

o fenômeno da corrida de rua

Modalidade ganha adeptos de forma exponencial no país e mostra um crescente nicho de mercado para a Educação Física.

Não precisa ir muito longe – basta visitar parques, orlas, praças da sua própria cidade. Lá estarão eles, corredores de todas as idades, com suas passadas cadenciadas e fones de ouvido provendo a trilha sonora para a atividade física que cresce de forma fenomenal no Brasil: a corrida de rua.

Segundo pesquisa Ibope divulgada em 2011, mais de seis milhões de brasileiros praticam a corrida como forma preferida de atividade física. Nelson Evêncio (CREF 016048-G/SP), presidente da Associação de Treinadores de Corrida de São Paulo, cita dados da Federação Paulista de Atletismo para mostrar o momento atual do esporte. “Em São Paulo, por exemplo, ano passado tivemos 297 corridas supervisionadas pela Federação Paulista. Média de cinco por final de semana!”, se empolga. Ele também observa um crescimento na participação feminina. “Nos últimos cinco anos, o número de mulheres concluintes em provas em São Paulo cresceu 101,86%. Em 2007 foram 69.070 mulheres concluintes em provas, contra 139.427 em 2011”, enumera.

E a que se deve a popularidade crescente da corrida de rua? “Correr é um gesto natural do ser humano. Não depender de ninguém, só de você, faz com que a pessoa tenha liberdade de praticar em qualquer lugar ou área”, avalia Leandro Hadlich (CREF 008056-G/PR), presidente da Associação de Técnicos de Corrida de Curitiba. “Para praticar corrida de rua você não necessita alugar um espaço, não depende de equipamentos e pode fazê-la sozinho, embora com companhia ela se torne muito mais agradável. A possibilidade de prática ao ar livre e nos horários que você tiver disponibilidade é um grande atrativo”, completa Nelson Evêncio.



SEM SUPERVISÃO

A grande questão que as corridas de rua nos trazem é: quantos de seus participantes têm o acompanhamento de um Profissional de Educação Física? A realidade é que muitos começam a treinar a corrida sem muitas informações, pois acreditam que basta calçar um tênis para sair correndo. “Aqui no Brasil importamos esta mania errada do americano de ser autodidata. Com isso, muita gente se lesiona e coloca sua saúde em risco”, frisa Nelson.

Outros assumem um risco a mais, ao utilizar planilhas de treinamento encartadas em revistas especializadas, divulgadas em jornais ou disponíveis pela Internet.



“O profissional prescreve para pessoas que sequer sabe quem são, que não avaliou de perto, que não sabe o que estão sentindo durante o exercício e não está perto para corrigir”, critica. “Treinamento de corrida não é receita de bolo. Não podemos tratar a coisa como se fosse tão simples assim. Devemos, sim, incentivar a prática de atividades físicas, mas sempre com a supervisão próxima de um Profissional de Educação Física”, complementa.

NICHO DE MERCADO

Temos um público-alvo potencial de mais de seis milhões de brasileiros que praticam corrida, sendo que muitos não procuram a orientação de um Profissional de Educação Física. Longe de encarar isso como uma ameaça, muitos profissionais vislumbram nesse cenário uma ótima oportunidade de negócios. Assim surgem as assessorias esportivas, oferecendo avaliações físicas, orientação e planos de treinamento feitos sob medida para cada beneficiário. “Para que tenha uma corrida segura e com riscos minimizados, além de prévios e periódicos exames médicos, o corredor deve ser acompanhado de perto por quem estudou por anos, está devidamente habilitado pelo Conselho Regional de Educação Física e apto a prescrever treinamento”, ressalta Nelson.

Como esses profissionais dependem, em sua maioria, do espaço público para trabalhar, eles estão, aos poucos, se organizando em associações para pleitear e organizar a utilização desses espaços junto ao poder público. “A Associação dos Técnicos de Corrida de Curitiba surgiu com a ideia de organizar espaços em corridas e locais públicos para que este crescimento não fique desordenado”, explica Leandro, presidente da entidade. “O maior desafio era legitimar a utilização dos espaços públicos para que os treinadores pudessem continuar ministrando treinos de corrida nestes locais”, confirma Nelson, que é presidente da Associação dos Treinadores de Corrida de São Paulo. O diálogo entre essas entidades e os órgãos públicos definem regras para a utilização adequada dos espaços, garantindo que o esporte possa ser praticado de forma democrática e responsável. ❏

PARA SABER MAIS...

atcsaopaulo.wordpress.com

atccuritiba.blogspot.com

Avalie esta seção
em confef.com/6