



Lago di Cavazzo / dei 3 Comuni

SABATO 18.04.2026

IceSwimming

RIVA SUD OVEST - CAMPING

OPEN DAY

GIORNATA DI INTRODUZIONE AL NUOTO IN ACQUE GHIACCiate

Una intera giornata di divulgazione e divertimento in compagnia di professionisti ed appassionati sportivi, dedicata a chi vuole saperne di più con la possibilità di fare la sua prima prova gratuita nelle acque del Lago



DALLE ORE 10:00

Prove di bagno ghiacciato nel Lago

Dal mattino il nostro staff è a disposizione per farvi fare una prima prova di bagno ghiacciato direttamente nelle acque del Lago di Cavazzo

ORE 17:00

Musica dal vivo

ANIMATION ARMY

Rivivi gli anni 80 e 90 cantando le più belle sigle dei cartoni animati



ORE 19:00

Conferenza

FEDERICO MIOT - Presidente IISA Italia

Confronto sul nuoto in acque gelide con il primo italiano a nuotare il miglio in Antartide a 1 grado

MARIANNA PERTOLDI

Psicologa dello sport con esperienza in approccio all'acqua fredda

ORE 20:00

Cena Libanese

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

Posti disponibili 40 | Costo 25 €

MENÙ (BEVANDE ESCLUSE)

Antipasti / 1ª portata

Hummus
Baba ganoush
Fattoush
Labne

Seconda portata

Taouk
Batata
Dolce
Baklava

INQUADRA IL QR CODE



ISCRIVITI ALLA PAGINA

Un evento patrocinato dall'Associazione
Internazionale di nuoto in acque ghiacciate

