YoungstarsWiki.org

INVIATO DA
Irmgard

ON
21/06/2013

0% / 6 Stimmen

In giro con le racchette da neve



Sparsi cristalli di neve cadono silenziosamente tra gli alberi spogli; per il resto, regna il silenzio. La neve smorza ogni rumore. Il sole si riflette mille volte sulla neve. Qua e là si intravedono tracce di animali.

Questo articolo è tratto dalla rivista «Forum».

I cristalli di neve scricchiolano sotto le nostre racchette da neve — che rendono possibile questa escursione attraverso il meraviglioso paesaggio invernale — lontano dai ristoranti affollati ai piedi delle piste e dalle file di sciatori in attesa del proprio turno. Lentamente ma inesorabilmente, ci facciamo strada tra ruscelli ghiacciati, segnali di percorso a malapena riconoscibili e abeti carichi di neve. E mentre la luna, ormai sorta, inonda ogni cosa della sua misteriosa luce argentea, lo sappiamo: questo è un inverno come non l'abbiamo mai vissuto prima.

Boom

Le racchette da neve stanno vivendo un vero e proprio boom, anche se in sordina, senza clamore mediatico né campagne pubblicitarie su larga scala. Eppure le racchette da neve esistono da molto tempo. Dall'Asia centrale hanno attraversato lo stretto di Bering per arrivare in Alaska, dove gli eschimesi e i nativi americani le utilizzano ancora oggi come mezzo di trasporto per la caccia invernale. All'epoca, le racchette da neve erano realizzate in legno, tendini di animali e pelliccia; oggi sono strutture altamente tecnologiche realizzate in alluminio e plastica.

Il fascino del fuoristrada

è proprio questo il bello. È qui che le ciaspole danno il meglio di sé. E non serve imparare molto per iniziare: basta allacciarle e mettersi in cammino.

Terreno

Non esiste un “terreno specifico per le ciaspole”. Le ciaspole sono adatte praticamente ovunque si possa camminare, ma dove con gli scarponi da trekking non si riesce ad avanzare a causa della neve. Il terreno prealpino è particolarmente adatto alle escursioni con le ciaspole. A differenza dello sci fuoripista o dello snowboard, camminare nel bosco non disturba la fauna selvatica, poiché con le ciaspole ci si muove lentamente e non si spaventano gli animali. Tuttavia, è comunque fondamentale comportarsi in modo appropriato. Anche se le ciaspole vengono spesso utilizzate in terreno alpino come ausilio per la salita durante le escursioni sciistiche, il loro vero punto di forza risiede nei terreni più pianeggianti e non saranno mai veramente adatte per raggiungere le vette. Inoltre, le escursioni in terreno alpino richiedono una discreta esperienza per valutare correttamente i pericoli e reagire in modo adeguato (valanghe, condizioni meteorologiche, percorsi isolati, assenza di copertura cellulare).

Per questo motivo, J+S, ad esempio, raccomanda di scegliere percorsi che rimangano generalmente al di sotto del limite della vegetazione arborea.

Le piste da sci di fondo sono un buon punto di riferimento, poiché quasi senza eccezioni attraversano terreni adatti alle ciaspole.

Neve

Il bello delle racchette da neve è che la profondità e la qualità della neve non contano quasi per nulla. Finché non affondi di mezzo metro nella neve fresca anche con le racchette, puoi affrontare con facilità qualsiasi tipo di neve. E anche quando la neve è scarsa: le racchette da neve sono leggere e possono essere facilmente agganciate allo zaino finché non ci si è lasciati alle spalle le zone prive di neve o con poca neve.

Ciaspole

Esistono molti tipi diversi di racchette da neve: in alluminio/neoprene, plastica o legno; con artigli o punte; alcune con ausili per l'arrampicata; grandi, piccole, con attacchi in plastica, con fibbie a sgancio rapido, con cinghie da zaino, con cinghie in gomma, estensibili, costose, meno costose ed economiche.

Il fattore più importante nella scelta è che l’attacco sia flessibile, in modo che il tallone possa sollevarsi da terra.

Inoltre, la misura va scelta in modo da poter mettere un piede davanti all’altro senza dover fare la spaccata. La misura degli scarponi adatti dipende dall’altezza e dal peso di chi li indossa, nonché dalle condizioni della neve (in questo caso i modelli estensibili sono pratici).

Per rendere la scelta un po’ più semplice: è meglio noleggiare diversi modelli in gruppo e provarli a turno, in modo da poter camminare un po’ con ogni paio.

Consiglio: al momento della scelta, date un’occhiata alle racchette da neve di MSR: sono più convenienti rispetto alla maggior parte delle altre e comunque di alta qualità.

Cos’altro mi serve?

A seconda del percorso e delle condizioni meteorologiche, non tutti gli articoli dell’attrezzatura hanno la stessa importanza, ma l’equipaggiamento necessario si colloca sempre a metà strada tra l’attrezzatura da escursionismo e quella da sci. Non è necessario acquistare un guardaroba

completamente nuovo: è possibile trovare soluzioni comode semplicemente abbinando in modo intelligente capi come pantaloni della tuta e pantaloni impermeabili. La regola generale è semplice: biancheria intima, qualcosa per tenerti al caldo e qualcosa per proteggerti dal vento e dalle intemperie. Tra le calzature adatte ci sono gli scarponi da trekking, anche se è una buona idea mantenerli in buono stato e dotarli di solette termiche aggiuntive. Ma vanno bene anche scarponi morbidi e altri stivali invernali. Dovresti portare anche:

● Bastoncini da sci (telescopici, se ne avete)
● Zainetto (thermos / maglietta asciutta / guanti di ricambio)

Tecniche

C'è davvero solo una cosa da tenere a mente: quando si viaggia in gruppo, fate a turno per aprire la pista; la seconda persona che apre la pista non deve calpestare le impronte di chi la precede, ma camminare proprio tra di esse. In questo modo si crea un sentiero ben tracciato che permette a chi segue di camminare comodamente.

Pericoli

Non è possibile imparare a gestire i pericoli leggendo una rivista, quindi ecco solo una sintesi dei potenziali pericoli:

- Le mappe appaiono molto diverse quando non si riescono più a distinguere i sentieri a causa della neve, quindi bisogna affidarsi alle linee di sicurezza
- È difficile stimare il tempo necessario per un percorso specifico, poiché dipende principalmente dalle condizioni della neve. Non esistono fattori affidabili per calcolare la durata del percorso.
- Il freddo viene spesso sottovalutato, soprattutto quando si suda e si fa una pausa.
- Le valanghe possono raggiungere proporzioni pericolose anche sui pendii più dolci. Pertanto: non attraversare mai pendii con pendenza superiore a 30° e non passare direttamente sotto tali pendii, ma aggirali con ampio margine.

Escursioni con le ciaspole con bambini e ragazzi

Le ciaspole sono adatte ai bambini a partire dai nove anni circa. Il fattore chiave in questo caso non è il livello di abilità richiesto, ma piuttosto la resistenza del bambino. Se siete in grado di portare un bambino a fare escursioni più lunghe, allora può partecipare anche a un'escursione con le ciaspole.

Quando si fa escursionismo con i bambini, è particolarmente importante tenere a mente i seguenti punti:

- Le guide dispongono spesso di un’attrezzatura migliore, mentre i bambini raggiungeranno prima i propri limiti proprio per questo motivo.
- I bambini hanno bisogno di pause più frequenti rispetto agli adulti
- È preferibile optare per un’escursione più breve e “sfogare” l’energia residua con giochi sulla neve piuttosto che sovraccaricare i bambini con percorsi impegnativi.
- Spesso i bambini non si rendono conto di essere esausti o di soffrire di ipotermia. Ecco perché è molto importante che la guida “percepisca” come stanno. In questo caso è fondamentale prestare particolare attenzione.

- I bambini che hanno freddo non si riscaldano facilmente come gli adulti. Hanno bisogno di un aiuto esterno per riscaldarsi (tè caldo, riparo al caldo).
- Anche quando fa freddo, si suda comunque. Ecco perché è importante bere a sufficienza.
- Pianificate percorsi alternativi: dove è possibile interrompere o accorciare l'escursione, se necessario?
- Esplorate sempre i percorsi in anticipo! Le condizioni possono cambiare rapidamente, quindi è una buona idea ricontrollare un percorso già esplorato poco prima di partire.

Ulteriori informazioni

Libri

Il negozio BESJ (Dorfstrasse 10, 8155 Niederhasli, 01 850 69 52, shop [at] besj.ch (shop[at]besj[dot]ch)) offre

- suggerimenti per escursioni con le ciaspole
- Giochi sulla neve Yeti

Corsi

Le escursioni con le ciaspole sono possibili nell'ambito del programma J+S. Se si intraprendono escursioni più impegnative o se si prevede di pernottare in alloggi senza accesso sicuro o in igloo, queste attività comportano alcune considerazioni in materia di sicurezza. Tali attività possono essere condotte solo da accompagnatori qualificati. La BESJ offre corsi specifici.

Noleggi

hajk Scout & Sport

Rubigenstrasse 79 3076 Worb SBB Tel.: 031 838 38 38 www.hajk.ch

Scout Store

Güterstrasse
8640 Rapperswil
055 210 84 44 www.rappi.ch/scoutstore

okaj

Wasserwerkstr. 17 8035 Zurigo www.okaj.ch
01 366 50 10

Vari negozi di articoli sportivi

In giro con le ciaspole_YW

Riferimenti



- **Testo e immagine:**Forum Kind, numero 4/02, pagine 25 e 26. L'autore spiega cosa tenere presente quando si intraprendono escursioni con le ciaspole. © Copyright www.forum-kind.ch
- **Autore: Niels Abt**è direttore regionale della BESJ e appassionato di ciaspolate.

Weitere Informationen

Categorie
Tecnologia e attività all'aria aperta

Tag
Deposito invernale

Età
Nessun dato disponibile.

Numero di partecipanti
Nessun dato disponibile.

Bibbia
Manca questa informazione.

Durata
Nessun dato disponibile.

Materiale
Nessuno

Scarica il file
Download del file disponibile

KI Generierter Inhalt
Contenuto
Categorie
Tag
Età
Numero di partecipanti
Bibbia
Durata
Materiale

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/it/wiki/art/giro-con-le-racchette-da-neve