

# RUNCHALLENGE ▶

La sfida dello sport inclusivo

[www.runchallenge.org](http://www.runchallenge.org)



## RunChallenge è Sport & Inclusione... per tutti!

Persone di diverse abilità, età e culture si uniscono per allenarsi insieme, a gruppi misti. Con RC> lo sport diventa mezzo per promuovere uno stile di vita sano e attivo, valorizzando le diversità come fonte di arricchimento individuale e collettivo. Girando pagina leggerai le storie di Samir, Francesco, Silvia e Davide: quattro persone con abilità ed esperienze diverse che hanno trovato nel progetto RunChallenge un modo per stare in forma, fare nuove amicizie e divertirsi.

# RunChallenge

## Un progetto, tante storie

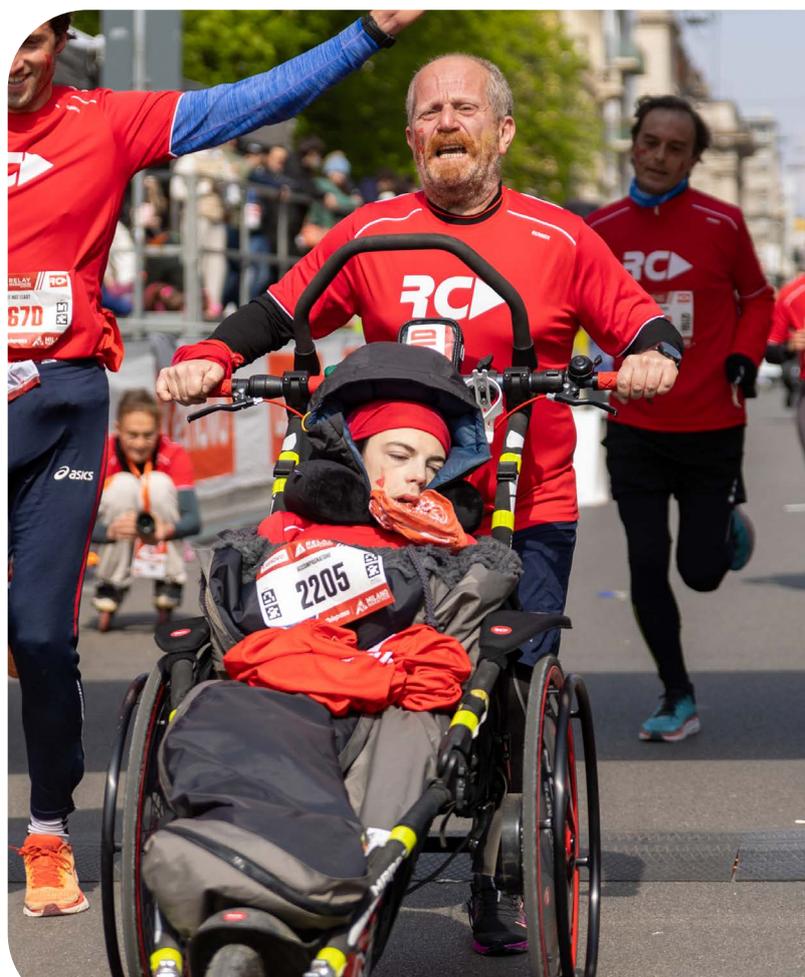


“ Il mio primo giorno di scuola avevo paura. Tra noi bambini correva voce che il maestro era violento e picchiava i suoi alunni. Quando lo vidi entrare in classe con un bastone decisi di scappare. Saltai giù dalla finestra ed iniziai a correre più veloce che potevo. Da quel giorno non mi sono più fermato. Sono corso lontano dall’Egitto, il mio Paese di origine, e ora corro qui a Milano. Accompagno una persona non vedente e sogno di battere il record Italiano sui 400 metri. Correre per me vuol dire sentirsi liberi. ”

**Samir**

“ Ad aprile ho partecipato alla Maratona di Milano. Per prepararmi alla gara mi sono allenato per quasi un anno con questa carrozzina speciale, un modello bellissimo, leggero e super veloce. Alla partenza della gara ero tranquillo, sereno e concentrato, come prima di un compito in classe. Dopo la gara mi hanno messo la medaglia al collo ed è stata una grande emozione. Non scorderò mai gli applausi e le urla dei tifosi al lato della strada ed il bacio sulla guancia che mi ha dato il mio spingitore all’arrivo. ”

**Francesco**





“ Prima di diventare cieca amavo fare sport, in particolare sciare. Quando ho perso la vista ero poco più che una bambina e i miei genitori hanno capito che lo sport mi avrebbe aiutata a non chiudermi in casa. Così ho continuato a sciare, allenandomi quasi tutti i giorni. Mi sentivo libera e capace mentre scendevo veloce con gli sci ai piedi. A Torino 2006 ho vinto la Medaglia d'oro alle Paralimpiadi. Quando me lo ricordano arrossisco, perché non mi sembra ancora vero. Da quasi 3 anni ho iniziato a correre e ad aprile ho tagliato il traguardo della mia prima Maratona, legata con un cordino alla mia inseparabile guida. La corsa mi fa sentire il vento in faccia e mi rende felice. ”

**Silvia**

“ Sono un educatore e lavoro da più di vent'anni con bimbi e ragazzi con disabilità intellettiva. Nel 2016 ho iniziato a correre e ho subito pensato che non volevo farlo da solo, ma insieme ai miei ragazzi. All'inizio eravamo in 4, con vestiti e scarpe improbabili e il fiatone ogni 5 passi. Da quel giorno ho corso 4 maratone e ogni volta che taglio il traguardo mi commuovo pensando a quanto è bello correre insieme, tenendosi per mano e sostenendosi nei momenti difficili. ”

**Davide**



# Il progetto RunChallenge

## Storia e numeri

Nel corso degli anni, migliaia di persone hanno raccolto la sfida, correndo con la maglia rossa RunChallenge. La ricetta è semplice, ci si allena insieme a gruppi misti, di corsa, in camminata o venendo spinti da un volontario se si è in sedia a rotelle.

Dal 2016 il progetto ha coinvolto **4556 partecipanti** di cui **1246 persone con disabilità, migranti e famiglie a basso reddito**. Gli allenamenti sono stati **3145** svolti in **14 città** in Italia e all'estero. In occasione della Maratona di Milano **2600 persone hanno formato 650 staffette solidali**, attivando altrettante raccolte fondi a sostegno di un progetto in costante crescita.



“

***La strada era tracciata e nessuno aveva più voglia di fermarsi***

”

