

PRESS RELEASE

Page 1/4

***80 millones de corredores Europeos explican sus motivos para correr
Los corredores más leales, los "Apasionados españoles", corren para perder peso***

El mundo del atletismo experimenta una "segunda oleada de corredores", con aproximadamente el 36% de europeos de entre 15 y 65 años tomando las calles, parques, bosques y gimnasios. ¿Pero cómo llegó el nuevo boom a España y al resto de Europa? ¿Por qué corremos?

En honor a su 60 aniversario este año, ASICS llevó su experiencia de correr a otro nivel realizando un análisis sin precedentes en la mente del corredor. Ejecutado por el instituto de investigación Synovate, 'Reasons to Run' de ASICS, se llevó a más de 3.500 atletas en siete países europeos el porqué de sus acciones, convirtiéndolo en el mayor estudio de su tipo jamás realizado.

Del cuerpo a la mente

Un hecho importante que ocurre en cada país es que la actitud hacia el atletismo es de "primero el cuerpo, luego la mente". Cuando empiezan a correr los beneficios físicos son superiores a los beneficios mentales, siendo los problemas de salud como por ejemplo ponerse en forma (para el 54% de los corredores) y la pérdida de peso (para el 40%) los dos principales motivos por los que los europeos comienzan a correr. A medida que pasa el tiempo, los avances en el equilibrio y la mente se producen, y los corredores descubren la recompensa mental que les produce correr, un 34% declara que lo hace por diversión, mientras que el 35% afirma que le sirve para aliviar el estrés. Como media, los europeos desean perder unos 6,1 kilos cuando corren, pero los holandeses van más allá de este objetivo, con 9,5 kilos. En lo que respecta al

PRESS RELEASE

Page 2/4

tema de los amigos corredores, los británicos cuentan con el mayor número de corredores que se llevan a sus bebés a correr, mientras que los italianos tienen el porcentaje más elevado de miembros en clubes para correr (13%), ya que son los que más disfrutan de la compañía de correr con un compañero. Cuando se les preguntó qué es lo que pasaba por sus mentes cuando corrían, los españoles declararon que miran a otros corredores cuando se cruzan con ellos, mientras que los franceses se centran en su respiración, marcha y ritmo, los británicos se preocupan de su economía y la actual crisis financiera, y los belgas no piensan en nada.

Corremos como somos

Buceando en la mente de los corredores, la investigación 'Reasons to Run' de ASICS ha proporcionado algunos resultados sorprendentes. El abanico de descubrimientos desde un consenso general sobre algunos aspectos (como el motivo por el que las personas comienzan a correr) hasta factores que difieren en buena parte según los países (como la motivación para continuar, prevención de lesiones y rutas favoritas). Estas diferencias son el motivo del cambio del perfil mental entre los corredores y su gran parecido según la disposición de su país. Los alemanes, famosos por ser muy trabajadores por ejemplo, son corredores diligentes a los que no les gusta abandonar, mientras que los franceses defensores de la buena vida corren principalmente por diversión. La practicidad de los holandeses hace que no les preocupe nada, mientras que los apasionados españoles se molestan fácilmente.

Los corredores españoles frente al resto

Como una carrera intrigante y emocional, los españoles son unos corredores muy entregados que piensan que correr es una parte importante de sus vidas. Su pasión por correr les hace practicar este deporte, como media,

PRESS RELEASE

Page 3/4

diez veces al mes, lo que les convierte (junto a los italianos) en la nación que más corre de todas. Es fácil molestarles y que se irriten por los factores externos mientras que corren, y más que ningún otro país, les molestan los insultos verbales de otras personas (18%) y las heces de los perros (46%). Como nación social, les gusta correr con compañeros, y son más propensos a buscar compañías en compañeros con bici o patines (16%), o con otros colegas (12%). A pesar del calor del sol del mediodía, los españoles corren prácticamente por la tarde, tal y como se refleja en su respuesta de "razones para no correr", un 43% indica la familia y los amigos como motivos para no salir a correr. Más que en ningún otro país, los españoles suelen acatar las órdenes de los médicos (11%), y culpan al calzado inadecuado como causa de las lesiones (30%).

Las maravillas de correr

El mundo no ha experimentado un crecimiento tan importante de corredores desde el primer boom de correr a principios de los setenta, cuando la gente se dio cuenta de que correr era un método fiable para estar en forma. Cada vez son más los corredores que aparecen en parques, calles y gimnasios, el aumento en las grandes cifras de inscritos en maratones (con un total de 494 maratones sólo en Europa), y un enorme aumento de las mujeres que participan en este deporte (el 33% de las mujeres europeas ha comenzado a practicarlo en los últimos 12 meses), son sólo algunos de los síntomas que destacan la denominada "segunda oleada de corredores". Este último boom está enfatizado por el hecho de que la tercera parte de los corredores actuales comenzaron el año pasado, y las cifras siguen creciendo, con un número total de corredores en Europa de más de 80 millones.

** Los países que han participado son Gran Bretaña, Francia, Italia, España, Holanda, Bélgica y Alemania, y los resultados son una representación de los 80 millones de corredores que hay en estos países de Europa.*

PRESS RELEASE

Page 4/4

Para más detalles, hechos y estadísticas sobre la encuesta Reason to Run, visite www.everythingaboutrunning.asics.eu

Anima Sana In Corpore Sano (mente sana en un cuerpo sano)

En 1949, el fundador de ASICS, Kihachiro Onitsuka, creó su compañía especializada en calzado en Kobe (Japón). El motivo principal de Onitsuka era su creencia de que el ejercicio llevaba al desarrollo de un cuerpo más sano, y que un cuerpo sano es la cuna para una mente sana. Nada resume más su filosofía que la idea de correr, donde el cuerpo y la mente deben trabajar de forma conjunta en armonía. Desde su lanzamiento, ASICS se ha convertido en una autoridad dentro de campo de correr gracias a sus estudios continuados de la conducta del cuerpo de los corredores. Como celebración por su 60 cumpleaños (un evento muy simbólico en Japón), ASICS ha decidido llevar su compromiso de la innovación en el correr a otro nivel, convirtiéndose en una autoridad en otro campo - la mente de los corredores.