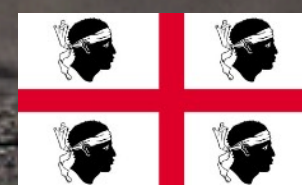




# LA DIAGONALE<sup>3</sup>

IL PAESE PIÙ BELLO DEL MONDO

# 3000K



SARDEGNA  
16/18.08.18



MARSALA  
18.08.18



GENOVA  
01.09.2018



# Cos'è "La Diagonale"

## Cos'è "La Diagonale"

È una corsa in staffetta che 10/12 runners dilettanti percorrono correndo 24 ore su 24. Non è una gara, non ci sono classifiche, c'è solo la gioia di correre insieme in un viaggio emozionante e un'esperienza davvero indimenticabile.



**2017: Monviso-Venezia - 750km**



**2018: Parigi-Roma - 1750km**

Quella del **2019** è la **terza edizione**: partirà da **Marsala (TP)** e arriverà **Genova** dopo aver toccato tutte le regioni d'Italia e aver percorso **3000 km**.

### Abbiamo stabilito poche regole ma precise:

1. il testimone della staffetta non si ferma mai
2. non possono partecipare (nella squadra ufficiale) campioni della corsa o comunque runner che hanno vinto competizioni ufficiali come maratone, mezze maratone, ultra trail, trail.
3. Il testimone non può essere trasportato da alcun mezzo di trasporto ma solo nelle mani del runner che corre la sua frazione (quando è sul percorso)



# PERCORSO 2019

**29.08 ore 10:00 Milano**

Torino

Treviso

**Venezia 27.08 ore 02:00**

Ravenna Perugia  
Assisi

**01.09.19  
Genova**

**24.08 ore 11:00**

L'Aquila  
Matera

Gravina

Porto Torres

Olbia

**23.08 ore 07:00 Napoli**

**START**

Catanzaro

Palermo

Marsala

**18.08.19 ore 04:00**





# Solidarietà

Nella seconda edizione de "La Diagonale" abbiamo raccolto circa 12.000€ che abbiamo devoluto interamente ai genitori di Sara Lucà (un ragazza colpita da aneurisma cerebrale) per aiutarli a sostenere le enormi spese mediche necessarie per riportare ad una vita normale la propria figlia

Anche nell'edizione 2019, raccoglieremo fondi per aiutare persone in difficoltà, donando l'intero importo delle iscrizioni (*iscrizioni simboliche naturalmente*) e invitando le persone che ci seguono sui social a fare donazioni



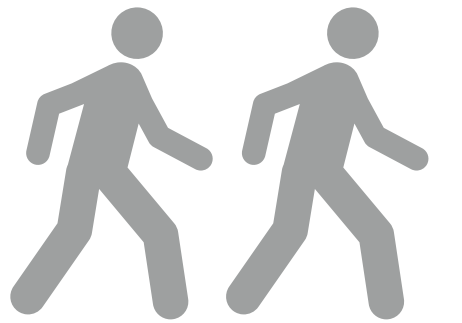
LA DIAGONALE 3



Come funziona?

## La Diagonale 2019:

Una **"squadra ufficiale"** composta da 11-12 runner correrà per tutta la durata del viaggio coprendo circa 1500Km del percorso totale (ogni staffettista farà 4 sessioni di corsa da 30km a rotazione).

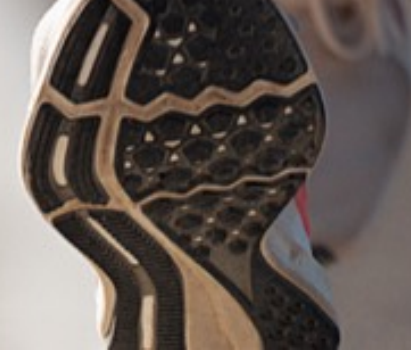


Per completare il percorso mancano ancora 1500Km circa! Questi chilometri potrà percorrerli chiunque abbia voglia di fare un tratto de "La Diagonale" diventando quindi: **staffettista ufficiale del suo tratto**; non solo parteciperà alla staffetta ma ne sarà parte integrante e anche grazie a lui completeremo il percorso.

**Per iscriversi è sufficiente inviare un messaggio alla nostra pagina Facebook: [Facebook.com/Ladiagonalerun](https://www.facebook.com/Ladiagonalerun) indicando il tratto che si vuole percorrere e quanti km.**

**Unica condizione per partecipare:  
fare una donazione a favore della nostra raccolta fondi.**





MARSALA



GENOVA



La Corsa

## Come si svolgerà la corsa del 2019:

il 16 agosto una delegazione partirà per la sardegna per correre 120km con i runner Sardi e onorare anche la sardegna nel nostro percorso.

Il **18 agosto 2019** l'intera squadra ufficiale si radunerà a Marsala, luogo di partenza de "La Diagonale". Si correrà fino a Messina passando da Palermo  
Arrivati a Messina **attraverseremo lo stretto a nuoto**

**(in base alle condizioni climatiche e nel rispetto delle leggi, quindi se avremo il permesso della Capitaneria di Porto)**

grazie ad alcuni triatleti che porteranno il testimone fino a Villa San Giovanni in Calabria dove si comincerà a risalire tutta l'Italia





## Sponsorizzazioni:

Oltre ad una autotassazione della squadra ufficiale, "La Diagonale" copre le spese grazie al contributo di **sponsor** e offrendo loro visibilità su scala locale e nazionale.

I nostri video, le dirette su Facebook, i post su Instagram, gli adesivi sui nostri camper garantiscono una visibilità continua per tutta la durata dell'evento e nei mesi successivi.

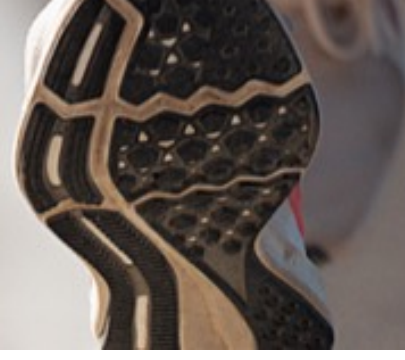
Alcuni dati dalla pagina Facebook:

Copertura media dei post durante l'evento: 12/15.000 persone  
interazioni con i post della pagina durante l'evento  
(like, commenti, condivisioni): media 700/1000

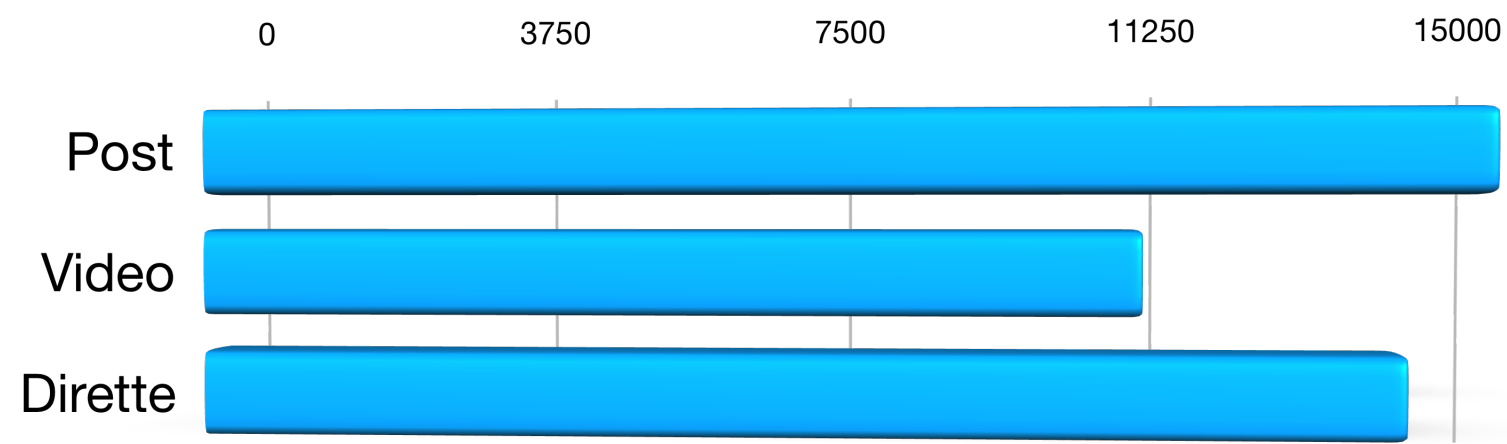


***NB: i like e le interazioni sono reali: sui social non facciamo promozioni a pagamento***

***Lo sponsor può sostenerci sia pagando direttamente le spese (Viacard, Buoni benzina, noleggio camper.....) che in natura (cibo, acqua, integratori, abbigliamento....)***



# VISIBILITA'



## Vimeo



Presentazione Diagonale 2018  
Armax | 312 plays



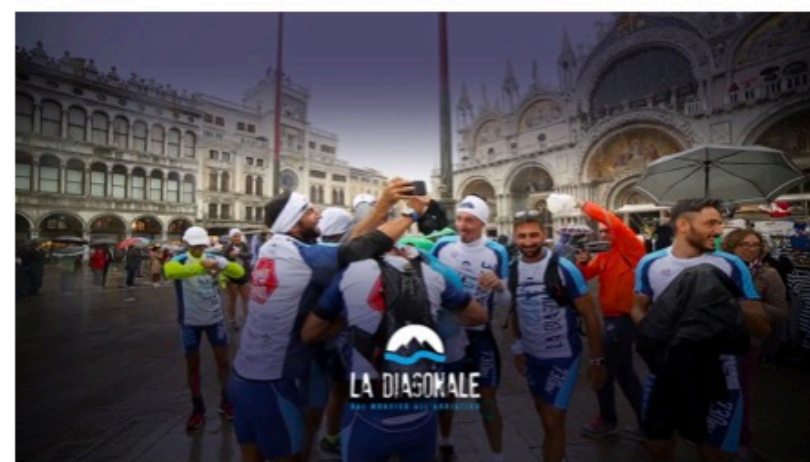
Presentazione Squadra "La Diagonale" 2018  
Armax | six plays



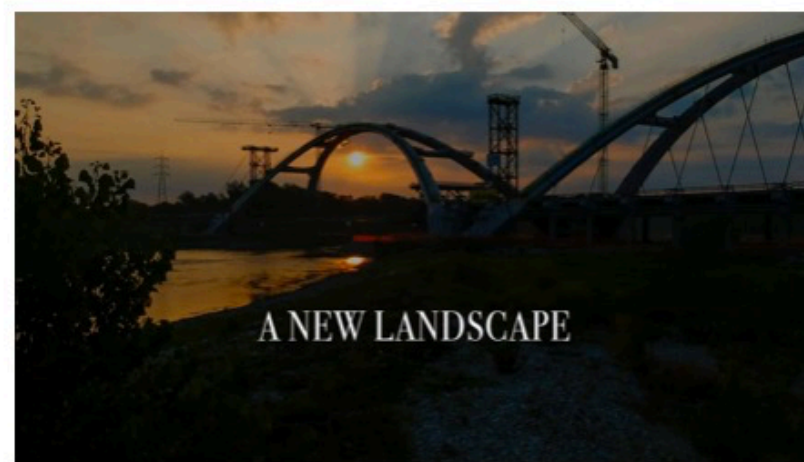
Io corro per Sara  
Armax | 160 plays



La Diagonale 2017  
Armax | 358 plays



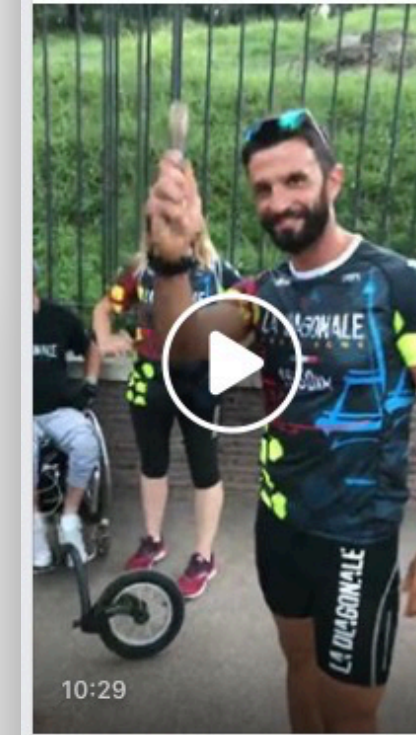
La Diagonale, racconto di un'emozione lunga 755Km  
Armax | 128 plays



Ticino (Italy) -The new bridge  
Armax | 26 plays

## Facebook

La Diagonale era in diretta.  
Pubblicato da Armando Cosentino [?] · 1 settembre · 🌐



Ottieni più "Mi piace", commenti e condivisioni  
Metti in evidenza questo post con € 17 per raggiungere fino a 20.000 persone.

### Prestazioni del tuo post

15.644 persone raggiunte

7223 Visualizzazioni del video

1552 Reazioni, commenti e condivisioni

763 Mi piace	371 Sul post	392 Sulle condivisioni
357 Love	311 Sul post	46 Sulle condivisioni
4 Ahah	3 Sul post	1 Sulle condivisioni
11 Wow	5 Sul post	6 Sulle condivisioni
1 Sigh	1 Sul post	0 Sulle condivisioni
348 Commenti	334 Sul post	14 Sulle condivisioni
101 Condivisioni	99 Sul post	2 Sulle condivisioni

La Diagonale  
Pubblicato da Luca Lanteri [?] · 28 agosto · 🌐

il racconto delle Alpi che abbiamo appena attraversato....  
oggi siamo in Italia e abbiamo già incontrato i primi runners che corrono con noi 🏃🏃🏃🏃 #iocorropersARA 🏃🏃🏃🏃



Ottieni più "Mi piace", commenti e condivisioni  
Metti in evidenza questo post con € 17 per raggiungere fino a 20.000 persone.

18.874  
Persone raggiunte

3006  
Interazioni

Metti in evidenza il post

### Prestazioni del tuo post

18.874 persone raggiunte

6591 Visualizzazioni del video

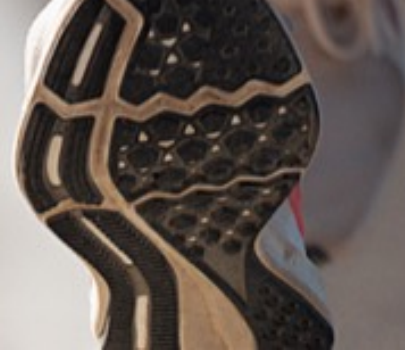
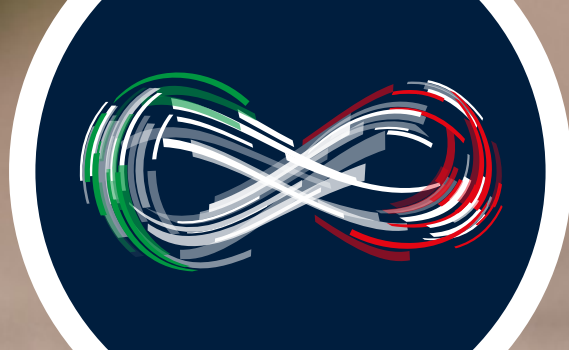
914 Reazioni, commenti e condivisioni

631 Mi piace	162 Sul post	469 Sulle condivisioni
69 Love	32 Sul post	37 Sulle condivisioni
14 Wow	5 Sul post	9 Sulle condivisioni
80 Commenti	28 Sul post	52 Sulle condivisioni
124 Condivisioni	124 Sul post	0 Sulle condivisioni
485 Clic per riprodurre	1 Clic sul link	1606 Altri clic

## Instagram

Instagram profile for 'ladiagonale' showing 153 posts, 730 followers, and 730 profiles followed. The bio mentions 'LA DIAGONALE RUN 2400 km - Tutta l'Italia - running - staffetta' and includes the hashtag #ladiagonale and website ladiagonalechallenge.com. The grid shows various photos related to the challenge, including runners, landscapes, and the infinity logo.





## Visibilità Media Partner:

Su tutto il percorso saremo seguiti dalla rivista **Runner'sWorld** (la rivista nazionale più importante del settore) che è nostro Media-partner

La rivista pubblicherà i vari articoli sia sul cartaceo che sui social-network.

Come per esempio la diretta della presentazione della manifestazione

a milano il 15 marzo 2019

e la presentazione

al **Milano Running Festival**

# RUNNER'S WORLD®

**Runner's World Italia**  
era in diretta.  
circa 2 settimane fa · 🌐

Finalmente svelata a Milano all'Officina della Corsa La Diagonale 2019! Un vero e proprio giro dell'Italia più vera correndo. Sempre. 3000K. Senza fermarsi mai. Incontrando runners che correranno con Armando Cosentino e il suo magnifico team. Ci saremo anche noi di RW. Per raccontarvela dal primo all'ultimo chilometro.  
#ladiagonale #runnersworld #runnersworldita #lofficinadellacorsa

34 Mi piace · 36 Condivisioni · 2656 Visualizzazioni

Comenta · Condividi · Commenti · Prossimo video

Più pertinenti

- Alessio Revello · 7:44 W la diagonale Made in Liguria  
Mi piace · Rispondi · 1 s
- Eugenio Rinaldi · 0:37 Bravo Armando (& Co.).  
Mi piace · Rispondi · 1 s
- Simone Serrajotto · 0:00  
Mi piace · Rispondi · 1 s
- Pilar Gonzalez Moreno · 0:47 Grande Armando Cosentino e tutti i "diagonalisti"  
Love · Rispondi · 1 s



## Visibilità Media Partner:

Seguirà la manifestazione anche IL SECOLO XIX che ha già scrittori noi

Abbiamo anche il Patrocinio del **Venice Marathon Team** di Venezia che ci accompagnerà lungo il percorso della **Venice Marathon**



vantaggio vincente, concludendo in 17'35" davanti a Luca Schiasselloni e Giovanni Tornielli (Podistica Peralto). Fra le donne successo in solitaria di Benedetta Balastro (Maratoneti Genovesi) su Monica De Amicis (Trionfo Ligure) e Maura Camattari

notturna - racconta il pavese Emma - sono soddisfatto di questo test in vista della 50 km dei campionati italiani che si terranno a Castel Bolognese il 25 aprile».

Esito curioso, legato anche alle assenze dei top runner e alla cinquantina di partenti,

sta negli ostacoli, nei 3.000 siepi, nell'epiathlon e nel decathlon e detentorie di record italiani e liguri di categoria SM 60. Dopo una bella lotta sulla prima dura salita, Lombardo scollina e prende la fuga in discesa insieme alla Dondero; i due fanno gara in

zatura) ex aequo Giorgio Costa (CUSPO), 3° Andrea Banchieri (Cambiaso Riso). Donne: Valentina Cavallin, Annalisa Mazzarello, Caterina Carrà. Nella 2° serie Diego Scabbio (Atl. Novese) precede Luca Brusasco (Bio Correndo). —

montana-Dalla Sabbia alla neve" nelle distanze di 60, 45, 20 e 14 km. Info [www.maremontana.it](http://www.maremontana.it). Alla Spezia la "Vivicittà" di 10km, partenza ore 9.30 info [www.uisp.it](http://www.uisp.it). In programma anche "Sulle colline di

zale Chiesa S. Felice Fegino. Info 3336721411. Sabato 6 Aprile la "5000 in due" presso la pista di atletica di Villa Gentile a Genova; partenza prima batteria ore 17. Info [www.maratonetigenovesi.it](http://www.maratonetigenovesi.it) —

**TAPPE IN TUTTE LE REGIONI**

### Da Marsala a Quarto con la Diagonale

La terza sfida del gruppo ligure ripercorre a ritroso il viaggio che fece l'Italia: 2.700 km senza soste

Claudio Paglieri

Da Marsala a Genova, col traguardo fissato allo scoglio di Quarto dei Mille. Sul petto, la bandiera di Genova, che insieme al tricolore accompagnerà per 2.700 chilometri i runner della Diagonale. Partenza il 18 agosto, arrivo il 31, in un'autentica corsa contro il tempo nella quale i partecipanti si passeranno un testimone in legno d'ulivo che non dovrà mai restare fermo, come la fiamma di Olimpia che non deve spegnersi.

Armando Cosentino, videomaker ligure trapiantato a Milano, racconta: «Siamo alla terza avventura, dopo la prima Diagonale dalle sorgenti del Po a Venezia, di 750 km, e la Parigi-Roma dello scorso anno, di 1.760. Lo spirito è sempre lo stesso: correre per il gusto di farlo, in libertà, senza cronometro e senza premi».

Partiti in nove amici, tutti

dell'estremo Ponente ligure, per aumentare il chilometraggio i ragazzi della Diagonale hanno chiesto aiuto a runner di tutta Italia. «E la risposta è stata eccezionale, inaspettata. Abbiamo diviso questo percorso in un centinaio di tappe a 30 km l'una e

sono quasi tutte coperte. Molti correranno con amici, a piccoli gruppi, a tutti chiederemo un piccolo contributo per aiutare chi ha bisogno». L'anno scorso raccolsero 12 mila euro, donati alla famiglia di una ragazza colpita da aneurisma cerebrale, che necessitava di cure costose. La raccolta dei fondi partirà insieme all'avvio della prima tappa. E l'intervento di qualche sponsor sarebbe benvenuto.

Ma veniamo ai dettagli della corsa. «Partiremo col traghetto da Genova, in due. Sbarco a Porto Torres alle 7

del mattino e da lì dovremo correre sul serio per arrivare al traghetto delle 22 a Olbia: sono 120 chilometri, tanti sardi ci aiuteranno, bisogna andare a cannone quindi ognuno farà tratti brevi, anche di 5 km. È complicato ma volevamo assolutamente

toccare tutte le regioni d'Italia. Da Olbia andremo in traghetto a Livorno, dove troveremo il resto della squadra con i camper, e ci trasferiremo a Marsala. Da lì la vera partenza risalendo lungo Calabria, Basilicata, Puglia, Campania... in Veneto ci aspettano in tantissimi, anche in Lombardia e Piemonte abbiamo parecchie adesioni. Arriveremo a Genova passando dal Turchino».

I nove membri della squadra (Sveva Assembri, Caterina Nizzetto, Alberto Molinari, Ermes Capovilla, Marco Baldassarre, Gianfranco Adami, Antonio Materazzi, Martina Gallinotti e appunto Armando Cosentino) si sono riservati alcuni tratti, spesso correranno insieme ai runner ospiti e in ogni caso garantiranno la continuità in caso di forfait o "buchi" sul percorso.

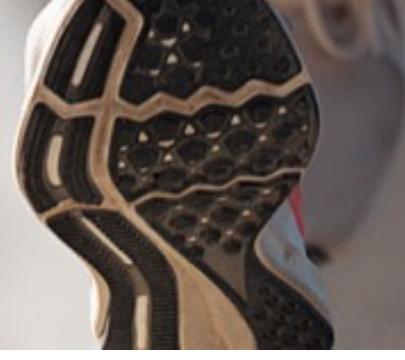
L'organizzazione logistica dovrà girare alla perfezione, ma anche le gambe avranno poco riposo perché 200 km al giorno per 14 giorni richiedono di correre giorno e notte, in una stagione calda, su dislivelli anche impegnativi. Ma l'entusiasmo è tanto, e chissà che alla fine non siano davvero mille i runner che ripercorreranno a ritroso il viaggio che fece l'Italia. —

© BY NINO ALDINI/REUTERS

aveva provato un po' di nuoto, ma senza grandi risultati, tanto

tri ragazzi e ragazze da tu

Special Olympics



## Visibilità Media Partner:

La trasmissione televisiva Xstream people di Pordenone farà una trasmissione dedicata al nostro passaggio in Veneto e Friuli



CafèTV24

Xtrim People, puntata del 26 febbraio 2019



Mi piace Commenta Condividi

Tu, Antonio Materazzi, Elisa Riciputo e altri 37 · Commenti: 36