@outdoormag_

outdoor magazine

SPECIALE WINTER TRAIL

Allegato redazionale di Outdoor Magazine n. 10 • anno 19 • ottobre 2026

SCARPA®

Golden Gate
LT WP

Start the trail.
Find your pace.

SPECIALE WINTER TRAIL

DATI & STATISTICHE
L'algoritmo di Enduraw per vincere l'UTMB 4

#INSIDETHERACE
Il fascino dello skyrunning 6

INCHIESTA
I numeri del trail running invernale 8
Partecipazione femminile: come siamo messi? 20
Perché le gare costano di più 22

INTERVISTE
Franco Collé fa la storia anche al TOR450 14

FOCUS ON
Oggi i record hanno vita breve 16

PEOPLE
Miao Yao, nuova ambassador Tudor 18

FOCUS SHOP
SPAZIO RUN+ di Bra 24

FOCUS PRODOTTO
Suunto 26
Mico, Arc'teryx 27

VETRINA PRODOTTI
Dynafit, CMP, Rukka, Petzl, Rossignol, ASICS 28

FOCUS TECH
SCARPA torna a scegliere Vibram 30

IN COVER:
Miao Yao per TUDOR

Editore: MagNet Srl SB - Direttore responsabile: ANGELO FRIGERIO
Direttore editoriale: CLAUDIO PRIMAVESI
Contributors: CHIARA BERETTA, BENEDETTA BRUNI, TATIANA BERTERA, SARA CANALI, MATILDE MARELLI, MAURIZIO TORRI, CRISTINA TURINI
Art director: ROSANGELA BARNI

Redazione Italia: Corso della Resistenza, 23 - 20821 Meda (MB)
Via Tertulliano, 68 - 20137 Milano
Tel. 02.87245180 - Fax 02.87245182
redazione@outdoormagazine.it - outdoormagazine.it
Allegato redazionale di Outdoor Magazine Anno 19 - N. 10/2026
Stampa: Ingraph - Seregno (MB)

Periodico mensile - Registrazione al Trib. di Milano n.186 del 20 marzo 2007.
Poste Italiane SpA - Spedizione in abbonamento postale D.L. 353/2003 - conv. in L. 46/2004 Art.1 Comma 1 - LO/MI

L'editore garantisce la massima riservatezza dei dati in suo possesso. Tali dati saranno utilizzati per la gestione degli abbonamenti e per l'invio di informazioni commerciali.
In base all'Art. 13 della Legge n° 196/2003, i dati potranno essere rettificati o cancellati in qualsiasi momento scrivendo a:
MagNet Srl SB
Responsabile dati: Benedetto Sironi

Chiuso in redazione il 27 ottobre 2026

I DATA SCIENTIST DELLA CORSA

Grazie a un algoritmo che mette in relazione i parametri del runner con l'ambiente esterno, Enduraw ha portato Tom Evans e Ruth Croft alla vittoria dell'UTMB. E oggi pensa a democratizzare una matrice vincente

di Benedetta Bruni

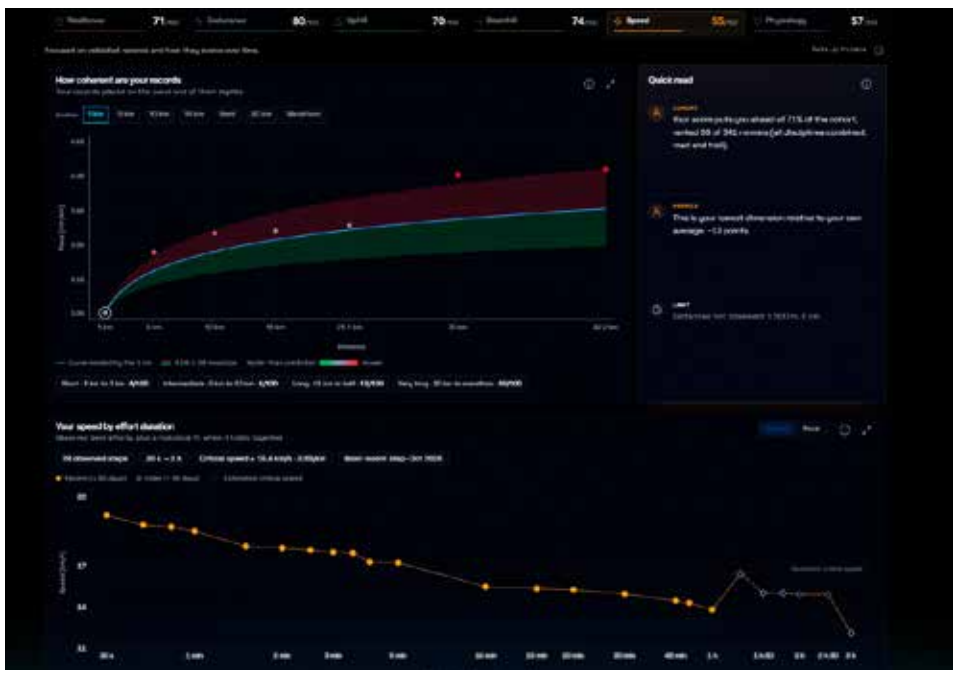
Può essere vero che vincere un'ultratrail sia questione di disciplina, costanza, persino talento e tanto altro di cui siamo soliti sentire parlare. Ma è utopistico pensare che i dati non abbiano niente a che fare con tali prestazioni. Non a questi livelli, almeno, non dopo che vengono battuti record su record con una frequenza mai vista prima. Così la pensano in Enduraw: società di analisi dati che mette in relazione le informazioni personali del runner con agenti esterni come dislivello, vento e temperatura, restituendo il pacing da seguire in gara, chilometro per chilometro, a seconda del segmento e delle condizioni. Uno strumento previsionale e dinamico che ha attirato la curiosità di Tom Evans e Ruth Croft e i risultati si sono visti, con due trionfi all'UTMB. Perché il gesto atletico è indubbiamente fondamentale, ma per il podio ormai contano i dettagli. Tanto che Joseph Mestrallet, fondatore di Enduraw, è convinto che senza un algoritmo del genere non sarà più possibile vincere l'UTMB entro cinque anni. Abbiamo parlato di questo e altro con Anthony Saliou, media and performance data scientist della società di Chamonix.

Il team Enduraw a UTMB 2026

Anthony Saliou

Anthony, quando è stata fondata Enduraw?

È nata circa tre anni e mezzo fa a Chamonix grazie a Joseph Mestrallet, grande appassionato di matematica e trail running. Si era accorto che le classiche regole e previsioni di pacing che esistono per la corsa su strada non possono essere applicate con la stessa facilità a quella in montagna, perché entrano in gioco fattori come le salite e le discese, la temperatura o l'alta quota. Quindi ha combinato letteratura scientifica e matematica per costruire un algoritmo che riuscisse a calcolare, chilometro per chilometro, il ritmo da tenere su percorsi complessi come UTMB o Western States. I primi runner con cui ha lavorato sono stati Petter Engdahl (*vincitore CCC 2022, ndr*) e nel 2024 Ruth Croft (*vincitrice UTMB 2025 e prima donna a completare la Triple Crown, vincendo le tre finali UTMB Mont-Blanc*), che in particolare ha acceso i riflettori su Enduraw. A quei tempi Joseph lavorava ancora da solo e per Ruth ha adottato un approccio molto scientifico al pacing, basato su test del potenziale e sui cosiddetti "gemelli digitali": misurazioni fatte sugli atleti in condizioni molto diverse e poi combinate per simulare differenti scenari e per trovare la versione migliore da applicare in gara. Quando nel 2024 Ruth è arrivata seconda all'UTMB, risalendo dalla quinta posizione, Tom Evans (*vincitore UTMB 2025, ndr*) ha avvicinato Joseph e gli ha chiesto di collaborare. Nel 2025 sono entrato anche io in Enduraw per aiutare a sviluppare l'algoritmo di pacing e soprattutto cercare di democratizzarlo, renderlo accessibile a tutti. È quello che chiamiamo "trickle down theory": stiamo facendo un buon lavoro con l'élite e vogliamo che si rifletta anche sugli atleti amatoriali. Adesso, per esempio, abbiamo aperto a tutti gli stessi algoritmi che usiamo anche per i professionisti.



Dashboard velocità

Quali sono i dati che elaborate e che non vengono restituiti dagli smartwatch?

Quando corriamo, sappiamo che ci sono dati che influenzano il ritmo come temperatura, altitudine, vento e profilo del terreno. Il nostro Enduraw Report gratuito si collega a Strava per restituire un ritmo corretto in base a tutte queste variabili che altrimenti non verrebbero prese in considerazione. Così si può arrivare alla conclusione che i fattori ambientali sono costati 49 secondi o che in condizioni ottimali (zero dislivello, temperatura ideale, niente vento) quel runner non avrebbe perso. Cerchiamo comunque di non dare una quantità eccessiva di informazioni su Strava per evitare un overload, ma dal Report si può accedere ai dati sulle calorie e la perdita di liquido o sulla qualità dell'aria, molto importante nei contesti urbani. Il nostro lavoro si basa su letteratura scientifica che ci permette di correggere il ritmo di corsa a seconda di come reagisce il corpo alle condizioni esterne. Quante volte un runner che corre controvento si è chiesto quanto sarebbe andato più veloce in direzione favorevole? Ecco, noi possiamo dare una risposta. Tutto questo poi si collega all'ecosistema del nostro software che analizza ulteriormente l'allenamento e ne restituisce dei grafici. Per esempio, è possibile visualizzare il proprio ritmo in ripetuta ma corretto in base alla pendenza.

Qual è la relazione con la fisiologia degli atleti? C'è differenza tra uomo e donna?

La nostra è un'analisi fortemente personale e ogni metrica che

Piani meteo e nutrizione

Profilo di pacing

dipende dal sesso viene normalizzata in quanto tale. Non solo, viene applicata sull'atleta specifico, che sottoponiamo a test che ci consentono di personalizzare le metriche a puntino. È un approccio su misura: vogliamo individualizzare ogni utente, come facciamo per i runner élite. Partendo dai test e dalle attività registrate, possiamo elaborare una matrice basata espressamente sul modo personale di correre. A loro volta, le attività alimentano la matrice insieme ai test e la matrice alimenta il pacing. Quest'ultimo è l'indicazione definitiva e completa della gara, chilometro per chilometro.

E poi in gara come si comporta l'algoritmo?

Nel profilo gara che si trova sul sito è possibile studiare le singole sezioni della competizione in base all'elaborazione dei dati: quanto dovrò andare veloce in un tratto specifico, quando e quanti carboidrati devo assumere, la temperatura che troverò a mano a mano che proseguo e così via. Si tratta inoltre di previsioni modificabili dall'atleta stesso in base alle sue abitudini e che non possono essere calcolate in altro modo: per esempio, se in fase di programmazione o a un punto ristoro decido di togliere un gel in un tratto, la strategia della corsa si aggiusta in base a questa scelta. È un'indicazione molto importante nel running quando rischi di stare ore senza assistenza.

Come gestite l'errore dell'atleta?

Basiamo la nostra filosofia su quello che chiamiamo "what if": cosa succede se perdo un gel? Cosa succede se salto un'assistenza? Proviamo ad anticipare ogni scenario e proporre una soluzione. La maggior parte di queste ipotesi però non è quantificabile. Sono tutte probabilità che cerchiamo di minimizzare ma che al tempo stesso siamo consapevoli possano succedere. Una cosa interessante del pacing, invece, è che in caso di cambio di percorso – come successo a Tom Evans nel 2025 – si aggiorna da solo in base alle diverse sezioni.

Con troppe informazioni gli atleti non rischiano di distrarsi?

È un punto su cui ragioniamo spesso anche noi: possiamo diventare prigionieri dei dati? In parte è un rischio che esiste, ma lo è più per gli amatori che per i professionisti. Per questi ultimi, una volta in gara, tutto è riassunto in un'unica informazione: il ritmo. È un valore singolo in cui sono già considerati gli altri fattori, sia interni che esterni. Per questo non sono disorientati dai dati che ricevono. Nel caso di Tom Evans è stato particolarmente semplice perché veniva da una formazione militare e si è fidato di noi: questo invece sì che è un punto importante.

Durante gli allenamenti, come considerate la componente psicologica e le percezioni dell'atleta?

Non sono forse un dato anche le percezioni? Quando ne parliamo, pensiamo sempre che siano dei numeri, ma anche dire che un giorno non ci si sente bene è un'informazione. E dunque rientra nelle nostre analisi. Ci sono diversi modi per studiare la fatica di un atleta: il primo riguarda quella nervosa, e infatti forniamo agli atleti dei questionari quotidiani chiedendo banalmente come stanno, se si sentono stressati, se hanno dormito bene. Sembra semplice, ma ci aiuta a monitorarli in base alle loro sensazioni. E poi c'è la percezione dello sforzo (RPE), quindi il voto che viene dato alla sessione di allenamento e che il coach può confrontare con la valutazione che si aspettava.

Con tutti questi dati non si rischia di perdere di vista il gesto atletico?

È un commento con cui ci confrontiamo spesso, soprattutto nel trail running, dove la natura è al centro dello sport. Innanzitutto, noi non imponiamo i dati. Consigliamo un piano e un pacing che poi le persone sono libere di seguire come no. Credo che sia uno strumento utile se si è disposti ad accoglierlo, ma non è necessario per lo sport di tutti i giorni. Tuttavia, a essere onesti, per raggiungere un livello di performance molto alto oggi è un requisito fondamentale. Tutti gli atleti si allenano allo stesso modo, mangiano le stesse cose, lavorano tutti molto bene. Per essere il migliore è necessario trovare quel dettaglio mancante che magari non si vede a occhio nudo ma si può trovare studiando i dati. Ed è quello che intendeva Joseph quando ha detto che senza un algoritmo simile non sarà più possibile vincere UTMB. È ovvio che dipende dal tipo di atleta che si ha davanti – Courtney Dauwalter per esempio è più istintiva – ma la vera domanda da porre secondo me è: davvero non usi i dati? Ben Dhiman ha confrontato il suo tempo in discesa con quello dei concorrenti più veloci per migliorare il passo: anche questo è un dato. Se davvero si vuole ottimizzare l'allenamento, servono informazioni in più. È possibile farcela anche basandosi solo sul talento, ma sono eccezioni: i dati sono onnipresenti e servono per essere la versione migliore di sé stessi.

Quale pensi che sarà il prossimo passo nella "datificazione" dello sport e come potrà essere integrato con un certo grado di spontaneità?

Per me ruota tutto intorno alla democratizzazione: credo che tutti debbano poter accedere ai propri dati. Ne abbiamo già molti misurati dai nostri orologi, ma la maggior parte non viene sfruttata. E mancano altri grafici utili, come la velocità della corsa in relazione alla frequenza cardiaca. Questo per noi è il passo successivo: elaborare tutte le informazioni che abbiamo in modo da fornire spunti e indicazioni realmente pratici. Ma non serve che diventi, come dicevo prima, una prigione. Le persone dovrebbero ricordarsi che anche connettersi con le proprie sensazioni è importante. E che controllare i risultati dopo un'attività non deve sempre essere un'ossessione: basta dare un'occhiata ed è fatta. Quello, semmai, è il compito dell'allenatore. Non bisogna correre per ottenere dati, ma usarli per correre meglio.

© Maurizio Torri

© Phil Gale

IL FASCINO DELLE GRANDI CLASSICHE NON TRAMONTA MAI

Lo skyrunning autentico è riuscito a mantenere inalterato il proprio appeal.
Ma storia e bellezza del percorso, da sole, non sempre bastano

di Maurizio Torri

MAURIZIO TORRI

Giornalista freelance, fondatore del sito sportdimontagna.com, fotoreporter e consulente di comunicazione per alcuni degli eventi più iconici del settore trail, skyrunning e scialpinismo

La stagione dello skyrunning è ormai ai titoli di coda. Sta calando il sipario su un'annata interminabile, scandita dalle molte (per non dire troppe) tappe di Coppa del Mondo, dai grandi appuntamenti internazionali e da alcune classiche italiane che, ancora una volta, hanno dimostrato di non conoscere il passare del tempo. Anzi, lo skyrunning old school, rivisto e reinterpretato in chiave moderna, sembra esercitare un fascino sempre maggiore sui "corridori del cielo". I numeri confermano il grande appeal delle nostre competizioni più iconiche, ma evidenziano anche quanto sia importante la visibilità che danno loro i circuiti internazionali.

In un calendario sempre più congestionato, nel quale trail running e ultra trail moltiplicano le proprie proposte, le grandi classiche dello skyrunning mantengono un'identità riconoscibile. E sono proprio queste gare, spesso, a esercitare il maggiore richiamo sugli stranieri.

KIMA, NUMERI DA RECORD

L'esempio più eclatante arriva dal Trofeo Kima. Nel 2026 la grande cavalcata del Sentiero Roma ha richiamato 457 atleti da oltre 40 Paesi sulla distanza regina, un record assoluto. Dieci anni fa, sul medesimo tracciato, i concorrenti erano circa un centinaio: significa una crescita nell'ordine del 350%. Numeri ancora più significativi se si considera il rigido filtro d'accesso: punteggio ITRA elevato e curriculum tecnico obbligatorio, con esperienze documentate su gare di elevata difficoltà. Il Kima non è una competizione alla portata di tutti, eppure la domanda continua a crescere.

MAGA, UNA BELLA CONFERMA IN AMBITO INTERNAZIONALE

Segnali molto incoraggianti sono arrivati anche dalla Maga SkyMarathon, che ha portato 295 atleti da 23 nazioni sulla distanza lunga. L'ingresso nelle Merrell Skyrunner World Series e la scelta biennale hanno rappresentato un'importante accelerazione in termini di visibilità e qualità del parterre. La dimostrazione che una classica, se adeguatamente valorizzata, può trovare nuova linfa senza snaturare la propria identità.

SENTIERO 4 LUGLIO, POTENZIALE INESPRESSO

Diverso il discorso per la SkyMarathon Sentiero 4 Luglio, che ha registrato 237 partenti sulla gara lunga. Un numero importante, ma che non restituisce completamente il potenziale di una manifestazione dalla storia prestigiosa, con un'organizzazione consolidata e un percorso di assoluto livello. L'esperienza nel circuito europeo dello scorso anno non sembra aver prodotto il ritorno di visibilità sperato. Per compiere un ulteriore salto di qualità, l'ingresso nelle Merrell Skyrunner World Series potrebbe rappresentare un'opportunità concreta.

DOLOMYTHS RUN, SERVE INVERTIRE LA ROTTA

Una riflessione particolare merita la Dolomyths Run. Nel 2026 la manifestazione ha richiamato 600 atleti da 44 nazioni, confermando un'attrattività internazionale importante, ma evidenziando una flessione di big e numeri rispetto alle edizioni che l'avevano vista raggiungere quota 1.000-1.200 partecipanti. Un calo compreso tra il 40 e il 50% che merita attenzione. La gara della Val di Fassa resta una delle espressioni più pure dello skyrunning e, per storia, spettacolarità e prestigio, merita ben altri numeri e un parterre di livello internazionale. Un ritorno nelle Golden Trail World Series o nelle Merrell Skyrunner World Series potrebbe essere la chiave per invertire questa tendenza. Perdere la centralità che merita sarebbe un peccato per una delle competizioni simbolo del movimento.

MONTEROSA SKY MARATHON, L'ECCEZIONE CHE CONFERMA LA REGOLA

Un caso a sé è quello della Monterosa Sky Marathon, una gara talmente iconica da riuscire a mantenere un respiro internazionale anche senza l'appoggio di un circuito. Nel 2018 è rinata con una veste più moderna e accattivante, passando dalle 122 coppie di 15 nazioni del nuovo corso alle 154 coppie del 2026 (+26%), con ben 664 atleti complessivi iscritti provenienti dalla cifra record di 34 nazioni grazie ai nuovi format. L'ingresso in un circuito internazionale garantirebbe maggiore visibilità e un ricambio di nomi nell'albo d'oro, ma la formula a coppie mal si concilia con i ranking individuali. Un limite strutturale che, paradossalmente, contribuisce a preservarne l'identità. E dimostra che, quando una gara diventa leggenda, può brillare anche di luce propria.

NEL 2027 SI TORNA SULLE GRIGNE

Guardando al 2027, riflettori puntati sulla Grigne SkyMarathon. Già candidata a tappa di Coppa del Mondo, la spettacolare cavalcata tra le vette simbolo dell'alpinismo lecchese rappresenterà un ulteriore tassello di un patrimonio sportivo che l'Italia deve continuare a valorizzare.

IL MESSAGGIO È CHIARO

Nonostante le innumerevoli concomitanze, lo skyrunning autentico è riuscito a mantenere inalterato il proprio appeal. Ma storia e bellezza del percorso, da sole, non sempre bastano. Servono comunicazione, visibilità e collocazione strategica nei circuiti che contano. Il futuro dello skyrunning sta tutto nel mantenimento della propria identità e nella capacità di preservare e rilanciare le gare che ne hanno scritto la storia.

ROSSIGNOL VERCORS R-SHELL DRY

Adventure at every turn.

Sfida il meteo. Libera la tua performance.
Rossignol sposta i confini dell'impermeabilità grazie a R-SHELL DRY. La nuova *Vercors R-Shell Dry* della collezione Spring Summer 2027 è dotata di una membrana ad alte prestazioni che offre un equilibrio perfetto tra protezione totale dalle intemperie e traspirabilità attiva. Per correre senza compromessi, dal primo passo fino alla vetta.

ROSSIGNOL
for every turn

© Unsplash

IL TRAIL RUNNING NON VA IN LETARGO

Inverni più miti e neve meno prevedibile allungano la stagione della corsa sui sentieri, ma il mercato è ancora di nicchia. E al di fuori del pubblico generalista a contare di più è il grip, non la membrana impermeabile

di Chiara Beretta

Quando le giornate sono lunghe e miti, ogni sentiero diventa un invito ad allacciare le scarpe e cominciare a correre. Ma cosa succede quando ci si addentra nella stagione più buia e fredda dell'anno? I dati ci dicono che il trail running è sempre più popolare. Negli Stati Uniti, secondo l'Outdoor Industry Association, i praticanti sono saliti a 17,2 milioni nel 2025, il 57% in più rispetto al 2019. Nel mondo, le gare certificate dall'International Trail Running Association sono più che raddoppiate nello stesso periodo, e su Strava il numero di chi carica corse sui sentieri è raddoppiato in tre anni. Mancano però evidenze statistiche sulla nicchia invernale. Al netto degli atleti d'élite, che evidentemente devono continuare ad allenarsi tutto l'anno, è interessante chiedersi quanti e quali appassionati si dedichino regolarmente al trail running anche nei mesi in cui le temperature si abbassano. Una parte della risposta potrebbe arrivare dal clima.

Gli inverni stanno cambiando: la neve è sempre meno prevedibile e in alcune zone non fa più così freddo. In questo scenario, il trail running potrebbe diventare un'alternativa alle discipline che dipendono dall'innevamento. Non a caso, negli ultimi anni alcuni brand hanno affiancato alle storiche linee per lo sci collezioni dedicate alla corsa sui sentieri. Rossignol, per esempio, ha presentato la sua prima scarpa da trail nel 2024, e il suo senior brand director Nick Castagnoli aveva spiegato alla rivista americana GearJunkie che, con inverni sempre più brevi, l'azienda vuole dipendere meno dalla stagione invernale. Resta però da capire se il winter trail sia destinato a rimanere una nicchia o stia crescendo. Per provare a rispondere, abbiamo chiesto ad alcuni brand e negozi del settore cosa vedono dal loro osservatorio.

SCARPA: "CORRERE IN INVERNO NON È PIÙ UN'ATTIVITÀ PER POCHI IMPAVIDI"

SCARPA oggi presenta la propria offerta per la corsa sotto il nome di Alpine Running. "Il segmento delle calzature running pesa circa l'8% sul fatturato complessivo: una quota ancora contenuta rispetto al vero potenziale della categoria", spiega Francesco Orrico, product manager Alpine Running del marchio. "La vedo come una grande opportunità, su cui stiamo lavorando con rinnovate energie". All'interno della collezione running, le versioni con membrana impermeabile, quelle più orientate all'uso invernale in senso ampio, pesano il 27%. E quando uno stesso modello è proposto sia con, sia senza membrana, i clienti si dividono a metà. "Merita un ulteriore focus la sottocategoria di prodotto specifica per la corsa invernale in montagna, in ambiente nevoso e su ghiaccio, ovvero la nostra Kalibra G: la sua quota si attesta a circa il 15,2% del totale dei prodotti waterproof". Il mercato, secondo Orrico, è "stabile, con una tendenza in crescita". Ma prima di tutto, dice, bisogna intendersi su cosa significhi trail running invernale. "Per un'azienda come la nostra può identificare prodotti e caratteristiche specifici; per il consumatore

© SCARPA

© SCARPA

finale e per la realtà dell'attività il discorso è più ampio", osserva. "Correre in inverno non è più un'attività per pochi impavidi. Temperature più miti e un limite della neve più alto allungano di molto la stagione del trail running". Il risultato è controintuitivo: invece di calare, il comparto dei prodotti per l'inverno resta forte, e la distanza dalle vendite estive, pur ancora marcata, si riduce ogni anno. Conta anche la geografia: nel Sud Europa e nel Mediterraneo, dove gli inverni sono meno rigidi, si continua a correre sui sentieri da novembre a marzo, mentre nei Paesi del Nord il clima severo richiede prodotti più specifici.

_Gli inverni stanno cambiando: la neve è sempre meno prevedibile e in alcune zone non fa più così freddo. In questo scenario, il trail running potrebbe diventare un'alternativa alle discipline che dipendono dall'innevamento. Non a caso, negli ultimi anni alcuni brand hanno affiancato alle storiche linee per lo sci collezioni dedicate alla corsa sui sentieri

Il cliente invernale? Un trail runner che non si ferma mai

Chi corre d'inverno con calzature SCARPA è soprattutto un trail runner che non si ferma mai. "Per natura, i trail runner nascono con un mindset proattivo, pronti a correre in molteplici condizioni di clima e meteo", dice Orrico. "Di norma corrono in tutte e quattro le stagioni, con una certa differenza di cadenza, ma corrono". Lo scialpinista fa l'opposto: corre in primavera e in estate e torna agli sci quando arriva la neve. Per questo, per SCARPA il trail invernale non è in concorrenza con le linee per lo scialpinismo, ma complementare: le due discipline possono convivere, alternandosi come allenamento incrociato. Sulla comunicazione, invece, Orrico è autocritico. Quella sulla corsa su neve è forse inferiore a quanto potrebbe essere, mentre per i modelli impermeabili parte a ottobre e punta sulla protezione dagli agenti atmosferici. Un approccio che, secondo lui, andrebbe in parte ripensato. "La comunicazione delle calzature waterproof parla di un bisogno che il runner esperto non sente come prioritario", spiega. "Tende a usare gli stessi modelli estivi, con maggiore attenzione alla suola, che assicura una trazione adeguata su superfici bagnate e fangose". Meglio allora, suggerisce, puntare sulle condizioni mutevoli del terreno più che sulla protezione e sul calore della tomaia.

È da questa riflessione che nasce la nuova strategia del marchio. Nella categoria Alpine Running, SCARPA sta ripensando l'intera architettura dei prodotti in funzione degli ambienti alpini in cui si corre, mantenendo una linea dedicata a quelli invernali, "dove non sono la pioggia o il fango a definire le caratteristiche, bensì la neve e il ghiaccio". I nuovi modelli arriveranno nelle prossime stagioni. Tra le opportunità, Orrico vede una stagione della corsa in montagna sempre più lunga e un numero crescente di persone che la frequentano. Tra i rischi, l'incertezza del clima, la possibilità che i consumi si spostino verso altre attività e la confusione dei clienti su cosa distingua davvero una scarpa invernale da una estiva. Ma su una cosa non ha dubbi: "Ci sarà sempre più gente che frequenterà la montagna e che correrà, e che avrà sempre la gioia e il piacere, forse ancora più che in passato, di andare a caccia di percorsi innevati su cui correre e di avventure in quota con un approccio light & fast".

© Unsplash

DYNAFIT: QUANDO L'INVERNO È MITE, LO SCIALPINISTA CORRE

Un punto di vista diverso arriva da Dynafit, marchio di riferimento nello scialpinismo e parte del gruppo altoatesino Oberalp. Qui il trail running vale indicativamente il 20% del fatturato, ma con un andamento stagionale marcato. "Il peso del segmento trail running si contrae in inverno per il forte peso del comparto neve, anche se in generale abbiamo raggiunto un bilanciamento tra estivo e invernale", spiega Marco Nicoli, senior sales

manager Italia del marchio. La parte invernale del trail vale circa il 30%, “in crescita per inverni più miti e per lo sviluppo delle collezioni”. Ed è proprio il clima a spingere le vendite del comparto: “Nell’ultima raccolta ordini è andato bene, dato che l’inverno è stato mite: l’attività alternativa allo scialpinismo è anche il trail running”, dice Nicoli. “Il trend dimostra una crescita costante, seppur graduale”.

E il cliente-tipo? Per Dynafit la forbice è ampia: dal trail runner che non smette di correre d’inverno, soprattutto nelle zone meno montane, al runner da strada che si sposta sullo sterrato. Ma nelle zone alpine il pubblico di riferimento resta lo scialpinista, che corre per allenarsi o per alternare le attività.

Per questo il trail invernale non è un concorrente delle linee per la neve, spiegano dal brand, ma un complemento, ed è “sempre più fondamentale per differenziare il portafoglio delle collezioni e la distribuzione”. Permette infatti al marchio di crescere anche dove lo scialpinismo è poco conosciuto, come nelle aree lontane dalle montagne o all’estero. Anche nella comunicazione il trail ormai vale quanto la neve: l’impegno di marketing è quasi pari, e passa dagli stessi canali, cioè atleti, eventi, gare e social. Per i prossimi anni, Nicoli prevede un mercato “in forte espansione, come dimostrano i numeri di partecipanti alle manifestazioni, la forte attrazione dei grandi eventi e la diffusione di praticanti che si avvicinano ex novo o si spostano nel mondo gravel”. Proprio questo successo, però, porta con sé il rischio principale: “La forte attrazione per tutte le aziende del running e dell’outdoor, e quindi crescenti pressioni sul mercato”. Lo stesso scenario dà però anche l’opportunità, spiega, di differenziarsi e crescere in mercati nuovi.

ROSSIGNOL: DALLO SCI AI SENTIERI

Recente è l’ingresso di Rossignol, il marchio francese dello sci già citato in apertura. La sua prima scarpa da trail, la Vezor, è stata presentata nell’agosto 2024 ed è arrivata nei negozi nella primavera del 2025, seguita da un modello per le lunghe distanze, la Vercors.

Per ora il trail running vale “solo una piccola percentuale del fatturato totale” del gruppo, spiega il product manager Massimo Ramella, “che però è costantemente in crescita”. La parte invernale, invece, è ancora agli inizi: “La nostra collezione di trail running invernale è ancora troppo piccola per essere considerata influente”, ammette Ramella, e anche la comunicazione per ora è legata a quella estiva. Interessante il profilo del cliente: è soprattutto chi già compra sci e attrezzatura invernale Rossignol; dunque, un cliente “fidelizzato al marchio o che lo conosce molto bene, lo apprezza e si fida del prodotto”. È, nella maggior parte dei casi, “un trail runner non agonista che utilizza le scarpe per correre o camminare in condizioni invernali o umide”, e quindi cerca prima di tutto impermeabilità e grip.

È il pubblico generalista di cui parla anche SCARPA, diverso dal trail runner esperto che d’inverno corre con le scarpe estive. Per quanto riguarda il futuro del comparto trail running invernale, Ramella lega tutto al clima: “Se gli inverni saranno miti, la pratica sarà sicuramente in crescita”.

ICEBUG: ANCHE PER LO SPECIALISTA DEL GRIP CONTA L’ESTATE

Particolare è invece il caso di Icebug. L’azienda svedese è nata nel 2001 per permettere di muoversi su superfici scivolose e ha costruito la propria identità sul grip: il suo slogan è “Safe grip, free mind”.

Eppure, spiega Sandro Bui, commerciale di Icebug, “per quanto ci riguarda è più importante il trail estivo. La tendenza globale, e anche italiana, è che il trail sia in crescita. Sempre più persone preferiscono l’off road”. Mentre in estate l’offerta è più sbilanciata verso la corsa, in inverno si divide tra trail running e trekking. I clienti invernali sono di tutti i tipi: trail runner che non si fermano, scialpinisti che corrono nelle mezze stagioni, runner da strada che passano allo sterrato e, aggiunge Bui, “tanti camminatori”. E cercano cose diverse. “Se parliamo di un utente ‘normale’, ovviamente il prodotto ricercato deve essere waterproof e soprattutto con una suola che abbia il massimo grip”. Ma, aggiunge, “il trail runner più tecnico non vuole una scarpa impermeabile in nessuna stagione dell’anno”.

Per il futuro, Bui vede un mercato “sicuramente in crescita”, con sempre più persone che frequentano l’outdoor anche quando fa freddo. Una previsione condivisa, con qualche distinguo, da tutti i marchi che abbiamo sentito. Il trail invernale, per ora, resta una nicchia. Ma è una nicchia che inverni sempre meno prevedibili potrebbero allargare.

© Unsplash

Cosa cercano davvero i consumatori?

“Sfato un mito”, dice Francesco Orrico di SCARPA. “Tendenzialmente, chi usa le scarpe da trail running per correre davvero anche nei mesi invernali non sceglie il waterproof né protezioni ulteriori rispetto alla scarpa che usa in primavera. Ciò che cerca è una trazione efficace su terreni bagnati e fangosi”. La trazione dipende dalla suola: dalla geometria, dall’altezza dei tasselli e dalla mescola della gomma. La membrana impermeabile, invece, risponde a un pubblico più generalista, che cerca protezione nelle giornate fredde e piovose. La pensa allo stesso modo, tra gli altri, anche Marco Nicoli di Dynafit, secondo cui chi corre sui sentieri d’inverno non usa membrane. Il discorso cambia quando si corre sulla neve: qui alla tomaia si chiedono impermeabilità, un minimo di isolamento termico e una ghetta, integrata o da aggiungere, per evitare che la neve entri dall’alto. Per il ghiaccio, invece, la soluzione sono i ramponcini. La membrana torna utile anche per chi in montagna d’inverno si muove veloce, ma camminando: un pubblico che, secondo Nicoli, si sposta verso un uso più tecnico e alpino. Per chi cammina e basta, invece, conclude Orrico, il riferimento giusto non è più il trail ma la categoria hiking.

© SCARPA

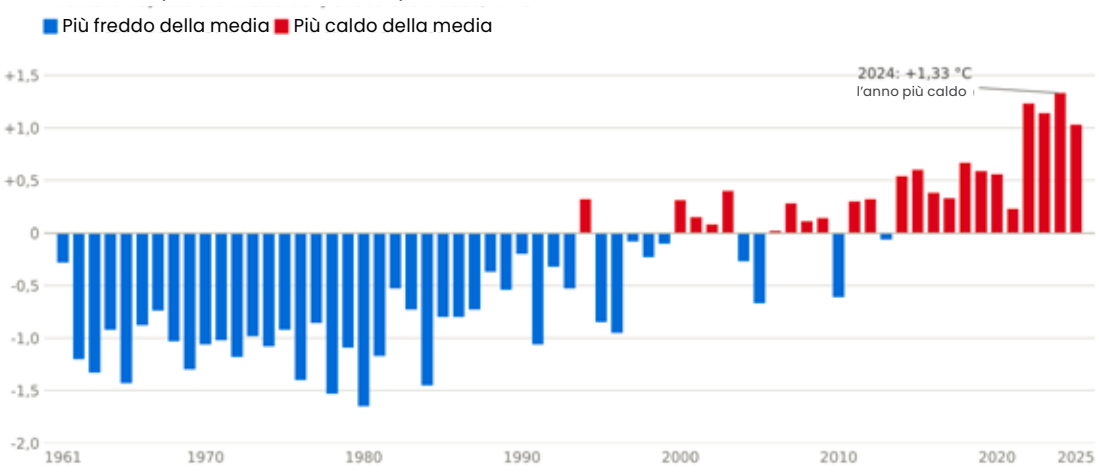
LE PREVISIONI PER LA STAGIONE 26/27

Quest'anno ci attende un inverno bianco?

Volgendo lo sguardo alla stagione invernale 2026/2027, cosa dobbiamo aspettarci? Una stagione mite e poco nevosa, che potrebbe spostare un po' di più l'ago della bilancia dallo sci e dallo scialpinismo al trail running? Nessuno ha la sfera di cristallo, ma è comunque possibile azzardare qualche previsione. L'estate appena trascorsa è stata la più calda in Italia almeno dal 1950, secondo i dati del CNR. A fine ottobre un primo calo delle temperature ha portato lo zero termico fino a 1.500 metri, ma secondo le previsioni è destinato a risalire presto verso i 3.200. E anche più avanti la stagione non si annuncia rigida. "Le previsioni indicano che fino a gennaio non farà molto freddo", ha spiegato al Corriere della Sera Mattia Gussoni, tecnico meteorologo de IlMeteo.it e glaciologo del Servizio glaciologico lombardo. Secondo il Centro europeo per le previsioni meteorologiche a medio termine (ECMWF) e il Met Office britannico, tra dicembre e gennaio in Italia le temperature potrebbero superare la media di 1-2 °C. A complicare il quadro c'è El Niño, il riscaldamento periodico delle acque superficiali del Pacifico equatoriale centro-orientale.

L'andamento della temperatura media annuale in Italia dal 1961 al 2025

Anomalia rispetto alla media del periodo 1991-2020, in °C



Fonte: elaborazione su dati ISPRA

Le previsioni sull'inverno che ci attende rientrano in un più generale trend di aumento delle temperature globali. Il grafico in particolare mostra l'andamento della temperatura media annuale in Italia dal 1961 al 2025, espresso come differenza rispetto alla media del periodo 1991-2020. Dal 2000 quasi tutti gli anni sono stati più caldi della media

Il fenomeno è già in corso e dovrebbe raggiungere il picco tra la fine del 2026 e l'inizio del 2027: influenzando la circolazione atmosferica su scala globale, può favorire inverni più miti anche in Europa. È ancora presto per dire se ci aspetta un inverno bianco o no, ma, avverte Gussoni, "con termiche più alte la maggiore frequenza di precipitazioni si traduce in pioggia anziché in neve, soprattutto a basse quote".

NON SOLO SCARPE

Anche la lana merino va di corsa

Al di là delle calzature, c'è tutto il resto dell'abbigliamento. A volte è pensato proprio per il trail invernale, ma non sempre: molti runner usano capi nati per altre attività, ma che funzionano perfettamente anche nella corsa su sentiero.

Ne abbiamo parlato con Devold, storico marchio norvegese noto soprattutto per l'intimo tecnico e i maglioni in lana merino. Per questo brand il trail running vale ancora meno del 5% del fatturato, e al suo interno l'inverno pesa circa il 30%. Ma in Italia le vendite sono in aumento, spiega Lukas Acherer, responsabile vendite di Devold in Italia tramite ALPA Agency, anche grazie a linee "che non sono dedicate al trail running, ma si usano molto bene anche per questa attività", ad esempio Endurance, Breeze Plus Merino 200 e Active. Ora il marchio sta investendo sul trail, a partire dalla linea Endurance, pensata per gli allenamenti endurance al freddo e adatta tanto al trail quanto allo sci di fondo. Anche perché, prosegue Acherer, "il mercato mostra un interesse in crescita", in più "i cambiamenti del meteo e gli inverni meno rigidi permettono di correre più a lungo in montagna anche nei mesi freddi". Per queste ragioni, prevede, "il peso del trail nella gamma è destinato ad aumentare".

Il cliente-tipo è soprattutto il trail runner che continua ad allenarsi in inverno, e che cerca capi che durino e funzionino in condizioni diverse. Per Devold la risposta a questa esigenza è la lana merino, che secondo il marchio assorbe il sudore e dà la sensazione di asciutto, regola la temperatura, trattiene meno gli odori e isola anche quando è umida. E, essendo una fibra naturale, non rilascia microplastiche in lavaggio come il poliestere.

IL PUNTO DI VISTA DEI NEGOZI

© Unsplash

L'area geografica fa la differenza

Come emerge dalle dichiarazioni dei brand interpellati, l'andamento del comparto trail running invernale è influenzato da quello della stagione, che può essere più o meno nevosa e mite. Di conseguenza, anche l'area geografica fa la differenza. Un punto, questo, che si nota in modo particolare spostando il focus sui negozi specializzati. Da Finalborgo Officine Running, in Liguria, ci dicono che "sul mare non esiste inverno", dunque il cosiddetto trail running invernale di fatto non influenza il loro fatturato complessivo. Da Base Running Torino, invece, il trail running, seppure in crescita rispetto al passato, resta marginale (circa il 15% dell'offerta del punto vendita), e "il consumatore del trail in inverno per noi sicuramente cala", dicono dal negozio. Più significativi, invece, gli esempi che arrivano da punti vendita più alpini.

MAGNITUDO SPORT, TRENTINO

"Lo scialpinista si sposta sulla corsa solo quando manca la neve"

Per esempio, da Magnitudo Sport, a Trento, le scarpe da trail running "rappresentano circa il 55% del fatturato calzature. Di queste, solo il 10% circa è impermeabile". In tutto, il trail invernale pesa intorno al 3% del fatturato del negozio, concentrato tra novembre e febbraio. "I numeri vanno letti con cautela", avverte Nicola Maino. "Chi acquista scarpe da trail running è spesso un escursionista, e questo i dati di vendita non lo mostrano". Negli ultimi anni Maino non ha visto grandi cambiamenti nell'andamento del comparto, ma l'ultimo inverno, con poca neve in Trentino, ha allungato la stagione delle corse, e il consueto calo delle vendite non c'è stato. Anche la clientela è varia. "Lo scialpinista, se può, usa gli sci e si sposta sulla corsa solo quando manca la neve", spiega Maino. "Il trail runner che non scia continua a correre anche in inverno, ma nella maggior parte dei casi fa mantenimento e volume senza impegnarsi in competizioni". Per questo una vera domanda di scarpe invernali non c'è: per molti l'inverno è la prosecuzione del lavoro estivo, e si comprano modelli standard. Per il grip sul ghiaccio si affida piuttosto ai ramponcini leggeri, venduti soprattutto tra dicembre e febbraio, e più in generale il business invernale passa dagli accessori, tra cui anche guanti e lampade frontali. Per il futuro, Maino è prudente. Con inverni meno nevosi una crescita è possibile, ma "oggi lo vedo ancora come una nicchia. Un primo segnale c'è, però i numeri sono piccoli: lo considero un segnale da confermare nei prossimi mesi e anni, non una tendenza". Anche perché "meno neve allunga la stagione di corsa, ma rende anche meno prevedibile la domanda".

TECHNOSPORT, VALLE D'AOSTA

"Una nicchia riservata a pochi"

Simile il quadro in Valle d'Aosta, da Technosport. Il negozio nasce nel mondo dello sci, in particolare delle gare, ma negli ultimi anni trail running, trekking e alpinismo sono cresciuti moltissimo, tanto che oggi l'offerta è divisa tra un 60% dedicato allo sci e un 40% al trail. Quello invernale, però, resta "una nicchia riservata a pochi", tra freddo, terreni spesso ghiacciati e tante attività alternative: in leggera crescita, "ma nulla di smisurato". Il cliente-tipo frequenta la montagna in tutte le stagioni: nei mesi di transizione continua a correre cambiando gradualmente l'attrezzatura, fino a passare quasi del tutto allo scialpinismo. Il prodotto più venduto è la scarpa da trail bassa ma impermeabile, che permette di usare d'inverno lo stesso modello a cui si è abituati in estate. Seguono le scarpe con ghetta integrata, meglio se leggermente termiche, per salire un po' di quota anche sulla neve. Le scarpe con chiodi integrati non sono richieste: funziona meglio l'abbinata con i ramponcini da calzare al bisogno. Poi c'è una piccola cerchia di trail runner e skyrunner che cerca gare con passaggi su neve o ghiacciaio, come la Monte Rosa SkyMarathon. E una nicchia in crescita, quella del gravel: scarpe a metà tra strada e trail, versatili anche nei mesi freddi, per allenarsi su terreni vari a quote più basse. Per il futuro, dal negozio prevedono una tendenza simile a quella di oggi, con una crescita graduale "di pari passo al cambiamento climatico".

Where performance

meets your way

RAINERIDESIGN

#NEXTOSKINFIRST

MICO.IT

MICO®

PROTECTION FOR PERFORMANCE

Passaggio al Col de Malatrà (2.925 m), uno dei valichi alpini più iconici della Valle d'Aosta e il punto chiave del Tor des Géants

OLTRE IL REGNO DEI GIGANTI

Dopo 10 partecipazioni e quattro vittorie al TOR330, Franco Collé ha conquistato il TOR450 al debutto in 122 ore, entrando nella leggenda. Lo abbiamo intervistato

dalla nostra inviata Tatiana Bertera

Ci sono gli uomini, ci sono i “giganti” e poi ci sono i “giganti di ghiaccio”. Nel mondo del TORX i finisher del TOR330 sono chiamati “giganti”. Un nome che dice già tanto sulla grandezza di chi porta a termine queste imprese. Perché definirle gare e basta sarebbe riduttivo. 330 chilometri, circa 24.000 metri di dislivello positivo, giorni e notti trascorsi sulle Alte Vie della Valle d’Aosta e il sonno che diventa solamente un ricordo. Le ore di luce che si fondono con quelle di buio e il corpo che comincia a presentare il conto. Ogni ora sempre di più. La testa chiamata a decidere se andare avanti. E infine c’è lui, il cuore. Quando le gambe avrebbero già gettato la spugna da un pezzo, quando la testa invia messaggi che suggeriscono la via dell’autoconservazione e della sopravvivenza, il cuore è forse l’unico a dare ancora coraggio all’uomo che aspira a diventare “gigante”. Ma anche i “giganti” hanno un confine. Un limite. Oltre quel confine ci sono loro: quelli del TOR450. Gli uomini e le donne capaci di spingersi ancora più lontano, là dove la montagna cambia volto e il viaggio smette quasi di essere una corsa e si trasforma in avventura. 450 chilometri e 32.000 metri di dislivello positivo, lunghissime sezioni selvagge ai piedi dei ghiacciai, pietraie, passaggi isolati e semi-alpinistici e ore intere di solitudine. Perché coloro che hanno le carte in regola per portare a termine la gara più impegnativa delle distanze TORX sono numericamente inferiori rispetto ai partenti sul 330 chilometri. Il TOR450 non chiede soltanto gambe più resistenti. Non è un 330 allungato di “soli” 120 chilometri. Chiede altre doti e spreme sino alle viscere: un’altra misura del tempo, un’altra voglia di soffrire, un altro modo di vivere il viaggio. Forse è per questo che viene naturale immaginare che persino i “giganti” guardino con rispetto a chi riesce a completare il Tor des Glaciers. Come se oltre il loro regno iniziasse quello delle creature mitologiche. E a settembre di quest’anno, in quel manipolo di eletti, è entrato anche Franco Collé.

Franco Collé

Base vita Donnas

Il valdostano, dopo 10 partecipazioni e quattro vittorie al TOR330 con tanto di record, non aveva certo bisogno di dimostrare altro. Che gli mancasse qualcosa? Franco non cercava la vittoria quest’anno, e neppure un nuovo record. Lo aveva detto prima della partenza. Mancava la risposta a una domanda che da tempo gli frullava in testa: cosa c’è oltre i 330 chilometri? Per rifarsi alla sovrastruttura quasi mitologica da cui si è partiti, ci piace pensare a Collé come a un moderno Ulisse che oltrepassa le Colonne d’Ercole.

La risposta è arrivata nel settembre 2026. Al suo debutto nel TOR450 – Tor des Glaciers, Collé ha percorso quella incredibile distanza in 122 ore, 1 minuto e 57 secondi, tagliando per primo l’ambito traguardo di Courmayeur. Un’impresa che gli ha consegnato anche il secondo miglior tempo di sempre sulla distanza: davanti a lui soltanto il 114h29’01” stabilito da Sébastien Raichon nel 2023, su un percorso leggermente diverso. Ma forse il dato più interessante non è nemmeno il tempo. È quello che Collé ha scoperto lungo la strada. A noi piace pensare che per lui il TOR450 non sia stato soltanto l’ennesimo capitolo di una straordinaria carriera, ma l’inizio di un’altra storia. E abbiamo cercato di scoprirlo.

Colle Bassac Déré

Ristoro rifugio Coda

Ho avuto la fortuna di essere stata la prima a intervistarti dopo il tuo arrivo e ricordo ogni battuta. Partiamo dall'inizio: quali sono gli elementi che rendono il TOR450 un'esperienza, come tu stesso l'hai definita, "non per tutti"?

Il fatto che io abbia detto più volte che il TOR450 è una gara non per tutti deriva da diversi fattori. Non basta essere un ultratrailer: serve una grande esperienza di montagna e la capacità di affrontare condizioni molto diverse. A rendere tutto ancora più difficile c'è la componente mentale: bisogna orientarsi da soli, mantenere la lucidità per moltissime ore e affrontare diverse notti di privazione del sonno. Devi essere un atleta, ma soprattutto un grande esperto di montagna, fisicamente e mentalmente.

Tratto attrezzato oltre il rifugio Prarayer in Alta Valpelline

Un esordio soddisfacente, senza dubbio. Ma cosa hai dovuto "disimparare" dai 10 anni di esperienze al TOR330 per poter correre il TOR450?

Innanzitutto il fatto che nel TOR450 non puoi più fare affidamento sui compagni di viaggio. Nel TOR330, tolta l'ultima notte, hai abbastanza spesso la fortuna di condividere il percorso con altri concorrenti. Qui invece, dopo appena due ore di gara, mi sono ritrovato solo. L'altra cosa che ho dovuto disimparare riguarda il sonno. Nel TOR330 pensavo che la battaglia fosse soprattutto contro il sonno: bisognava tenere duro e cercare di dormire il meno possibile. Qui ho capito che è esattamente il contrario: devi dormire. Anche la gestione dei ristori cambia completamente. Nel TOR330 tendevo a considerarli quasi una perdita di tempo. Nel TOR450, invece, il tempo passato a riposare, mangiare e recuperare in un rifugio o in una base vita è tempo prezioso, che poi riesci a recuperare sui sentieri, proprio perché riparti più lucido e con più energie.

Veniamo al record di Sébastien Raichon del 2023. Hai detto che più volte ci hai pensato, anche durante il viaggio, e che il francese ha fatto un tempo (e degli intertempi) straordinari. Ora che hai provato il percorso, tutto insieme, ti alletterebbe l'idea di partire, il prossimo anno, fianco a fianco con lui?

Il tempo fatto da Sébastien nel 2023 è sicuramente una grande prestazione, ma io me ne ero già reso conto quest'estate, quando ho iniziato a fare le prime prove sul percorso. La mia strategia è stata quindi quella di cercare di replicare, settore per settore, i suoi intertempi, per pianificare la mia gara. Naturalmente, ero consapevole che quei crono potevano essere presi come riferimento solo fino a un certo punto, perché il percorso cambia ogni anno. E poi, in una gara così lunga, tutto dipende anche dalle crisi che puoi avere durante il percorso. L'idea di potermi trovare un giorno fianco a fianco con Sébastien mi piace moltissimo. Come lo sarebbe stato, due anni fa, poter essere al via con François. Purtroppo non ho potuto esserci e l'ho vissuta male, perché aspettavo da tutta la vita un momento del genere. Potersi confrontare con campioni di questo livello è il sogno di qualsiasi atleta.

"Mi sono pentito di non averlo fatto prima". È una frase sorprendente detta da uno che ha già vinto quattro TOR330…

Quando ho detto che mi sono un po' pentito di non essermi avvicinato prima al TOR450, ho stupito tante persone. Ma questo non significa assolutamente che rimpianga i miei TOR330. Non rimpiango niente di quello che ho fatto. Semplicemente, per molto tempo mi sono fissato con quella gara perché per me rappresentava l'essenza del mio modo di vivere la corsa in montagna. Quest'anno, invece, mi sono reso conto che il TOR450 era ancora più vicino a questa mia idea di correre in montagna. Un po' di rammarico quindi c'è, anche perché adesso ho 48 anni e non so quante cartucce mi restino ancora. Invece di vincere quattro volte il TOR330, magari avrei potuto provare a fare una prestazione simile anche qui. Ma il futuro è ancora tutto da scrivere. Vedremo.

Se potessi tornare indietro di 10 anni, quando avresti scelto di correre il tuo primo TOR450 e per quale ragione?

È una domanda difficile, perché è stato bellissimo correre tanti TOR330. Però quello che ho scoperto quest'anno è qualcosa di veramente unico. Forse il momento giusto per cambiare sarebbe arrivato dopo il mio primo TOR330 chiuso con il record: quello era il risultato a cui tenevo davvero tanto. Una volta raggiunto l'obiettivo, forse avrei potuto cercare nuovi stimoli.

Uno sguardo al futuro: ti potremmo rivedere ancora al TOR450? Esagero: il record di Raichon può diventare un obiettivo per i tuoi "quasi 50 anni"?

È passato un mesetto e sto già pensando al TOR450, soprattutto ripensando agli errori fatti quest'anno. Sapevo di essere un principiante, ma non pensavo di commetterne così tanti: se tornassi indietro, mi piacerebbe affrontare la gara con più esperienza e fare meglio. Però adesso ho bisogno di riposare, stare con la famiglia e prendermi un po' di tempo per me. Fisicamente e mentalmente sto bene, ma voglio recuperare prima di pensare al prossimo obiettivo.

Hai vinto quattro volte il TOR330. Hai vinto il TOR450 al debutto. Ti senti ancora un "gigante" od ormai devi trovare un altro nome?

Il titolo di "gigante" è una cosa bella, ma oggi non sono più il tempo, il record o la vittoria a motivarmi. All'inizio ero molto focalizzato su questi aspetti. A un certo punto, però, è scattato qualcosa. Oggi, quando penso a un TOR, ricordo soprattutto le emozioni, non il tempo finale. Sono consapevole che certe performance potevo farle a 20 anni e non a 50. E poi il termine "gigante" è bello perché alla fine siamo tutti insieme, indipendentemente da chi è arrivato prima o dopo. Ritrovarsi la domenica con la maglietta da finisher significa aver condiviso una settimana davvero unica.

L'arrivo di Blandine L'Hirondel all'UTMB Mont-Blanc 2026

OGGI I RECORD HANNO VITA BREVE

Dal GR20 alla Western States, dal Tor des Géants all'UTMB: FKT che si abbassano ovunque. Perché?

di Matilde Marelli

Il 25 settembre Aurélien Dunand-Pallaz ha attraversato la Corsica lungo il GR20 in 27h29', abbassando di 2h17' il fastest known time (FKT) che François D'Haene aveva stabilito appena 78 giorni prima, a luglio, diventando il primo a scendere sotto le 30 ore. Due primati in poco più di due mesi su uno dei sentieri più duri di tutta Europa.

Ma quello di Dunand-Pallaz non è un caso isolato: a giugno Vincent Bouillard ha vinto la Western States in 13h46'15'', 23 minuti meno del precedente record di Jim Walmsley, mentre Jenn Lichter, al debutto sulle 100 miglia, ha tolto 88 secondi a Courtney Dauwalter. A fine agosto Ben Dhiman ha corso l'UTMB in 18h16'29'', primo uomo sotto le 19 ore. A settembre, al Tor des Géants, Jia Ju Zhao ha vinto in 65h55'22'', mentre Katharina Hartmuth ha migliorato di 12 ore il record femminile e, con 67h10'09'', è arrivata terza nella classifica assoluta: è la prima donna a salire sul podio assoluto.

NON TUTTI I RECORD SONO UGUALI

Prima di cercare le cause di tutti questi successi serve precisare che i tempi non pesano sempre allo stesso modo: alla Western States le temperature sono state insolitamente fresche rispetto al solito, una condizione ideale per correre più forte; all'UTMB il tracciato è stato modificato per il meteo, quindi i tempi di Dhiman e di Blandine L'Hirondel non sono omologati come record di percorso (stime non ufficiali collocano l'americano tra 18h50' e 19h10' sul percorso originale), mentre sul GR20 i due fastest known time sono assistiti, con una squadra di pacer al fianco dell'atleta. Per questo il confronto con il passato va fatto, ma con la consapevolezza che ogni gara è diversa dalle precedenti. Detto questo, la tendenza a infrangere i record è difficile da associare solo alla fortuna.

COSA È CAMBIATO RISPETTO AL PASSATO?

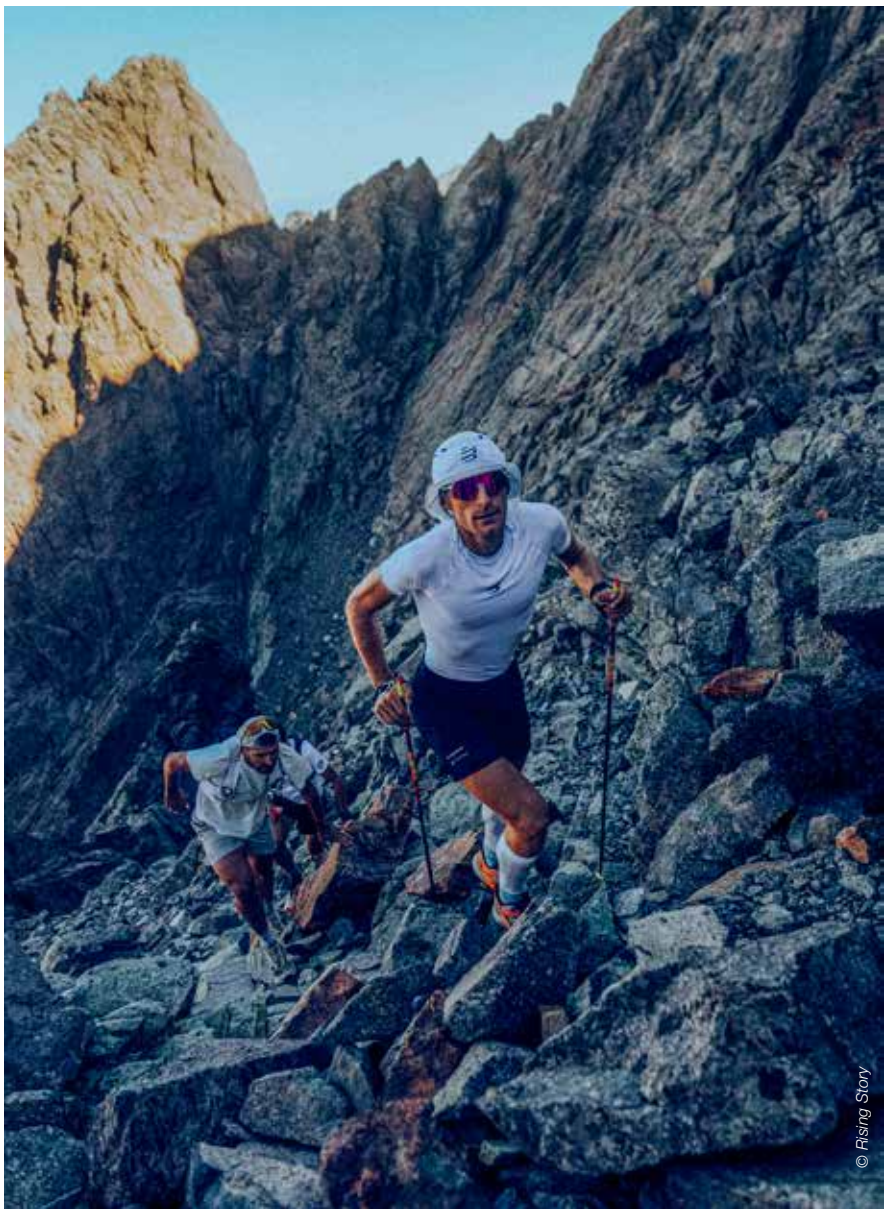
Rispetto al passato, i runner di oggi partono "avvantaggiati" su più fronti, a cominciare da un gruppo di testa molto più competitivo che si motiva a vicenda. Alla Western States sono quattro gli uomini che sono andati più veloci del vecchio primato: oltre a Bouillard, anche Francesco Puppi (secondo in 13h51'08''), Ryan Montgomery e Thomas Cardin, mentre all'UTMB tre atleti sono scesi sotto le 19 ore nella stessa edizione. Non c'è più un solo fuoriclasse, ma un intero gruppo che alza l'asticella e costringe tutti a rischiare di più.

Cresce poi la quantità dei corridori che scelgono di gareggiare: secondo i dati UTMB, nel primo semestre 2025 le partecipazioni alle gare del circuito (oltre 145.000 partenze) sono più che raddoppiate rispetto al 2022, con il 42% dei runner che correva la sua prima gara di trail. Contemporaneamente, l'élite si professionalizza: Dunand-Pallaz si è presentato in terra corsa con nove pacer, una squadra logistica e un data analyst Dhiman, che è riuscito a ottenere 995 punti UTMB Index dalla sua prestazione - il massimo mai registrato -, dopo la vittoria della gara regina del trail running sta cercando un nuovo coach per crescere ancora di più, mentre per le donne la Hartmuth ha dichiarato di voler ridurre il divario con gli uomini, concretizzando il lavoro dietro a ogni performance.

Anche le strategie di gara cambiano e si adattano sempre più all'atleta: alla Western States Bouillard ha lasciato forzare chi era davanti e ha preso il comando solo tra il miglio 85 e il 90, mentre all'UTMB Dhiman si è portato in testa intorno al 40° chilometro e ha allungato fino ad arrivare al traguardo. Inoltre, i tempi di passaggio noti, l'analisi dei dati pubblici e le ricognizioni fanno sì che i record si possano preparare con mesi di anticipo (Dunand-Pallaz è andato in Corsica in agosto per studiare il tracciato, mentre D'Haene lo aveva fatto in primavera).

SI EVOLVE ANCHE L'ALIMENTAZIONE

Un altro cambiamento riguarda ciò che gli atleti mangiano nel corso della gara. Durante uno sforzo intenso il corpo usa soprattutto gli zuccheri come carburante, ma ne può assorbire solo una quantità limitata ogni ora. Secondo *Marathon Handbook*, mescolando due tipi di zucchero (glucosio e fruttosio) l'intestino riesce ad assorbirne fino a 90 grammi all'ora e, se allenato, fino a 120, mentre per anni si è pensato che il massimo fosse circa 60 grammi. Uno studio pubblicato nel 2024 su *Scientific Reports* ha riportato i dati di 22 corridori della Lake Biwa 100 2021 misurando con un sensore i livelli di glucosio nel sangue: i più veloci avevano mangiato più carboidrati, soprattutto nella prima metà della gara, e avevano livelli più stabili. Mangiare più zuccheri, quindi, sembrerebbe la soluzione, ma c'è un ostacolo pratico: secondo gli autori della ricerca, il problema più



Aurélien Dunand-Pallaz sul percorso del GR20

Jenn Lichter al traguardo della Western States

comune è che lo stomaco spesso non regge il piano di alimentazione. Per questo anche l'apparato digerente va allenato, mangiando molto già durante la preparazione.

LA MENTALITÀ FA LA DIFFERENZA

A questo si somma un fattore psicologico: la fiducia in sé stessi. Secondo *Runner's Tribe*, da quando Courtney Dauwalter ha abbattuto i record di Western States, Hardrock e UTMB, molti atleti hanno smesso di considerare intoccabili i primati più vecchi e hanno iniziato a vederli come obiettivi da raggiungere. Tra loro c'è Anne Flower, medica di pronto soccorso del Colorado che nell'agosto 2025 ha corso la sua prima 100 miglia, la Leadville Trail 100, in 17h58'19'', otto minuti meno del record di Ann Trason, rimasto imbattuto per 31 anni. Dopo la gara, in un'intervista a *Outside Run*, Flower ha affermato che secondo lei, con un buon allenamento, un'alimentazione più studiata e grazie alla tecnologia migliore delle scarpe da corsa, oggi si dovrebbero poter battere i record degli anni Novanta.

IL GR20 COME CASO STUDIO

Il GR20 mostra bene come sono cambiati i tempi delle imprese endurance e come si è professionalizzata la disciplina: nel 2009 Kilian Jornet lo aveva percorso in 32h54', nel 2016 D'Haene era sceso a 31h06', nel 2021 Lambert Santelli a 30h25', e in 12 anni il tempo era calato di circa due ore e mezza, mentre nel 2026 ne sono state tolte più di due in soli due mesi.

I TEMPI FEMMINILI

Il 2026 è anche l'anno delle donne: Lichter ha migliorato il record della Western States al debutto sulle 100 miglia, Hartmuth ha tolto 12 ore al primato femminile del Tor, Blandine L'Hirondel è stata la prima donna sotto le 22 ore all'UTMB (21h54'49'') e la seconda a completare la "Triple Crown" del circuito, ovvero a vincere tutte e tre le Finals: UTMB, CCC e OCC.

COSA SIGNIFICA PER IL SETTORE

Per chi lavora nel mercato del trail running, una stagione di successi come quella appena conclusa dice qualcosa che va oltre i cronometri. La prestazione di un atleta d'élite non dipende più da un singolo elemento, ma da un insieme di fattori tra cui l'attrezzatura. I record, infatti, sono una vetrina per il prodotto e l'azienda che accompagnano l'atleta nell'impresa e possono diventare un argomento di vendita. Per questo non basta più dire che una proposta è più veloce o più leggera: è diventato importante spiegare come questa si inserisce in un percorso che comprende preparazione, nutrizione, recupero e dati. Per negozianti e distributori può voler dire confrontarsi con appassionati più informati, che chiedono di capire come funzionano le tecnologie e a cosa servono davvero.

Più che una successione di exploit, il 2026 sembra raccontare un settore che sposta il limite alzando l'asticella sempre più in alto in ogni sua sezione, senza nulla togliere al talento e alla passione dei protagonisti di questi record.

Vincent Bouillard e Francesco Puppi, primo e secondo alla Western States

MIAO YAO
CADERE, FERMARSI, RIPARTIRE

Dalla cecità temporanea all'UTMB nel 2019 al terzo posto nella CCC nel 2026, nonostante il ginocchio infortunato. La campionessa cinese, nuova ambassador Tudor, racconta il suo ritorno, la crescita del trail in Cina e cosa le ha lasciato il periodo più buio della carriera

di Chiara Beretta

La sua consacrazione internazionale è avvenuta nel 2018, a 21 anni, con la vittoria sui 100 chilometri della CCC. Poi, dopo il terzo posto del 2023, ha vinto l'OCC nel 2024 e nel 2025, ma non prima di aver attraversato un periodo difficile, in cui il suo ritorno ai vertici del trail era tutt'altro che scontato. La storia sportiva di Miao Yao è ancora tutta da scrivere, e sarà spettacolare seguirne gli sviluppi, ma fin qui ci ricorda una cosa speciale: che nello sport, come nella vita, la strada non è quasi mai una linea dritta verso il traguardo. Più spesso bisogna fare i conti anche con le deviazioni impreviste e le pause, desiderate o forzate, che ci permettono di ritrovare qualcosa di noi che avevamo perso. E, al momento giusto, di tornare.

Miao Yao

Classe 1996, in Cina la chiamano "la regina del trail running". Nel resto del mondo, è considerata una delle atlete più forti della scena internazionale e i risultati di questo 2026 lo confermano. Quest'anno Yao è diventata ambassador Tudor e si è portata a casa le vittorie all'UTA50 in Australia e alla CDH di Val d'Aran e poi il terzo posto alla CCC, che è tornata a correre otto anni dopo l'esordio d'oro del 2018, chiudendo la gara in 12h15'41". "Tutta la mia stagione, sia le gare sia gli allenamenti, era pianificata nei minimi dettagli in funzione della CCC", ci racconta Yao. "Volevo arrivare alla partenza nella forma migliore in assoluto. Purtroppo, mi sono infortunata al ginocchio poco più di due settimane prima della gara e questo ha pesato molto sulla mia prestazione. Non ho vinto come nel 2018 e il dolore mi ha impedito di godermi davvero la gara. Eppure, anche correndo infortunata, su quel percorso sono stata costantemente più veloce della me stessa del 2018. Rispetto all'atleta che ero allora, oggi sono molto più matura, analitica e professionale".

L'INFORTUNIO AL GINOCCHIO E LO SPETTRO DEL DNF

A più di un mese e mezzo di distanza dalla CCC, l'infortunio al ginocchio non è un capitolo chiuso: "Mi dà ancora fastidio, specialmente quando in allenamento supero i 20 chilometri". Ma soprattutto, quel dolore durante la gara ha richiamato alla mente il temuto spettro del DNF. Il dubbio di doversi ritirare, dice, "sinceramente si è insinuato già alla prima discesa dopo la partenza. Il dolore si è fatto sentire subito e ogni singola discesa della gara è stata un supplizio. Continuavo a chiedermi: riesci ad

Tudor e il trail running: una visione di lungo periodo

Tudor ha fatto il suo ingresso nel trail running a giugno 2026 con quattro atleti d'élite: oltre a Miao Yao, ci sono Courtney Dauwalter, Rémi Bonnet e Baptiste Chassagne. A luglio è arrivata anche la partnership ufficiale con il circuito UTMB World Series. Un mondo apparentemente lontano dall'orologeria meccanica, ma che secondo il brand condivide con Tudor "lo spirito d'avventura, la resilienza, la performance e il desiderio di spingersi oltre i propri limiti", valori in linea con la filosofia "Born To Dare". La scelta di quattro profili così diversi, spiegano dall'azienda, nasce dall'obiettivo di "rispecchiare la varietà della community globale del trail running, più che raggiungere un unico pubblico". Sono atleti che permettono di parlare "sia con i trail runner più appassionati, sia con chi si lascia ispirare dalla mentalità e dal senso d'avventura di questo sport".

Nessuno si aspetta di vedere un orologio meccanico al polso di un atleta in gara, ed è lo stesso brand a riconoscerlo. Nella visione di Tudor l'orologio non serve a cronometrare la prestazione, ma a celebrare il traguardo raggiunto. Altri progetti legati al trail? "È ancora troppo presto per condividere piani specifici",

Cambiare vita attraverso la corsa

La più giovane di sei figlie, Miao Yao è cresciuta in un piccolo villaggio agricolo nella provincia cinese del Guizhou, dove la scena trail è in espansione. “Anche se molte gare vanno sold out in pochissimo tempo, non ha ancora la diffusione di massa delle maratone su strada”, chiarisce Yao. “Tuttavia, rispetto a quando ho iniziato, il cambiamento è impressionante. Nel 2016 questo sport era praticato soprattutto da uomini sopra i 40 anni. La partecipazione femminile era bassissima e la maggior parte delle gare contava meno di 300 partecipanti. Oggi vediamo un grande afflusso di giovani e di donne sui sentieri. Le gare di trail più grandi in Cina superano ormai i 10.000 partecipanti”. In questa maggiore partecipazione delle donne, Yao vuole avere un ruolo attivo. L’atleta ha lanciato con Nike “Boundless Girls”, progetto attraverso cui porta lo sport alle ragazze nelle scuole cinesi. “Voglio che lo sport le aiuti a scoprire il proprio potenziale e a diventare la versione migliore di sé stesse. Io non sapevo nemmeno cosa fosse la corsa come sport fino alle scuole medie. Devo questa scoperta al mio insegnante di educazione fisica. Poco prima del diploma, selezionò una piccola squadra di sei studenti per gareggiare a livello provinciale. Quell’unica occasione mi ha permesso di uscire dalle montagne più remote e, alla fine, di diventare la persona che sono oggi. Ispirata da lui, voglio creare le stesse opportunità, capaci di cambiare la vita, per altre ragazze. Il nome cinese del progetto Nike, Boundless Girls, si traduce più o meno con ‘Lascia correre liberi i tuoi piedi’ (撒开脚丫). Voglio dare loro la possibilità di correre libere e di scoprire il vasto mondo oltre i loro paesi d’origine”.

andare avanti? E la mia risposta era sempre: spingi ancora un po’. Sono grata di essere arrivata al traguardo. Anche se non è il risultato per cui ero venuta, sul percorso ho lasciato tutto quello che avevo”. Una storia con un finale decisamente diverso dall’UTMB del 2019, quando Yao, forte della vittoria dell’anno precedente, si mise alla prova sulla distanza regina, i 171 chilometri, ma fu costretta a ritirarsi a causa di una cecità temporanea. Da quel momento ci sono voluti alcuni anni per vederla tornare ad alti livelli nel trail. Nel mezzo sono accadute varie cose: altri ritiri, l’avvicinamento alla corsa su strada e alcuni problemi fisici di cui prendersi cura. “È stato un periodo davvero buio per me”, ricorda Yao. Nel 2019 “mi sono ritirata in diverse gare importanti. Più tardi ho capito che il mio calendario di gare, senza sosta, aveva prosciugato il corpo: non mi ero mai concessa il tempo di recuperare”. Nello stesso anno entra in una squadra professionistica e si concentra sulla maratona, ottenendo tra l’altro buoni risultati: “Ho abbassato il mio tempo fino a 2h30’”, prosegue. “Ma poiché il mio corpo non aveva mai avuto la possibilità di riprendersi davvero, durante quel ciclo di preparazione alla maratona ho sviluppato problemi di salute ancora più seri: sangue nelle urine e una grave anemia. Sono stata costretta a fermarmi del tutto. Mi ci sono voluti quasi due anni, allenandomi e curandomi allo stesso tempo, solo per riportare il mio corpo a uno stato di salute di base. Quel percorso così duro mi ha insegnato ad ascoltare davvero il mio corpo. Non ho mai pensato di abbandonare il trail del tutto: sapevo semplicemente che il mio corpo non era ancora abbastanza forte per reggere le richieste della montagna”.

DAL SENTIERO ALLA STRADA E RITORNO

Il ritorno nel gotha del trail running, comunque, non equivale all’addio ai 42 chilometri su strada. Il dolore al ginocchio attualmente sta condizionando i piani, ma in teoria l’obiettivo di Yao “è correre un buon tempo alla Maratona di Shanghai, però il tempo a disposizione per allenarmi bene si sta riducendo e non ho ancora una data certa per un recupero completo dall’infortunio”, spiega. Inoltre, aggiunge, non c’è una distanza o un terreno che sente più nelle sue corde. “Dipende interamente dall’obiettivo su cui mi concentro. Quando mi sto preparando per una 50K, sento che è la mia distanza migliore. Quando cambio obiettivo e mi preparo per una 100K, mi sento altrettanto forte anche lì. Naturalmente, il passaggio richiede un enorme investimento di tempo in allenamento specifico e adattamento fisiologico. Per questo sono estremamente attenta e ponderata nella scelta dei miei obiettivi”.

rispondono da Tudor. L’idea è creare esperienze e contenuti intorno a gare, atleti e community. “Quello che è certo è che Tudor ha una visione di lungo periodo e intende essere un partner attivo e impegnato nel mondo del trail running”. In quel “Born To Dare”, “nati per osare”, si riconosce anche Miao Yao. E di cose audaci, vittorie a parte, nella sua carriera ne ha già messe in fila diverse. La più coraggiosa? “Lasciare il sistema sportivo statale e la squadra provinciale dell’Hubei, all’inizio del 2024, per diventare una trail runner professionista completamente indipendente”, risponde Yao. “Ha significato rinunciare a una sicurezza totale e a una rete di protezione garantita. Ora nessuno sostiene il mio futuro tranne me. Tutto quello che otterrò d’ora in poi dipende solo da me”.

© ZZAM Agency - Roberto Roux

DONNE E TRAIL, UNA SALITA ANCORA LUNGA

Le partecipanti aumentano, ma la presenza femminile resta minoritaria. Dai dati UTMB alle barriere che frenano l'accesso alle lunghe distanze

di Sara Canali

Era il 31 agosto quando un articolo a firma di Hélène Constanty pubblicato su *Il Fatto Quotidiano* riportava le parole di Clément Delbes, dottorando in Sociologia dello Sport all'Università Savoie Mont Blanc: "L'ultratrail esaspera la dominazione maschile e valori come lo sforzo e il coraggio. Le donne sono sul percorso per incoraggiarli e rinfrescarli ai punti di ristoro". Dopo due settimane, Katharina Hartmuth si è classificata prima tra le donne e terza assoluta al TOR330, annoverandosi tra le atlete che stanno facendo la storia della disciplina, al fianco di mostri sacri come Lizzy Hawker, che ha vinto ben cinque UTMB Mont-Blanc, Courtney Dauwalter e Katie Schide, solo per citarne alcune. Ancora più emblematica, poi, è stata la vittoria, lo scorso maggio, di Rachel Entrekin alla Coco-dona 250, tagliando il traguardo al primo posto assoluto davanti a tutti i concorrenti uomini in un'ultramaratona di 250 miglia attraverso il deserto dell'Arizona. Il suo podio non rappresenta un caso isolato, ma fotografa un trend per cui, nelle gare sulle distanze più lunghe, le donne compaiono sempre più spesso ai primi 10 posti delle classifiche assolute, anche se la loro percentuale di partecipazione diminuisce nettamente all'aumentare del chilometraggio. Ma se le donne possono vincere le gare più dure, perché sono ancora così poche a parteciparvi? Andiamo con ordine.

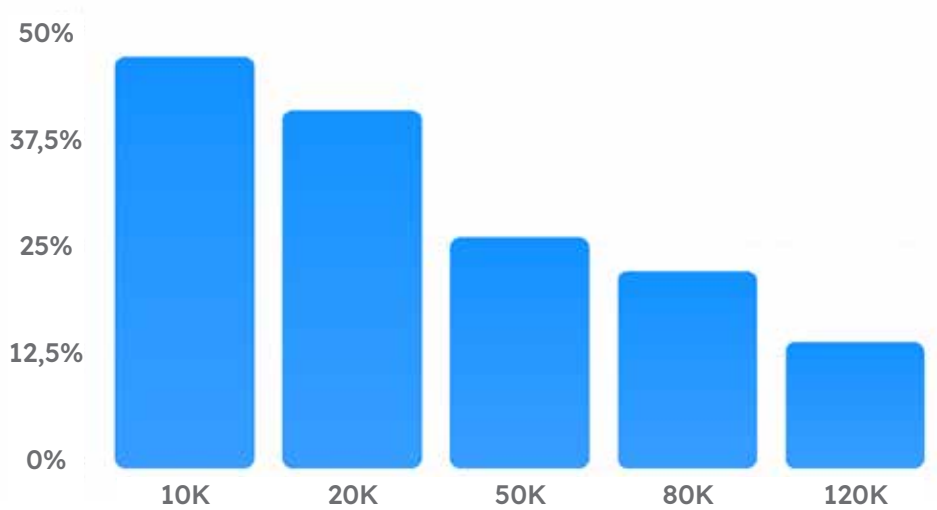
CHI PARTECIPA AI TRAIL?

Secondo il bilancio ufficiale pubblicato da UTMB il 17 dicembre 2025, intitolato "A season shaped by performance, inclusion and responsibility", la partecipazione femminile nel circuito è aumentata di circa il 35% in un anno, passando da 32.943 atlete nel 2024 a 44.563 nel 2025. La quota sul totale, però, è salita soltanto dal 29% al 30%. E in Italia? Un'analisi pubblicata da *La Gazzetta dello Sport* il 14 settembre 2025, basata su uno studio congiunto di Strava e UTMB World Series, sottolinea che, nonostante il numero complessivo di runner nelle gare sia passato da 25.500 nel 2022 a 46.780 nel 2025 (+83%), la quota femminile è cresciuta soltanto dal 21,4% al 22,1%. I dati raccontano quindi una disciplina che attira sempre più donne, soprattutto tra le nuove generazioni, ma nella quale la partecipazione femminile ha ancora ampi margini di crescita. Inoltre, il trend è inversamente proporzionale alla lunghezza della gara: più si allunga il tracciato, meno donne partecipano. Ed è qui che si inserisce il paradosso dell'ultra, visto che, nonostante una minore partecipazione, la penetrazione nelle posizioni d'élite cresce in modo inverso. Per avere un dato più concreto, possiamo guardare a una gara italiana e confrontare la quota femminile nelle diverse distanze. La La Sportiva Lavaredo Ultra Trail by UTMB 2025 offre una fotografia interessante sulla quota femminile per distanza: 10K (46%), 20K (40%), 50K (25,74%), 80K (22%) e 120K (14%). Il risultato è che le donne partecipano molto più nelle distanze brevi e diminuiscono progressivamente nelle gare più lunghe. Il divario dipende soltanto dalla maggiore difficoltà fisica e logistica delle ultradistanze, oppure entrano in gioco anche fattori culturali, organizzativi e di accesso alla disciplina? È una delle domande che si sono posti i giornalisti francesi della rivista *Grand Trail*, che hanno dedicato il numero in distribuzione all'UTMB alla parità di genere nel trail e soprattutto nell'ultratrail.

Sopra, Katharina Hartmuth al TORX 2026

PIÙ AUMENTA LA DISTANZA MENO DONNE PARTECIPANO

La Sportiva Lavaredo Ultra Trail by UTMB 2025



Sopra, l'americana Rachel Entrekin si congratula e dà il cinque alla connazionale Emily Schmitz a UTMB 2026

A sinistra, il podio femminile CCC dell'UTMB Mont-Blanc 2026 (Toni McCann, Yngvild Kaspersen e Miao Yao)

Sotto, UTMB 2026, la vincitrice della gara femminile Blandine L'Hirondel e la seconda classificata Rachel Entrekin riposano al traguardo

CHE COSA FRENA LA PRESENZA FEMMINILE?

Un'indagine internazionale promossa dall'International Trail Running Association (ITRA) insieme al Women's Equality Group della Pro Trail Runners Association parte proprio dalle condizioni che possono favorire od ostacolare la partecipazione femminile alle gare off-road. Tra i temi affrontati figurano l'accoglienza durante le gare, la rappresentazione femminile nella comunicazione, la disponibilità di servizi adeguati e le condizioni che possono rendere un evento più accessibile. Il tema della sicurezza emerge invece da uno studio pubblicato nel 2024 sull'International Journal of Environmental Research and Public Health, condotto da ricercatori della Simon Fraser University in Canada su 548 trail runner. I risultati mostrano differenze significative tra uomini e donne nelle preoccupazioni legate alla corsa in ambienti naturali: il 38,9% delle partecipanti teme di incontrare altre persone lungo i sentieri, contro il 12,6% degli uomini. Anche la perdita del segnale telefonico rappresenta una fonte di preoccupazione più frequente tra le donne, indicata dal 50,8% delle intervistate rispetto al 33,8% degli uomini. Un altro aspetto molto importante riguarda il tempo necessario per raggiungere i sentieri e per allenarsi in ambiente naturale e molte donne dichiarano di non riuscire a conciliare questo monte ore con gli impegni familiari e lavorativi. C'è infine una questione di rappresentazione. Se la comunicazione delle gare insiste soprattutto su imprese estreme, velocità e resistenza, può contribuire a trasmettere l'idea che il trail sia una disciplina riservata ad atleti molto esperti. Un altro punto fondamentale riguarda le risorse economiche: la parità salariale è ancora una chimera in molte discipline sportive e il trail running non fa eccezione. Quando sono previsti i premi in denaro, garantire importi uguali per uomini e donne è un primo passo, ma non basta a colmare il divario nelle opportunità di sostentamento, sponsorizzazione e visibilità. Qualcosa si sta muovendo: il circuito UTMB World Series, per esempio, prevede montepremi paritari per atlete e atleti nei Major e nelle Finals, con 20.000 euro al vincitore e alla vincitrice della gara regina, l'UTMB. La sfida è fare in modo che questa parità non resti appannaggio dei grandi circuiti, ma diventi una prassi diffusa, accompagnata da pari riconoscimento mediatico e da maggiori opportunità di supporto per le atlete.

QUANTO SI TIENE CONTO DELLE ESIGENZE DELLE DONNE?

Una gara in montagna richiede di pianificare ogni dettaglio, dalle strategie di alimentazione all'attrezzatura, dai ristori ai tempi limite. Ma non sempre la stessa attenzione viene riservata a esigenze specifiche come la gestione delle mestruazioni, la disponibilità di bagni lungo il percorso o il recupero dopo una gravidanza. Sono aspetti che possono incidere concretamente sull'esperienza di gara, soprattutto sulle distanze più lunghe, dove trascorrere molte ore sul percorso rende più complessa la gestione dei propri bisogni. Per lungo tempo, la fisiologia maschile è stata considerata il riferimento implicito nello sport, mentre le specificità del corpo femminile sono rimaste ai margini della ricerca, della preparazione e dell'organizzazione. Nel trail, questo significa anche chiedersi se regolamenti, servizi e politiche di iscrizione siano adeguati alle diverse fasi della vita di un'atleta, dalla gestione del ciclo mestruale alla gravidanza, fino al ritorno alla corsa nel post partum. Il tema è già entrato nel dibattito internazionale. Lo scorso marzo l'International Trail Running Association (ITRA), insieme al Women's Equality Group della Pro Trail Runners Association, ha indicato tra le misure per rendere le gare più accessibili la presenza di servizi igienici adeguati alla partenza, all'arrivo e lungo il percorso, la disponibilità di prodotti mestruali ai ristori e politiche che permettano di rinviare l'iscrizione in caso di gravidanza. Tra le raccomandazioni figurano anche tempi limite realistici e una comunicazione capace di rappresentare donne con età, esperienze e livelli di preparazione diversi. Va inoltre segnalato che UTMB ha organizzato un convegno sulla salute delle donne negli sport di ultra-endurance, dedica il 50% del tempo dei live alle atlete e che da quest'anno sono state create delle postazioni presso le aid station per permettere l'accesso ai compagni e favorire l'allattamento. Insomma, oggi la sfida femminile riguarda l'intero sistema del trail running. Non si tratta soltanto di portare più donne sul podio, ma di fare in modo che sempre più donne possano scegliere di esserci, a qualsiasi distanza e a qualsiasi livello. Perché una disciplina davvero inclusiva non si misura soltanto da chi arriva prima al traguardo, ma anche da quante persone hanno la possibilità di raggiungerlo.

I PRINCIPALI OSTACOLI PERCEPITI

83% INCLUSIONE: CONSIDERA MOLTO IMPORTANTE CHE LE GARE SIANO INCLUSIVE E ACCOGLIENTI

68% COMUNICAZIONE: SAREBBE PIÙ PROPENSA A PARTECIPARE A GARE CHE PROMUOVONO ATTIVAMENTE LA PARTECIPAZIONE FEMMINILE

45% SERVIZI: INDICA LA MANCANZA DI SERVIZI DEDICATI COME UNA BARRIERA

32% LINGUAGGIO: INDIVIDUA NELLA COMUNICAZIONE INTIMIDATORIA UN OSTACOLO

Fonte: sondaggio ITRA del 2025, condotto su 3.000 donne che praticano trail running

© José Miguel Muñoz

CARO GARE? IL VERO PROBLEMA È CHE ORGANIZZARE BENE COSTA

Non è solo questione di fare cassa: tra autorizzazioni, sicurezza, sanità e logistica, una competizione di alto livello è un evento sempre più complesso

di Maurizio Torri

Le iscrizioni alle gare di trail running costano sempre di più. È davvero tutta colpa degli organizzatori? Tra burocrazia crescente, piani sicurezza, autorizzazioni e costi di gestione, proviamo a guardare il fenomeno da un'altra prospettiva. Senza negare gli eccessi, ma nemmeno dimenticando cosa significhi oggi proporre un evento di alto livello.

IL PREZZO DEL PETTORALE FA DISCUTERE

Negli ultimi tempi, sui social e tra gli addetti ai lavori si è riaccesa la polemica sul cosiddetto "caro gare". Iscrizioni sempre più costose, pettorali che in alcune manifestazioni raggiungono cifre importanti e atleti che, giustamente, si interrogano su quanto sia diventato oneroso partecipare alle competizioni di trail running.

Il problema esiste? Sì. È tutto riconducibile alla volontà degli organizzatori di fare cassa? Assolutamente no. Ecco perché, alla domanda se le gare siano diventate troppo care, la mia risposta è un convinto "snì".

Partiamo da un dato di fatto: negli ultimi anni i prezzi delle iscrizioni sono aumentati. In alcuni casi anche sensibilmente. Prendiamo ad esempio la Lavaredo Ultra Trail, manifestazione di prestigio internazionale, entrata di diritto tra le più belle del circuito UTMB World Series. Qui le cifre sono importanti, ma bisogna considerare la richiesta di pettorali altissima e posti disponibili limitati. È la più classica delle dinamiche di mercato: quando la domanda supera abbondantemente l'offerta, il prezzo tende a salire. Possiamo discutere se sia giusto o sbagliato, ma non possiamo ignorare che anche il trail running, soprattutto ai massimi livelli, è ormai entrato in una dimensione commerciale.

Sarebbe però un errore utilizzare i grandi eventi internazionali come unico metro di giudizio. Il problema è molto più articolato e riguarda l'intero movimento. Organizzare una gara di trail running di alto livello significa portare a compimento un complesso progetto nel quale la dimensione sportiva deve convivere con la tutela ambientale, la sicurezza degli atleti, le normative territoriali e la sostenibilità economica dell'evento. L'atleta vede il risultato finale, ma dietro vi sono mesi di lavoro, riunioni, sopralluoghi, burocrazia, autorizzazioni, responsabilità e investimenti economici che spesso vengono sottovalutati.

LA PASSIONE NON BASTA PIÙ

Il trail running è cresciuto grazie alla passione di organizzatori, volontari e associazioni sportive che, spesso gratuitamente, hanno dedicato tempo ed energie per trasformare un'idea in una gara. Questa passione rimane il motore di tutto, ma oggi da sola non basta. Servono competenze, risorse economiche, una struttura organizzativa solida e la capacità di confrontarsi con interlocutori diversi, ciascuno portatore di esigenze legittime.

NON TUTTE LE GARE SONO UGUALI

Detto questo, sarebbe altrettanto sbagliato giustificare qualsiasi aumento del prezzo delle iscrizioni appellandosi genericamente ai costi organizzativi. Esistono manifestazioni che investono molto nella qualità dei servizi, nella sicurezza, nella valorizzazione del territorio e nell'esperienza complessiva degli atleti. Altre che possono contare su importanti sponsor e contributi pubblici. Altre ancora che lavorano con budget ridotti e riescono comunque a proporre

© Maurizio Torri

© Maurizio Torri

© Giacomo Meneghello

eventi di ottimo livello grazie a una straordinaria rete di volontari. E poi ci sono i grandi appuntamenti internazionali, dove al costo organizzativo si aggiungono il valore del brand, la visibilità mediatica, l'appartenenza a circuiti prestigiosi e una domanda di partecipazione che spesso supera di gran lunga i posti disponibili. Sono modelli differenti, con strutture economiche diverse. Metterli tutti sullo stesso piano sarebbe poco corretto. Il prezzo di un pettorale, da solo, non basta quindi a stabilire se una gara sia cara oppure no. Per capire meglio il problema abbiamo consultato alcuni organizzatori…

MARCO DE GASPERI E IL CASO ORTLES HAUTE ROUTE

"Organizzare è un vero e proprio lavoro che inizia molto prima del via. Dalle autorizzazioni ambientali alla gestione sanitaria, passando per la burocrazia e i costi di sicurezza. È un lavoro che richiede tempo, competenze e una buona capacità di pianificazione. Lavorando anche su eventi come la Valtellina Wine Trail e la Livigno Skymarathon, ho potuto constatare come le procedure autorizzative siano cambiate nel tempo e quanto sia importante costruire un rapporto solido con gli enti coinvolti. Una prima edizione, in particolare, comporta inevitabilmente una fase di apprendimento. Non sempre è immediato sapere quale ufficio debba ricevere una determinata richiesta, quale documentazione sia sufficiente, o quali passaggi debbano essere completati prima di procedere con quelli successivi. Un organizzatore deve sapersi rapportare con enti pubblici, amministrazioni locali, gestori del territorio, strutture sanitarie, fornitori e associazioni di soccorso. Deve anticipare le richieste, coordinare documenti, rispettare scadenze e costruire un budget che tenga conto di variabili spesso difficili da quantificare all'inizio del progetto. La prima edizione dell'Ortles Haute Route mi ha confermato quanto sia impegnativo trasformare un'idea sportiva in un evento concreto, soprattutto quando si ambisce a un livello qualitativo elevato e si opera in un ambiente tanto delicato come quello alpino. La passione rimane il motore di tutto, ma da sola non basta. Servono competenze, risorse economiche e una struttura organizzativa solida".

ENRICO POLLINI, L'ORGANIZZATORE DI VECCHIA DATA

"I fattori di costo e organizzativi che incidono sulle quote di iscrizione alle gare sono tanti e talvolta contraddittori. Al netto dell'inflazione, la crescita delle quote dipende da burocrazia e servizi, compensati in parte da sponsorizzazioni e contributi. Piani sanitari e di sicurezza, valutazioni di impatto ambientale… devono oggi essere redatti e implementati da professionisti, non sono più due righe su carta a quadretti. Un tempo il pasta party era cucinato dalle signore della pro loco, oggi ci vuole un catering certificato che passi il controllo della ASL. In passato si raccoglievano le iscrizioni su un modulo cartaceo in negozio e un volontario caricava i dati a mano, oggi qualsiasi organizzazione si affida a un service professionale che gestisce tutto online, dalle iscrizioni al cronometraggio. Per la garetta di paese bastavano due ragazzi del soccorso alpino a titolo volontario, adesso ci va una squadra ufficiale che ha il suo tariffario di legge. Promozione, social media, live streaming, musica sono altri temi da tenere in considerazione. Ci stiamo abituando a standard sempre più elevati. Tutto ciò ha un costo".

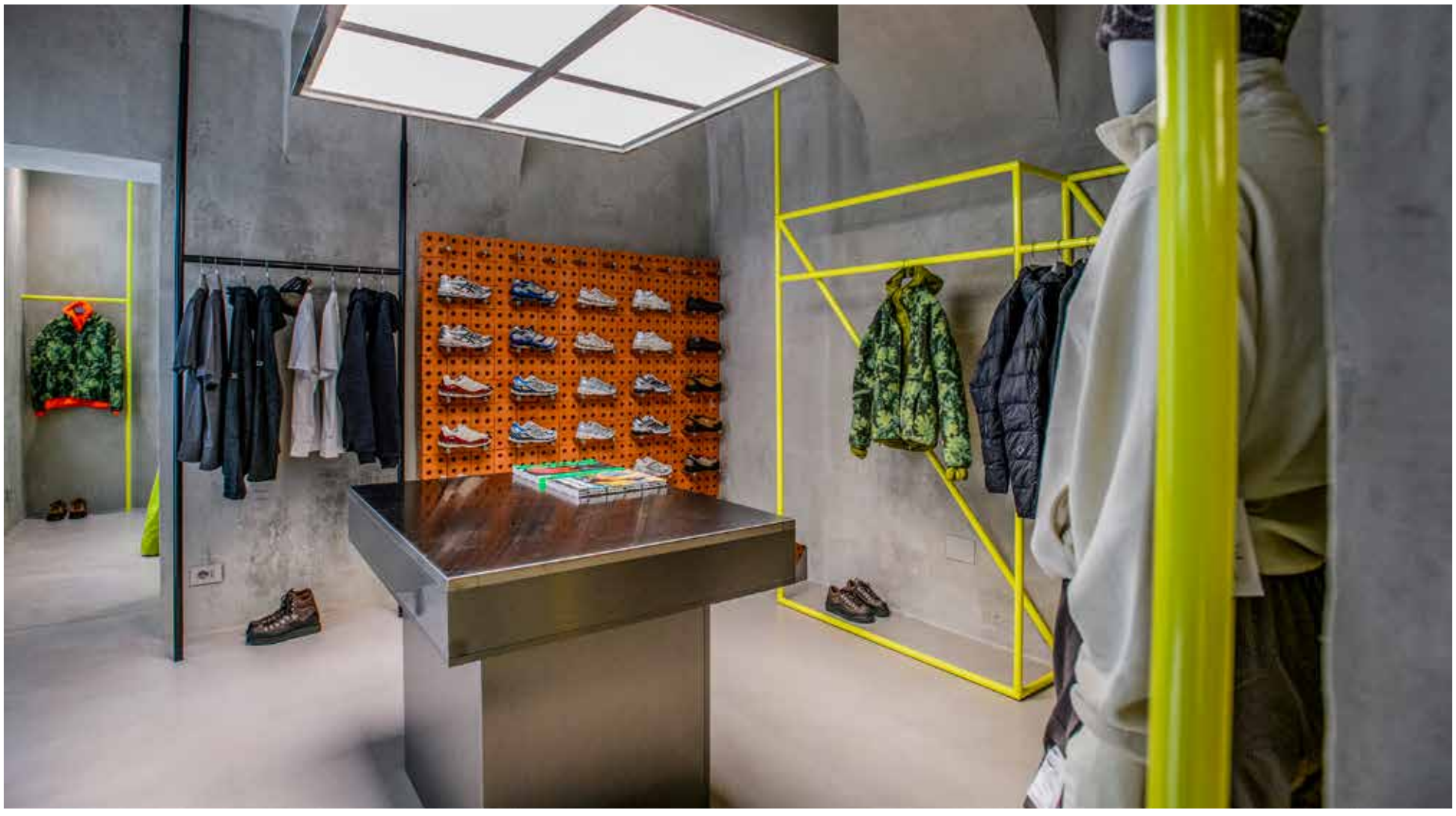
MARTA PORETTI E LA LOGISTICA DELL'UTLAC

"Per anni nel mondo del trail running si è utilizzato, almeno dal punto di vista degli atleti, il parametro di circa un euro al chilometro per valutare il costo di un'iscrizione. Guardando però una gara dalla parte di chi la organizza, il quadro è molto diverso. Per UTLAC il costo organizzativo supera questo parametro su tutte le distanze e cresce in maniera importante su quelle più lunghe. Sicurezza, sanità e trasporti sono la principale voce di costo e rappresentano circa il 40% del totale. Un'altra voce molto importante è quella dei ristori, che incide in maniera significativa sul budget complessivo. Ma anche in questo caso il costo degli alimenti rappresenta soltanto una parte del problema. Per capire la scala dell'organizzazione basta qualche numero dell'edizione 2026: sono stati movimentati quasi 14.000 litri di bevande, di cui oltre 10.000 litri d'acqua, circa 2.200 litri di Coca-Cola, quasi una tonnellata di frutta, circa 600 chilogrammi di prodotti dolci tra torte, biscotti e brioches e diverse decine di chilogrammi di affettati. A tutto questo si aggiungono pasta, sughi e numerosi altri prodotti necessari durante una gara che si sviluppa per giorni. Il vero tema, però, è portarli dove servono. A questo apparato si aggiungono l'allestimento del Village, le diverse aree di partenza, la logistica generale e il cronometraggio. Sono attività meno evidenti, ma che incidono in maniera importante sul costo complessivo dell'organizzazione. Un altro capitolo importante è quello della comunicazione che prevede fotografi, speaker, videomaker, social media manager e non solo. Dietro ogni chilometro percorso da un atleta vi sono sicurezza, soccorso, assistenza sanitaria, trasporti, GPS, cronometraggio, alimentazione, logistica, comunicazione e mesi di lavoro organizzativo. Dietro quel chilometro non c'è soltanto un sentiero, ma una struttura che lavora tutto l'anno e che durante l'evento deve garantire sicurezza, assistenza, logistica e servizi per diversi giorni consecutivi".

© Maurizio Torri

CARO GARE? SNÌ, APPUNTO

Alla fine credo che la questione non possa essere ridotta a una semplice contrapposizione tra atleti che pagano troppo e organizzatori che chiedono tanto. I rincari esistono, alcuni prezzi sono oggettivamente impegnativi e in determinate situazioni è legittimo domandarsi quanto incidano i reali costi organizzativi e quanto, invece, le logiche commerciali. Pretendere standard elevati di sicurezza, servizi impeccabili e un'organizzazione professionale ha inevitabilmente un costo. Forse, allora, il dibattito dovrebbe spostarsi dal semplice prezzo del pettorale al suo reale rapporto con ciò che viene offerto. Perché una gara da 150 euro non è necessariamente troppo cara, così come una da 30 euro non è automaticamente conveniente. La vera domanda dovrebbe essere un'altra: quanto vale l'esperienza che stiamo acquistando e quanto costa realmente renderla possibile? E soprattutto, siamo disposti a riconoscere il valore del lavoro che c'è dietro una manifestazione, oppure preferiamo giudicarla soltanto dalla cifra stampata sulla pagina delle iscrizioni?



UN NUOVO HUB DEDICATO A RUNNING, OUTDOOR E LIFESTYLE

Lo scorso 18 settembre ha aperto a Bra SPAZIO RUN+, lo store di 120 mq nato dall'esperienza di SPAZIO nel fashion. Il progetto punta a diventare un luogo di incontro per la community, con uscite settimanali, eventi e una selezione di brand internazionali

di Cristina Turini

A Bra, in provincia di Cuneo, il running diventa il punto di partenza per costruire un'esperienza che va oltre il prodotto. Nasce con questa visione SPAZIO RUN+, il nuovo store di 120 mq dedicato a running, outdoor e lifestyle. Il progetto porta la firma di Giacomo Riorda, fondatore di SPAZIO, boutique multibrand di moda nata a Bra nel 1999 e oggi articolata in quattro punti vendita.

Dopo oltre 25 anni nel fashion, Riorda ha scelto di applicare al mondo dello sport la stessa attenzione alla ricerca, alla selezione dei marchi e all'esperienza d'acquisto. La decisione di entrare in modo verticale nel settore running è maturata nel tempo, anche grazie ai suoi viaggi: "È una scelta nata gradualmente, quasi senza accorgermene. In Oriente e poi nei Paesi nordici, come Olanda, Danimarca e Svezia, ho notato che i giovani vivono in modo informale e scelgono un abbigliamento altrettanto pratico e confortevole. È uno stile legato allo sport, all'attenzione per l'ambiente e a una vita sana. Non è una moda passeggera, ma un vero modo di vivere e di essere".

Una sensibilità che Giacomo ha visto progressivamente affermarsi anche in Italia, insieme alla capacità dello sport di generare nuove occasioni di incontro: "Tornando a casa ho iniziato a osservare che lo stesso fenomeno stava crescendo anche nel nostro Paese, con la sua capacità di creare community e network. Da lì è nata l'idea di portare questa sensibilità all'interno della nostra esperienza, che arriva dalla moda e dalla ricerca".

Un ruolo importante nello sviluppo del progetto è stato ricoperto anche da PLAS Consulting, società di consulenza direzionale specializzata nel settore fashion e retail, che ha accompagnato Giacomo nel percorso di definizione e realizzazione dello store. Proprio ai consulenti che hanno creduto nell'iniziativa è dedicato il segno "+" inserito nel nome e nel logo.

"NOT ONLY A RUNNING STORE"

SPAZIO RUN+ non nasce per essere soltanto un punto vendita. Come anticipa il claim "Not only a running store", la volontà è quella di dare vita a un luogo di aggregazione nel quale le persone possano incontrarsi, ricevere una consulenza specializzata e partecipare a iniziative legate alla corsa e al territorio.

"La nostra visione è semplice: non vogliamo un mero negozio, ma un luogo di ritrovo", spiega Giacomo. "Un posto dove le persone possano incontrarsi e condividere le iniziative. Ne orga-

nizzeremo di nuove ogni mese e già oggi proponiamo due corse alla settimana. In futuro vorremmo inoltre allargarci al mondo della bici e ad altre discipline sportive con le quali siamo già in contatto".

La proposta comprende abbigliamento, calzature e accessori per running, trail e hiking, oltre a prodotti pensati per un utilizzo urbano. Tra i marchi selezionati figurano ASICS, Garmin, Mizuno, New Balance, norda, Oakley, Salomon, Satisfy, Saucony, SCARPA, Shokz, Soar e The North Face, insieme a brand provenienti dal mondo outdoor e lifestyle come Arc'teryx, Haglöfs, Houdini, Keen, Nike ACG, Osprey, Patagonia, Roa, Snow Peak e Yeti.

UNA COMMUNITY IN CONTINUA CRESCITA

Il fulcro del progetto è la community legata allo store, che conta oltre 250 iscritti. La community si chiama BRADIPI Collective Runners ed è stata fondata da Lorenzo, Leonardo e Mattia. Le attività comprendono due appuntamenti settimanali dedicati alla corsa e un programma di nuove iniziative mensili.

Tra i format pensati per il territorio ci sono sessioni di corsa o camminata al tramonto, seguite da un aperitivo in negozio, e giornate nelle Langhe che abbinano trail running e convivialità. Le uscite potranno prevedere anche test di prodotto e collaborazioni con i brand partner.

"Il nostro fiore all'occhiello è la community, molto affiatata, e lavoreremo per farla crescere sempre di più", prosegue Giacomo. "Siamo nel territorio delle Langhe e del Roero e vogliamo organizzare eventi capaci di coinvolgerlo, facendo vivere alle persone esperienze immerse nella natura. Per noi questo conta moltissimo".

Alla base di SPAZIO RUN+ c'è anche una riflessione sull'evoluzione dei luoghi di socialità e sulle necessità delle nuove generazioni. "I locali e le discoteche chiudono e i giovani hanno esigenze diverse rispetto a un tempo. SPAZIO RUN+ vuole essere un punto di aggregazione: un luogo dove le persone vengono seguite con una consulenza di alto livello sull'abbigliamento e dove l'offerta running e outdoor si lega anche al mondo fashion e lifestyle, che rappresenta la nostra storia".

L'obiettivo è quindi fare dello store un riferimento per il running locale, capace di connettere cultura del prodotto, sport ed esperienze sul territorio. E nel dialogo con una nuova generazione di sportivi, Riorda individua così la spinta per continuare a innovare il retail: "Che bello lavorare con l'energia dei giovani!".

spaziobra.com

LA PERFORMANCE SI FA LEGGERA E INTELLIGENTE

Il brand finlandese celebra 90 anni di innovazione e presenta il nuovo Suunto Race 3S pensato per gli sport endurance: in titanio, con autonomia fino a 38 ore e un AI Coach che trasforma i dati in strategie di allenamento

dalla nostra inviata Cristina Turini

Nell'anno del suo 90° anniversario, Suunto presenta Race 3S, evoluzione della serie lanciata nel 2023 e pensata soprattutto per chi pratica trail running e sport di endurance. Al centro, un equilibrio tra leggerezza, autonomia e strumenti capaci di aiutare l'atleta a gestire lo sforzo.

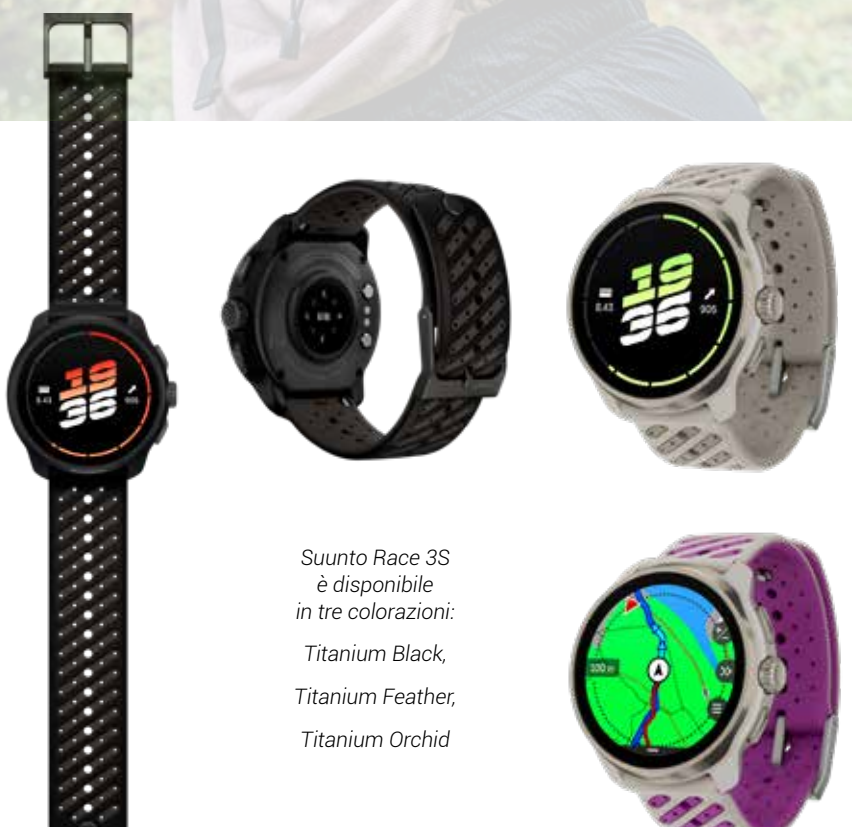
La cassa da 46 mm pesa 38 grammi, 56 con cinturino in silicone, e abbina lunetta in titanio e vetro zaffiro. Il display AMOLED da 1,32 pollici raggiunge 2.000 nit, oltre tre volte la luminosità del Race S. Il processore Apollo 510 migliora la fluidità di mappe e menu, mentre il sensore cardiaco è stato aggiornato con sei LED e quattro fotorilevatori.

Il salto più concreto riguarda la batteria: fino a 38 ore con GPS dual-band, contro le 30 del precedente Race S; 32 ore con schermo sempre acceso e fino a 12 giorni in modalità smartwatch. Otto ore aggiuntive che, su un'ultramaratona, possono fare la differenza tra registrare tutta la gara e perdere gli ultimi chilometri. Sono oltre 100 le modalità sportive disponibili.

L'INTELLIGENZA ARTIFICIALE ENTRA NELL'ALLENAMENTO

Con Race 3S debutta Suunto AI Coach, assistente conversazionale nell'app del marchio. Analizza i dati dell'utente e permette di porre domande in linguaggio naturale su allenamento e recupero, ottenendo indicazioni contestualizzate anche attraverso grafici e tabelle. Può inoltre creare sessioni strutturate, piani e percorsi da trasferire all'orologio. Il passaggio interessante è quello dai numeri alle decisioni: non solo quanto ci si è allenati, ma come impostare la seduta successiva.

Anche la navigazione è pensata per il terreno di gara. Le mappe offline gratuite, con curve di livello e nomi delle località, funzionano senza connessione; Climb Guidance anticipa salite e discese per distribuire meglio le energie. ZoneSense, utilizzabile con una fascia cardio Suunto, aiuta a leggere l'intensità fisiologica dello sforzo. In arrivo con un aggiornamento futuro, Race Planner elaborerà strategie di ritmo in base a tracciato, meteo e obiettivo finale.



Suunto Race 3S è disponibile in tre colorazioni:

Titanium Black,

Titanium Feather,

Titanium Orchid

From Depths to Heights: 90 anni di Suunto raccontano la storia della Finlandia

Una bussola che salva la vita a un soldato, strumenti per misurare gli alberi prima del taglio, oggetti nati per orientarsi in ambienti estremi. La mostra From Depths to Heights, approdata a Milano il 16 e 17 ottobre, ha raccontato molto più dei 90 anni di Suunto: un pezzo di storia finlandese, del suo rapporto con la natura e della sua capacità di adattarsi a un territorio non facile. Curata da Werneri Vanhanen con Garbadura Collective, l'esposizione ha riportato alla luce materiali d'archivio, fotografie e strumenti di precisione. Tra le vicende più sorprendenti, quella del tenente Norrback, salvato nel 1939, durante la guerra contro l'Unione Sovietica, dalla bussola Suunto che fermò il proiettile di un cecchino. Un'altra storia passa dai clinometri utilizzati in ambito forestale per misurare l'altezza degli alberi e le pendenze del terreno. Dalle foreste ai campi di battaglia, dalle profondità marine alle montagne, emerge così il ritratto di un Paese in cui tecnologia e ambiente hanno sempre dialogato. E dove anche un piccolo strumento può raccontare qualcosa di molto più grande di chi lo ha costruito.

LA CORSA, TUTTO L'ANNO

Dall'intimo tecnico alle calze, Mico sviluppa soluzioni all season per running e trail che puntano su traspirabilità, termoregolazione e libertà di movimento

Il comfort durante la corsa parte dai capi a contatto con la pelle e arriva fino alla protezione del piede. Per questo Mico propone soluzioni tecniche pensate per rispondere alle diverse esigenze di runner e trail runner, dagli allenamenti quotidiani alle uscite sui sentieri, anche quando le temperature si abbassano.

ODOR ZERO IONIC+ P4P

L'intimo tecnico Odor Zero IONIC+ P4P di Mico è pensato per la corsa in ogni stagione. La costruzione seamless assicura una vestibilità aderente e libertà di movimento, mentre la fibra Dryarn a contatto con la pelle favorisce leggerezza, traspirabilità e gestione dell'umidità. Gli inserti in fibra d'argento IONIC+ contribuiscono al controllo degli odori grazie all'azione antibatterica. La struttura a zone differenziate offre sostegno e ventilazione mirati, su strada e sui sentieri.

RUN MEDIA LIGHT WEIGHT WARM CONTROL NATURAL MERINO

Pensata per le uscite nelle stagioni più fredde, questa calza combina le proprietà termoregolanti della lana Merino con la fibra Nanoglide, che contribuisce a ridurre gli attriti e il rischio di vesciche. La struttura anatomica per piede destro e sinistro assicura una vestibilità precisa, mentre la cucitura piatta anti-frizione e le fasce elastiche anti-torsione alla caviglia e nell'arco plantare favoriscono comfort, stabilità e sostegno durante la corsa.

Mico Sport Spa - +39 030.2003211- info@mico.it

PASSO SICURO ANCHE SU FANGO E NEVE

Con una membrana impermeabile e una ghetta sopra la caviglia, la Norvan 4 Nivalis GTX di Arc'teryx tiene il piede asciutto nelle uscite più umide e fredde

Quando le giornate si accorciano e i sentieri si coprono di fango, foglie bagnate e poi neve, correre in montagna richiede scarpe pronte a condizioni che cambiano di continuo. Da qui nasce la Norvan 4 Nivalis GTX di Arc'teryx, la versione invernale di un modello stabile e versatile, progettato per i terreni mutevoli. Rispetto alla Norvan di partenza, la tomaia ha una copertura sigillata in Gore-Tex che impedisce il passaggio di acqua e neve. Una ghetta integrata, alta sopra la caviglia, protegge l'interno della scarpa anche da sassi e detriti. Per la tenuta sui fondi più scivolosi c'è la suola Vibram Megagrip con tecnologia Litebase, con tasselli da 6 millimetri pensati per un buon grip anche su neve e fango. L'avampiede fa presa sulla roccia in salita, il tallone dà trazione in discesa. Quando il sentiero ghiaccia si possono aggiungere chiodi in carburo o calzare i microramponi. L'intersuola a doppia densità unisce ammortizzazione e sostegno, mentre l'inserto mediale in EVA compressa, leggermente più rigido, aumenta la stabilità. La calzata migliorata tiene fermo il piede e riduce gli urti delle dita sui terreni irregolari. Il drop è di 6 millimetri. L'allacciatura rapida ha una tasca dove riporre i lacci, cosicché non si impiglino e non diano fastidio. Sul fronte della sostenibilità, la scarpa è conforme alle norme sui PFAS.

arcteryx.com

PROTETTI DALLA TESTA AI PIEDI

Sei alleati indispensabili per affrontare la corsa su sentiero quando le temperature si abbassano, le ore di buio aumentano e il terreno diventa scivoloso

DYNAFIT
GILET TRAIL REFLECTIVE INSULATION

Chi corre prima di andare al lavoro oppure la sera, lo sa bene: quando le ore di luce diminuiscono, la priorità è rendersi ben visibili. Una soluzione è la collezione Dynafit Reflective, che include capi con stampe riflettenti di grandi dimensioni. Ne fa parte anche il gilet Trail Reflective Insulation (nell'immagine il modello da donna), caratterizzato nella parte frontale da un'imbottitura in tessuto pile Octa, che protegge dal freddo i punti del corpo più esposti. L'imbottitura è stata invece omessa nella zona dorsale, per favorire un'elevata traspirabilità. Il materiale esterno è antivento e idrorepellente, mentre la stampa riflettente migliora la visibilità e la sicurezza quando ci si allena al buio.

Oberalp – +39 0471.242900

CMP
SCALDACOLLO UNISEX IN DRYARN

Quando le temperature si abbassano, il collo è una delle zone del corpo che ha maggiormente bisogno di protezione da freddo e vento. Ma, allo stesso tempo, occorre continuare a garantire adeguata traspirabilità. Per rispondere a queste esigenze c'è lo scaldacollo CMP in Dryarn, un materiale leggero e traspirante, che garantisce elevate prestazioni quando si fa sport. Questa microfibra è infatti pensata per stare a diretto contatto con la pelle e assicura massima protezione tecnica e un ottimo controllo dell'umidità. Con tessuto elasticizzato in quattro direzioni e privo di cuciture, è trattato per ridurre la formazione dei cattivi odori. È certificato Oeko-Tex Standard 100, dato che usa materiali e coloranti non inquinanti per l'ambiente né tossici.

CMP – cmpsport.com – info@campagnolo.it

RUKKA
UNOIS

Sebbene siano pensati per lo sci di fondo, i guanti Unois si rivelano preziosi anche sui sentieri d'autunno e d'inverno, soprattutto per chi corre con i bastoncini. Il tessuto in poliestere ed elastan, elasticizzato in quattro direzioni, segue ogni movimento della mano e lascia una presa naturale sulle impugnature, senza l'ingombro dei guanti più pesanti. I polpastrelli conduttivi permettono di usare smartphone e orologio GPS senza sfilarli e senza esporre le mani al freddo, mentre gli inserti riflettenti aumentano la visibilità nelle uscite all'alba o al tramonto (meglio però abbinarli sempre a un vero catarifrangente). Unisex, sono disponibili solo in colore nero nelle taglie dalla S alla L.

luhta.com

PETZL
SWIFT LT

Tra le novità più interessanti della collezione 2026 di Petzl, la Swift LT è la frontale pensata per chi non vuole rinunciare al trail quando le giornate si accorciano. Ultracompatta e leggerissima (pesa appena 43 grammi), offre fino a 380 lumen con un fascio ampio e omogeneo e tre livelli di luce bianca: dalla modalità più potente a quella che privilegia l'autonomia, fino a 60 ore. Non mancano la luce rossa, fissa o lampeggiante, il blocco contro le accensioni accidentali e la testa inclinabile. Si ricarica via USB-C, resiste a pioggia e schizzi e ha una fascia sottile, lavabile e riflettente. Realizzata con materiali riciclati.

Dinamiche Verticali – +39 011.2732500 – info@petzl.it

ROSSIGNOL
VENOSK R-SHELL DRY

Fango, pioggia e freddo non sono più una scusa per non uscire a correre. Le Rossignol Venosk R-Shell Dry (nell'immagine nella versione SS 27) offrono un ottimo mix tra comfort, impermeabilità e versatilità, diventando le compagne ideali su ogni superficie e in qualsiasi condizione meteo. L'intersuola in EVA iniettata con ammortizzazione high-rebound restituisce energia a ogni passo, mentre la membrana R-Shell Dry, impermeabile e traspirante, insieme al trattamento idrorepellente, tiene il piede all'asciutto. La suola in mescola Sensor Wet Rubber assicura aderenza anche su fango e roccia bagnata. La tomaia è in jacquard mesh con film in TPU riciclato. Anche fodera e lacci sono in materiali riciclati.

Gruppo Rossignol Italia +39 0161 855513 – info.italia@rossignol.com

LA SPORTIVA
PRODIGIO 2 GTX

Affrontare i sentieri in inverno richiede calzature adatte, capaci di combinare reattività e protezione, leggerezza e affidabilità. Per rispondere a questa esigenza La Sportiva ha ampliato la propria offerta con le nuove Prodigio 2 GTX, dotate di membrana Gore-Tex Invisible Fit. L'intersuola e la suola integrano la schiuma XFlow iniettata con azoto, per offrire un'ammortizzazione ottimale a ogni appoggio. La tomaia in mesh 3D si distingue per leggerezza, traspirabilità e resistenza, mentre la suola FriXion White a doppia mescola, con tassellatura da 4 mm, assicura grip e trazione anche sui terreni più impegnativi, inclusi i sentieri fangosi, scivolosi e tecnici. Il peso dichiarato è di 290 grammi.

La Sportiva – +39 0462.57080 – lasportiva.com

SUUNTO

NEW

SUUNTO RACE 3S

Go Further, Move Lighter

QUASI UN PAIO SU DUE ALL'UTMB: PERCHÉ TUTTI SCELGONO VIBRAM (E SCARPA CI TORNA)

La mescola Megagrip si è imposta come leader di mercato e riferimento per le sue doti di aderenza ed è adottata anche dalle nuove Alien Sky e Alien Ultra

Ci sono degli *ingredient* diventati standard nel mondo outdoor. Non puoi non averli se vuoi posizionarti nella fascia di mercato più tecnica. Perché sono garanzia di performance e sicurezza. Due caratteristiche fondamentali, ancora di più quando si portano i prodotti al limite in un'attività dinamica che si svolge in ambienti e condizioni meteo severe come il trail running.

SHOE COUNT

4.715

TOTALE CALZATURE UTILIZZATE

48,7% (CIRCA 2.300 PAIA)	22,2% (CIRCA 1.050 PAIA)	10,7% (CIRCA 500 PAIA)
SUOLA **VIBRAM**	SUOLA SALOMON **CONTAGRIP**	SUOLA LA SPORTIVA **FRIXION**

18,4% (CIRCA 865 PAIA) — SUDDIVISO, IN ORDINE DECRESCENTE, TRA: **ON, ASICS, CONTINENTAL, BROOKS, THE NORTH FACE, SAUCONY, HOKA E NIKE**

IL DATO CHE SALTA SUBITO ALL'OCCHIO È IL GRANDE DISTACCO – OLTRE 26 PUNTI PERCENTUALI – TRA VIBRAM E IL SECONDO CLASSIFICATO (CONTAGRIP)

Fonte: trailrunningreview.com

"Per comprendere veramente il valore di una suola devi provarla nelle condizioni peggiori, per esempio il fango, che è anche più insidioso della roccia bagnata", dice Massimo Zuin, category manager outdoor e trail running per la catena di negozi Sportland. "Gli standard, quelli che richiede il cliente, ormai sono tre: suola Vibram Megagrip, intersuola in EVA supercritica e tomaia in Matryx" aggiunge Zuin. Una tendenza confermata da un recente shoe count all'UTMB Mont Blanc, la gara più prestigiosa.

LA PARTNERSHIP NEGLI ANNI

Ed è proprio ragionando in termini di standard che va vista la scelta di SCARPA di tornare a utilizzare il compound del marchio dell'ottagono nella sua versione più prestazionale, con mescola Megagrip, sui due nuovi modelli top di gamma: Alien Sky e Alien Ultra. Quello del marchio di Asolo è un ritorno alle origini, con qualche eccezione nel mezzo, come Spin Ultra, che, sia nella V1 che nella V2, monta una suola in Vibram. Guardando alla storia e all'heritage di SCARPA, appare evidente un percorso che parte da Vibram per poi tornare a Vibram. Le prime collezioni, pensiamo per esempio ai modelli che hanno dato origine alla gloriosa storia di SCARPA nel trail running, come Atom, Neutron o Proton, a metà del secondo decennio del secolo, adottavano tutte il compound del marchio di Albizzate. Una partnership proseguita con le prime versioni della gamma Spin, poi via via abbandonata in buona parte dei modelli della stessa gamma, come sulle Ribelle o sulle Golden Gate, a favore della mescola proprietaria Presa.

Ora la decisione del brand di Asolo, una delle eccellenze italiane, di scegliere ancora Vibram, altra eccellenza italiana, per i due modelli che segnano un nuovo inizio nel mondo del trail e dello sky running più tecnici e prestazionali, è un segnale molto chiaro. Da quasi 90 anni, Vibram sviluppa mescole e tecnologie studiate per accompagnare le persone nelle diverse attività, sia outdoor sia urbane, in condizioni e contesti sempre diversi, diventando nel tempo un punto di riferimento nel mondo delle suole ad alte prestazioni. Ancora oggi, ogni suola nasce da uno studio approfondito dei diversi requisiti, con l'obiettivo di migliorare le prestazioni, massimizzare il livello di comfort e aumentare la durata del prodotto.

PERCHÉ SCEGLIERE VIBRAM MEGAGRIP

"Ottanta su cento scarpe che abbiamo in negozio hanno l'ottagono sulla suola e c'è un motivo: i marchi sanno di poter proporre un prodotto con un grip all'altezza; fanno eccezione pochi marchi molto specifici, come per esempio VJ e Icebug", dice Alessandro Chiappa di Campo Base Run & Sport Outdoor, a Carvico (BG). "Il livello, anche nella fascia di prezzo intermedia, in termini di grip è già buono, con Vibram e con Megagrip in particolare diventa ottimo e ti dà quel qualcosa in più per fare la differenza". "Diversi marchi hanno seguito il percorso di SCARPA, penso per esempio a Saucony, tra le prime a usare Vibram e a ritornare al compound originale, tra i grandi marchi del mondo del trail solo Salomon e La Sportiva non lo utilizzano" aggiunge Zuin. Vibram Megagrip è il benchmark in termini di grip quando si incontrano tratti rocciosi asciutti e soprattutto bagnati, dal trekking all'escursionismo, dal trail running alla mountain bike sia come atleti che come semplici amanti della natura.

NON SOLO TRAIL RUNNING

Naturalmente a fare la differenza non è solo il compound, ma anche il disegno della suola, dove Vibram ha una lunga storia e un grande know-how. "Contano la scolpitura, la profondità, la forma e la disposizione dei tasselli, poi entrano in gioco altri fattori a favore della stabilità, come per esempio la larghezza al tallone, che deve essere intorno ai 9 centimetri e mezzo: conta molto di più dello stack, parametro mutuato dal mondo stradale che nel trail ha poco senso", conclude Zuin. Un appeal, quello di Vibram e della tecnologia Megagrip, non limitato al solo mondo del trail running che, per il marchio di Albizzate, con una scelta lungimirante, è stato terreno di conquista nel secondo decennio del secolo, quando ancora la penetrazione dell'ottagono non era così elevata.

L'heritage del brand era (e rimane) importante in quota, nell'alpinismo, nell'approach e nel trekking. "Diversi clienti mi chiedono scarpe da approach a patto che abbiano Megagrip" dice Riccardo Negro, direttore del Montura Store di Finalborgo (SV), che ha una clientela più orientata al climbing e all'alpinismo. Che sia con le scarpe da trail, gli scarponi da alpinismo o scialpinismo, i modelli da approach o le scarpette da arrampicata, la scelta di avere l'ottagono sulla suola si conferma uno standard in termini di sell-in e sell-out.

EXPERIENCE THE DIFFERENCE

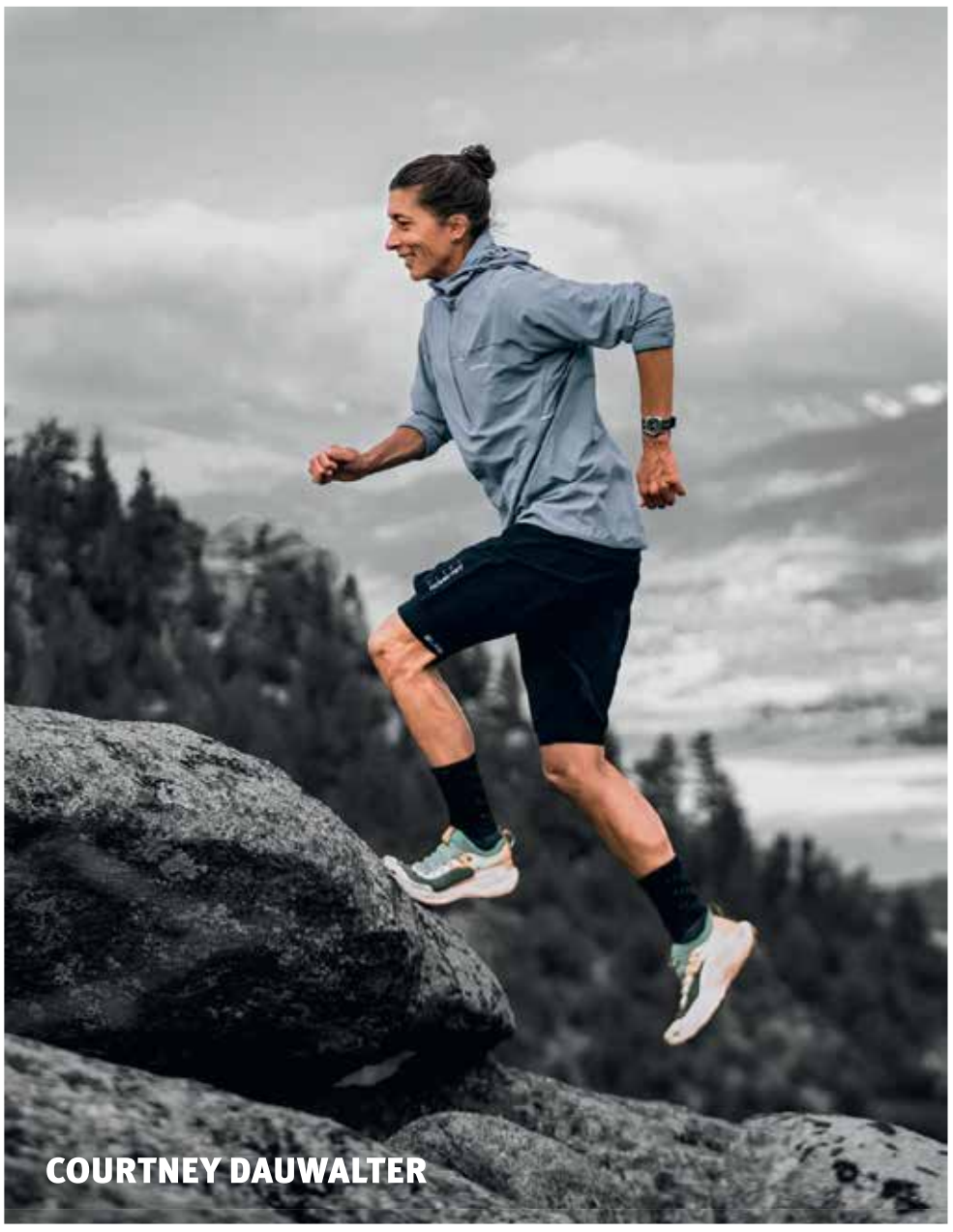
Sia che siate professionisti come Symon Welfringer o semplici appassionati, amare l'outdoor significa praticare un'ampia gamma di attività, in tutte le condizioni, con o senza neve, di giorno o di notte. Dotarsi di un'illuminazione affidabile, potente e ad alte prestazioni permette di sfruttare al meglio ogni momento, come mostrato qui durante un allenamento notturno di trail running nel Royans (Francia). Versatile per natura, SWIFT® RL è la lampada frontale che vi accompagnerà in tutte le vostre avventure in montagna!

© 2025 - Petzl Distribution - M Daviet

PETZL®

Access the inaccessible®

TUDOR



COURTNEY DAUWALTER

RANGER

Cosa spinge una persona a ricercare la grandezza? Ad affrontare l'ignoto, ad avventurarsi nell'inesplorato e ad accettare ogni sfida? È lo spirito da cui nasce TUDOR, lo stesso spirito che vive in ogni persona che indossa questo orologio. È lo spirito che anima Courtney Dauwalter. Al polso porta il TUDOR Ranger, un orologio da spedizione in acciaio di 39 mm di diametro, dotato di un Calibro di Manifattura ad alte prestazioni. Un orologio che non si ferma davanti a nulla e incarna l'eredità delle sue imprese nel trail running. Alcuni sono nati per seguire. Courtney Dauwalter è nata per osare.

BORN TO DARE