

SWIM CHALLENGE

Luca Sottini ci presenta le maratone di nuoto che organizza sul Lago d'Orta, vere e proprie sfide su distanze superiori ai 10 km, assistite dal kayak da mare

**Venerdì 5 maggio alle ore 21
al Castello di Nervi**

Durante l'estate 2017 saranno due gli eventi:

OCEANMAN

24 giugno: giunta alla 7a edizione, organizzata su 3 percorsi di diverso impegno, vedrà la presenza di circa 750 nuotatori



MARATHON SWIM:

Alla 2a edizione si tratta di un giro completo del Lago d'Orta **sulla distanza di 27 km**
Faticosa, impegnativa sia fisicamente sia psicologicamente ma davvero inimitabile.

Nuotare per 27 km è una sfida con se stessi, sfida che solo dei grandi atleti, con una forte passione per il nuoto e una eccezionale resistenza fisica possono affrontare.

Una nuotata come la Lago d'Orta Marathon Swim richiede un'ottima preparazione atletica, costanza e concentrazione elevatissime.

La prima edizione nel 2016 è stata affrontata da 14 atleti singoli e 10 staffette (team di 2 o 3 nuotatori, dove ciascun nuotatore si è alternato ad ogni ora).

Ogni atleta aveva l'obbligo di essere assistito lungo il percorso da un canoista.

Questa persona 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.

Quali grandi atleti disputeranno l'edizione 2017?



CANOAVERDE

www.canoaverde.org / canoaverde@canoaverde.org * Porticciolo di Nervi - via Ganduccio, 2r - 16167 GENOVA