

# Jak wybrać ODPOWIEDNIE buty do raków koszykowych



Tekst: Sławek Siedziński

**Raki, obok czekana, stanowią podstawowe wyposażenie każdego turysty przemierzającego zimowe szlaki. Pozwalają zachować odpowiednią przyczepność na zmrożonym śniegu oraz lodzie. To niezbędny element do bezpiecznego przemieszczania się w terenie górskim w okresie zimowym.**

Pierwszym modelem raków, nabywanym na początku przygody z wyprawami w zimniejszej części roku, są najczęściej raki koszykowe (paskowe, jako mniej wygodne w zakładaniu, nie są już popularne). Niestety, nie zawsze w trakcie poszukiwań konkretnego modelu raków pojawia się wątpliwość, czy posiadane buty będą odpowiednie do użycia ich z jakimkolwiek modelem raków. Choć wydawać by się mogło, że raki koszykowe pasują do każde-

go typu obuwia, nie jest to prawdą. Nie każdy but turystyczny, na który daje się założyć raki, będzie pozwalał na ich bezpieczne i bezawaryjne użytkowanie. Z zewnątrz, wysokie buty trekkingowe i turystyczne, mogą się wydawać do siebie bardzo podobne. Zbliżony krój butów, skórzana lub syntetyczna cholewka, terenowa podeszwa z bardziej lub mniej agresywnym bieżnikiem. Jednak nic bardziej mylnego. Różnice pomiędzy podstawowymi modelami

turystycznymi, a bardziej zaawansowanymi butami do wymagającego trekkingu w zimowych warunkach są bardzo duże. Jak powinny wyglądać buty trekkingowe do raków koszykowych? Oto kilka podpowiedzi.

## Buty trekkingowe do raków koszykowych – czy każde się nadają?

Podstawowym warunkiem określającym kompatybilność butów z rakami koszykowymi lub paskowymi jest odpowiednia sztywność całego buta. Nie chodzi tu bynajmniej wyłącznie o twardość gumy użytej w podeszwie, ale o sztywność całej konstrukcji buta, co wpływa na jego zginanie w trakcie stawiania kolejnych kroków. Dlaczego jest to tak istotne? Obecnie raki górskie składają się najczęściej z przedniego i tylnego

panelu, połączonych metalowym łącznikiem. Dzięki temu całość jest lżejsza, a także można szybko ustawić ich odpowiednią długość, aby dopasować je do rozmiaru buta. Podczas każdego kroku metalowy łącznik ulega naprężeniom. But musi być odpowiednio sztywny, aby nie zgiął się pod zbyt dużym kątem. Obuwie zbyt miękkie powoduje zwiększoną pracę łącznika, a w konsekwencji sprawia, że przy każdym kroku jest on poddawany bardzo dużym obciążeniom. Łatwo można sobie wyobrazić, jakie konsekwencje dla wytrzymałości tego elementu ma takie użytkowanie raków. Ostatecznie, niezależnie od konstrukcji raków i samego łącznika, czy użytych do jego produkcji materiałów, dojdzie do pęknięcia łącznika, które może mieć przykre skutki, jeśli przydarzy się na szlaku.

**But turystyczny Merrell Annex Mid GTX.** Elastyczna konstrukcja powoduje mocne zgięcie podeszwy podczas każdego kroku, przez co na łącznik działają zbyt duże siły. Dodatkowo but ma tendencję do wysuwania się z tylnego koszyka. Model ten nie nadaje się do raków koszykowych. (fot. 8a.pl)



Dodatkowym plusem sztywniejszych butów jest możliwość pewnego ściągnięcia pasków, które będą optymalnie utrzymywać całą konstrukcję na nodze. Mocno zginający się but sprawia, że może on się przemieszczać w koszykach, a paski mogą ulec samoczynnemu poluzowaniu w trakcie marszu, stwarzając realne niebezpieczeństwo. Ciężko jest przewidzieć

i miejskie. Można je bez problemu zgiąć w rękach, a podczas chodzenia układają się tak jak stopa, nie stawiając żadnego oporu. Na drugim końcu znajdują się sztywne buty wysokogórskie, które praktycznie się nie uginają. Wśród butów trekkingowych występuje całe spektrum pośrednich twardości, które są uzależnione właśnie od poszczególnych cech kon-

**Buty trekkingowe Zamberlan Cristallo GTX RR – zgięcie podeszwy jest minimalne, koszyki są dobrze dopasowane do cholewki. Bardzo dobra kompatybilność z rakami koszykowymi.** (fot. 8a.pl)



konkretny moment, kiedy raki mogą zawieść w przypadku nieprawidłowego doboru butów – może się tak stać po kilku godzinach, może się tak stać po kilku wyprawach w góry. Najlepszym sposobem na długie i bezpieczniejsze użytkowanie raków jest wybór odpowiedniego obuwia trekkingowego.

## **Co ma wpływ na sztywność obuwia trekkingowego?**

Najmniejszą sztywnością charakteryzują się najczęściej buty biegowe

strukcyjnych, których odpowiednie połączenie gwarantuje optymalne właściwości.

Wbrew pozorom zastosowana podeszwa, a przynajmniej jej dolna, gumowa część z bieżnikiem, nie ma wielkiego przełożenia na sztywność całego buta. Jej głównym zadaniem jest zapewnienie przyczepności w trudnym terenie. Główny element mający wpływ na sztywność buta kryje się w konstrukcji śródpodeszwy. To właśnie tutaj dodaje się elemen-

ty usztywniające. Często znajdują się one wewnątrz butów, pomiędzy wyściółką a podeszwą, przez co część z nich może być niewidoczna z zewnątrz. Przyjmują one formę zbliżoną kształtem do wkładki, niekiedy również prostych płytek, czy odpowiednich profili umieszczonych w środku buta. Wykonuje się je z różnych materiałów, takich jak poliuretan lub nylon. W najbardziej zaawansowanych modelach wysokogórskich można także spotkać wzmocnienia z włókna węglowego, które zatopione czy sklejone z pozostałymi elementami

buta zapobiegają zbyt łatwemu zgięciu się buta. Istotny jest nie tylko sam panel usztywniający, ale połączenie wszystkich elementów składowych, w tym odpowiednio wykonanej warstwy amortyzującej. Często spotykaną opinią jest, że „każde buty z podeszwą Vibram® dadzą radę z rakami”. Nie jest to prawdą z tego względu, iż marka Vibram® produkuje bardzo wiele rodzajów podeszew o zróżnicowanych właściwościach, które pojawiają się zarówno w butach biegowych, lekkich konstrukcjach turystycznych, jak i sztywnym,



**Lekkie buty turystyczne The North Face Hedgehog Hike Mid GTX doskonałe do szybkiego pokonywania szlaków. Zbyt duża elastyczność sprawia, że nie powinny być wykorzystywane z rakami koszykowymi.**

(fot. 8a.pl)



wysokogórskim obuwiu. Sama marka świadczy o bardzo wysokiej jakości, ale nie ma przełożenia na sztywność całej konstrukcji buta.

Kolejnym niezwykle ważnym czynnikiem mającym wpływ na sztywność buta są materiały zastosowane w cholewce. Mocniejsza i grubsza skóra dużo trudniej poddaje się naciskom niż materiał tekstylny. Stąd większość zaawansowanych butów trekkingowych wykonywanych jest z grubego nubuku lub wysokiej jakości skóry licowej, które w mniejszym stopniu

ulegają odkształceniom i lepiej zachowują oryginalny kształt buta w czasie stawiania kolejnych kroków. Stosowana często w podstawowych butach turystycznych cieńsza skóra i lekkie materiały syntetyczne nie gwarantują odpowiedniej sztywności całej konstrukcji. Są na rynku modele wykonane z nubuku, w których zastosowano podeszwę Vibram®, a jednak są zbyt miękkie do użycia z rakami.

Oprócz dwóch podstawowych cech, wymienionych powyżej, na sztywność buta trekkingowego składają się



**Buty Columbia Peakfreak Mid Leather Outdry** – pomimo zastosowania skórzanej cholewki, pozostałe elementy nie zapewniają butom sztywności odpowiedniej do użytkowania z rakami koszykowymi. (Fot. 8a.pl)



również dodatkowe elementy, często pojawiające się w konstrukcji obuwia trekkingowego. Gumowy otok na całym obwodzie buta potrafi znacząco go wzmocnić – np. **firma Zamberlan** opatentowała technologię mocowania otoku w sposób, którego dodatkowym zadaniem jest usztywnienie całej konstrukcji buta. Podobną rolę odgrywają też dodatkowe panele z mocnych materiałów, pojawiające się na cholewce w kluczowych miejscach.

Czy tylko sztywność obuwia zapewnia kompatybilność z rakami?

Sztywność buta to na pewno kluczowa cecha, która powinna być brana pod uwagę jako pierwsza, jednak pozostaje jeszcze kilka drobniejszych elementów, których rozważenie z pewnością pozwoli nam uniknąć zawodu podczas użytkowania raków na szlaku.

Jednym z nich jest odpowiednie dobranie buta do kształtu koszyków, tak aby można je było prawidłowo zapiąć, bez zbędnych luzów. Obecnie większość butów trekkingowych posiada odpowiedni kształt cholewki i podeszwy, który bez problemu wpa-



Popularny model zimowych butów śniegowych **The North Face Chilkat II** – pomimo pozornej solidności cholewki, cały but jest bardzo elastyczny. Na pewno zagwarantuje wygodę w śniegu, ale nie nadaje się do raków koszykowych. (fot. 8a.pl)



sowuje się w dostępne raki paskowe i koszykowe. Sporadyczne problemy zdarzają się przy bardzo dużych rozmiarach butów, kiedy wymiary cholewki są proporcjonalnie większe. Warto zwrócić uwagę również na przebieg poszczególnych pasków mocujących oraz rozmieszczenie innych elementów konstrukcyjnych raków, tak aby nie powodowały dodatkowych ucisków czy niedogodności. Pasek zaciskany wprost na mocno wystającym haczyku mocującym sznurowadła z pewnością nie jest najlepszym rozwiązaniem. Można to łatwo wyczuć

przy pierwszej przymiarce raków, co pozwoli wyeliminować niemiłe zaskoczenie już w trakcie ich użytkowania w górach. Prawidłowe zakładanie raków koszykowych można prześledzić [w naszym artykule](#).

## Przykładowe buty turystyczne kompatybilne z rakami koszykowymi.

Zdecydowana większość marek obuwniczych nie prowadzi klasyfikacji sztywności poszczególnych modeli butów turystycznych i trekkingowych. Należy się więc w dużej mierze zdać na



Ocieplane buty turystyczne The North Face Storm Strike WP. Mocne ugięcie wyklucza użytkowanie z rakami koszykowymi. (Fot. 8a.pl)



podawane przez producenta przeznaczenie konkretnego modelu oraz własne doświadczenie. W pierwszej kolejności należy odrzucić wszystkie buty, które z łatwością można zgiąć w rękach. Z pewnością nie zapewnią one prawidłowej współpracy z rękami koszykowymi. Pozostałe do wyboru buty można przymierzyć. Jeśli z łatwością poddają się zginaniu podczas każdego kroku, to również sygnał ostrzegawczy, który oznacza, że mogą być zbyt miękkie do zimowego wykorzystania. Zginanie podeszwy tylko w niewielkim zakresie lub jego brak jest gwa-

rancją kompatybilności. Prawidłowe wyczucie danego buta w dużej mierze zależy od naszego doświadczenia z obuwem trekkingowym. Niestety, nie wszystkie buty z wysoką cholewką spełniają przedstawione powyżej kryteria. Podstawowe buty turystyczne są przygotowywane z myślą o łatwiejszym terenie, stąd też ich większa elastyczność. Modele te nie są zalecane do użytkowania z rękami.

Często popełnianym błędem jest również próba zakładania raków górskich do popularnych śniegowców.



**Zaawansowane buty trekkingowe Zamberlan Guide GTX RR idealnie sprawdzające się z rękami koszykowymi. Podeszwa butów ugina się tylko w minimalnym stopniu, co jest załugą mocnej cholewki. (fot. 8a.pl)**





Rzeczywiście są one przygotowane do wykorzystania zimowego, posiadają wysoką cholewkę i ocieplinę, natomiast ich sztywność znacząco odbiega od podstawowych konstrukcji przeznaczonych na wyprawy górskie. Doskonale spiszą się na zaśnieżonych ścieżkach w dolinach lub podczas wieczornego relaksu, jednak nie są to buty przeznaczone do wykorzystania na trudniejszych górskich szlakach, ani tym bardziej do użytkowania z rakami.

Butów odpowiednich do raków powinniśmy szukać wśród modeli trekkingowych znanych producentów, co da nam pewność odpowiedniego wykonania obuwia, szczególnie jeśli chodzi o nieco bardziej zaawansowane konstrukcje, niekoniecznie podstawowe modele z kolekcji.

## **A co z rakami pół-automatycznymi oraz automatycznymi?**

W przypadku bardziej zaawansowanych użytkowników wybór często pada na raki pół-automatyczne lub automatyczne. Gwarantują one szybsze zakładanie i maksymalne

przyleganie do buta. W tym przypadku dobór odpowiedniego obuwia jest ułatwiony, ponieważ modele te muszą posiadać specjalne panele, umożliwiające zapięcie tego typu raków. Jeśli producent przewidział taką możliwość, to z pewnością zadbał również o odpowiednią sztywność całej konstrukcji. W przypadku raków półautomatycznych niezbędne będzie odpowiednie wcięcie z tyłu buta, natomiast dla wersji automatycznych, wcięcia te pojawiają się z przodu i z tyłu. Rozwiązania te są najczęściej stosowane w technicznych butach wysokogórskich. Więcej informacji na temat tego typu rozwiązań umieściliśmy [w osobnym artykule](#).

Jeśli buty, którymi dysponujemy, są zbyt miękkie do użytkowania z rakami koszykowymi, nie pozostaje nam nic innego, jak wyposażyć się w obuwie odpowiedniej klasy. Nie tylko sprawdzi się ono wraz z rakami, ale na pewno dużo lepiej spisz się na zimowych górskich szlakach, niż podstawowe obuwie turystyczne. ■

