

Le ciaspole (o racchette da neve) sono uno strumento che consente di spostarsi agevolmente a piedi sulla neve fresca poiché aumenta la superficie calpestata e quindi anche il 'galleggiamento'. Inizialmente erano fatte di corda intrecciata e legno, oggi sono per lo più di plastica o di materiale simile. Il nome "ciaspole" è un termine del dialetto noneso (val di Non); è entrato nel linguaggio comune dopo il successo de "La Ciaspolada". La prima edizione ha avuto luogo a Tret, frazione di Fondo (val di Non), con partenza ed arrivo in località Plazze.



Si indossano direttamente e con facilità sulle scarpe e permettono di muoversi sul manto nevoso senza sprofondare e senza scivolare. Si differenziano in sinistra e destra dalla fibbia di chiusura che deve sempre trovarsi all'esterno. Il piede va inserito in modo tale che la punta e il tacco dello scarpone siano rispettivamente sopra il puntale e il centro della racchetta, quindi va fissato stringendo le cinghie (anteriore e posteriore). Esistono anche ciaspole con attacchi automatici molto simili a quelli dei ramponi, composti da due ferretti (uno anteriore ed uno posteriore), che si incastrano in apposite scanalature presenti sugli scarponi. Questo sistema rende l'attacco molto più facile, ma richiede ciaspole e scarponi dedicati all'uso.

Le ciaspole sono molto utilizzate per le escursioni invernali sulla neve, per facilitare la camminata si

utilizzano bastoncini, simili a quelli utilizzati nello sci, che aiutano nella spinta.

Tipi di ciaspole

Esistono vari tipi di racchetta, differenziate per grandezza, materiali e ovviamente costo. Vanno scelte in base alle attività e al percorso che cui si appresta ad affrontare, alla frequenza di utilizzo e alle dimensioni corporee rispetto a quelle dell'attrezzo. In pianura con neve profonda si useranno racchette lunghe, su di un terreno ripido (dove la neve è per forza meno profonda) racchette corte e più maneggevoli. In entrambi i casi è molto importante che le ciaspole siano dotate nella parte inferiore di ramponcini metallici, che permettono una presa migliore sulla neve, un maggior controllo della camminata e una frenata più controllata in discesa.

Fagioli: molto economiche, ma ormai sorpassate, sono dotate di struttura esterna in legno o alluminio e di superficie d'appoggio in cordini intrecciati. Il piede viene fissato con fettucce e/o cordini.

Canadesi: le più grandi (sfiorano il metro) e spesso dotate di coda, ideali per nevi profonde; presentano vari sistemi di fissaggio.

Moderne: di forma intermedia tra le due precedenti, realizzate in plastica o alluminio, sono quelle che ormai vengono utilizzate più diffusamente e che si trovano presso i rivenditori di articoli sportivi ben forniti. Hanno attacchi molto tecnici, risultando adatte anche per terreni ripidi.

