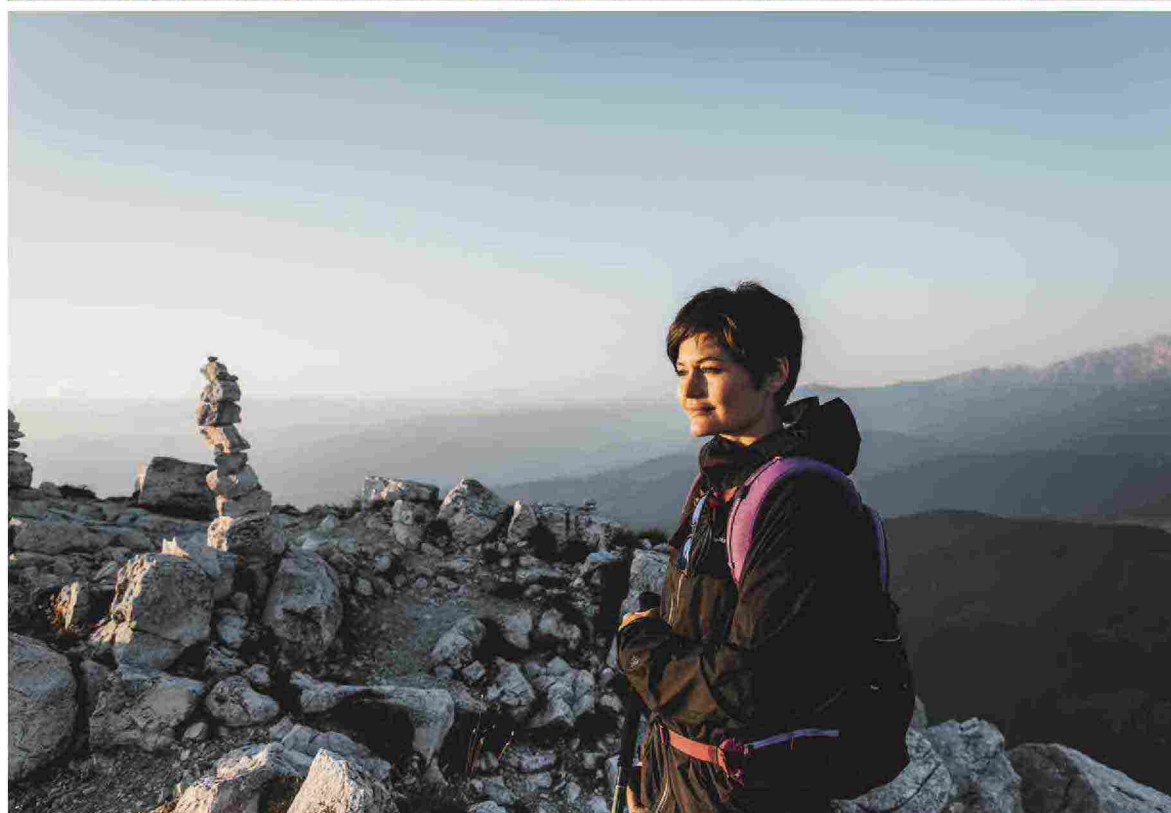
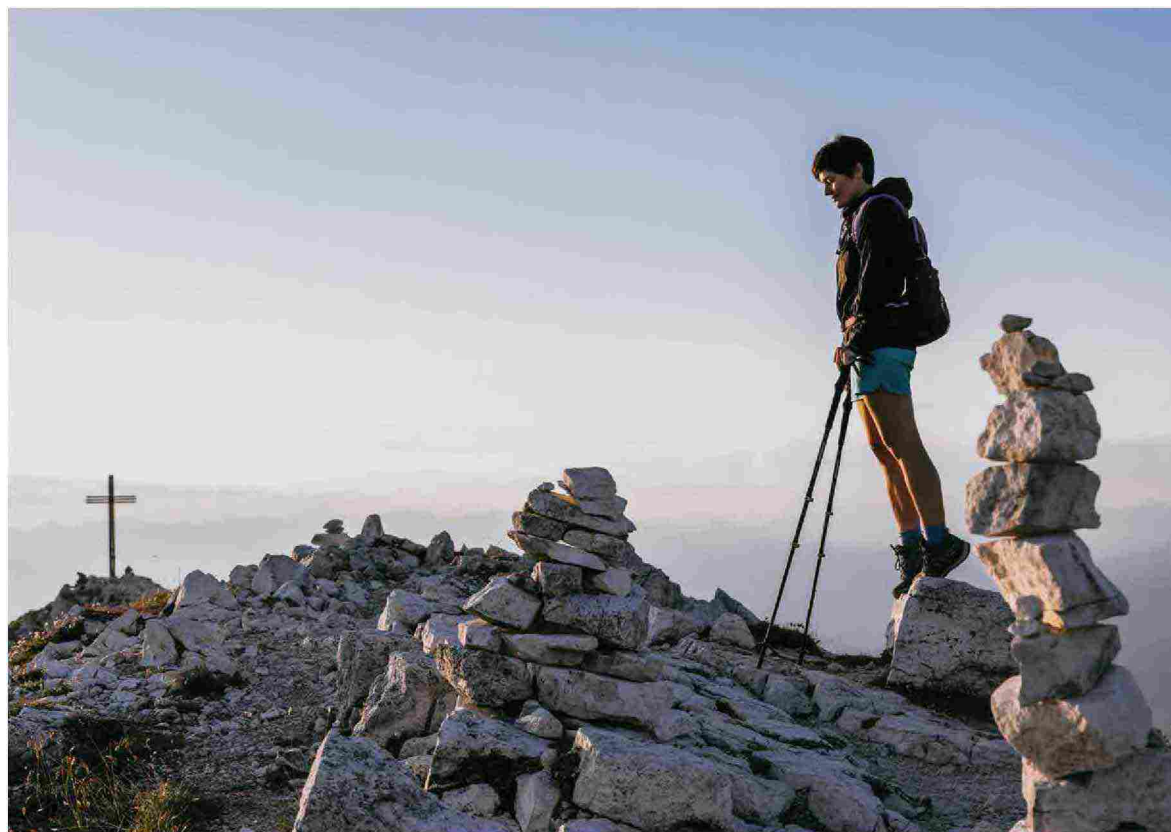
Non c'è stato bisogno di parole fra noi. Siamo semplicemente rimaste lì, una di fianco all'altra, ad osservare il paesaggio, per pochi minuti che sono sembrati però interminabili.

Senza aggiungere altro tutte e tre sapevano, dentro di noi, perché avevamo scelto la montagna e perché portiamo avanti quella scelta di nuovo, ogni giorno.

2.









1. KEEN TERRADORA WATERPROOF MID WP

Progettata specificamente per le donne, questo scarponcino da trekking leggero funge anche da calzatura perfetta per la città. Il plantare è modellato per adattarsi al piede come un guanto con una suola intermedia progettata per soddisfare a pieno la calzatura delle donne. Dotata della tecnologia Keen Dry: una membrana propriamente impermeabile e traspirante che lascia uscire i vapori senza lasciare entrare l'acqua. Realizzata in maglia leggera traspirante con tomaia sintetica e fodera in rete traspirante; la suola è in gomma antitraccia e l'intersuola in EVA a bassa densità si adatta perfettamente al piede femminile. Scarponcino leggero, comodo e versatile, disponibile in diverse colorazioni.

OUTFIT: *Softshell* - Patagonia Storm Racer | *Shorts* - Salewa Pedroc | *Backpack* - Patagonia Nine Trails 26L | *Poles* - Komperdell | *Socks* - Calze GM

2. MAMMUT ALNASCA PRO MID GTX

Si tratta dello stivale da donna ideale per andare dal sentiero alpino alla parete d'arrampicata. La sua vestibilità aderente e precisa consente sequenze di movimento sicure e armoniose. Ulteriore tenuta è garantita da una zeppa ammortizzata SoFtech EVA e da una suola Rock Tech Michelin realizzata in gomma Ocx. La scarpa perfetta per approcci e salite confortevoli. Vi è un supporto del tallone a 360°, l'elemento TPU a forma tridimensionale è progettato per l'anatomia dell'osso del tallone, il quale viene avvolto completamente. Questo ne garantisce una calzatura ottimale ed aiuta a proteggere le caviglie. L'allacciatura assicura una presa migliore del piede all'interno dello stivale aumentandone sicurezza e comfort.

OUTFIT: *Jacket* - Mammut Kento Hs Hooded | *Pants* - Mammut Hiking Pants | *Backpack* - Mammut Lithium Speed L15 | *Poles* - Masters Dolomiti GT Calu | *Lenses* - Alpina Zaryn | *Buff* - Mammut Neck Gaiter | *Socks* - Calze GM



3. SALEWA MTN TRAINER GTX

La Mountain Trainer GTX è una scarpa classica da alpine approach con tomaia in pelle scamosciata resistente all'usura e fodera impermeabile e traspirante Gore-Tex Extended Comfort. Le guide di montagna utilizzano sempre meno gli scarponcini alti a favore di scarpe più basse e leggere ed è per questo che è stata riprogettata la Mountain Trainer GTX con l'obiettivo di offrire più aderenza e una maggiore stabilità e sicurezza su rocce e terreni tecnici durante trekking e vie ferrate. L'elemento determinante è stato l'adozione di un nuovo pacchetto di suola e intersuola. La versatile suola VIBRAM MTN Trainer Evo, caratterizzata da tasselli autopulenti e aggressivi che garantiscono una migliore trazione su neve e fango, è abbinata all'intersuola con tecnologia BiLight, che ammortizza a lungo gli impatti sulle rocce e ha un design ergonomico tridimensionale che avvolge con precisione il piede.

OUTFIT: *Softshell* - Salewa Puez Hoody | *Pants* - Salewa Puez Durastretch | *Backpack* - Salewa Alp Trainer | *Cap* - Salewa Puez Camo | *Lenses* - Alpina Kosmic | *Poles* - Salewa Carbonium Alp Speed | *Socks* - Calze GM

