



Scelta scarpe Salomon per il Nordic Walking a cura di Enrico Pellegrini



Sia chiaro che le indicazioni che fornisco in questa nota sono basate esclusivamente sulla mia esperienza personale.

Ad oggi ho acquistato 4 paia di scarpe per camminare della Salomon e la prima peculiarità che ho riscontrato è che “vestono” poco, cioè in generale occorre prenderle di misura superiore al proprio piede. Il primo paio che ho acquistato infatti l’ho usato una sola volta, giusto il tempo di farmi l’unghia dell’alluce nera!

Di quanto va presa più grande la scarpa? Dipende dal modello. Pertanto il primo suggerimento che do è quello di provare sempre la scarpa, anzi di provarne più di una. La cosa interessante è che Salomon ha anche le mezze misure.

Altra peculiarità delle scarpe Salomon utilizzabili per il NW è che vengono proposte con tre differenti tipologie di tessuto:

1. **NORMALE:** è un tessuto a forma di rete. È molto leggero e traspirante. Ha il difetto però di non tenere per niente l’acqua. Ci si bagna i piedi anche con la normale rugiada che si deposita sull’erba. Quindi è consigliato per scarpe ad uso estivo e comunque sempre in condizioni di asciutto.
2. **CLIMA SHIELD:** è una membrana traspirante ma che tiene bene anche l’umidità. Tiene anche l’acqua della prima pioggia. Mi è capitato di camminare sotto l’acqua e per la prima mezzora il piede mi è rimasto perfettamente asciutto. D’estate tiene un po’ caldo e fa sudare un po’ il piede, ma comunque secondo me è un ottimo compromesso per il NW cittadino in tutte 4 le stagioni. E’ contrassegnata dalla sigla CS.
3. **GORETEX:** contrassegnata dalla sigla GTX. E’ la membrana più impermeabile delle serie. Io non l’ho mai avuto, ma dicono che puoi entrare nelle pozzanghere senza bagnarti i piedi. Ovviamente è il meno traspirante e d’estate tende a “lessarti” i piedi.

Detto ciò, vediamo i modelli più indicati per il NW. Attualmente secondo me ci sono tre modelli ottimali per il nostro sport:

XR MISSION



E’ una scarpa molto morbida e leggera. Ha una bella pianta larga e quindi un buon appoggio sia anteriore sia posteriore. Ottimale per terreni duri e asfalto. Questa scarpa mi ha risolto un problema di infiammazione al tendine di Achille. Ottima scarpa estiva in tessuto normale.

CROSSMAX



E' una scarpa molto usata anche da chi corre su terreni misti. È più avvolgente e contenitiva della XR MISSION. La suola è leggermente più rigida, mentre la tacchettatura è molto simile alla XR MISSION. Ottimale per terreni misti. Secondo me il miglior compromesso per il NW abbinata al tessuto Clima Shield (CS).

XA PRO 3D ULTRA



E' una scarpa robusta e pesante. Più dura delle prime e più contenitiva. Ha la punta rinforzata ed è studiata per sentieri di montagna. Io l'ho provata solo in negozio, ma mi ha dato l'impressione di essere una buona scarpa invernale se abbinata alla membrana Goretex (GTX).

Altre due scarpe nate per la corsa in montagna ma molto usate anche per il NW sono:

XT HORNET



SPEEDCROSS



Ambedue hanno la tacchettatura molto aggressiva e sono sconsigliate per camminare su asfalto.

In realtà la gamma di scarpe Salomon è molto più ampia e chi volesse saperne di più può collegarsi al sito <http://www.salomon.com/it/range/trail-running-footwear.html>

Infine segnalo che tutti i modelli sopra descritti esistono anche in versione per donna e sono contrassegnati dalla sigla W.