

## Notes - Fitness



**GM Speed  
Hiking 2248  
Dryarn;**  
18,90 €;  
[calzegm.com](http://calzegm.com)

### Il punto di forza **L'ELASTICITÀ**

Subito dopo averle indossate le nostre tester le hanno trovate leggere e molto avvolgenti, grazie alla struttura elasticizzata del tessuto Dryarn che fascia il piede, impedendo che si muovano o si arriccino durante la camminata.

Promossa anche la traspirabilità assicurata dalla maglia a rete più sottile sul collo del piede e intorno alle caviglie, che lascia la pelle fresca e asciutta. Il tallone e la punta sono rinforzati. L'altezza a proteggere perfettamente il malleolo le rende indicate anche e soprattutto per chi ama camminare nei sentieri in mezzo al verde.

**BV Sport  
Rsx Evo;**  
18 €;  
[bvSPORT.com](http://bvSPORT.com)



### Il punto di forza **GLI INSERTI "AD HOC"**

Risultano subito leggere e ben avvolgenti, senza comprimere troppo il piede, con la fascia a costa larga sul malleolo che le tiene in posizione durante il training. Lasciano traspirare bene calore e sudore, grazie in particolare al

tessuto con trama alleggerita posto nella parte superiore del collo del piede. Le nostre tester hanno poi apprezzato i rinforzi su tallone e punta, così come la parte inferiore di queste calze, con inserti di tessuto di diverse densità che accompagnano il piede nel movimento di rollata. Punti extra, infine, per le cuciture piatte.



**NewFeel WS  
900 Low  
by Decathlon**  
5,99 €;  
[decathlon.it](http://decathlon.it)

### Il punto di forza **LA TRASPIRABILITÀ**

Durante la prova è stata subito notata l'elasticità del tessuto (data anche dalla presenza di fibra Elastan, particolarmente stretch) e la sua estrema leggerezza. Sono anche risultate molto traspiranti grazie

soprattutto al tessuto areato nella zona del collo del piede: una caratteristica che secondo le nostre tester le rende particolarmente indicate nelle giornate più calde. Il tallone e la punta rinforzati proteggono il piede nei punti di maggiore pressione. Il taglio appena sopra il malleolo le rende stabili e "versatili".



**X-Socks  
Trek Outdoor  
Low Cut WMN;**  
14,90 €;  
[x-bionic.com](http://x-bionic.com)

### Il punto di forza **LA MORBIDEZZA**

Si sono rivelate super-soft ed elastiche, dimostrando soprattutto di riuscire a mantenere queste caratteristiche anche nel corso di allenamenti sulle lunghe distanze. Molto apprezzati dalle nostre esperte i rinforzi in punta, sul tallone e nelle altre parti

di maggior contatto con la scarpa: accorgimenti che aiutano a contenere e proteggere il piede durante l'intero movimento richiesto dalla camminata sportiva. Il tessuto tecnico è ben traspirante e ventilato, capace di mantenere le estremità sempre fresche e asciutte, anche con sudorazione abbondante.

### IL NOSTRO **LAB**

**Roberta Cimarra, maestra a Milano della Scuola italiana nordic walking e nordic power e Franca Voli, istruttrice di nordic walking a Cuneo ([scuolaitalianaoutdoor.it](http://scuolaitalianaoutdoor.it))**