

VANITY FAIR

Scialpinismo: 10 itinerari facili per iniziare a praticarlo in sicurezza

Vi portiamo in spazi incontaminati, lontano dal marasma degli impianti di risalita, alla scoperta di itinerari adatti ai neofiti che si vogliono avvicinare a questo magnifico sport in sicurezza

In questi anni è cresciuto il desiderio di riscoperta di se stessi e per l'ambiente che ci circonda. Complice il covid abbiamo cominciato ad apprezzare di più la corsa all'aperto, le passeggiate nel bosco e in generale le **attività sportive outdoor**, che si possono praticare **immersi nella natura**.

E tra gli effetti collaterali della pandemia, nel 2020, c'è stata l'esplosione dello **scialpinismo** (Gli adepti lo abbreviano in skialp), in seguito alla chiusura degli impianti di risalita. Da quel momento in molti si sono accorti che gli sci possono servire a precorrere tratti di salita, grazie alle pelli di foca, nome antico per quelle strisce che, incollate alla soletta, beffano la gravità.

E una volta in cima, un bel respiro e via per la discesa, per surfare il vasto mare di neve fresca, sempre diversa, che sia polverosa o fragrante. Ma attenzione: non ci si improvvisa, non si va da soli, meglio affidarsi a guide esperte, seguendo corsi. Perché la montagna va trattata con rispetto e attenzione.

Per le prime uscite il consiglio è quello di affidarsi a un noleggio fornito, per provare l'attrezzatura e trovare quella più indicata. Naturalmente serve uno zaino dove riporre l'attrezzatura con eventuali ramponi (se si scelgono di percorrere tratti difficili, ripidi e ghiacciati). Consigliatissimo anche il casco. Per l'abbigliamento meglio vestirsi a strati, con un guscio tecnico, per permettere la traspirazione nella fase di salita ed essere ben protetti nella fase di discesa. E poi il kit di sicurezza composto da A.R.V.A. (Apparecchio di Ricerca dei Travolti in Valanga), pala e sonda, obbligatorio per lo scialpinismo "in ambiente".

Di seguito 10 itinerari facili di sci alpinismo

Sono davvero numerosi i percorsi di sci alpinismo dislocati in tutta Italia, praticati da principianti e in generale da chi intende affrontare tracciati escursionistici di particolare bellezza. Ne abbiamo selezionati alcuni tra i più belli per chi intende muovere i primi passi in salita alla scoperta della montagna in inverno, ecco quali sono:

1. Lombardia: Montespluga

In questo angolo incastonato tra le alpi Lepontine sono tanti gli itinerari che si possono percorrere, anche con l'ausilio di una guida. Parcheggiata la macchina nel parcheggio del paese, avamposto dell'omonimo passo per la Svizzera, si può percorrere la valle liberamente, ma anche sugli itinerari tracciati. Tra le vette più belle raggiungibili con le pelli c'è il Pizzo Tambò (3096 m) con partenza dal Passo dello Spluga (2110 m). Poco distante, il Pizzo Ferrè (3103 m) è un'altra opzione interessante, che prevede la partenza dal villaggio di Montespluga fino al bivacco Cecchini, coprendo l'intera Val Loga. Nei weekend è operativa in paese la postazione di **Homeland Montespluga-Madesimo**, realtà nata per avvicinare le persone allo skialp e offrire servizi e momenti di formazione. Qui si può noleggiare l'attrezzatura, prenotare una guida, o semplicemente rifocillarsi dopo l'escursione.