



*CANOAVERDE è un'associazione senza scopo di lucro iscritta al registro delle associazioni di promozione sociale della Regione Liguria. Circolo di Legambiente fin dalla sua fondazione nel 1991, dal 2017 aderisce alla FICT, Federazione Italiana Canoa Turistica. CANOAVERDE promuove la conoscenza dell'ambiente costiero attraverso il kayak da mare.*

**cs 4.2017** maggio 2017

Per maggiori informazioni [canoaverde@canoaverde.org](mailto:canoaverde@canoaverde.org)

### **Swim Challenge: maratone di nuoto e kayak da mare**

Venerdì 5 maggio alle ore 21, presso il Castello di Nervi in Passeggiata Anita Garibaldi 22, CANOAVERDE ospita Luca Sottini di Swim Challenge che presenta le gare di nuoto su grande distanza (fino a 27 km!) in programma sul Lago d'Orta. Si tratta di vere e proprie maratone dedicate a nuotatori di eccezionale resistenza e preparazione, dove il kayak da mare svolge il ruolo - non secondario - di assistenza e sicurezza.

Primo appuntamento il 24 giugno per la settima edizione di **Oceanman**, dal 2015 tappa italiana - e unica disputata su un lago - dell'Oceanman Championship Series, circuito di eventi di nuoto in acque libere a livello internazionale. Circa 750 atleti si confrontano su tre percorsi di diverso impegno: Popular di 1,3 Km, Half Oceanman di 4,5 Km e Oceanman di 14 Km.

Sabato 22 luglio in programma la gara più massacrante, la seconda edizione della **Marathon Swim** una nuotata di 27 km che percorre l'intero giro delle rive del lago: faticosa, impegnativa sia fisicamente che psicologicamente ma davvero inimitabile. La prima edizione nel 2016 è stata affrontata da 14 atleti singoli e da 10 staffette (team di 2 o 3 nuotatori, dove ciascun nuotatore si è alternato a ogni ora). Ogni atleta ha l'obbligo di essere assistito lungo il percorso da un canoista che diventa il compagno di viaggio: aiuta a tenere il ritmo, sostiene moralmente, fornisce i ristori di cibo e bevande e consente di seguire il percorso esatto, facendo da raccordo con l'organizzazione.

Una nuotata come la Lago d'Orta Marathon Swim richiede un'ottima preparazione atletica, costanza e concentrazione elevatissime. È una sfida con se stessi, sfida che solo dei grandi atleti con una forte passione per il nuoto e un'eccezionale resistenza fisica possono affrontare.