

# CAVI SESTRI<sup>®</sup>

dal 1975



**SUPERBANUOTO**

**FIN**  
FEDERAZIONE  
ITALIANA  
NUOTO

FIN "CAVI SESTRI"  
open water swimming

[www.cavisestri.it](http://www.cavisestri.it)



[cavi\\_sestri\\_open\\_water\\_swim](https://www.instagram.com/cavi_sestri_open_water_swim)

## La storia della CAVI SESTRI®



CAVI SESTRI® nacque nel 1975 copiando le marce podistiche in vigore in quegli anni e fece il suo esordio con una quindicina di partecipanti che partirono da CAVI Borgo ed arrivarono a Sestri Levante, da qui il nome.

Prima di questa gara altre traversate già avevano una loro tradizione, ma sino a tale data, la Federazione Italiana Nuoto squalificava ogni suo tesserato partecipasse a qualsiasi manifestazione natatoria in mare.

## L'impatto della CAVI SESTRI®



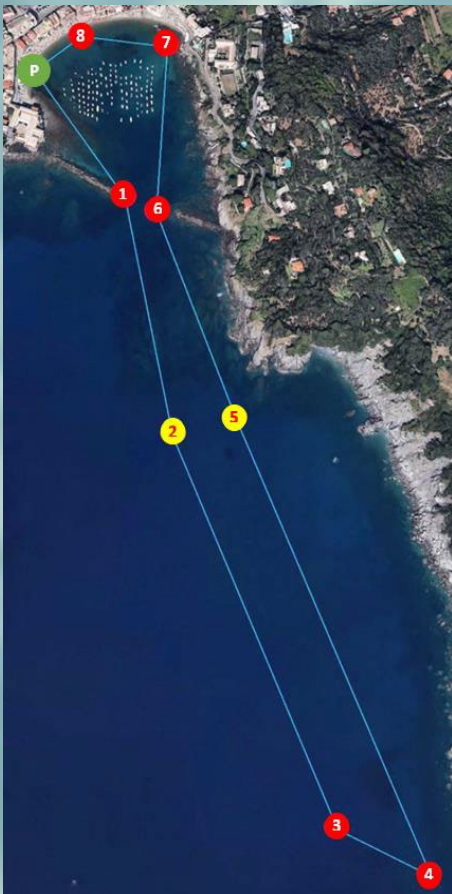
Le manifestazioni di Open Water avevano ripreso nel secondo dopoguerra le antiche imprese ottocentesche di impavidi nuotatori, spesso solitari e soprattutto inglesi, ma erano destinate a rari nuotatori non tesserati; solo con la CAVI SESTRI® la FIN decise di permettere la partecipazione di suoi tesserati, interessandosi da lì in avanti a tali gare.

Tale movimento crebbe negli anni sino a diventare disciplina olimpica nel 2012 a Londra, portando la nazionale italiana ad essere una tra le più forti al mondo.

Anche la CAVI SESTRI® crebbe negli anni passando dalla quindicina di Atleti della prima edizione ai 790 iscritti dell'edizione 2024 provenienti da tutta Italia e dall'estero; tale crescita ha portato a dover rinunciare ad una traversata da una città all'altra come in origine, ma è diventata, ospite della quinta più bella spiaggia d'Italia, la Baia del Silenzio, bandiera BLU 2024.

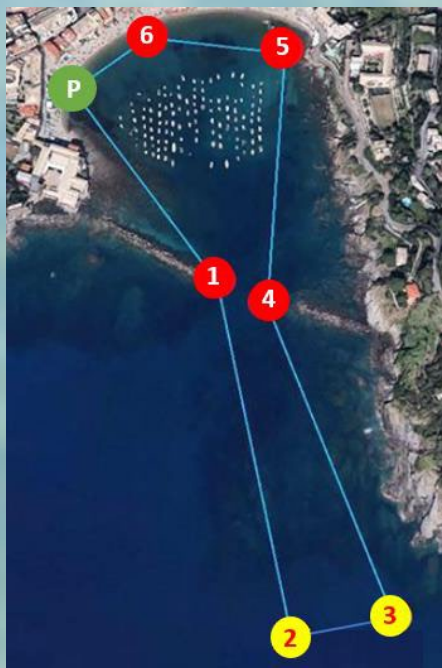
## I percorsi della CAVI SESTRI®

Il percorso più lungo delle gare nel programma della manifestazione, è di lunghezza 3.0km. Si parte dalla splendida Baia del Silenzio per uscire verso il mare aperto e costeggiare il promontorio di Punta Manara per portarsi verso il santuario dei Cetacei. I partecipanti possono ammirare e assaporare il profumo del mare nelle sue onde più limpide rendendo l'esperienza unica e indimenticabile.



## I percorsi della CAVI SESTRI®

Sempre partendo dalla Baia del Silenzio, la manifestazione prevede una gara più breve, di lunghezza 1,5km, per permettere anche a chi preferisce le brevi distanze o ha meno esperienza, di vivere l'emozione delle acque libere.



# CAVI

***Punzonatura  
e Buffet***

***Partenza  
e Arrivo  
Gare***

***Podio  
e Premiazioni***



# SESTRI<sup>®</sup>

**dal 1975**

***Stands,  
Massaggi,  
Materiale Tecnico,  
Merchandising***

## I partecipanti di rilievo della CAVI SESTRI®

Nel corso delle varie edizioni della CAVI SESTRI® si sono susseguiti molteplici atleti delle Forze Armate, quali:



Alberto Razzetti, Fiamme Gialle



Rachele Bruni, Fiamme Oro



Edoardo Stochino, Fiamme Oro



Alice Franco, Esercito

## I partecipanti di rilievo della CAVI SESTRI®



**Sofia Goggia, Fiamme Gialle**



**Simone Deromedis, Fiamme Gialle**



**Silvana Stanco,  
Fiamme Gialle**

**Col. A. Cavalletti,  
ROAN Liguria**

## Le testimonianze della CAVI SESTRI®

Avevo poco meno di un anno quando la Liguria mi adottò e mi stampò un imprint di profumi, odori, sapori, colori che mi porterò per sempre nel cuore. Per me che lasciai la Liguria a 16 anni, l'occasione di partecipare alla CAVI SESTRI®, è un'opportunità di rituffarmi in un mare di emozioni che mi sento di condividere con voi: Il giorno prima della gara, Sestri Levante, mi cambio e, come ogni volta che ritorno alla Baia del Silenzio, rimango incantato ad osservare questo luogo meraviglioso, la voglia di tuffarmi in acqua è ai massimi livelli, l'acqua limpidissima, inizio nuotando in solitaria in quel paradiso per circa 6 km, mi asciugo e passo dal Conchiglia Arena, certo di trovare tutto lo staff organizzativo, stanchi, ma consapevoli che stanno costruendo qualcosa di speciale, ci scambiamo sinceri abbracci e due chiacchiere. Rientro, doccia e cena con gli amici che saranno presenti il giorno dopo in gara. Saranno state l'endorfine che ho generato in giornata o la cena imperiale, ma praticamente passo la notte sdraiato sul letto completamente sveglio.



**Guido Cocci**

Il mattino dopo, alle 07:30, siamo già sul campo gara, essendo una manifestazione che richiama da tutta Italia Atleti Assoluti e Master 580 persone da punzonare non sono un'operazione snella.

La partenza della 3 km è più simile ad un decollo di idrovolanti, dove io sono la boa che li tiene fermi prima del decollo. Piano piano recupero posizioni ed alla fine mi porto al pari del gruppo di testa. Prima dell'ultima boa sbaglio rotta per distrazione e, per non essere squalificato, toro indietro, ma ormai i giochi sono fatti: 3° M45, 5° tra i Master e 37° Agonisti compresi.

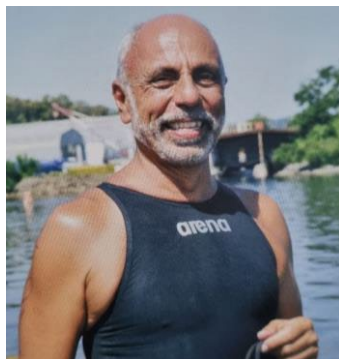
Lo sforzo va reintegrato, ma tutto un metro quadro di focaccia genovese salta, mi concedo solo un assaggio anche perché 40 minuti dopo riparto per la 3 KM OPEN, arrivo in fondo ancora lucido giusto in tempo per farmi fuori un metro quadro di focaccia, questa volta alle cipolle.

Fortunatamente c'è tempo prima delle premiazioni dove, oltre alla medaglia di Bronzo M45, ho simpaticamente ricevuto da Fabrizio, la "Medaglia di Vero Legno" costruita apposta in memoria delle mie tre Medaglie di Legno consecutive ai Mondiali di Budapest nell'estate 2017, medaglia che ho apprezzato moltissimo perché mi ha ricordato la mia reazione "Adesso basta!" che mi ha permesso di conquistare l'Argento e il Bronzo Mondiali.

La CAVI SESTRI è una delle più belle gare del circuito nazionale ed il perché sia anche una delle più frequentate ed apprezzate si può riassumere con un solo aggettivo: passione!

## Le testimonianze della CAVI SESTRI®

Amo le gare in mare, sia perché sono un competitore seriale, come dice mia moglie, e sia perché nel mare ci sono praticamente nato. Se non avessi cominciato a frequentare la scuola militare a 14 anni, verosimilmente non sarei mai stato in una piscina. All'epoca fu la Scandone, una delle poche presenti a Napoli, e ordinanza era un pantaloncino di lana blu con una cintura in cotone il costume di bianco! Altri tempi. Poi dopo anni dedicati agli studi, alla carriera, al bridge, ad altri sport ed interessi (e certamente non in questo ordine prioritario), circa 30 anni fa, portando i bambini allora molto piccoli in piscina, iniziai le gare master. Ne ho fatte tantissime e così oggi privilegio quelle in bei posti e ben organizzate, e la Cavi Sestri è indubbiamente tra le migliori. Soprattutto grazie a Fabrizio, uno dei pochi che non si accontenta e che pur avendo ottenuto eccellenti risultati, vuole sempre migliorarsi lui che, come ho cercato di insegnare ai miei figli, pur essendo molto professionale e serio, non si prende troppo sul serio, mantenendosi ironico e disponibile. A presto e buone bracciate.



**Eugenio Velardi, C. C. Aniene**



**Salvatore Deiana, Rapallo Nuoto**

Dopo aver trascorso la mia vita lavorativa c/o il Centro Carabinieri Subacqueo di Genova, al pensionamento e lasciato il bellissimo mestiere di operatore subacqueo, ho riscoperto la mia antica e mai dimenticata passione per il nuoto in acque libere. Ripreso a nuotare regolarmente in vasca, casualmente, tra una bracciata e l'altra, ho conosciuto un nuotatore master che mi ha parlato con molto entusiasmo del movimento. Fatti i prescritti accertamenti sanitari ed ottenuta l'idoneità fisica, mi rivolgo alla Società Rapallo Nuoto Master, al fine di ottenere il cartellino agonistico FIN ed essere finalmente accettato in squadra. Sono ormai trascorsi 12 anni di militanza nel gruppo masters della Rapallo Nuoto, dove ho avuto l'opportunità di conseguire risultati soddisfacenti sia in vasca che in acque libere e

di conoscere persone fantastiche. In questo periodo ci stiamo avvicinando all'inizio delle gare OW (a me molto care), tra cui spicca la mitica CAVI-SESTRI. Gara organizzata in una località tra le più belle d'Italia e gestita ottimamente dagli organizzatori. Che dire di più, carissime amiche e amici Masters, la CAVI-SESTRI sarà una fantastica occasione per ritrovarci tutti insieme giornata di sport e amicizia Viva il nuoto e buone bracciate a tutti!

La Baia del Silenzio di Sestri Levante  
custodisce secoli di storia e memoria marinara.  
Si dice che il nome derivi dall'atmosfera raccolta,  
quando il promontorio attutisce il rumore del mare.  
Nel corso dei secoli la Baia ha attratto viaggiatori e artisti  
come Hans Christian Andersen, Richard Wagner e Guglielmo Marconi,  
che hanno contribuito a costruirne il mito e la memoria culturale.

Osservando la Baia si possono notare gli scafi tirati a secco  
e i leudi restaurati, le forme tozze degli scafi  
e le riparazioni manuali coi colori pastello tipici del luogo.

La CAVI SESTRI trova nella Baia non solo uno scenario,  
ma un patrimonio di usi e sapori da valorizzare.

Ogni edizione della CAVI SESTRI rinnova questo legame:  
la Baia resta protagonista, tra curiosità storiche  
e il calore di una fetta di focaccia.



#### Main Partners

