Resultados del Informe anual STRAVA 2020, sobre las tendencias del mundo del deporte

Strava, la principal plataforma social de deportistas y la mayor comunidad atlética del mundo, ha publicado su informe anual de 2020 en relación a las tendencias que han destacado en el mundo del deporte.

En este informe destaca cómo la pandemia de COVID-19 ha generado un boom de actividad física a nivel mundial. Desde Strava informan de que en mayo tuvieron un récord de más de 30 millones de cargas semanales. Es decir, las actividades de running se han multiplicado por dos durante este año.

En España, se puedo finalmente salir a correr el 2 de mayo tras el confinamiento estricto, en unos horarios definidos. Durante ese mes de vuelta, las actividades al aire libre crecieron un 51% más de lo previsto. Aparte del ciclismo y el running, las actividades más populares, aumentaron también otros tipos de actividades como los paseos o las excursiones.

En cuanto a meses de confinamiento estricto, el informe destaca que los españoles adaptaron sus rutinas al interior de las casas y descubrieron el deporte indoor. Una de las

actividades más populares fue el ciclismo virtual.

En general, la práctica deportiva ha crecido durante este año 2020, al ser un gran aliado para superar y sobrellevar una situación tan complicada como la vivida. En concreto, Strava explica que ha habido un aumento del 12,39% de actividades entre usuarios españoles, sumando un total de 2,9 millones de usuarios en la plataforma. El grupo que más ha crecido es el de mujeres entre 18 y 29 años.

El informe de Strava expone una serie de cifras que reflejan las tendencias deportivas de este año. Entre las actividades que los usuarios de Strava han practicado por primera vez destaca el ciclismo al aire libre (11,2%), la caminata al aire libre (10,8%), o el entrenamiento indoor (5,3%). En 2020 se han superado las cifras de 2019 en cuanto a distancia total recorrida (131,7 millones de km frente a 116) y desnivel total (1,9 mil millones de metros frente a 1,7 mil millones). La distancia media por actividad y la duración media por actividad, han descendido ligeramente, pero son casi similares.

Asimismo, se ha registrado datos similares en el mundo, con un crecimiento de la distancia total recorrida y del desnivel total, y un ligero descenso en la distancia y duración media por actividad.

Para este año, Strava ha estrenado los Strava Community Awards en España, como forma de premiar el esfuerzo, el ingenio o la capacidad de los usuarios españoles de superarse a pesar de las dificultades.

Facilitamos como fichero asociado, al final de la noticia, el informe completo de Strava y te invitamos a leerlo para ver los datos completos sobre las actividades deportivas en el año 2020.

Artículo original: www.running.es

Fecha de publicación: 16 de diciembre de 2020

Link to Original article: https://www.valgo.es/blog/resultados-del-informe-anual-strava-2020-sobre-las-tendencias-del-mundo-del-deporte?elem=197385