

# Reto de natación solidaria Arousaman #nadopoloDCA



## Arousaman Manolo “O Nacho”

Arousaman Manolo “O Nacho” nace como iniciativa solidaria con los afectados por Daño Cerebral Adquirido (#DCA). Se trata de un reto deportivo no competitivo, consistente en cruzar la ría de Arousa de O Grove a Santa Uxía de Riveira (7.02 MN/13km), Galicia, Oceano Atlántico, como metáfora del esfuerzo diario que han de afrontar los afectados por DCA y sus familias. Los participantes nadan bajo el lema #nadopoloDCA (#nadopoloDCA).

La prueba es bianual y se han celebrado hasta el momento dos ediciones, 25-julio-2015 y 29-julio-2015. Todos aquellos que se han lanzado al mar bajo el lema #nadopoloDCA han logrado finalizarla, convirtiéndose en embajadores del Arousaman.

Ahora nace el **Reto Arousaman #nadopoloDCA**. Cualquier embajador puede nominar hasta tres nadadores y retarlos a nadar por el DCA. Estos, una vez hayan cumplido el reto, podrán a su vez retar a otros tres nadadores y así sucesivamente. Los retos lanzados y los retos conseguidos han de ser públicos y compartidos en redes sociales de Arousaman. La organización de Arousaman sumará los km nadados por todos aquellos retados que quieran participar y buscará patrocinadores de la iniciativa que aporten donaciones por el total de km nadados.

# Objetivo del reto #nadopoloDCA.

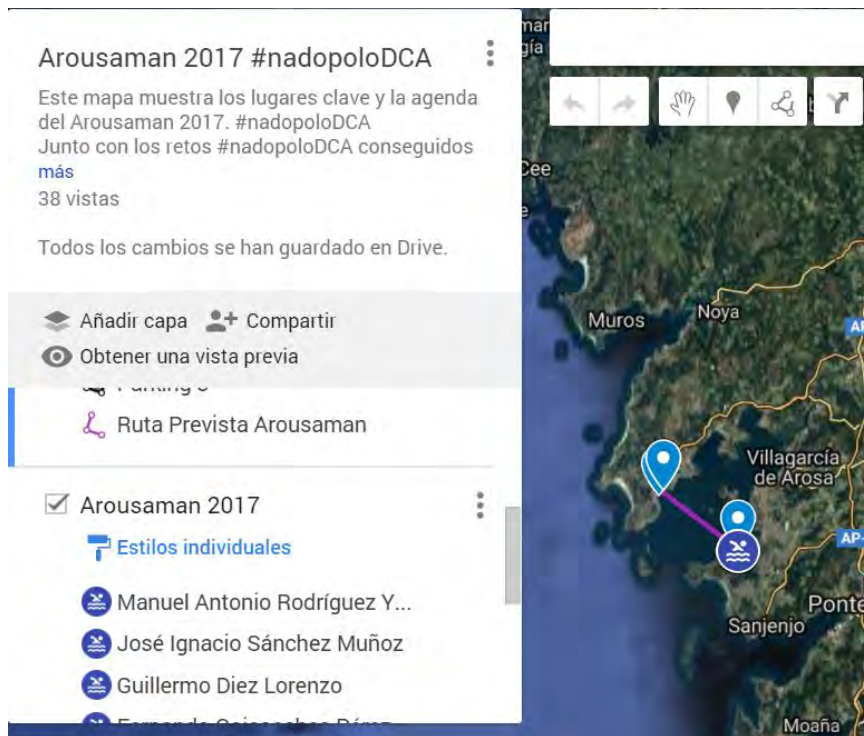
Se trata de un reto conjunto entre nadadores, no de un reto individual. Consiste en acumular km de nado según las reglas establecidas a continuación con el objeto de canjearlas al coste económico de 1km=1€. Buscaremos un patrocinador o bien un conjunto de ellos que acepten el canje y le ingresen a SARELA ([www.sarela.org](http://www.sarela.org)) asociación de daño cerebral de compostela) tantos euros como km realizados.

OBJETIVO 1000 KM

PLAZO 31/10/2017

Reglas para lanzar el reto y considerar un reto como cumplido:

1. El nadador o nadadora, ha de ser retado por un embajador del Arousaman (aquellos que han completado el cruzar la ría de Arousa durante una de las ediciones del Arousaman) o por otra persona que haya completado el reto anteriormente.
2. El reto individual consistirá en **nadar al menos 5km por el DCA. #nadopoloDCA**
3. 1 nadador = 1 reto. El reto sólo se podrá nadar una vez, por lo que cuantos más km se realicen de una sola vez, mejor.
4. El nadador debe aportar el mayor número posible de evidencias de que el reto se ha conseguido. Como mínimo un video entrando al agua y mencionando el lema #nadopoloDCA (u otro idioma nacional o europeo). Serán apropiados, fotos, tracks de GPS, timelapse de la prueba, etc.
5. Además, siempre deberá indicar por algún medio:
  - a. el lugar de la prueba (posición GPS de partida)
  - b. los km nadados por el DCA
  - c. la fecha de realización del reto
6. El vídeo y demás información deberá ser enviado a la organización de Arousaman por correo ([arousaman.manolo.nacho@gmail.com](mailto:arousaman.manolo.nacho@gmail.com)) o a través de las redes sociales ([Facebook](#) y [Twitter](#)). posteriormente se colgarán en el canal arousaman en youtube.
7. Si la organización de Arousaman considera el reto como válido entonces
  - a. Lo comunicará al nadador
  - b. Sumará los km a las estadísticas y aparecerán reflejados en la web del Arousaman
  - c. Colgará el vídeo en su [canal de Youtube](#).
  - d. Añadirá [un punto al mapa](#) donde se pueden seguir todos los retos alcanzados.



8. El nadador **NOMBRARÁ A TRES NUEVOS RETADOS/AS**, de manera que el reto volverá a empezar.
9. También son válidos los kilómetros nadados durante la celebración de otras travesías, siempre que se cumplan las normas anteriores.

Otras formas de colaborar y apoyar a quienes ayudan a los afectados por DCA y sus familias:

- [Comprar equipación de Arousaman](http://www.sarela.org). Los beneficios se entregan íntegramente a [www.sarela.org](http://www.sarela.org)
- Haciéndote socio de SARELA en su página web [www.sarela.org](http://www.sarela.org)
- Haciendo una donación a SARELA directamente a su cuenta:  
ES80-2080-5355-60-3040034346