

COMUNICATO STAMPA

Cavazzo Carnico (UD), 17 gennaio 2026 – Il Lago di Cavazzo (Lago dei Tre Comuni) è stato oggi il palcoscenico dei Campionati Italiani di Ice Swimming, una giornata di sport estremo e grande partecipazione che ha portato in Friuli Venezia Giulia atleti e appassionati pronti a sfidare l'acqua ghiacciata nel pieno rispetto dei regolamenti IISA. Le prove si sono disputate in condizioni pienamente invernali e ideali per l'ice swimming: la temperatura dell'acqua è stata di **4,76°C**, quella dell'aria di **5,80°C**, con **vento a 6,0 km/h** e una temperatura percepita (**wind chill**) pari a **4,6°C**, elementi che hanno reso ancora più significativa la prestazione degli atleti e il valore tecnico delle gare. A fare da prologo alla giornata di campionato, **venerdì 16 gennaio**, si è svolta la **Ice Mile**, completata da **9 atleti**, una prova simbolo della disciplina che ha ulteriormente acceso i riflettori sul Lago di Cavazzo e sulla preparazione richiesta per affrontare distanze impegnative in acqua sotto i 5°C.

Il programma agonistico dei Campionati Italiani ha previsto diverse distanze e stili, offrendo uno spettacolo completo e avvincente: **50 metri rana, 50 metri farfalla, 50 metri stile libero, 250 metri stile libero, 500 metri stile libero e 1000 metri stile libero**, confermando il Lago di Cavazzo come scenario d'eccellenza per eventi di nuoto in acque fredde e come punto di riferimento per la crescita dell'ice swimming in Italia.

Il weekend si è poi **concluso domenica 18 gennaio a Cave del Predil**, con un momento dedicato anche a chi si avvicina per la prima volta a questa disciplina: un'**immersione in acqua pensata per i neofiti**, che ha permesso a nuovi appassionati di vivere in sicurezza l'esperienza dell'acqua fredda e di scoprire da vicino lo spirito dell'ice swimming.

Email: internationaliceswimmingitaly@gmail.com

Instagram: [@ice_swimming_fvg](https://www.instagram.com/ice_swimming_fvg)

Sito web: www.iceswimmingfvg.com



ICE SWIMMING FVG