



swimatic

Costa Brava Nord Küste

Open Water
Schwimmcamp
2.10-6.10.2024



Infos zu Costa Brava North Shore

Die Halbinsel **Cap de Creus** ist der erste marine und terrestrische Naturpark in Katalonien, der letzte Ausläufer der Pyrenäen und der östlichste Punkt der Iberischen Halbinsel.

Die katalanische Küste hat eine reiche Biodiversität, **ein gesundes marines Ökosystem**. Zudem verfügt sie über ein reiches kulturelles Erbe mit gastfreundlichen Städten wie Llançà, Roses, Cadaqués und Port de la Selva. Der Naturpark Cap de Creus ist ein privilegierter Ort, der Besucher:innen dazu einlädt, dieses natürliche und kulturelle Erbe zu erleben.



Tag 1

Cadaques Bucht

Schwimmen in der Bucht von Cadaqués (2 - 3 km)

Wir starten mit einem ersten Kontakt mit dem Mittelmeer und entdecken alle "geheimen" Ecken der Bucht von Cadaqués. Vom Meer aus genießen wir die Skyline der Stadt. Desweiteren besuchen wir die schönsten Calas (wilden Strände) der Bucht und umrunden die Hauptinsel in der Nähe der Bucht.



Tag 2 Cap de Creus Point

Cap de Creus Cape Point & Leeward coast (8 - 10 km)

Das ikonischste, exklusivste und wildeste Schwimmen von Cap de Creus. Es erfordert sehr gute Meerbedingungen. Die ersten drei Kilometer sind besonders kritisch, danach folgt die Südküste, wo man "auf den Felsen" schwimmt.



Tag 3

Paratge de Tudela

Paratge de Tudela coast (8 - 10 km)

Wir schwimmen im persönlichen Paradies von Salvador Dalí. Dies ist einer der besonderen Orte für Schwimmbegeisterte im Meer. Wir werden schwimmen und sowie kürzere Etappen dazwischen “wandern”.



Tag 4 Cadaqués – Cala Nans

Cadaqués – Cala Nans (3 - 4 km)

Frühmorgens werden wir mit einem Boot zur Cala Jóncols fahren und von dort aus nach Cadaqués zurück schwimmen. Dies ist eine besondere und unberührte Schwimmstrecke.



Local Guide: Miquel Sunyer

Geboren am 13. Februar 1977 in Girona. Technischer Ingenieur in Telekommunikation, MBA. Ideologe und Mitbegründer des Projekts Vies Braves und Autor von "48 Strokes, nur du markierst deinen Horizont".

Miquel Sunyer ist ein sehr erfahrener Guide für das Schwimmen im offenen Wasser. In den letzten Jahren hat er hunderte von Schwimmer:innen geführt und ihnen Ecken und einzigartige Unterwasserlandschaften an der Costa Brava und der Costa de Barcelona gezeigt.

Er hat die erforderlichen Sicherheitsprotokolle entworfen, um Gruppensitzungen für das Schwimmen im offenen Wasser und Schnorcheln zu organisieren. Zudem hat er zahlreiche Guides für das Schwimmen im offenen Wasser ausgebildet. Er verfügt über die erforderlichen Qualifikationen, um Gruppen im offenen Wasser zu führen.

Open Water Erfolge (ohne Neoprenanzug und validiert durch einen Richter)

2008: Gibraltarstraße (3h 32min).

2009: Kanal von Menorca, Balearische Inseln (12h 19min). 5. Person, die die Überquerung abschließt.

2010: Illes Medes-Formigues (6h). 1. Person, die die Überquerung abschließt.

2010: Ärmelkanal (11h 54m). 10. nationale Schwimmer, die die Überquerung abschließt.

2011: Manhattan Island Marathon Swim (7h 38min).

2012: Catalina Channel (8h 11min). Schnellste Zeit des Jahres. 53. weltweit und erster katalanischer Schwimmer, der die Triple Crown im Langstreckenschwimmen erreicht.

2013: Rosas – Port de la Selva (8h 50min). 1. Schwimmer, der es durchschwimmt.

2013: Teneriffa – La Gomera (8h 44min). 2. Schwimmer, der es durchschwimmt.

2015: Robben Island Swim (2h 4min). 1. spanische Schwimmer, die es durchschwimmt.

Kosten

Doppelzimmer: sfr. 1450.- pro Person

Einzelzimmer: sfr. 1650.- pro Person

Im Preis inbegriffen sind:

- Transfer von BCN nach Cadaqués und von Cadaqués nach BCN.
- 4 Nächste in [Llané Petit Hotel 4*](#) (inkl. Frühstück und tax)
- Welcome pack (Vie Braves Badekappe & Tramuntana Republic shirt, Sicherheitsboje, Cap de Creus nautical Kart, Road Book)
- Tägliche Briefing + 2 Guides im Wasser (7.30 – 13.00 Uhr)
- Boat trips (von Cadaques zu den täglich Schwimmstarts)
- Verpflegung während dem Schwimmen
- Medizinische Ausrüstung für Notfälle
- Permanentes Begleitboot während dem Schwimmen
- Haftpflicht- und Unfallversicherung während den gemeinsamen Aktivitäten



Anmeldung

Teilnehmerzahl auf 12 Personen beschränkt!

Bei Interesse bitte bis am 30. Juli 2024 per Mail an s.csoke@swimatic.ch mit folgenden Angaben:

- Vor- und Nachname
- Geburtsdatum
- Vollständige Wohnadresse
- Gewünschte Zimmerkategorie (Einzel- oder Doppelzimmer)