

LEGA NAVALE ITALIANA

delegazione di

Capraia
sola

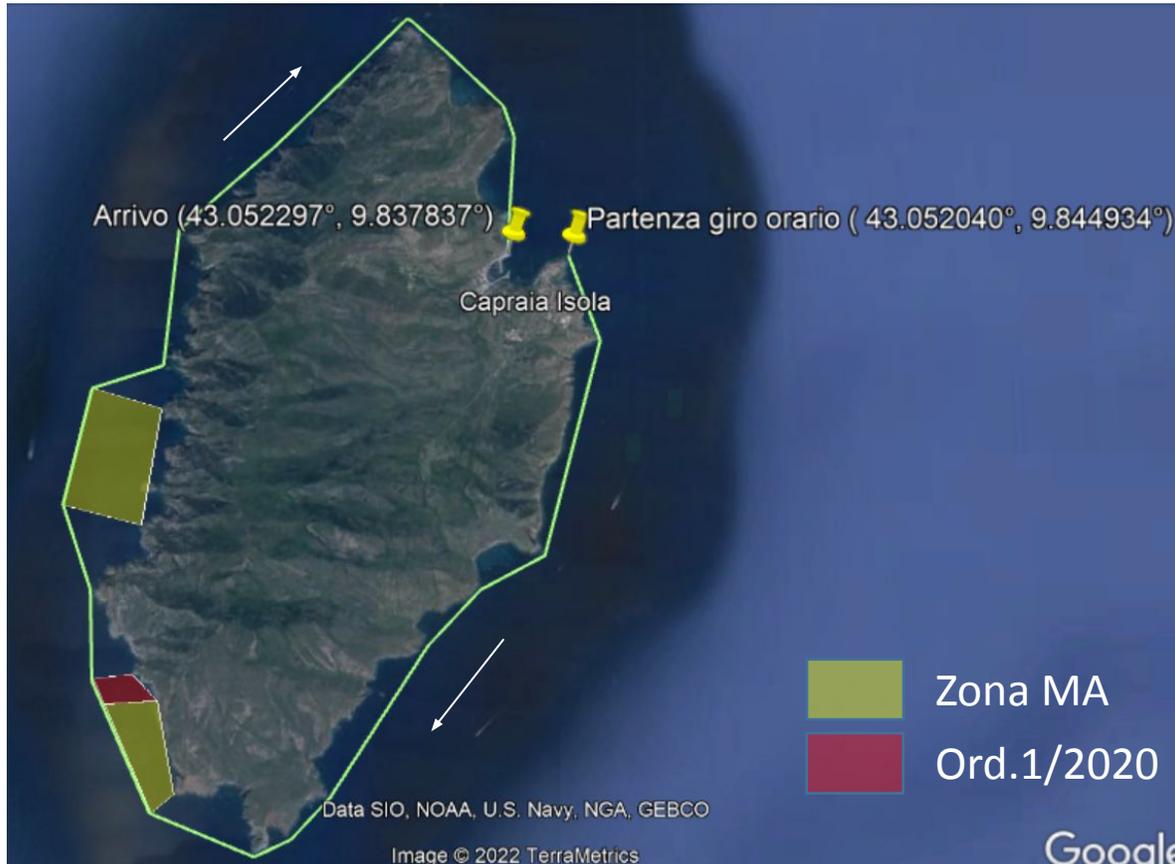
capraia@leganavale.it



Swim Around Capraia



Swim Around Capraia



- Impresa di nuoto in acque libere per la **promozione e la tutela dell'ambiente marino** che consiste nel effettuare il periplo dell'isola di Capraia a Nuoto (20 km)
- Effettuato all'interno del parco marino del **Parco Nazionale dell'Arcipelago Toscano** e nel rispetto delle sue norme
- Organizzato da **LNI di Capraia**, coadiuvato da **Abbracciamoli Onlus**, che verifica il rispetto del regolamento e che mantiene un Albo d'Oro
- Costituisce una impresa di nuoto di fondo in acque libere tra le piu' **sfidanti** a livello **nazionale e internazionale**
- Per poter effettuarlo e' necessario dimostrare di avere gia' compiuto una nuotata di lunghezza **non inferiore a 12 km**



Lo spirito di questa nuotata

- *Una nuotata sfidante nello splendido mare del **Parco dell'Arcipelago Toscano**, per mandare un messaggio di **rispetto per la vita e per l'ambiente marino***
- *Abbracciamoli Onlus che si fa portavoce di valori condivisi tra il mondo dello **sport, solidarietà ed inclusività**, organizzando eventi sportivi per la raccolta fondi a favore della ricerca per la cura della leucemia infantile*
- *Lega Navale Italiana opera per diffondere l'**amore per il mare e la conoscenza dei problemi marittimi**, sviluppando iniziative promozionali, culturali, sportive, ambientalistiche e naturalistiche*
- *Una **nuotata a sfondo benefico**, che unisce lo sport alla solidarietà. Il nuoto in acque libere è un po' un paradigma, bracciata dopo bracciata si giunge al traguardo, così come le persone, i bambini, passo dopo passo affrontano il lungo e tribolato percorso della malattia per giungere alla guarigione*



Le piu' sfidanti nuotate in acque libere nel mondo

Oceans Seven open water swimming	Distanza (km)
<u>The Moloka'i Channel (also known as the Kaiwi Channel): between Moloka'i and O'ahu, 27 miles (44 km)</u>	44
<u>The North Channel: between Ireland and Scotland, 21 miles (34 km)</u>	34
<u>The English Channel: between England and France, 21 miles (34 km)</u>	34
<u>The Catalina Channel: between Santa Catalina Island and Los Angeles, 20 miles (32 km)</u>	32
<u>The Cook Strait: between New Zealand's North and South Islands, 16 miles (26 km)</u>	26
<u>The Tsugaru Strait: between the Japanese islands of Honshu and Hokkaido, 12 miles (20 km)</u>	20
<u>The Strait of Gibraltar: between Spain and Morocco, 10 miles (16 km)</u>	16



https://en.wikipedia.org/wiki/Oceans_Seven



... ed in Italia

Le open water swim piu' sfidanti in Italia	Distanza (km)	Note
Capri-Napoli	36	https://web.caprinapoli.com
"Da porto a porto" Argentario (22k)	22	www.daportoaporto.it
Swim Around Capraia (20k)	20	
Gran Fondo Cinque Terre (16k)	16	www.circuitogranfondoitalia.it
Bocche di Bonifacio (15k)	15	
Gran Fondo Sestri Levante (15k)	15	www.circuitogranfondoitalia.it
Gran Fondo Golfo di Castellabate (15k)	15	www.circuitogranfondoitalia.it
Gran Fondo Lago di Como (15k)	15	www.circuitogranfondoitalia.it
Gran Fondo Bocche di Bonifacio (15k)	15	www.circuitogranfondoitalia.it
Circuito oceanman - lago d'orta (14,5 km)	14,5	https://oceanman-openwater.com/
Gran Fondo del Naviglio (14k)	14	https://www.granfondodelnaviglio.it/
Elba Swim 647 (12k)	12	
Trofeo di nuoto di Pineto (12k)	12	
Circuito oceanman - Cattolica (10k)	10	https://oceanman-openwater.com/
Swim The Island (Bergeggi) (6k)	6	https://www.swimtheislandbergeggi.it/
Io nuoto in paradiso (6k)	6	https://sites.google.com/view/ionuotoinparadiso/home
Stretto di Messina (3k)	3	http://www.traversatadellostretto.it/





Organizzatori

LNI delegazione di Capraia

La **Lega Navale Italiana** riunisce in Associazione cittadini che volontariamente operano per diffondere nel popolo italiano, in particolare tra i giovani, l'amore per il mare e la conoscenza dei problemi marittimi, sviluppando iniziative promozionali, culturali, sportive, ambientaliste e naturalistiche idonee al conseguimento degli scopi statutari.

Essa promuove e sostiene anche la pratica del diporto e delle altre attività nautiche e sviluppa corsi di formazione professionale, di concerto con le Amministrazioni pubbliche e le Federazioni sportive del CONI.

la L.N.I. è un **Ente Pubblico preposto a servizi di pubblico interesse** che opera sotto la vigilanza dei Ministeri della Difesa e delle Infrastrutture e Trasporti. Allo stesso tempo, è anche **Associazione di Protezione Ambientale** e svolge attività di **Promozione e utilità Sociale**, ispirandosi ai principi della Legge 7 Dicembre 2000 n° 383

La Delegazione dell'Isola di Capraia fa parte della struttura regionale toscana della Lega Navale italiana da cui dipende direttamente. La Delegazione ha un presidente e dei soci. Un direttivo, costituito da soci, assiste il presidente nell'espletamento delle attività organizzative e delle attività organizzate dalla delegazione.

www.leganavale.it/capraia-isola

Abbracciamoli Onlus

Abbracciamoli Onlus, è un'associazione senza scopo di lucro che si fa portavoce di valori condivisi tra il mondo dello sport e quello della cura della leucemia, organizzando eventi in cui atleti, sportivi e semplici spettatori possano contribuire tramite donazioni, a dare maggiori possibilità alla ricerca, alla cura e all'assistenza medica al fine di garantire ai pazienti e alle loro famiglie, più elevate possibilità di guarigione e miglior qualità di vita.

Abbracciamoli si occupa di organizzare:

eventi sportivi: prevalentemente in acqua, ultramaratone da 8 ore in acque confinate, traversate di laghi e mari, triathlon, in giro per l'Italia, tutte tassativamente non agonistiche e completamente inclusive. A noi piace far fare sport a tutti, sempre, in qualsiasi condizione, con il sorriso sulle labbra

altri eventi di socialità: concerti, serate a tema, eventi caratterizzati e caratterizzanti il territorio come presepi viventi, sagre, eventi benefici

www.abbracciamoli.it

LEGA NAVALE ITALIANA

delegazione di

Capraia_{isola}

capraia@leganavale.it



Con il patrocinio di:



**Parco Nazionale
Arcipelago Toscano**



**Lega Navale
Italiana**



**Comune di
Capraia isola**



Swim Around Capraia: albo d'oro

Ad oggi sono 3 i nuotatori che hanno completato questa sfidante nuotata:

Data	Nuotatore	tempo
09/08/2015	Davide Chiaverini	7 ore 30 min
05/08/2016	Cristiano Scotti	6 ore 36 min
08/10/2022	Monica Cordano	7 ore 14 min



Davide Chiaverini - 9 Agosto 2015



- Primo periplo dell'isola mai effettuato da un singolo nuotatore
- mare calmo, correnti molto forti allo Zenobito
- molte meduse
- senso antiorario
- passaggio attraverso le Zone A
- periplo effettuato in 7 ore e 30 minuti



Cristiano Scotti - 5 Agosto 2016

LEGA NAVALE ITALIANA
delegazione di CAPRAIA ISOLA

GIRO DELL'ISOLA A NUOTO 10,4 MIGLIA
DOMENICA 7 agosto

CRISTIANO SCOTTI

INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI
L.N.I. Delegazione di Capraia Isola
Via Assunzione 57032 Capraia Isola
e-mail capraia@leganavale.it
Cell. 333 6886122 Fax 0586 864115

- Secondo periplo dell'isola effettuato da un singolo nuotatore
- condizioni del mare buone alla partenza, poi peggiorate nel tratto di mare ad ovest dell'isola
- molte meduse a tratti
- senso antiorario
- periplo effettuato in 6 ore e 36 minuti - attuale record

LEGA NAVALE ITALIANA

delegazione di

Capraia
sola

capraia@leganavale.it



Monica Cordano: 8 ottobre 2022

la prima donna!





Assistenza

L'assistenza e' costituita da:

- 1 imbarcazione ammiraglia:
 - 1 comandante / navigatore
 - 1 rappresentante LNI
 - 1 medico
 - 1 accompagnatore/preparatore atletico
- 1 Kayak
 - 2 canoisti



Metodo di navigazione

Kayak



Il canoista:

- Naviga a vista, seguendo l'imbarcazione
- non e' necessario che abbia un proprio sistema di navigazione GPS
- non e' necessario che sia un esperto conoscitore delle coste di Capraia

contatto radio



Imbarcazione con navigatore GPS



L'imbarcazione:

- Naviga utilizzando un sistema GPS (e.g. Avenza MAPS o Navionics)
- Ha un comandante esperto conoscitore delle coste di Capraia e delle sue condizioni meteo-climatiche

Way Point





Chi puo' fare domanda

- Per effettuare la nuotata certificata dalla LNI di Capraia, va fatta richiesta (capraia@leganavale.it) almeno **3 mesi** prima;
- la risposta con l'accettazione o rigetto verra' comunicata entro 20gg dalla domanda
- Queste le condizioni di accesso:
 - Aver effettuato in precedenza almeno una manifestazione di nuoto fondo di lunghezza uguale o superiore a **12 km**
 - **Certificato medico** per attivita' agonistica di nuoto (e.g. tesserati FIN, FITRI)
 - Avere a disposizione il **medico** per assistenza e relativo materiale
 - Avere a disposizione **2 canoisti**
 - **Copertura delle spese vive** (vedi slide successiva)

Le open water swim piu' sfidanti in Italia	Distanza (km)
Capri-Napoli	36
"Da porto a porto" Argentario (22k)	22
Swim Around Capraia (20k)	20
Gran Fondo Cinque Terre (16k)	16
Bocche di Bonifacio (15k)	15
Gran Fondo Sestri Levante (15k)	15
Gran Fondo Golfo di Castellabate (15k)	15
Gran Fondo Lago di Como (15k)	15
Gran Fondo Bocche di Bonifacio (15k)	15
Circuito oceanman - lago d'orta (14,5 km)	14,5
Gran Fondo del Naviglio (14k)	14
Elba Swim 647 (12k)	12
Trofeo di nuoto di Pineto (12k)	12
Circuito oceanman - Cattolica (10k)	10
Swim The Island (Bergeggi) (6k)	6
lo nuoto in paradiso (6k)	6
Stretto di Messina (3k)	3



LEGA NAVALE ITALIANA

delegazione di

Capraia
sola

capraia@leganavale.it



Grazie!

per informazioni:

capraia@leganavale.it