



Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Centro de Educação e Humanidades

Instituto de Educação Física e Desportos

Jorge Pereira Rodrigues

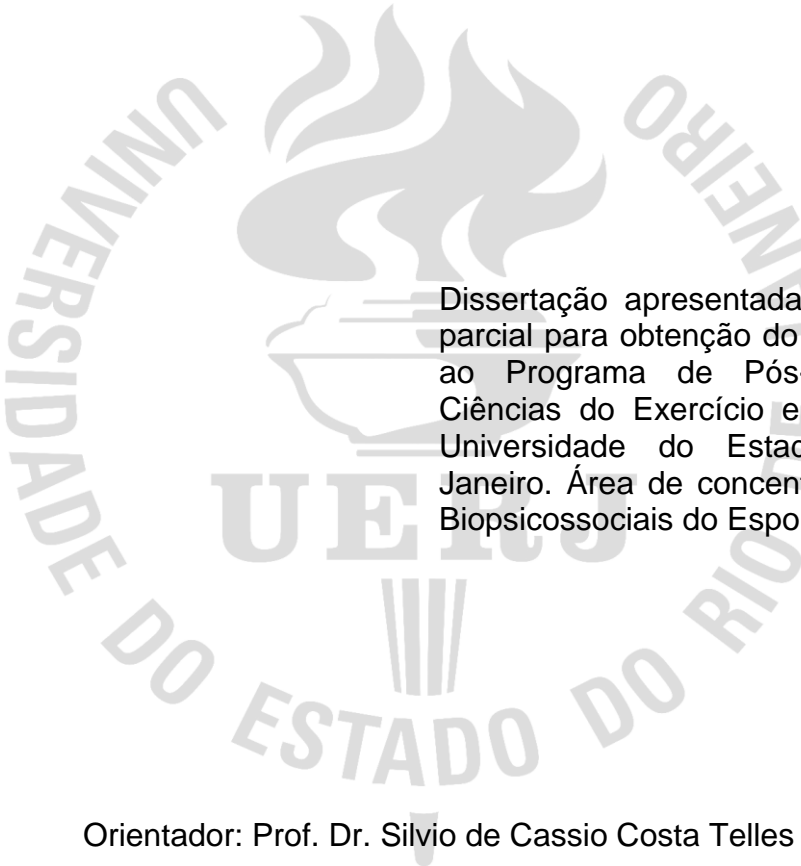
Das esteiras para as ruas: fatores que levam os alunos usuários de academias à prática de corridas de rua

Rio de Janeiro

2017

Jorge Pereira Rodrigues

**Das esteiras para as ruas: fatores que levam os alunos usuários de academias
à prática de corridas de rua**



Dissertação apresentada, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre, ao Programa de Pós-Graduação em Ciências do Exercício e do Esporte, da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Área de concentração: Aspectos Biopsicossociais do Esporte.

Orientador: Prof. Dr. Sívio de Cassio Costa Telles

Rio de Janeiro

2017

CATALOGAÇÃO NA FONTE
UERJ/REDE SIRIUS/BIBLIOTECA CEH/B

R696 Rodrigues, Jorge Pereira.
Das esteiras para as ruas: fatores que levam os alunos
usuários de academias à prática de corridas de rua / Jorge
Pereira Rodrigues. – 2017.
123 f.: il.

Orientador: Silvio de Cassio Costa Telles.
Dissertação (mestrado) – Universidade do Estado do
Rio de Janeiro, Instituto de Educação Física e Desportos.

1. Corridas de rua – Teses. 2. Alunos – Aspectos
psicológicos – Teses. 3. Academias de ginástica – Teses.
4. Aptidão física – Teses. I. Telles, Silvio de Cassio Costa.
II. Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Instituto de
Educação Física e Desportos. III. Título.

CDU 796.422

Bibliotecária: Eliane de Almeida Prata. CRB7 4578/94

Autorizo, apenas para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial desta
dissertação desde que citada a fonte.

Assinatura

Data

Jorge Pereira Rodrigues

**Das esteiras para as ruas: fatores que levam os alunos usuários de academias
à prática de corridas de rua**

Dissertação apresentada como requisito parcial para obtenção do título de Mestre, ao Programa de Pós-Graduação em Ciências do Exercício e do Esporte, da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Área de concentração: Aspectos Biopsicossociais do Esporte.

Aprovada em 31 de agosto de 2017.

Banca Examinadora:

Prof. Dr. Sílvio de Cássio Costa Telles (Orientador)
Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Prof^a Dra. Monique Ribeiro de Assis
Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Prof. Dr. André Malina
Universidade Federal do Rio de Janeiro

Rio de Janeiro

2017

RESUMO

RODRIGUES, Jorge Pereira. *Das esteiras para as ruas: fatores que levam os alunos usuários de academias à prática de corridas de rua*. 2017. 123 f. Dissertação. (Mestrado em Aspectos Biopsicossociais do Esporte) – Instituto de Educação Física e Desportos, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2017.

O fenômeno das corridas de rua tem demonstrado não ser apenas um modismo, mas sim uma opção de atividade física para um diversificado perfil de pessoas. As estatísticas apresentam números crescentes de participantes e eventos anualmente. Aos finais de semana, milhares de pessoas tomam as vias das grandes cidades na busca por qualidade de vida. As academias de ginásticas perceberam que poderiam utilizar as corridas como forma de reforçar os vínculos com seus clientes, e os organizadores de eventos vislumbram nos usuários dos espaços fitness um público alvo com amplo poder de consumo. Nesta pesquisa, buscamos identificar os principais fatores que contribuem para a associação de prática regular de exercícios em ambientes não totalmente controlados àquelas desenvolvidas nos espaços formais das academias. Para referendar nossa investigação, dividimos o trabalho em dois artigos. No primeiro, intitulado “Teoria das necessidades e a busca da excitação: o que leva os corredores às ruas”, averiguamos se as teorias sobre sentimento gregário e busca pela excitação contribuem para induzir os alunos de academias a associarem as corridas de rua às suas práticas regulares. No segundo artigo, com o nome “Das esteiras para as ruas: fatores que levam os alunos/usuários de academias às práticas regulares de corridas de rua”, buscamos perceber se havia eco entre as teorias e os sentimentos dos alunos. Concluímos que a associação entre corridas de rua e exercícios em academias é multifatorial, contudo os preceitos teóricos estudados estão em conformidade com os anseios dos usuários dos espaços fitness e eventos rústicos.

Palavras chave: Corridas de rua. Alunos de academias. Sentimentos.

ABSTRACT

RODRIGUES, Jorge Pereira. *From treadmills to the street*. Factores that lead gym attendees to turn into road races. 2017. 123 f. Dissertação. (Mestrado em Aspectos Biopsicossociais do Esporte) – Instituto de Educação Física e Desportos, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2017.

The phenomenon of road running has been showing to not be just fashion, but rather an option of physical activity to people of diverse backgrounds. The statistics feature increasing numbers of participants and events year by year. On weekends, thousands of people take the roads of most cities in search for quality of life. The gyms realized they could use the races as a way to strengthen the bonds with their customers and event planners see fitness spaces users a target public with a high purchasing power. In this research, we seek to identify the main factors that contribute to mix regular practice of exercises in not fully controlled environments to those developed in the formal spaces of the gyms. To validate our investigation, we split the study in two articles. In the first article, entitled "The theory of needs and the pursuit of excitement: What takes the runners to the roads", we try to find out if the theories about feeling gregarious and the quest for excitement contribute to induce gym attendees to take road racing into their regular practices. In the second article, entitled "From treadmills to the streets: Factors that lead gym attendees to turn into road racers" we seek to realize if there was echo between the theories and the feelings of the gym attendees. We found that the association of road races and workouts in gyms has multiple factors. However, the theoretical precepts studied are in accordance with the wishes of the users of both fitness centres and road events spaces.

Keywords: Road Racing. Gym Attendees. Feelings.

SUMÁRIO

| | | |
|----------|---|-----------|
| | INTRODUÇÃO | 6 |
| 1 | ARTIGO 1 - A TEORIA DAS NECESSIDADES E A BUSCA DA EXCITAÇÃO: O QUE LEVA OS CORREDORES ÀS RUAS | 16 |
| 2 | ARTIGO 2 - DAS ESTEIRAS PARA AS RUAS: FATORES QUE LEVAM OS ALUNOS/USUÁRIOS DE ACADEMIAS ÀS PRÁTICAS DE CORRIDAS DE RUA | |
| | CONSIDERAÇÕES FINAIS | 76 |
| | REFERÊNCIAS | 79 |
| | ANEXOS | 83 |

INTRODUÇÃO

As corridas de rua se tornaram um dos maiores fenômenos esportivos mundiais. Por se tratar de uma disciplina do atletismo, a Federação Internacional das Associações do Atletismo (IAAF) buscou, a partir da década de 1980, acompanhar mais de perto esses eventos. Para tanto, associou-se à Associação Internacional de Maratonas e Corridas de Distâncias (AIMS)¹, que se tornou uma extensão da IAAF, objetivando regulamentar e disciplinar as corridas.

O Brasil, por possuir uma longa cultura em corridas de rua, acompanhou esse fenômeno. É interessante avaliar como essa prática tornou-se uma tendência relevante dentro das áreas urbanas. A busca por um novo espaço para realizar atividades físicas encontrou nas cidades uma possibilidade que não evidencia sinais de estar em processo de desaceleração.

Por norma da IAAF, os eventos de rua deverão ficar sob a tutela dos órgãos oficiais que representam o atletismo dentro de um determinado território. No Brasil, isso fica a cargo da Confederação Brasileira de Atletismo (CBAt) e das entidades estaduais – Federações. Contudo, o país ainda padece de leis federais que versem sobre uma regulamentação; talvez por isso não existam números oficiais e exatos.

A Federação Paulista de Atletismo (FPA) (www.atletismofpa.org.br) é o órgão oficial que possui melhor amostragem dos números de corridas de rua, conforme podemos observar nos dados encontrados em seu site, em uma área exclusiva para tratar de corridas de rua.

¹ AIMS – Organização presente em mais de 100 países e que tem, como principais objetivos, fomentar as corridas de longa distância; trabalhar junto à IAAF em todos os assuntos relacionados as corridas de rua internacionais; trocar informações, conhecimentos e experiências entre os membros da associação.

Figura 1

| Demonstrativo de Corridas de Rua nos Últimos Anos no Estado de São Paulo | | | | | | |
|--|--------|---------------|---------------------|-----------------|----------------------|-----------------|
| Ano | Provas | Cresc. Provas | Participações (Mil) | Condição | Cresc. Participações | Condição |
| 1 | 11 | | <i>Sem dados</i> | ----- | <i>Sem dados</i> | ----- |
| 2 | 17 | 54,55% | <i>Sem dados</i> | ----- | <i>Sem dados</i> | ----- |
| 3 | 34 | 100,00% | <i>Sem dados</i> | ----- | <i>Sem dados</i> | ----- |
| 4 | 107 | 214,71% | 146.022 | <i>Estimado</i> | <i>Sem dados</i> | ----- |
| 5 | 168 | 57,01% | 209.501 | <i>Estimado</i> | 43,47% | <i>Estimado</i> |
| 6 | 182 | 8,33% | 233.557 | <i>Estimado</i> | 11,48% | <i>Estimado</i> |
| 7 | 195 | 7,14% | 283.960 | Real | 21,58% | <i>Estimado</i> |
| 8 | 217 | 11,28% | 372.352 | Real | 31,13% | Real |
| 9 | 240 | 10,60% | 401.465 | Real | 7,82% | Real |
| 10 | 287 | 19,58% | 416.210 | Real | 3,67% | Real |
| 11 | 298 | 3,83% | 464.057 | Real | 11,50% | Real |
| 12 | 311 | 4,36% | 533.629 | Real | 14,99% | Real |
| 13 | 323 | 3,86% | 566.236 | Real | 6% | Real |
| 14 | 361 | 11,76% | 653.140 | Real | 15,35% | Real |
| 2015 | 415 | 14,96% | 724.130 | Real | 10,87% | Real |

Figura 2

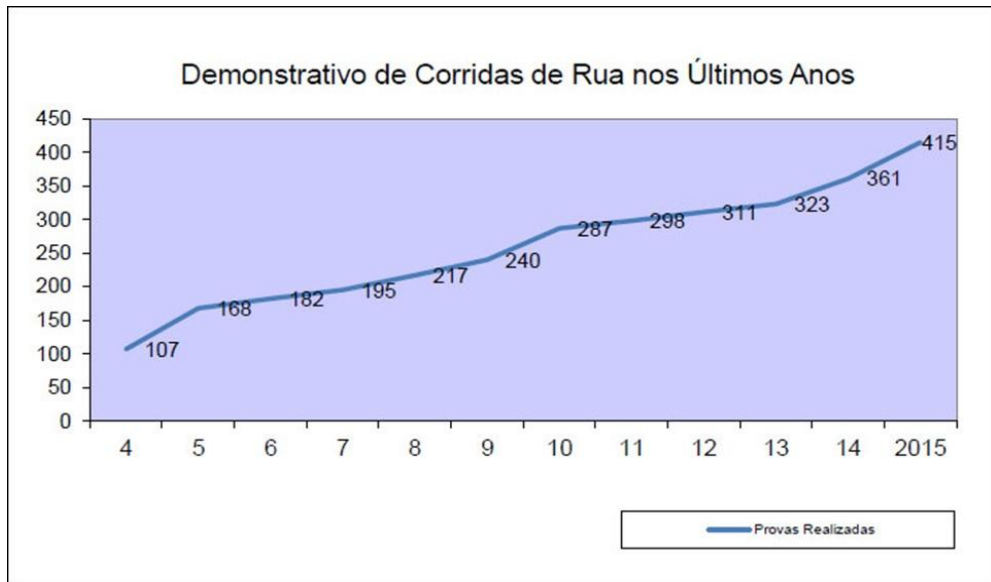
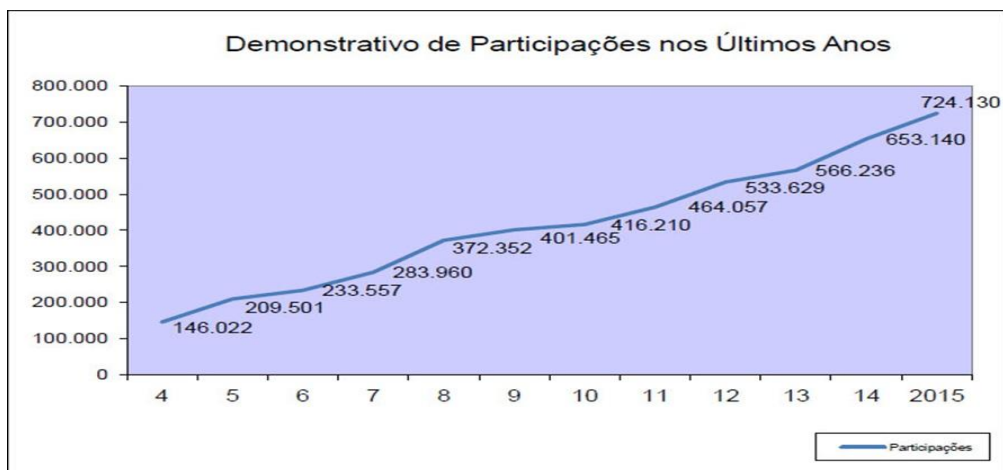


Figura 3

De acordo com os dados da Figura 1, desde que a entidade passou a controlar os números dos eventos rústicos de corrida no ano de 2001, a quantidade de corridas não parou de crescer. Quando comparamos os anos de 2013 e 2014, percebe-se um aumento de mais de 15% no número de pessoas participantes. Atualmente a FPA possui um departamento exclusivo para tratar dos eventos rústicos, e a constante presença de eventos de corridas de ruas nas principais áreas urbanas brasileiras tem levado as Federações a seguirem um caminho similar ao adotado pela FPA. Isso pode ocorrer como uma tentativa das entidades em disciplinar os eventos, mas também como uma fonte de receitas, uma vez que os eventos oficiais necessitam de autorização para que possam ocorrer – são os chamados alvarás ou *permits*.

Nos gráficos das Figuras 2 e 3, evidencia-se que tanto no tocante ao número de eventos quanto ao número de participantes, as corridas de rua continuam crescendo. Somente no estado de São Paulo temos mais de meio milhão de corredores em eventos oficiais de corridas.

A Federação de Atletismo do Rio de Janeiro (FARJ) (www.atletismorio.com.br), na busca de disciplinar a realização de eventos de rua em virtude do aumento sistemático do número de provas, criou a partir de 2013 um cargo para tratar exclusivamente desse assunto. Foram emitidos 144 alvarás em 2014, contra 123 em 2013. Tais números no Rio de Janeiro são bastante imprecisos,

pois uma portaria municipal da Secretaria de Esportes e Lazer permite a realização de eventos rústicos sem que haja emissão de alvarás pela FARJ.

Salgado e Chacon-Mikhail (2006) apontam que inicialmente a busca pela prática da corrida de rua ocorre por diversos interesses, que envolvem desde a promoção da saúde até a estética, a integração social, a fuga do estresse da vida moderna, a busca por atividades prazerosas e competitivas. Como prática sistematizada, os autores que discorrem sobre o assunto concordam que a corrida adquire status na década de 1970. No Brasil, esse aspecto ganha impulso com a propagação, pelo Governo, do programa “Esportes Para Todos”.

O Esporte para Todos (EPT) surgiu no Brasil, a partir de 1973, eivado de pressupostos filosóficos que propunham a democratização das atividades físicas e desportivas. Em 1975, o primeiro evento de impacto em favor da mobilização da população foi realizado pela Rede Globo, sob o nome de MEXA-SE, que coincidiu com a elaboração do Plano Nacional de Educação Física e Desportos (PNDE, 1976) e, tinha como objetivos principais aprimorar a aptidão física da população, elevar o nível do desporto em todas as áreas, intensificando a sua prática às massas, ampliar o nível técnico das representações nacionais e difundir as atividades esportivas como forma de utilização do tempo de lazer. O esporte, nesse sentido, não se restringiria a praticantes dotados de habilidades motoras, com o intuito de estabelecer uma seleção entre os esportistas e os não esportistas, passando a ser, a partir daquele momento, um elemento acessível a toda população, independentemente do estágio de capacidade física em que se encontravam os indivíduos. (TEIXEIRA, 2009, p. 2).

Outro ponto de convergência entre os autores acerca do crescimento da prática regular de corrida foi o movimento denominado “jogging boom”, influenciado pela teoria do Método Cooper. Esse movimento estimulou o surgimento da cultura das corridas em ambientes externos nos Estados Unidos no início da década de 1970.

Por volta de 1970, aconteceu o “jogging boom”, baseado na teoria do médico norte-americano Kenneth Cooper, criador do Teste de Cooper, que prega a prática de corrida (SALGADO; CHACON-MIKHAIL, 2006). Talvez possamos considerar que o fator relevante para a adesão às corridas nesse período tenha sido a associação à saúde. Essa prática rapidamente chega ao Brasil, provavelmente impulsionada pelo sucesso da seleção brasileira de futebol campeã no México no ano de 1970, que utilizou o teste de Cooper na preparação de seus jogadores.

Trucollo, Maduro e Feijó (2008) também associam aspectos sociais às adesões aos eventos de corridas de rua. Para as autoras, razões psicológicas e sociais também são importantes para a adesão de adultos a um programa de

exercício e estão diretamente relacionadas com: apoio social da família, esposo(a), profissionais; saúde; redução da ansiedade e da depressão. O estudo aponta também que, embora a consciência dos benefícios da atividade física na qualidade de vida dos indivíduos possa ser o motivo inicial para a adesão, os sentimentos de bem-estar e divertimento aparecem como fortes moventes no plano secundário.

Embora as corridas de rua tenham angariado muitos praticantes nas décadas de 1970 e 1980 no Brasil, houve uma tendência à estagnação e até mesmo a um decréscimo no número de eventos oferecidos no final dos anos 1980. Algumas corridas que comumente ocorriam no Rio de Janeiro – tais como: Corrida do Cristo, Volta da Lagoa, corrida da Ponte e Leblon-Leme – deixaram de compor o calendário de eventos rústicos. Esse fenômeno também ocorreu em outras partes do País.

Nos anos de 1980 e 1990, as academias tornam-se referências quanto à prática regular de atividades físicas. Marinho e Guglielmos (1997) afirmam que a expansão das academias se torna um fenômeno na adesão e aderência aos exercícios em espaços formais com uma variada oferta de possibilidades para os alunos. Assim, aproximadamente dez anos depois da popularização das corridas de rua no Brasil, uma nova forma de prática sistemática de atividade física ganha destaque no País. Gradativamente as “esteiras” tornaram-se uma nova oportunidade de exercitação e modismo. Desde então, as práticas físicas “indoor” promoveram vertiginoso aumento nos números de empreendimentos comerciais no ramo do fitness. Mascarenhas et al. (2010) apontam que a Indústria do Fitness está sempre em busca de novidades nos serviços que renovem seu poder de atração de novos e potenciais consumidores. As promessas dessa grande indústria, contando com um avançado aparato no campo do marketing e da propaganda, criam novas necessidades, e, junto com o campo científico, ambos legitimando o discurso da saúde, promovem uma identificação do consumidor com produtos e serviços propostos pelo setor.

Em seu artigo sobre os estágios das academias de ginásticas no Brasil, Furtado (2009) menciona que as décadas de 1980 e 1990 representam um marco nesse tipo de negócio. Seus proprietários adquirem o status de empresários, uma vez que vislumbram nesse tipo de estabelecimento uma concreta fonte lucrativa. O autor relata que, com o aumento daqueles que frequentam as academias, esses espaços começam a ganhar status de empreendimento lucrativo. Seguindo essa tendência de lucros, outros tipos de empresas foram se agregando ao processo, tais

como os fabricantes de aparelhos, bebidas e vestuários. Tem-se aí um primeiro movimento de passagem de academias que surgiram, principalmente a partir do interesse pessoal de seus donos na área, para academias que começaram a se estabelecer, desde o início, como um negócio visando fundamentalmente o lucro.

Segundo Furtado (2009), a chamada “ginástica aeróbica” era o grande atrativo aos alunos nesse período, porém aos poucos as academias foram diversificando suas atividades e introduzindo outras modalidades às práticas oferecidas. Ter um “cardápio” diversificado de opções aos usuários das academias tornava-se uma eficaz estratégia para ampliar a conquista de novos alunos.

Capinussú (2006) relata que o surgimento das academias no Brasil data do início do Século XX, com a Associação Cristã de Moços (ACM), na década de 1930. Nessa época, os estabelecimentos do ramo de atividade física não possuíam a configuração que encontramos atualmente. Segundo o autor, a ACM oferecia, dentre outras atividades, a ginástica calistênica, juntamente com o Judô e o halterofilismo. É a partir da década de 1940 que as academias começam a criar um “embrião” mais próximo daquilo que encontramos hoje em dia.

Furtado (2009) relata que aos poucos o termo “musculação” vai substituindo o halterofilismo. Isso se dá por conta de uma maior preocupação com estética corporal, em detrimento do objetivo competitivo. A adoção desse termo passou a substituir o halterofilismo, visando abranger um público maior de pessoas que não praticavam a modalidade por competição ou para construir corpos com grande hipertrofia da musculatura. Assim, as academias que surgiram a partir de meados de 1980 já apresentavam mudanças em seus nomes, acompanhando essa mudança de atendimento de necessidades do público. Em vez de nomes como “Músculo e Poder”, “Academia do Tarzan”, “Centros de Fisiculturismo” e outros que buscavam demonstrar imponência e faziam referência ao halterofilismo, começam a surgir nomes que evidenciam mais a ginástica e/ou a musculação. Tais mudanças parecem ter contribuído para o aumento no quantitativo do público frequentador das academias, até mesmo atraindo uma maior participação das mulheres.

Novaes (1991) salienta que o perfil inovador das academias faz com que os seus produtos estejam sempre em busca de novos paradigmas, na tentativa de fidelizar seus clientes. Essas constantes mudanças permitiram o surgimento de novas práticas nesses estabelecimentos, objetivando criar desafios aos alunos. Contudo, as academias sempre padeceram do problema da sazonalidade de seus

usuários. Tal fato também citado por Saba (2001), quando se refere ao comportamento sazonal dos indivíduos em relação à prática de atividades e exercícios físicos.

Os momentos de maior prevalência de alunos nos estabelecimentos podem variar por conta de diferentes fatores. Segundo Cadernas (2014), variações relativas às diferentes modalidades oferecidas nas academias criam padrões de comportamento que podem ser analisados não em relação aos motivos internos dos indivíduos, mas considerando fatores externos aos sujeitos, como períodos de frio intenso, chuvas, feriados prolongados, datas festivas e que resultam em um comportamento sazonal da clientela/sazonalidade.

Saba (2001) aponta que há um índice grande de desistência por parte de pessoas que iniciam um programa de exercícios físicos em academias ao longo dos seis primeiros meses, registrando que tal índice pode chegar a quase metade das pessoas que se matriculam. Ainda analisando as questões relacionadas à manutenção dos usuários nas academias, Malavasi e Both (2005) explicam que uma das grandes dificuldades existentes para se manter um programa de exercícios físicos refere-se à aderência que se espera, ou seja, a manutenção do consumidor na rotina de certo treinamento e ao comprometimento com tal atividade.

Diante do exposto, talvez seja coerente pensar que os responsáveis pelos eventos de corridas de rua tenham percebido um campo fértil no perfil dos alunos das academias conjugado com as necessidades desses estabelecimentos em manter seus clientes. Assim, a associação entre a “esteira” e a rua começou a ser incentivada, promovendo um retorno ao “berço” da corrida dos anos de 1970 e 1980.

O início do século XXI representa o retorno da prática contínua e sistemática de corrida ao ar livre. As corridas de rua têm se mostrado muito frequentes, angariando a cada ano um grande número de participantes em suas edições. Segundo Evangelista (2009), as provas de rua tiveram um aumento significativo nos últimos 10 anos. Comparativamente, em 2001 eram apenas 11 provas de rua e em 2005 passaram para 174 somente no estado de São Paulo, havendo algumas vezes 25 mil pessoas em uma única prova; no ano de 2015 foram 415, conforme última atualização da FPA.

Provavelmente pensando na conjugação alunos de academias e corridas de rua, cinco das principais empresas organizadoras de eventos rústicos no Brasil – Yescon, Spiridon, O2, Corpore e Iguana – organizam eventos exclusivamente

voltados para o segmento academias, possuindo em suas estruturas cadastros que permitem não só um contato direto com essas empresas do ramo de fitness, visando facilitar informações sobre os eventos, quanto facilidades nos processos de inscrição, retirada de kits, valores diferenciados nas inscrições dos alunos/atletas, além de premiação às academias com melhores performances e maior número de participantes. Essas empresas costumam criar um cadastro dos participantes, buscando estabelecer uma maior aproximação com os consumidores de seus produtos.

No Brasil não encontramos fontes formais a respeito do número exato de praticantes regulares de corridas de rua. Salgado e Chacon-Mikhail (2006) discorrem que, ao iniciarmos o levantamento das primeiras informações ligadas ao tema, nos deparamos com um enorme conjunto de dados que atualmente se formou e está relativamente acessível. Comumente, esses dados pertencem às comissões organizadoras, Federações e Confederações, entidades privadas, imprensas populares e páginas especializadas da Internet. Considerando que os números podem apresentar algumas discrepâncias por falta de um órgão oficial que verse sobre o assunto, atualmente estima-se que haja entre 4 e 5 milhões de praticantes regulares de corridas de rua no Brasil (Corpore, 2013)². Um dado extraído da revista Isto é Dinheiro (www.istoedinheiro.com.br) em sua edição de 06 de julho de 2011, estimava cerca de 4 milhões de participantes regulares e uma movimentação de R\$ 3 bilhões por ano. Diante da escassez de fontes acadêmicas e objetivando referendar nosso estudo, lançamos mão de buscar informações em fontes cujo principal meio de atividades são ascorridas de rua: as empresas que organizam os eventos rústicos. Assim sendo, recorreremos a algumas das principais organizadoras de corridas no Rio de Janeiro, a saber: Spiridon Promoções e Eventos, Iguana Sports, De Castilhos Marketing Esportivo, objetivando compreender como essas empresas lançam mão das corridas como produtos oferecidos e identificar os números e clientes que eles buscam alcançar.

Salgado e Chacon-Mikhail (2006, p. 4) consideram três tipos de corredores:

- os que correm e procuram apenas seu próprio tempo e posição;
- os que conferem os resultados para ver como foi o seu desempenho, de seus amigos ou apenas para descobrir o vencedor;

² A Corpore, entidade sem fins lucrativos fundada em 1982 em São Paulo, é a maior associação de corredores de rua da América Latina, com mais de 25000 associados.

- os diretores de provas, que veem os resultados como dados estatísticos e de investimentos.

Diante do que até aqui foi exposto, levando em consideração o desenvolvimento das corridas de rua e o crescimento do número de usuários de academias, as quais buscam oferecer uma associação entre as atividades indoor e outdoor, tivemos como questão norteadora: que fatores levam os alunos de academias a associarem as corridas de rua às suas práticas cotidianas nas academias?

Nosso principal objetivo neste estudo é identificar os fatores que levam os alunos de academias a praticarem regularmente corridas de ruas. Tal curiosidade investigativa se justifica por tentar entender esse fenômeno social, o qual vem propiciando uma expansão do campo de atuação dos profissionais de educação física que atuam em academias.

Nossos sujeitos da pesquisa são os alunos de academias que tenham iniciado suas práticas em corridas de rua a partir do vínculo com o estabelecimento. Como fator de exclusão, não coletamos dados com pessoas que praticavam as corridas antes da matrícula nas academias. Ampliando nossa pesquisa, recorreremos aos organizadores de corridas de rua que possuíssem em seus calendários eventos dedicados ou facilitadores da participação dos corredores de academias

No intuito de responder à questão supracitada, esta dissertação foi dividida em dois artigos, seguidos de uma conclusão:

Artigo 1: A teoria das necessidades e a busca da excitação: o que leva os corredores às ruas?

Artigo 2: Das esteiras para as ruas: fatores que levam os alunos/usuários de academias às práticas de corridas de rua

O primeiro artigo apresentou a problematização, ou seja, buscamos identificar os principais moventes que contribuem para que as pessoas adotem as corridas de rua como parte integrante de sua práxis de atividade física. Na busca de informações para nossa investigação, mergulhamos em um estado da arte e realizamos uma revisão sistemática de produções que versavam direta ou indiretamente sobre o tema, no intuito de identificar, no campo da produção do conhecimento, possíveis indícios e mesmo estudos que auxiliassem no alcance do objetivo.

No segundo artigo, a partir dos dados encontrados no primeiro artigo, que nos levou a entender as motivações para corrida de rua, buscamos discutir por que os corredores não se mantêm somente nas esteiras, local seguro, controlado e confortável, mas buscam novas experiências nos espaços urbanos. Para tal realizamos uma coleta de dados utilizando como instrumento uma entrevista semiestruturada do tipo guiada com alunos de academias que tenham iniciado sua prática em corridas de rua a partir das esteiras. Como forma de interpretar as respostas, utilizamos a técnica de análise de conteúdo, que se vale da comunicação como ponto de partida. Para Bardin (2016), análise de conteúdo é um conjunto de técnicas de análise de comunicações que utiliza procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) dessas mensagens.

A utilização da técnica de análise de conteúdo foi escolhida por possibilitar uma exploração qualitativa de mensagens e informações, de composição do discurso e identificação de unidades de análise ou grupos de representações, buscando uma categorização dos fenômenos, a partir da qual se torna possível a construção de significados que apresentem uma compreensão mais aprofundada da interpretação de realidade do grupo estudado.

A terceira parte do nosso estudo consistiu em apresentar conclusões e considerações, explicitando as relações simbióticas entre as atividades praticadas nas esteiras e nas corridas de rua. Através de nossas análises, buscamos contribuir apresentando subsídios para estudos complementares ou de outros cientistas que desejem enveredar no assunto diretamente ou de forma associativa.

ARTIGO 1

A TEORIA DAS NECESSIDADES E A BUSCA DA EXCITAÇÃO: o que leva os corredores às ruas

RESUMO: As corridas de rua representam para as atividades físicas um fenômeno de grandes proporções. As academias, que se tornaram populares nos anos de 1980 e 1990, forneceram, nos últimos anos, muitos corredores para as ruas. Tivemos como objetivo neste estudo buscar os fatores que levam os usuários de um ambiente controlado, como os das academias, a se aventurarem por essas vias. Metodologicamente optamos por uma pesquisa bibliográfica que contribuísse para a construção de uma versão desse fenômeno. Buscamos investigar se os pressupostos de busca pela excitação em um ambiente de competição, os discursos de aquisição de saúde e estética, sentimentos gregário e influência da mídia e consumo, contribuem direta ou indiretamente na adoção regular dessa prática para esse público específico. O lapso temporal teve o ano de 2000 como ponto de partida, uma vez que foi a partir de então que as corridas passaram a fazer parte do cotidiano das cidades brasileiras (EVANGELISTA, 2009). Esse período foi, portanto, responsável pelo crescimento e desenvolvimento dessa prática. Acreditamos que as necessidades de aceitação e o sentimento gregário atrelado à procura pela aventura sejam motivos preponderantes na contribuição dessa mudança de ambiente.

Palavras-chave: Corridas de Rua. Excitação. Sentimento Gregário. Saúde.

THE THEORY OF THE NEEDS AND THE SEARCH FOR EXCITEMENT: what takes runners to the streets

ABSTRACT: Road running represents a major phenomenon in physical activities. The gyms that became popular in the 1980's and 1990's have been creating many road runners in recent years. Our aim in this study is finding out the reasons that lead users of controlled environments such as gyms, venturing through these pathways. Methodologically we chose a bibliographical research that would contribute to the construction of a version of this phenomenon. We decided to investigate whether the assumptions of quest for excitement in a competitive environment, the acquisition of health and aesthetics, gregarious feelings as well as influence the media and consumption, contribute directly or indirectly to the adoption of this practice in a regular basis by this specific public. The time lapse had a start in the year 2000, understanding this as the one when road races became part of the daily lives of Brazilian cities (Evangelista, 2009), period of time that witnessed the growth and development of such events. We believe that the need of acceptance and the gregarious feeling tied to the quest for adventure are compelling reasons in the contribution for this change of environment

Keywords: Road Races. Excitement. Feeling Gregarious.

ARTIGO 1 - A TEORIA DAS NECESSIDADES E A BUSCA DA EXCITAÇÃO: O QUE LEVA OS CORREDORES ÀS RUAS

INTRODUÇÃO

As corridas de rua se tornaram um dos maiores fenômenos esportivos em ascensão no Brasil. É interessante avaliar como essa prática tornou-se uma tendência relevante dentro das áreas urbanas. A busca por um novo espaço para realizar atividades físicas encontrou nas cidades uma possibilidade que não evidencia sinais de estar em processo de desaceleração.

A Federação Paulista de Atletismo (FPA) (atletismofpa.org.br) é o órgão oficial que possui melhor amostragem dos números de corridas de rua. Desde que a entidade passou a controlar os números dos eventos rústicos de corridas, no ano de 2001, a oferta de provas não parou de crescer. A análise dos anos de 2014 e 2015 evidenciou que o aumento foi de aproximadamente 15%. O número elevado de corridas de rua em São Paulo levou a Federação a criar um departamento exclusivo para tratar do assunto.

A Federação de Atletismo do Rio de Janeiro (FARJ) (www.atletismorio.com.br) também tem buscado disciplinar as realizações de eventos de rua em virtude do aumento sistemático do número de provas, criando a partir de 2013 um cargo exclusivamente para tratar desse assunto.

Salgado e Chacon-Mikhail (2006) revelam que inicialmente a busca pela prática da corrida de rua ocorre por diversos interesses, que envolvem desde a promoção da saúde até a estética, a integração social, a fuga do estresse da vida moderna, a busca por atividades prazerosas e competitivas.

Ao longo do século XX a corrida de rua torna-se um evento esportivo sistematizado. No Brasil esse aspecto ganha impulso com a propagação, pelo governo, do Programa “Esportes Para Todos”. O movimento denominado “jogging boom”, influenciado pela teoria do Método Cooper, estimulou o surgimento da cultura das corridas em ambientes externos nos Estados Unidos nas décadas de 1960 e 1970. Essa prática rapidamente chega ao Brasil, talvez impulsionada pelo

sucesso da seleção brasileira de futebol campeã no México no ano de 1970, que utilizou o teste de Cooper na preparação de seus jogadores.

É bem provável que outra contribuição para a popularização das corridas de rua em nosso país tenha sido a liberação da participação popular, dos chamados atletas amadores, haja vista que antes só havia a participação de atletas de elite. “Também na década de 1970 surgiram provas onde foi permitida a participação popular junto aos corredores de elite, porém com largadas separadas para os respectivos pelotões” (SALGADO; CHACON-MIKHAIL, 2006). Nessa época começam a se tornar tradicionais provas como a Maratona do Rio de Janeiro (1979), a Corrida Leblon-Leme-Leblon (1979), a Corrida dos Reis em Goiás (1970), sem falar na mais antiga corrida existente no Brasil que ocorre desde a década de 1920, a São Silvestre, fontes obtidas no site da Confederação Brasileira de Atletismo (www.cbat.org.br).

Os anos de 1980 e 1990 representaram a ascensão das atividades em academias. Marinho e Guglielmos (1997) afirmam que a expansão das academias é um dos maiores fenômenos sociais ocorridos recentemente e que a crescente aderência às atividades físicas oferecidas nelas tem motivos e fatores variados. Assim, cerca de dez anos após a popularização das corridas de rua, uma nova forma de prática sistemática de atividade física ganha destaque em nosso país. Gradativamente as esteiras tornaram-se uma nova oportunidade de exercitação e modismo. Desde então, as práticas físicas “indoor” sofreram vertiginoso aumento nos números de empreendimentos comerciais no ramo do fitness.

O site do SEBRAE (www.sebrae.com.br), em 26 de agosto de 2014, aponta que o Brasil é o segundo país do mundo em número de academias e indica a existência de 21760 empreendimentos do ramo em território nacional. A mesma publicação aponta um crescimento de 29% nos últimos três anos. O número de usuários gira em torno de 2,8 milhões de matriculados.

O movimento de corridas de rua que se tornou popular nos anos de 1970 tende a permanecer estável até o fim da década de 1980. Esse período coincide com a ascensão das academias no País. Talvez possamos supor que essa nova prática regular de atividade física agregue aos seus usuários os novos participantes de exercícios físicos, uma vez que a oferta passa a ser maior e com mais oportunidades do que os eventos rústicos. Não encontramos referências que comprove que as academias tenham usurpado das corridas os seus praticantes,

mas os números de praticantes nesses estabelecimentos crescem a partir de 1990 e a quantidade de corridas diminui. Eventos tradicionais como “Corrida da Ponte”, “Leblon-Leme-Leblon” e “Corrida do Cristo” cessam nesse período.

As academias foram determinantes para a mudança na forma como as pessoas faziam as atividades físicas. Dessa forma, em um único espaço, a oferta diversificada de atividades proporcionava uma nova perspectiva na busca pelos objetivos relacionados ao corpo.

Mascarenhas et al. (2010) apontam que a Indústria do Fitness está sempre em busca de novidades nos serviços que renovem seu poder de atração de novos e potenciais consumidores. As promessas dessa grande indústria, contando com um avançado aparato no campo do marketing e da propaganda, criam novas necessidades, junto com o campo científico, ambos legitimando o discurso da saúde, promovendo uma identificação do consumidor com produtos e serviços propostos pelo setor.

O início do século XXI representa o retorno da prática contínua e sistemática de corrida ao ar livre. As corridas de rua têm se mostrado muito frequentes, angariando a cada ano um grande número de participantes em suas edições. Segundo Evangelista (2009), as provas de rua tiveram um aumento significativa nos últimos 10 anos e não apresentam sinais de desaceleração. A revista especializada em negócios Isto é Dinheiro (www.istoedinheiro.com.br), em sua edição de outubro de 2009, afirma ser consenso considerar o futebol como o esporte mais praticado no Brasil e estima-se cerca de 30 milhões de adeptos, inclusos profissionais e amadores. A mesma publicação destaca que as corridas de rua apresentam um crescimento perceptível com cerca de 4 milhões de corredores praticando esse esporte em vias públicas, parques e academias. Acredita-se em um crescimento de 100% no número de adeptos em apenas seis anos. Com esses dados, tal prática aparece como o segundo esporte mais praticado no Brasil.

Provavelmente pensando na conjugação entre alunos de academias e corridas de rua, cinco das principais empresas organizadoras de eventos rústicos no Brasi – Yescon, Spiridon, O2, Corpore e Iguana – organizam eventos exclusivamente voltados para o segmento academias, possuindo em suas estruturas cadastros que permitem não só um contato direto com essas empresas do ramo de fitness, visando facilitar informações sobre os eventos, quanto facilidades nos processos de inscrição, retirada de Kits, valores diferenciados nas inscrições dos

alunos/atletas além de premiação às academias com melhores performances e maiores números de participantes. Essas empresas costumam criar um cadastro dos participantes, buscando criar uma maior aproximação com os consumidores de seus produtos.

Não há dúvida de que vivenciamos um fenômeno de prática sistemática de corridas no Brasil. Dessa forma buscamos neste artigo identificar os principais fatores que compelem as pessoas a buscarem as corridas de rua como fator presente na práxis de suas atividades físicas.

Objetivamente, buscamos desvelar o que leva os corredores a associarem as esteiras das academias, um ambiente controlado e mais seguro, a buscar nas ruas uma extensão para suas práticas.

METODOLOGIA

Este estudo enquadra-se como um trabalho descritivo-exploratório, conforme apontado por Gil (1999). Tal modelo tem como finalidade esclarecer, ampliar e modificar conceitos ou ideias sobre um determinado tema. Metodologicamente, utilizamos uma pesquisa bibliográfica de produções que versem direta ou indiretamente sobre o tema, no intuito de identificar no campo da produção do conhecimento possíveis indícios e mesmo estudos que auxiliassem no alcance do objetivo. Lançamos mão das palavras: corridas de rua; corrida rústica e corrida junto à natureza.

Investigamos as produções científicas que abordavam o assunto, tendo como lapso temporal as publicações a partir do ano 2000, pois “somente a partir dessa década os eventos rústicos ficaram mais presentes em nosso cotidiano, caracterizando-se então como um fenômeno” (EVANGELISTA, 2009). A pesquisa consultou as revistas científicas, através do portal eletrônico CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior) em seu sistema WebQualis, que estratifica a qualidade da produção intelectual, compreendidos entre A2 a B3 e que também abordassem temas na área da cultura, local pertinente para tal discussão. Acessamos cada uma das edições e observamos os títulos dos trabalhos. Naqueles em que encontrávamos temas que nos despertassem supostas correlações com nosso tema, fizemos uma leitura do resumo. A partir daí, descartamos as publicações, por não encontrar subsídios à pesquisa ou selecionamos para uma

leitura ampla. As revistas acessadas foram: Motriz: Revista de Educação Física; Movimento; Cadernos CEDES; Revista Brasileira de Educação Física e Esporte; Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde; Revista da Educação Física UEM; Revista Brasileira de Ciências do Esporte; Revista Estudos Feministas UFSC; Pensar a Prática. Foram investigados 345 volumes englobando todas as revistas.

Ampliando a pesquisa, recorreremos ao banco de teses e dissertações da CAPES, lançando mão do sistema de procura com balizamento por assunto, utilizando os mesmos temas e metodologias anteriores.

Objetivando realizar uma pesquisa mais complexa, ampliamos nossa investigação aos portais de saúde voltados a publicações de produções científicas e acadêmicas. Recorreremos ao Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida (CPAQV); Descritores em Ciências da Saúde (DeCS); Biblioteca Virtual em Saúde (BVS); Instituto Brasileiro de Informação em Ciência e Tecnologia (IBICT); SciELO Brazil. Em todos reproduzimos o mesmo tipo de pesquisa.

Na área de marketing, administração e economia, encontramos 7 produções no periódico CAPES e uma no portal SciELO. Nos demais não encontramos produções correlatas. Na área ligada a saúde e ou performance tivemos os seguintes números: 10 produções no portal SciELO, 9 no portal IBICT, 14 no periódico CAPES. Nos demais não encontramos produções. Na área da cultura obtivemos êxito por conseguir 12 trabalhos no portal IBICT, um no portal SciELO e 16 no periódico CAPES. Não encontramos produções nos demais descritores. Salientamos que muitas dessas produções se repetem nos diferentes locais de pesquisa.

Ainda buscando referendar nossa investigação e na intenção de encontrarmos produções e dados sobre corridas de rua, recorreremos a sites dos órgãos representativos oficiais do atletismo, tais como Federação Internacional de Atletismo, Associação Internacional de Maratonas e Corridas de Distâncias, Confederação Brasileira de Atletismo e Federações e de empresas que organizam as corridas com o maior número de participantes no Brasil segundo a CBA: YESCON, SPIRIDON, O2 e IGUANA SPORTS. Essa exploração nos apresentou um cenário mais próximo do real, sobre os números de eventos, quantidade de corredores nos eventos rústicos.

Após a revisão, diversas abordagens sobre as motivações que levam os indivíduos a correrem nas ruas foram exploradas. Os discursos relacionados à

saúde e estética, a busca pela excitação e o sentimento gregário apareceram de forma recorrente em diversos desses estudos. Os dois últimos discursos – sentimento gregário e busca pela excitação – nos despertaram a curiosidade científica, de modo a tentar entender o quanto esses dois sentimentos possam ser fortes argumentos para que as pessoas busquem as vias urbanas como cenário recorrente às práticas da corrida.

Apresentamos a seguir as produções que consideramos correlatas a nossa discussão:

Ferreira (2003), Rubio (2003), Souza (2003), Albuquerque (2007), Santos (2008), Massarella (2008), Ribeiro (2009), Dallari (2009), Moretti (2009), Oliveira (2010), Sena Junior (2012), Cartaxo (2012).

Após leitura detalhada das produções citadas, objetivamos identificar como os autores relacionavam em seus estudos os sentimentos gregários e a busca pela excitação com a prática das corridas de rua. Dos trabalhos citados, em cinco deles encontramos de maneira direta citações relacionadas ao sentimento gregário, enquanto a busca pela excitação ocorre em mais três obras. As quatro obras restantes abordam a corrida de rua sobre o aspecto da cultura, porém não fazem citações diretas às nossas curiosidades acadêmicas. Por não conseguirmos criar um entrelaçamento entre si, tais estudos foram excluídos da pesquisa.

Acreditamos que esses dois sentimentos sejam fortes argumentos para que as pessoas busquem, de fato, sair de suas esteiras e correr livremente pelas vias urbanas.

O sentimento gregário foi identificado nos estudos dos autores Zimmerman (1997), Rubio (2003), Albuquerque (2007), Oliveira (2010) e Cartaxo (2012), que utilizaram a teoria das necessidades de Maslow (1943) e os estudos de necessidades e ou motivos de McClelland (1997). Esses autores versam sobre as questões relacionadas ao convívio grupal como agentes facilitadores para o alcance das metas individuais. Dessa forma, correr em grupo, e mais, pertencer a um grupo, também se configurou como decisivo para sair dos ambientes indoor. O correr em um grupo parece uma forma de combater a solidão das esteiras e da vida moderna.

A busca pela excitação aparece nos trabalhos de Ferreira (2003), Dallari (2009) e Moretti (2009). Esses autores que abordam as corridas de rua e ou de aventura usaram os estudos de Elias e Eric Dunning (1992) para analisarem a busca

pela excitação através do esporte. A sensação de liberdade e o risco controlado de correr ao ar livre foram determinantes para levar milhares às corridas.

A partir desses dois sentimentos, apoiados nas teorias de Elias e Dunning (1992) e Maslow (1943) e McClelland (1997), buscamos discutir e compor uma versão para a adesão dos alunos de academia às corridas de rua no Brasil. Como forma de tornar nossa linha investigativa com mais subsídios lançaremos mão nesses artigos de outros dados e autores, que embora não tratem de forma direta dos dois sentimentos elencados, colaboram com informações sobre o eixo central da nossa pesquisa: o indivíduo e a práxis da corrida de rua.

SENTIMENTO GREGÁRIO

As corridas de rua têm sido excelentes oportunidades de ampliar o círculo de amizades. Fazer parte de um grupo ainda é importante para ver e ser visto. Também incentivar e ser incentivado ajuda a transpor os obstáculos e transformar metas em algo mais tangível e palpável.

No dicionário Aurélio (<https://dicionariodoaurelio.com>), e em outros sites da mesma natureza, a definição da palavra “gregário” corresponde ao instinto de se juntar, e poderia estar relacionada à necessidade de sobrevivência. A característica nômade do ser humano o levou a essa postura. Entretanto, hoje em dia não encontraríamos motivos para justificar essa necessidade baseada nas explicações anteriores. A questão é: o que faz as pessoas buscarem os seus pares?

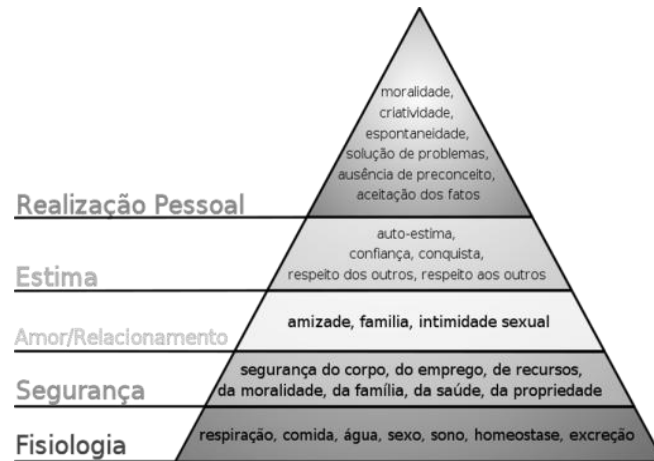
Autores como Abraham Maslow (1943) e David McClelland (1997) foram fundamentais por criar teorias para entender a motivação à convivência grupal.

De acordo com a Teoria de Maslow (1943), o homem se motiva quando suas necessidades – autorealização, autoestima, necessidades sociais, segurança e necessidades fisiológicas – são supridas. Maslow identificou que os seres humanos são motivados por necessidades específicas, as quais nem sempre são iguais, variando muito de acordo com o momento vivido pelo indivíduo.

Maslow (1943) organizou essas necessidades em forma de pirâmide, com o intuito de sugerir que as nossas motivações para satisfazer as necessidades do topo (necessidades de ser) só surgirão quando as da base forem satisfeitas (necessidades de carência). Isso não significa que, mesmo quando satisfeitas as

necessidades do topo, a nossa motivação cesse; pelo contrário, ela aumenta na busca de maior satisfação.

A seguir, temos o exemplo da pirâmide Maslow.



Ao analisarmos as corridas de rua, podemos encontrar características peculiares às necessidades elaboradas por Maslow, que as esteiras das academias por si sós não dão conta de suprir. Embora a base da pirâmide fale de uma necessidade fisiológica, que poderia estar ligada aos discursos de qualidade de vida, em outros níveis encontramos necessidades que ultrapassam as possibilidades que os ambientes restritos das academias não conseguem oferecer. Dallari (2009), em seu estudo sociocultural sobre corrida de rua, ao entrevistar corredores que participaram da prova de São Silvestre, identificou o sentimento de realização. Os participantes relatam a experiência de observar a reta de chegada em meio aos prédios e à multidão em volta. Para os corredores, o lugar ganha significado.

Albuquerque (2007) recorre a Maslow como forma de explicação das necessidades do ser humano sobre o perfil dos consumidores de corridas de rua. O autor versa sobre o indivíduo ser compelido a consumir produtos para satisfazer suas necessidades seguindo uma hierarquia que começa na satisfação fisiológica e prossegue até a autorrealização.

Objetivando compreender os hábitos desses alunos, buscamos identificar o perfil dos corredores de rua no Brasil. De acordo com os dados da revista Digital Noblu Marketing Esportivo (2012), a percepção do novo perfil dos corredores de rua, agregado ao seu potencial financeiro e à característica gregária do ser humano, incentivou as academias a investirem em grupos de corredores. A revista aponta um

perfil sócio econômico em que cerca de 60% dos praticantes têm renda superior a R\$ 5 mil mensais, 75% dos corredores têm nível superior e a grande maioria possui idade acima de 30 anos. A revista supõe que as academias estejam estimulando a prática de alta performance como forma de manutenção dos alunos.

Em reportagem eletrônica de 02/01/2014, o Jornal O Globo apresenta um estudo realizado pela Pluri Consultoria, especializada em analisar o mercado de eventos esportivos, apontando que o mercado para corridas de rua cresce cerca de 20% ao ano. O estudo ainda apontou cifras entre R\$ 1,5 a R\$ 6,0 milhões, e uma média de R\$ 500,00 mensais por corredor, entre treinamento, equipamentos específicos e suplementos alimentares. Diante do perfil apontado, observa-se um expressivo aumento de grandes marcas aos eventos rústicos.

Matéria escrita pela jornalista Denise Bueno e publicada no jornal Valor Econômico de 25/07/2013 relata que marcas como Caixa Econômica Federal, Santander, Bradesco, FILA, ADIDAS e ASICS têm emprestado seus nomes às corridas de rua. Na mesma publicação, o jornal discorre sobre a intenção desses eventos em aproximar-se do público consumidor.

Não encontramos estudos oficiais atualizados sobre as cifras geradas por corridas de rua no Brasil, porém, se conjugarmos os gastos médios dos corredores com a quantidade de eventos oferecidos, podemos projetar algo superior a R\$ 3 bilhões anuais, conforme reportagem da jornalista Cinthia Scheffer publicada no caderno de economia do Jornal A Gazeta do Povo em 16 de agosto de 2009.

McClelland (1997) também contribuiu para o nosso entendimento de convivência grupal. Ele nos apresenta quatro necessidades ou motivos como os responsáveis pelo comportamento humano. Para ele, os principais vetores da necessidade para que um ser humano pudesse obter a sua satisfação seriam: a necessidade como meio para obter a satisfação; a realização concretizada pelo ato de competir como forma de autoavaliação; a afiliação, que significa relacionar-se cordial e afetuosamente; e, por fim, o poder, que significa exercer influência.

Primeiramente abordaremos as questões relacionadas à satisfação como fator que motiva pessoas a integrarem um determinado grupo.

Reforçamos a hipótese das necessidades de satisfação pessoal através de atividades grupais, buscando aporte no estudo de Albuquerque (2007). As questões relacionadas ao status, juntamente com as realizações que os eventos rústicos proporcionam, podem permitir um reposicionamento dos partícipes no organograma

de um determinado segmento social. Esses feitos não se concretizariam se os alunos reduzissem suas práticas de exercícios aos espaços limitados de uma academia.

A partir desses grupos, os indivíduos criam assim os arquétipos, ideais de existência. No caso do esporte, tomá-los por referência, espelhando-se em características como status, beleza e influência, pode significar ser notado, ser o diferente em meio a uma multidão. Essa diferenciação pode trazer benefícios e uma sensação de autorealização, tão ambicionada pelas pessoas na sociedade moderna. (ALBUQUERQUE, 2007, p. 39)

O mesmo autor também cita a questão relacionada à imitação como um forte motivo intrínseco. Os alunos passam a almejar o que os outros têm. No caso do nosso estudo, isso pode evidenciar-se no sentido em que os usuários das esteiras consigam perceber, nos corredores, um processo de satisfação pessoal em seus êxitos nas provas disputadas. Talvez isso se torne também seu próprio objetivo.

O grupo exerce um movimento dinâmico de chamar, atrair, motivar e sedimentar a prática. Albuquerque (2007) também se reporta ao grupo no esporte como uma espécie de consciência coletiva. O autor utiliza o termo “grupo de referência” para designar as influências diretas ou indiretas sobre as atitudes ou o comportamento da pessoa. O grupo cria o compromisso de estar lá. Por um caminho diferente, ele solidifica a escolha pessoal e cumpre o seu papel de confirmar a importância de estar ali, nos dias e horários combinados.

Albuquerque (2007) aponta ainda as questões relacionadas à mídia que os eventos esportivos mobilizam como mais um fator a levar as pessoas a procurarem essas práticas. A possibilidade de pertencer a algo com tamanha exposição como as corridas de rua pode ter grande influência na tomada de decisão de alguém querer ser corredor.

No tocante à realização, McClelland (1997) considera que as pessoas possuem essa necessidade como fonte motivadora, primeiramente focando no crescimento pessoal e objetivando fazer melhor e preferencialmente sozinhas; em seguida, querem um feedback concreto e imediato do seu desempenho, para que possam dizer como estão se saindo. Consideramos que as corridas de rua se tornam um campo fértil para inserção dos alunos das academias nesses eventos, pois nas academias muitas dessas necessidades não seriam supridas de maneira tão direta. Embora consideremos que um aluno possa satisfazer seus anseios quando inseridos em uma academia, os desafios tornam-se menores, pois, dentre

outras coisas, o ato de competir não se apresenta tão concretamente. Assim sendo, os atrativos dos eventos rústicos tanto podem servir como parâmetros para autoavaliação, quanto para as inserções em grupos.

O cientista francês Gustave Le Bon (1895), em seu estudo sobre a Sociologia das Multidões, apresenta uma proposição básica para o entendimento sobre uma psicologia social. O autor disserta que a participação em grupos coloca os indivíduos em uma espécie de mente coletiva, que faz as pessoas pensarem e agirem de maneira diferente daquela pela qual cada membro, individualmente, sentiria, pensaria e agiria, caso se encontrasse em estado de isolamento. Podemos pensar que, ao pertencerem a grupos de corredores, os alunos de academias sintam-se encorajados a novas experimentações e, de maneira direta ou não, busquem tentar ultrapassar seus limites.

Zimerman (1997) define grupo como sendo não apenas o somatório de indivíduos, mas uma entidade com leis, mecanismos próprios e específicos. Entretanto, o autor ressalta a necessidade de que sempre haja espaço para preservar as identidades específicas de cada componente, visto que, apesar de o sentimento gregário ser fundamental, as necessidades individuais devem ser respeitadas, possibilitando que as realizações sejam mais plausíveis e, acima de tudo, mais prazerosas.

Oliveira (2010) aponta uma forte necessidade de associação a grupos para as práticas esportivas e relata que os vínculos contemporâneos estão fortemente ligados às academias e assessorias esportivas. Ainda segundo o autor, os grupos de corredores geralmente surgem nos relacionamentos entre amigos, que acabam se juntando para participar de eventos. Nesse aspecto, as academias podem constituir um campo fértil para tais formações, uma vez que os alunos já frequentam um espaço comum e, segundo o autor, os profissionais de educação física costumam exercer influência nessa tomada de decisão.

Ao falar sobre questões referentes à afiliação, outra necessidade apontada por McClelland, recorreremos a estudos como o de Dallari (2009), que remetem à ideia de como os grupos esportivos reforçam a sensação de pertencimento nas pessoas. A autora aponta que os grupos esportivos se formam sem a necessidade de formalidades, entretanto isso não diminui os compromissos assumidos tacitamente, por cada integrante. Segundo a autora, esses vínculos abstratos seriam determinantes para a manutenção dos grupos.

Robbins (2002) aponta seis fatores que levam as pessoas a conviverem em grupos: por segurança, o que reduz a sensação de solidão; por status, pois a inclusão num grupo traz status para os membros desse grupo e para outros grupos; por autoestima, pois o grupo pode aumentar a sensação de valor próprio; por associação, já que, na medida em que se inserem, as pessoas do grupo reforçam as relações sociais e as interações tendem a ser prazerosas; por questões de poder, uma vez que, em grupos, elas podem alcançar resultados que sozinhas teriam mais dificuldades em alcançar; pelo alcance de metas, pois há momentos em que o grupo se faz necessário para que o resultado seja otimizado.

Dessa forma, observamos um processo de interdependência entre grupo e indivíduo, pois, enquanto o primeiro beneficia-se da presença do indivíduo, o outro satisfaz suas necessidades e desejos. Talvez seja possível um entendimento baseado no pensamento do contágio positivo, que poderia ser compreendido como uma reação em cadeia com diversos efeitos, tais como: partilha, reflexão, troca, surpresa, introspecção, inquietação. Conscientes ou não desse fenômeno, as pessoas têm procurado formar grupos para algumas práticas, aí incluídas as atividades físicas. Nesse sentido, as corridas de rua – seja por facilitarem as possibilidades de participação, pela quantidade de ofertas de eventos ou até mesmo pela naturalidade do ato de correr – concorrem como uma das primeiras escolhas daqueles que buscam novos desafios concomitantes com as associações grupais.

Cartaxo (2012, p.19) aponta:

(...) as provas, a motivação dos outros membros da equipe durante o seu andamento já foi citado como fundamental para a conclusão, sendo comum aqueles que participaram de provas de corrida afirmarem que quando avistaram os membros de sua equipe esperando na linha de chegada, ganharam um ânimo a mais para completar a corrida. E muitas vezes o mérito do resultado de algumas provas era dado à equipe.

Encontramos, nos corredores, outras situações que podem reforçar a sensação de pertencimento a grupos. Os gestores das academias investem em uniformes próprios para os momentos de competição de corridas a fim de diferenciar os alunos corredores dos demais que praticam atividades no mesmo estabelecimento. Além disso, durante os eventos são oferecidos, entre outros serviços, massagens, alimentação, hidratação, fisioterapia, que somente os pertencentes desses grupos podem desfrutar.

Ao abordarmos a necessidade do poder, apontada por McClelland (1997), observamos que os alunos se tornam diferenciados dos demais, tanto por suas realizações, como completar uma prova, melhorar seu tempo, participar de eventos em distâncias maiores, consumir os objetos dos kits dos eventos, quanto pelos privilégios desfrutados. Isso pode aumentar sua sensação de estar em patamar diferente dos demais usuários das academias.

Segalen (2002) se refere ao consumo desses artigos como o uso de símbolos que são compartilhados entre os corredores. A roupa, por exemplo, não possui apenas uma função técnica de proteger o corpo durante o exercício, mas também uma função estética e de comunicação da posição de corredor.

Recorremos a Oliveira (2010) para explicar melhor como a relação de poder pode se materializar nas participações em corridas de rua. O autor aponta que pertencer ao contexto esportivo e se apresentar como atleta ou corredor passou a ter um valor simbólico de superioridade física, disciplina e outros valores que, em geral, dão ao indivíduo um lugar de respeito na comunidade. A necessidade pode ser concretizada nas corridas de rua, quando os alunos corredores conseguem melhorar seus resultados ou completar uma distância superior àquelas conseguidas por outros componentes da academia. Essas necessidades apontadas por McClelland correspondem aos níveis mais altos da pirâmide de Maslow.

Rubio (2003) discrimina grupos esportivos entre primários e secundários. Aqueles envolvem grupos parentais, enquanto estes ocorrem fora do ambiente familiar. Nos grupos secundários, as relações ocorrem com seus membros perseguindo objetivos comuns, compartilhando um determinado número de valores que levam à produção de normas com comportamentos específicos que o caracterizam.

Em parte, o pertencimento a grupos poderia também ocorrer dentro de ambientes fechados. Contudo, o estilo de vida ocidental contemporâneo, baseado em produção e capital, leva os indivíduos a ficarem imersos em tensões cotidianas. Talvez possamos pensar em um novo paradigma de interação entre homem e natureza para compensar esse *modus vivendi*. Ferreira (2003) aborda as diferentes formas e práticas corporais e fenômenos de sociabilidade em que o homem tem procurado interagir com a natureza, buscando novos significados nessa relação. A prática de atividades em ambientes rústicos pode levar as pessoas a um processo de curiosidade e excitação, que visa compensar as agruras do dia a dia.

A BUSCA PELA EXCITAÇÃO

Objetivamos, agora, compreender como a busca pela excitação pode contribuir na tomada de decisão dos alunos de academias em participar ativamente das corridas de rua.

Elias e Dunning (1992) apontam para as características das sociedades contemporâneas em sentir prazer, sejam como atores ou espectadores, em provas físicas em confrontos individuais ou de equipe. Moretti (2009) cita as questões relacionadas ao risco controlado e à exacerbação do risco como fatores que contribuem para a busca de atividades ao ar livre. O autor aponta a conjugação entre lazer e excitação como fator pela procura de satisfação. Consideramos que, ao perceber tal situação, tanto os organizadores de corridas quanto os responsáveis das academias tiraram proveito do fato ao investirem no segmento de alunos de academias em eventos rústicos.

Elias e Dunning (1992) discorrem sobre a excitação, baseados na teoria do processo civilizador. Ao abordarem as questões ligadas ao lazer no campo da sociologia, os autores questionaram o porquê de o lazer ter sido colocado em uma esfera inferior a outras áreas como a economia e a política.

Além do mais, a sociologia orientou-se para o campo estrito dos aspectos “sério” e “racional” da vida, o que teve como efeito que o divertimento, o prazer, o jogo, as emoções e as tendências “irracionalis” e “inconscientes” do homem e da mulher tivessem merecido escassa atenção no âmbito da teoria e da investigação sociológicas. (ELIAS, 1992, p. 16).

O lazer era associado como complementar ao trabalho, mostrando uma maneira distorcida do seu real significado. Elias defende que o trabalho e o lazer deveriam estar no mesmo nível de importância nas sociedades atuais. As atividades de lazer não devem ser pensadas como complementares do trabalho, tampouco como uma forma de relaxar as tensões. Para Elias, o que se busca no lazer é uma excitação agradável. Essa afirmação deve ser pensada tendo como pano de fundo a teoria do Processo Civilizador, que busca compreender a sociedade partindo da análise de seus diversos aspectos, inclusive o lazer. Os autores consideram competição como um sinônimo para excitação. Para eles, a disputa esportiva se constitui em uma dinâmica de grupo que é originada pelo que denominam de

“tensões controladas”. A essas tensões, que são conjugadas com cooperação, eles atribuem o fato de manutenção dos grupos.

Stigger (2002) discorre sobre a diversidade cultural do esporte, analisando-o como uma prática de lazer. O autor buscou estudar os esportes tradicionais e suas apropriações por pessoas comuns, que os inserem em suas vidas como atividades de lazer. Para o autor, mesmo quando uma pessoa está praticando um jogo não oficial, como uma “pelada”, não deixa de ser tratado como uma disputa de jogo de futebol. Para Stigger (2002), aquilo que é considerado como prática desportiva – e consequentemente prática corporal – está disposto por toda a sociedade, e por isso constitui-se em opções de lazer das pessoas comuns. Cada praticante ou grupo de praticantes busca atribuir valores e significados às suas práticas corporais. Provavelmente valores e significados convergentes tendem a criar um ambiente fértil para adesão a uma prática sistemática de atividade física. O autor reforça que as práticas corporais são menos rígidas com as regras, o que as torna diferentes daquelas do esporte profissional. Nas palavras do autor: um olhar de dentro, entretanto, permite identificar vários aspectos que, sendo adaptações vinculadas aos interesses e possibilidades de cada grupo em particular, diferenciam os universos estudados entre si, mostrando diferenças na sua relação com o esporte, como ele é hegemonicamente praticado e definido nas competições esportivas oficiais.

É bem razoável entender a disseminação dos esportes ao ar livre à luz do moderno processo de desportivização, compreendendo uma transformação da cultura corporal do lazer em uma cultura do esporte ou de outra forma uma regulamentação, institucionalização dos passatempos (DIAS; ALVES; MELO, 2007). A corrida de rua, que era uma prática individual pela busca da promoção da saúde para a maioria das pessoas, passou a ser regulada por empresas esportivas como Adidas, Fila e Nike, que criaram circuitos com diversas provas, reunindo milhares de pessoas.

Distintas categorias proporcionam uma maior equidade. Uniformes, chips, postos de hidratação, aparatos médicos, mesas de frutas, medalhas, enfim, um “circo” que desenvolve no participante a ideia de uma prova institucional. É interessante pensar que muitos corriam e ainda correm por lazer, mas agora o fazem também para pertencerem a um modismo que deu às corridas de rua uma visibilidade nunca vista sob a ótica da participação de pessoas comuns. Apesar de fazerem parte do calendário de diversas cidades como Nova York, Paris, Rio de

Janeiro, São Paulo há muitas décadas, as corridas de rua eram um movimento diferente com uma adesão pontual.

Para Elias (1992), o lazer se constitui em uma forma de o homem adulto extravasar suas tensões. Consideramos que, nas academias, essas tensões não possuem um ambiente favorável como forma de motivação dos alunos. Nesses estabelecimentos, os ambientes são controlados, as ações são previsíveis, e, em função disso, é provável que alunos busquem outros espaços onde possam experimentar suas sensações. “O risco, indo até o limite, é essencial para inúmeras atividades de lazer. Com frequência constitui parte integrante do prazer” (ELIAS; DUNNING, 1992).

Quando falamos em corridas de rua, o atrativo do grupo ganha um aditivo especial, pois os alunos podem contar com logística e estrutura, em que, normalmente, há o acompanhamento de um professor especializado ou de uma assessoria esportiva, que personaliza o seu treino, orienta e faz cada participante se sentir único e especial. Supomos que o orgulho de fazer parte do grupo constitui um sentimento de pertencimento que se materializa nos ritos que compõem os grupos de corredores, tais como vestir e ostentar a camiseta que os identifica e os faz se sentirem como atletas.

Nos grupos de corredores de rua, supomos encontrar excitações não só nos processos de competição consigo mesmos, reveladas nas possibilidades de melhora nos resultados atléticos, mas também na competição com os componentes do seu próprio grupo, o que poderia ser manifestado na sensação de poder na hierarquia do grupo. Essas condições não seriam observadas com tanta clareza se as ações dos alunos ficassem restritas às esteiras das academias, onde normalmente nos deparamos com os indivíduos sozinhos ou interagindo com seus aparatos eletrônicos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Correr nas ruas, para muitos, tem se tornado uma excelente opção para sair das esteiras e fugir da “síndrome do hamster”. Correr sem sair do lugar foi, durante muitas décadas, uma forma de manter a saúde em um ambiente controlado e seguro. O advento das academias e seus aparatos tecnológicos, como as esteiras,

cumpriu seu papel ao tornar a busca pela saúde uma tarefa mais fácil. Contudo, agora, isso não tem se mostrado suficiente.

O fenômeno das corridas de rua, com milhares de indivíduos correndo pelas avenidas das grandes cidades, demonstra que os espaços fechados das academias não mais dão conta de manter os corredores atentos apenas aos seus headphones e às televisões colocadas em frente às esteiras. A solidão resultante de não compartilhar seus anseios, desejos e objetivos levou ao surgimento de grupos, cujos membros se automotivam a enfrentar os perigos das ruas, filiando-se à ações que convergem para a promoção da saúde. O sentimento gregário e a busca da excitação parecem também ser os deflagradores dessa nova atitude coletiva.

A necessidade e o desejo caminham juntos dentro de um mesmo momento. Ao corrermos no meio da rua, satisfazemos nosso hedonismo. Ao nos defrontarmos com o risco, principalmente um risco controlado, buscamos a sensação de vitória sobre o meio hostil que nos coloca em circunstâncias nas quais nosso corpo deverá resistir ao inóspito e, para tal, deverá ser preparado/controlado. A academia é justamente o espaço que propicia a possibilidade de preparar/controlar o corpo para esse novo desafio. Todo um aparato que envolve desde a alimentação até a ajuda profissional, desenvolveu uma forma de reunir grupos de pessoas com objetivos parecidos, onde se busca correr mais e melhor. Fazer parte de um grupo é se municiar de conhecimentos fisiológicos, técnicos e táticos, os quais passam uma segurança que o individualismo das esteiras não fornecia. Enfrentar as ruas – espaço dos poderosos veículos que nos obrigam a permanecer nas calçadas ou a fugir dos atropelamentos – é uma vitória do criador sobre a criatura, em tempos em que essa lógica não parece mais tão óbvia.

A busca pela excitação e o sentimento de pertencimento em uma sociedade que nos coloca em uma vida cotidiana de repetições e individualidades foi um remédio paliativo para os males da sociedade moderna. O sistema capitalista já tenta se apropriar também desse novo momento, fazendo uma atividade de lazer reverberar as características básicas do esporte moderno que podem ser sumariamente resumidas em competição, rendimento físico e técnico, recorde, racionalização e cientificação do treinamento. Vemos claramente uma tentativa de institucionalizar as corridas, distribuindo uniformes, resultados e medalhas, reforçando o “céu” como o limite. Soma-se a isso uma pastoral da promoção da

saúde que culpabiliza aquele que, alheio a esse projeto de busca do bem-estar, não se solidariza.

O prazer de correr pelo correr também deve ser valorizado, sem, a todo instante, ser enaltecido o desejo de transpor tempos individuais, maiores distâncias ou subir de status dentro do próprio grupo de corredores. Saber controlar o ímpeto do “lucro” – em que o necessário nunca é suficiente – também é um desafio a ser alcançado.

REFERÊNCIAS

- A GAZETA DO POVO. Disponível em: <www.gazetadopovo.com.br/economia/grandes-lucros-com-as-corridas>. Acesso em: jul. 2015.
- AIMS. **Associação Internacional de Maratonas e Corridas de Rua**. Disponível em: <<http://www.aimsassociation.com>>. Acesso em: maio 2016.
- ALBUQUERQUE, R. C. de. **Comportamento do consumidor de materiais esportivos para a prática da corrida de rua na região metropolitana de Belo Horizonte**. 2007. 103 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Administração) - Faculdades Integradas de Pedro Leopoldo. Pedro Leopoldo, MG, 2007.
- AQUI, SE FAZ. **Revista ACAD**, ed. 53, abr. 2011.
- BARDIN, I. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições Setenta, 1994.
- BECKER, Benno Jr. **Manual de psicologia del deporte & ejercicio**. Novo Hamburgo: Feevale. 2001.
- BOM, Gustave Le, **A psicologia das multidões**. Trad. Ivone Moura Delraux. Ed. Rogers Delraux. 1980.
- CADERNAS. **Manual técnico para promoção da saúde e prevenção de riscos e doenças na saúde suplementar**. Disponível em: <http://faa.edu.br/portal/PDF/livros_eletronicos/odontologia_saude_coletiva/manual_promocao_saude>. Acesso em: 12 jul; 2015.
- CAPINUSSÚ, José Maurício. Academias de ginástica e condicionamento físico: origens. In: DA COSTA, Lamartine (Org.). **Atlas do esporte no Brasil**. Rio de Janeiro: CONFEEF, 2006.
- CARTAXO, C. A. de F. **Amizade, corpo e consumo entre corredores de rua de assessorias esportivas na zona sul do Rio de Janeiro**. 2012. Dissertação (Programa de Pós-Graduação em Antropologia da Universidade Federal Fluminense). UFF, 2012.
- CHIAVENATO, Idalberto. **Gestão de pessoas**. Rio de Janeiro: Ed. Campus, 1999.
- CORRIDA dos lucros. **Isto é Dinheiro**, São Paulo, 28 out. 2009. Disponível em: <temp.edicoes/629/artigo154606>. Acesso em: fev. 2010.
- CORPORE Brasil. Disponível em: <[www.corpore.org.br/corpore estatísticas](http://www.corpore.org.br/corpore_estatisticas)>. Acesso em: maio 2016.
- DALLARI, M. M. **Corrida de rua: um fenômeno sócio cultural contemporâneo**. 2009. Tese (Doutorado em Educação) - Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo. São Paulo, 2009.
- DIAS, Cleber Augusto Gonçalves; MELO, Victor de Andrade; ALVES JUNIOR, Edmundo. Os estudos dos esportes na natureza: desafios teóricos e conceituais. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, v. 7, p. 124-137, 2007.

- ELIAS, Norbert, DUNNING, Eric. **A busca pela excitação**. Lisboa: Ed. Difel, 1992.
- EVANGELISTA, Alexandre Lopes. **Treinamento de corrida: uma abordagem fisiológica e metodológica**. 2. ed. São Paulo: Ed Phorte, 2009.
- FERREIRA, L. F. S. **Corridas de aventura: construindo novos significados sobre corporeidade, esportes e natureza**. 2003. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, 2009.
- FPA. **Federação Paulista de Atletismo**: departamento de corrida de rua. Corrida-de-Rua/Estatística-2014. Acesso em: maio 2016.
- FURTADO, P. R. Do fitness ao wellness: os três estágios de desenvolvimento das academias de ginástica. **Pensar a Prática**, 12/1: 1-11, jan./abr. 2009.
- GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5. ed. São Paulo: 1999
- ISTO É DINHEIRO. Disponível em: <http://www.istoedinheiro.com.br/noticias/negocios/2009_1028/corrída-dos-lucros>. Acesso em: 03 mar. 2016.
- MALAVASI, L.M., & Both, J. (2005). Motivação: uma breve revisão de conceitos e aplicações (documento online) **Efdeportes.com**. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd89/motivac.htm>>. Acesso em: 08 jul. 2015
- MARINHO, Daniel Almeida, GUGLIELMO Luiz. Guilherme. Antonacci. **Atividade física na academia: objetivos dos alunos e suas implicações**. In: Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte, v.10,1997. Anais. Goiânia: Potência, 1997.
- MASCARENHAS, F.; VIEIRA, C. A.; MARQUES, T. M. A.; BORGES, P. J. A.; SILVA, B. O.; SANTOS, W. B. **Acumulação flexível, técnicas de inovação e grande indústria do fitness: O Caso Curves Brasil**. Pensar a Prática, 2010.
- MASLOW, Abraham Harold. **A theory of human motivation**.1943. Disponível em: <<http://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm>>. Acesso em: 14 jul. 2013.
- McCLELLAND, David Clarence; BURHAM, Dan. H. O poder é o grande motivador. In: VROOM, V. H. (Org.) **Gestão de pessoas, não de pessoal**. Rio de Janeiro: Campus, 1997.
- MORETTI, A. R. **Corridas de aventura: processos de coesão grupal na superação de obstáculos**. 2009. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social) - PUC/São Paulo. 2009.
- NOBL. Marketin Esportivo. 2012. Disponível em: <<http://www.noblu.com.br/noticias>>. Acesso em: 13 maio 2013.
- O GLOBO. Disponível em: <<http://oglobo.globo.com>>. Acesso em: 02 jan.2014.
- OLIVEIRA, S. N. **Lazer sério e envelhecimento: loucos por corrida**. Dissertação (Mestrado em Educação) - Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2010.

ROBBINS, Stephen Paul. **Comportamento organizacional**. 9. ed. São Paulo: Prentice Hall, 2002.

RODRIGUES, Aroldo. (1993) **Psicologia social para principiantes**. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2000.

RUBIO, Katia. Estrutura e dinâmica dos grupos esportivos. In: Rubio, K. (Org.) **Psicologia do esporte: teoria e prática**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

SALGADO, J. V. V.; CHACON-MIKAHIL, M. P. T. Corrida de rua: análise do crescimento do número de provas e de praticantes. **Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 4, n. 1, 2006.

SEGALEN, Martine. **Ritos e rituais contemporâneos**. Rio de Janeiro: FGV, 2002.

SENNA JUNIOR, A. W. **Motivação e flow-feeling na corrida de rua**. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Programa de Pós-Graduação, área de concentração do Movimento Humano da Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2012.

STIGGER, Marco Paulo. **Esporte, lazer e estilos de vida um estudo etnográfico**. SP: Editora dos Autores Associados, 2002.

VALOR ECONÔMICO EM: <<http://www.valor.com.br/empresas/3209708/corridas-atraem-cada-vez-mais-praticantes>>. Acesso em: out. 2014.

VAZ, Alexandre Fernandes. Treinar o corpo, dominar a natureza: notas para uma análise do esporte com base no treinamento corporal. **Cadernos Cedes**, ano XIX, n. 48, ago. 99.

WEINBERG, Robert S.; GOULD, Daniel. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.

ZIMERMAN, David. E.; OSÓRIO, Luiz Carlos et al. **Como trabalhamos com grupos**. São Paulo: Livraria Duas Cidades, 1997.

ARTIGO 2

DAS ESTEIRAS PARA AS RUAS: fatores que levam os alunos/usuários de academias às práticas de corridas de rua

Resumo: Nas últimas duas décadas, as corridas de rua passaram a fazer parte dos espaços urbanos das grandes cidades nos finais de semana. Essa prática, que inicialmente reunia aqueles que possuíam algum histórico regresso com o atletismo, passou a agregar pessoas que em grande parte, jamais haviam experimentado essa prática esportiva. As academias contribuíram com uma grande parcela desses novos corredores. Neste artigo, investigamos quais fatores contribuíram para que os alunos das academias associassem as corridas de rua às suas práticas regulares de exercícios. Metodologicamente, utilizamos a análise de conteúdo para interpretar as respostas de nossos informantes, que foram obtidas por meio de um roteiro de entrevista semiestruturada. Concluimos que, para os usuários de academias, é decorrência de múltiplos fatores, porém saúde, relação grupal, competição, atividades ao ar livre e consumo estão diretamente ligados à decisão da escolha das corridas como forma regular de práticas de atividades físicas.

Palavras-chave: Corridas de rua. Práticas regulares. Alunos de Academias

FROM RUNNING MACHINES TO THE STREETS: factors that lead students/users of academies to street racing practices

Abstract: In the last two decades the road races have become part of the urban spaces of the big cities at weekends. This practice, which initially brought together those who had some historic athletics, now aggregates people who had never experienced this sport. The gyms have contributed a large portion of these new corridors. In this article, we investigated which factors contributed to the amount gym's attendees associating the road races with their regular exercises practices. Methodologically, we used content analysis to interpret the answers of our informants, which were obtained through a semi-structured interview script. We conclude that for the users of academies is due to multiple factors, but health, group relationship, competition, outdoor activities and consumption, are directly linked to the choice of races as a regular form of physical activity practices.

Keywords: Road races. Regular practices. Gym Attendees.

ARTIGO 2 - DAS ESTEIRAS PARA AS RUAS: FATORES QUE LEVAM OS ALUNOS/USUÁRIOS DE ACADEMIAS ÀS PRÁTICAS DE CORRIDAS DE RUA

INTRODUÇÃO

Correr nas ruas, para muitos, tem se tornado uma excelente opção para sair das esteiras e fugir da “síndrome do hamster”. Correr sem sair do lugar foi durante muitas décadas uma forma de manter a saúde em um ambiente controlado e seguro. O advento das academias e seus aparatos tecnológicos, como as esteiras, cumprem seu papel em proporcionar a busca pela saúde. Contudo, agora, as pessoas tendem a agregar novas formas de prática regular de exercícios.

O fenômeno das corridas de rua com milhares de indivíduos correndo pelas avenidas das grandes cidades demonstra que os espaços fechados das academias não bastam para suprir as necessidades de atividades físicas da sociedade moderna. A solidão em não compartilhar seus anseios, desejos e objetivos desenvolveu o surgimento de grupos, cujos membros se automotivam a enfrentar os desafios das ruas, filiando-se às ações que convergem para a promoção da saúde. O sentimento gregário e a busca da excitação parecem também ser os deflagradores dessa nova atitude coletiva.

A necessidade e o desejo caminham juntos dentro de um mesmo momento. Ao corrermos no meio da rua satisfazemos nosso hedonismo. Ao nos defrontarmos com o risco, principalmente um risco controlado, buscamos a sensação de vitória sobre o meio hostil que nos coloca em circunstâncias onde nosso corpo deverá resistir ao inóspito e para tal deverá ser preparado/controlado para isso.

A academia é justamente o espaço que propicia ao cidadão comum a possibilidade de preparar/controlar o corpo para esse novo desafio. Com todo um aparato oferecido por esses estabelecimentos que se profissionalizam com equipes multidisciplinares e envolvem desde a professores de educação a fisioterapeutas e nutricionistas, desenvolveu-se uma forma de reunir grupos de pessoas com objetivos parecidos, em que se busca correr mais e melhor. Fazer parte de um grupo é se municiar de conhecimentos fisiológicos, técnicos e táticos que passam uma segurança que o individualismo das esteiras não fornecia. Enfrentar as ruas, espaço

dos poderosos veículos que nos obrigam a permanecer nas calçadas ou a fugir dos atropelamentos, é uma vitória do criador sobre a criatura, em tempos nos quais essa lógica não parece mais tão óbvia.

A busca pela excitação e pelo sentimento de pertencimento em uma sociedade que nos coloca em uma vida cotidiana de repetições e individualidades foi um remédio paliativo para os males da sociedade moderna. O sistema capitalista já tenta se apropriar também desse novo momento, fazendo uma atividade de lazer reverberar as características básicas do esporte moderno que podem ser sumariamente resumidas em competição, rendimento físico e técnico, recordes, racionalização e cientificação do treinamento. Vemos claramente uma tentativa de institucionalizar as corridas, dando uniformes, resultados e medalhas, reforçando o “céu” como o limite. Dias, Melo e Alves Junior (2007) apontam como a contemporaneidade tem criado uma nova cultura da prática esportiva não profissional. Para os autores, observa-se atualmente uma institucionalização das atividades físicas vinculadas ao lazer, descaracterizando-as como tal e criando processos de regulamentações, quando deveriam predominar a livre escolha e o prazer. Soma-se a isso uma pastoral da promoção da saúde que culpabiliza aquele que não se solidariza com esse projeto de busca do bem-estar.

O prazer de correr pelo correr também deve ser valorizado, não sendo a todo instante enaltecido o desejo de transpor tempos individuais, maiores distâncias ou subir de status dentro do próprio grupo de corredores. Saber controlar o ímpeto do “lucro” – em que o necessário nunca é o suficiente – também é um desafio a ser alcançado.

Em face desse nosso ensaio inicial, optamos por verificar junto aos atores primários da nossa curiosidade científica – os alunos de academias que participam de corridas de rua – os fatores que os levam a participar regularmente desses eventos. Buscamos identificar os principais moventes que os levaram a associar as corridas de rua às suas práticas regulares de atividade física.

Para tanto, metodologicamente optamos por uma pesquisa qualitativa, em que lançamos mão da análise de conteúdo baseado em Bardin (2016), procurando descrever e interpretar os dados obtidos diretamente junto à população do estudo.

Segundo Bardin (2016, p. 21),

Descrever a história da “análise de conteúdo” é essencialmente referenciar as diligências que nos Estados Unidos marcaram o desenvolvimento de um

instrumento de análise de comunicações é seguir passo a passo o crescimento quantitativo e a diversificação qualitativa dos estudos empíricos apoiados na utilização de uma das técnicas classificadas sob a designação genérica de análise de conteúdo; é observar a posteriori os aperfeiçoamentos materiais e as aplicações abusivas de uma prática que funciona há mais de meio século.

Olabuenaga e Ispizúa (1989) descrevem a análise de conteúdo como uma técnica para ler e interpretar o conteúdo de toda classe de documentos, os quais, analisados adequadamente, abrem-nos as portas ao conhecimento de aspectos e fenômenos da vida social que, de outro modo, seriam inacessíveis.

As fontes da análise de conteúdo podem constituir-se de qualquer material de comunicação verbal ou não verbal. Todavia, tais dados advindos das fontes chegam ao investigador em estado bruto e precisam ser processados para, dessa maneira, facilitar o trabalho de compreensão, interpretação e conclusão para que a análise de conteúdo se concretize. Para tanto, criamos um quadro composto por categorias, unidades de registros e unidade de contexto, conforme veremos mais adiante na Tabela 1.

A análise de conteúdo na esfera qualitativa não se comporta como uma ciência exata, portanto há necessidade de uma imersão mais profunda no contexto do que for expresso pelos interlocutores, de modo a buscar e identificar os significados contidos nas diferentes perspectivas de cada um. Uma interlocução pode apresentar diferentes possibilidades simbólicas. De acordo com Olabuenaga e Ispizúa (1989, p.185), a análise de conteúdo segue as seguintes etapas na fase de interpretação dos dados:

- (a) o sentido que o autor pretende expressar pode coincidir com o sentido percebido pelo leitor do mesmo;
- (b) o sentido do texto poderá ser diferente de acordo com cada leitor;
- (c) um mesmo autor poderá emitir uma mensagem, sendo que diferentes leitores poderão captá-la com sentidos diferentes;
- (d) um texto pode expressar um sentido do qual o próprio autor não esteja consciente.

Ressaltamos que a análise de conteúdo possui um grande ingrediente de interpretação pessoal do autor da investigação, contudo é prudente que ele se cerque do maior número possível de técnicas específicas.

METODOLOGIA

Procedimentos e critérios para selecionar os informantes

Objetivando alcançar um público que pudesse respaldar a coleta de dados, estratificamos nossa investigação de acordo com a descrição que se segue.

Inicialmente fizemos uma pesquisa na web em busca de eventos rústicos direcionados às academias. Embora nenhuma corrida seja exclusiva aos usuários de academias, encontramos na empresa Spiridon Sports a “Corridas das Academias”, que é aberta a qualquer público, porém possui um foco especial nas entidades de fitness. O próximo passo foi contatar os gestores da empresa e expor os objetivos da pesquisa. Findada essa etapa, recebemos da empresa uma lista com os contatos das academias cadastradas.

Prosseguindo em nossa metodologia investigativa, contatamos os gestores de cinco academias em uma escolha aleatória e procedemos tal qual o ocorrido em relação à Spiridon, no tocante aos objetivos da pesquisa. Em todos os casos houve aceite das entidades. Posteriormente, fizemos contato com o professor responsável e apresentamos a proposta da pesquisa, explicitando o perfil do aluno que procurávamos. Havendo receptividade, deixamos o professor escolher os alunos informantes, de modo que não interviéssemos diretamente na escolha; apenas alertamos que seria necessário indicar corredores que atendessem às características dos sujeitos da pesquisa. Foi solicitado que cada academia nos apresentasse em média seis alunos/atletas, preferencialmente dois por gênero. Em cada academia estabelecemos que dois indicados seriam utilizados apenas se houvesse desistência. A escolha nesse caso foi randômica por sorteio.

Sujeitos da pesquisa

A população do estudo foi composta por usuários/frequentadores de acadêmicas participantes de corrida de rua na cidade do Rio de Janeiro. A amostra inicialmente foi composta por 20 usuários de acadêmicas participantes de equipes de corrida de rua, sendo 10 homens e 10 mulheres, com a intenção de averiguar os fatores, representações ou significados sobre suas respectivas participações em corridas de rua. Os critérios de inclusão da amostra foram: **i)** que tivessem idade entre 20 e 60 anos. A opção pela faixa etária se deu, pois, de acordo com a empresa

organizadora dos eventos rústicos, é nesse lapso etário que se concentra boa parte de seus clientes; **ii)** que fossem praticantes de corrida de rua há pelo menos 6 meses e possuíssem vínculo de matrícula com a academia.

Uma vez indicados os sujeitos – e depois de verificado que não havia nenhum conflito – avançamos nos contatos.

Como fator de exclusão, estabelecemos que não entrevistáramos pessoas que tivessem vínculo contratual na categoria de atleta/corredor que qualificasse os informantes como profissionais, conforme disposto na lei 9.615/98 em seu artigo 28 e seus parágrafos, caracterizado por recebimento de proventos e contrato formal de trabalho para representar a academia. Nenhum aluno foi excluído da amostra.

Contato com selecionados e o procedimento para as entrevistas

A coleta dos dados ocorreu de acordo com as indicações dos sujeitos da pesquisa. Em alguns casos, deu-se nos dias e locais de treinamentos; em outros, o encontro ocorreu nas próprias academias. Houve casos em que os alunos preferiram que fosse em sua própria moradia.

Todos os sujeitos aprovaram seu envolvimento no estudo, por meio da assinatura de um termo de consentimento livre e esclarecido (Anexo 1). Os procedimentos do estudo e o termo de consentimento foram submetidos e aprovados pela Comissão de Ética em Pesquisa (CEP) do Hospital Universitário Pedro Ernesto (HUPE) CEP – localizado na Avenida Vinte e Oito de Setembro, 77 térreo – Vila Isabel CEP 20551-030 TEL: 21 2868-8253 – FAX: 21 2264-0853 - E-mail: cep-hupe@uerj. estão em conformidade com a resolução 466/2012 do Ministério da Saúde através do CAAE 76695517.0.0000.5259

O roteiro de entrevista do tipo semiestruturada (Anexo 2) avaliou possíveis relações entre os motivos declarados para as práticas de corridas de rua e os comportamentos e atitudes observados durante os eventos que apontarão as representações dos corredores sobre seu envolvimento as corridas de rua.

Etapas da análise dos dados

Após transcrição das entrevistas, iniciamos processo de leitura flutuante, objetivando identificar dimensões que possibilitassem criar categorias, unidades de contexto e unidades de registros, e chegamos à tabela que segue:

Tabela 1

| Categories | Unidade de contexto | Unidade de registro |
|-----------------------|---------------------|--|
| Grupo | Amizade | Incentivo |
| | Família | |
| | Atividade social | Rito, família, relacionamentos (familiares afetivos) |
| Saúde | Estética, | Emagrecimento |
| | Condicionamento | |
| | Corpo | |
| | Bem-estar, lazer | Melhorar tempo |
| Competição | Limites | Desempenho |
| | Superação | |
| | Desafio | Maratona |
| Atividade ao ar livre | Local | Festa, conagraçamento |
| | Quebra da monotonia | Escolha de locais, paisagens, natureza |
| Consumo (Albuquerque) | Estrutura | Kit, água, relógios, |
| | | |

ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS

Categoria 1 - Grupo

Nesta categoria, temos como principal objetivo perceber o quanto o grupo exerce fator motivador na tomada de decisão dos alunos de academia a iniciarem sua participação nos eventos rústicos, assim como o quanto o grupo pode ser capaz de influenciá-los na permanência das práticas atléticas de corridas. Observamos a forte presença de três unidades de contexto: amizade, família e atividade social. Para tanto, buscamos referências às características gregárias inerentes ao ser humano e também às relações grupais, como o reforço positivo nas práticas esportivas. Ao analisarmos a decisão de uma pessoa a praticar regularmente uma atividade, provavelmente nos remetamos a três termos: motivação, adesão e aderência.

A motivação pode ser conceituada como algo que faz uma pessoa agir, ou o processo de estimular uma pessoa a agir. Essa palavra está constantemente relacionada a atitudes e comportamentos e fornecem direção e propósitos aos indivíduos. Maslow (1943) e David McClelland (1997) desenvolveram teorias, objetivando entender os fatores que conduzem os indivíduos à motivação grupal. O

primeiro autor identifica e revela que sentimentos como autorrealização, autoestima, necessidades sociais, segurança e necessidades fisiológicas agem diretamente nas pessoas, potencializando a motivação. Já McClelland aborda a adesão, vinculada a quatro vetores que produzem motivações pessoais ao convívio grupal, em que a necessidade seria o meio para obter a satisfação; a realização seria concretizada pelo ato de competir como forma de autoavaliação; a afiliação estaria ligada à relação cordial e afetuosa; e, por fim, o poder, que significaria exercer influência.

Ryan e Deci (2000) desenvolveram a teoria da autodeterminação (SDT), segundo a qual preconizam que um sujeito pode agir por compromissos com os desafios propostos pela própria vida. Os autores citam Wehmeyer (1992) para afirmar que a autodeterminação representa um conjunto de comportamentos e habilidades que dotam a pessoa da capacidade de ser o agente causal em relação ao seu futuro, ou seja, de ter comportamentos intencionais. Para Sena Junior (2012), a Teoria da Motivação possui como princípio a existência de algo que compele o indivíduo a iniciar uma ação que lhe dê direção e o mantenha no curso para o alcance de algum objetivo.

Ryan e Deci (2000) entendem que a SDT tem como pressuposto que uma pessoa bem constituída biologicamente possui, como característica básica, uma necessidade interna (self) e interações externas, também chamadas de sociais, para suas tomadas de decisões. Já a motivação intrínseca surge do indivíduo, pertence aos seus desejos, necessidades, direções e metas. Sena Junior (2012) aborda esse tipo de motivação como algo que deriva de uma vontade pessoal, sem que haja obrigatoriamente uma necessidade de recompensa material ou externa. No caso dos esportes, o autor relata que existem atletas que vão para a prática porque acham interessante e satisfatório aprender mais sobre o seu esporte, assim como há os que praticam seu esporte pelo prazer da busca pela superação.

Motivações extrínsecas ou externas podem ter relações diretas com o grupo de convívio de um indivíduo, as quais estão ligadas a uma grande variedade de comportamentos sociais. Sena Junior (2012) relata que a motivação extrínseca é caracterizada por fatores externos que podem direcionar o comportamento do atleta. Entre eles estão troféus, elogios, bolsas de estudo, estrutura adequada de treinamento, salários. Aproximando a discussão ao nosso tema de pesquisa, podemos ter como um indicador que, ao perceber que parte do seu grupo participa de eventos de corridas, o próprio aluno de academia queira experimentar essa

possibilidade, seja por curiosidade ou para sentir-se integrante do seu grupo de convívio. Tais fatores estariam mais ligados às questões extrínsecas.

As palavras “adesão” e “aderência” são muitas vezes consideradas sinônimas, pois ambas exprimem a ideia de ligação. No conceito de adesão estão presentes o pensamento, a vontade, o sentimento de quem adere, de quem aprova, de quem escolhe. Em resumo: a adesão significa a materialização de uma tomada de decisão, enquanto a aderência é definida como a manutenção do ato de tal decisão. Tahara, Schwartz e Silva (2003) referem-se à adesão a atividades físicas como algo intimamente ligado a questões sociais e psicológicas, enquanto a aderência está vinculada à sensação de aprovação externa e ao sentimento de sucesso pessoal. Trucollo, Maduro e Feijó (2008) relatam que razões sociais e psicológicas são muito importantes no momento da adesão de adultos a programas de atividades físicas. Segundos os autores, a aderência ocorrerá na medida em que sentimentos de bem-estar e divertimento forem percebidos pelos indivíduos a partir de suas escolhas.

A literatura revela que a adesão à prática de atividades físicas e desportivas sofre a influência multifatorial. Santos e Knijnik (2006) citam experiências anteriores à prática desportiva e de exercícios físicos, apoio do cônjuge e de familiares, aconselhamento médico, conveniência do local de prática de exercícios, aspectos biológico-fisiológicos, gênero, automotivação para a prática do exercício, disponibilidade de tempo, condição socioeconômica, conhecimento sobre exercício físico e acesso a instalações e espaços adequados à prática de exercícios físicos, como elementos individuais a escolha de uma prática de atividade física. É importante assinalar que a importância relativa de cada um desses fatores na adesão à prática do exercício pode variar de acordo com o local, a população ou o período de tempo estudado. Consideramos que, por conta da simplicidade motora do ato de correr, pela grande oferta de eventos rústicos nos principais centros urbanos do País e pela convivência cotidiana dos alunos de academias, a corrida de rua acena com um cenário favorável para a decisão das pessoas a participarem de grupos de corridas de rua.

Nunomura (1998) divide os comportamentos frente à adesão à prática do exercício físico em quatro possibilidades, que começam pela adoção, definida como o momento em que o indivíduo toma a decisão de iniciar a prática de atividade física, até a retomada, que ocorre toda vez em que haja uma interrupção. Entre esses dois

fatores extremos, existem a permanência (nesse caso entendida como aderência) e o desligamento (que normalmente tem como principais razões a falta de tempo, questões de perda motivacionais ou questões situacionais).

Bauman (2003) nos apresenta uma visão de como as relações comunitárias na modernidade líquida levam os indivíduos a buscarem práticas coletivas para o alcance de metas, que, sozinhos, poderiam sentir-se inseguros ou incapazes. Significa dizer que o eu indivíduo tende a assumir uma nova roupagem e encenar um personagem inserido no espetáculo vivido. É possível que agrupar-se para corridas exerça uma espécie de força coletiva, auxiliando e facilitando a participação do cidadão em atividades para as quais até então não se consideravam aptos.

Em nosso roteiro de entrevista, objetivamos saber o que levava o entrevistado a associar as corridas de rua às suas práticas da academia, e percebemos uma forte presença do grupo como fator decisivo para as práticas de corrida de rua. Um número significativo dos entrevistados utilizou termos afins, tais como “a galera da academia”, “o pessoal da academia” ou “o grupo da academia”. Um dos primeiros autores a teorizar sobre a importância das massas ou grupos na influência de uma tomada de decisão individual foi o sociólogo Gustav Le Bon, em sua obra “Psicologia das Massas”, de 1895, a qual, embora bastante antiga, ainda hoje é considerada uma referência para estudos comportamentais. Le Bon teorizou sobre o quanto o grupo tende a influenciar as pessoas a passarem a fazer algo que, sozinhas, dificilmente fariam.

Buscando referências mais recentes, Zimerman (1997) afirma que o grupo não é apenas um somatório de pessoas, mas algo que se transforma em uma entidade com normas tácitas que tendem a manter sua coesão. Robbins (2002) aponta segurança, status, autoestima e associação como motivos que levam as pessoas a buscarem grupos como parte de seus convívios, de modo a facilitar o alcance de metas. Moretti (2009) aponta que a coesão grupal possui três grandes sentidos, começando pela atração do grupo, que diminui a possibilidade de afastamento entre seus participantes; em seguida, a motivação dos membros em participar de atividades em comum; e finalmente a coordenação de esforços para o alcance dos objetivos propostos coletivamente. Seria coerente pensarmos que, percebendo tais características, os organizadores de corridas de rua começaram a incentivar a participação de grupos de corredores. Destacamos as corridas de rua de revezamento, em que o êxito está no somatório de tempo alcançado por todos os

membros do grupo e as premiações para as equipes com maior número de participantes. Existem também as corridas das academias, nas quais, embora não se vete a participação de corredores individuais, as ações são direcionadas para a competição entre grupos.

Trucollo, Maduro e Feijó (2008) apontam aspectos sociais vinculados às adesões nos eventos decorridas de rua. Ressaltam que o discurso inicial quase sempre está associado à saúde, porém outras razões contribuem para a aderência à prática, dentre elas está o apoio de familiares e amigos. Isso tende a fortalecer a sensação de bem-estar e realização do indivíduo. Rubio (2003) define grupo sob dois aspectos, os primários e os secundários. O primeiro caso é composto pelas relações parentais, no qual temos a presença de familiares e cônjuges; já o grupo secundário diz respeito a todos que não se enquadram no primeiro caso.

Ao analisarmos as falas dos nossos informantes, observamos de maneira clara e direta o quanto o grupo, a família e a amizade decorrente da convivência grupal atuam como um forte vetor na adesão e aderência às práticas de corridas pelos alunos de academias. Tais observações nos levaram a investigar se algum segmento se destacava no processo motivacional do aluno para iniciar suas práticas atléticas de corridas. Para tanto, um de nossos propósitos foi identificar o nível de participação do grupo primário nos eventos, e ainda verificar se seria possível observar alguma relevância no processo de adesão e aderência dos corredores. Ao indagarmos sobre a participação dos familiares nos eventos, 12 dos entrevistados relataram não possuir a participação daqueles que Rubio (2003) classifica como grupo primário. Os demais responderam que havia participação, em sua maioria nas caminhadas ou corridas curtas do tipo “Family Run”, que são eventos menores embutidos nas corridas principais.

Durante a fala dos entrevistados, observamos que, quando eles se reportavam à participação de algum membro familiar nas corridas, em todos os casos havia um semblante que nos remetia a uma postura de aprovação e felicidade e uma vontade de ser explicativo, enquanto que respostas negativas foram terminais, utilizando apenas o “não”, seguido de um silêncio. Temos como alguns exemplos: “Minha irmã acabou de correr com o meu nome, porque eu tô de licença médica, ela acabou de correr a primeira corrida e eu tô bem feliz de tá trazendo também a minha família pra isso” (Entrevistado 4); “Participa. Até ia trazer minha mãe e meu pai, mais aqui comigo tá minha sogra e meu sogro. Meu noivo tá em

casa, hoje não deu pra ele vir, mas sempre estão presente” (Entrevistado 13); “Minha mãe participa das caminhadas há pouco tempo, de um mês pra cá comecei inscrevê-la, agora o meu filho começou” (Entrevistado 14); “Minha mulher e minha sogra fazem a Family Run. Já botei meu filho para a corrida kids” (Entrevistado 19).

Seguindo em nosso processo investigativo, indagamos quem fora o maior incentivador para começar a correr. Os entrevistados 6, 9, 13, 17 e 19 relataram ter sido motivação pessoal, ou seja, intrínseca. Todos os demais apresentaram motivações extrínsecas, destacando-se a forte presença do profissional de educação física da academia nessa tomada de decisão. Ao analisarmos a citação do professor, como mecanismo de incentivo, percebemos a existência de associação entre atividade prazerosa e instituição; tal informação poderia servir de insumo aos gestores de academias, como forma de diminuir a sazonalidade de alunos matriculados nas academias. Cárdenas, Amboni e Dias (2014) discorrem que a oscilação de clientes em academias em diferentes períodos do ano pode ser motivo de preocupação aos gestores desses empreendimentos no tocante ao equilíbrio financeiro. Ao considerarmos que o Brasil possui eventos rústicos durante todo ano e ao observar uma forte presença do professor na fala dos entrevistados, acreditamos que os gestores de academias deveriam considerar um maior investimento nos professores de educação física nas áreas motivacional, técnicas de corridas e treinamento, pois a associação entre aluno de academia e corridas de rua pode contribuir na diminuição da sazonalidade dos alunos.

Segundo nossos informantes, o grupo de alunos da academia é um grande colaborador na tomada de decisão de participar de corridas de rua. Massarella (2009) realizou um estudo sobre a motivação intrínseca para a prática de corridas de rua, e, embora as questões relacionadas à “self” fossem o objetivo da pesquisa, a convivência ou inserção grupal apresenta-se de forma bem presente na conclusão de sua pesquisa. O fato de existir um espaço físico vivenciado de forma frequente – como é o caso das academias – torna-se um território fértil para que se possa investir na coesão grupal. Trucollo, Maduro e Feijó (2007) investigaram os fatores motivacionais de adesão a grupos de corridas e, dentre suas conclusões, a presença do grupo foi significativa, principalmente entre os participantes do gênero feminino.

Ao perguntarmos se o entrevistado percebia o incentivo do grupo à sua prática de corridas, encontramos uma convergência quase absoluta no sentido da

positividade. Dentre elas, apresentamos: “Quando dá preguiça para treinar ou competir, eles sempre dão uma força” (Entrevistado 1); “O grupo é legal. Na academia a gente treina sozinho. Na rua é legal correr com os parceiros.” (Entrevistado 4); “Ah! É sempre legal correr com os amigos. Quando bate o cansaço, um ajuda o outro.” (Entrevistado 5); “Eu comecei por conta própria, mas depois a galera vira uma espécie de família.” (Entrevistado 6); “Faz a gente se sentir culpada quando tá com preguiça de correr.” (Entrevistado 11); “Pra mim foi tudo. Comecei a correr por conta deles. Embora eu goste de correr, acho que se eles pararem eu perco um pouco do estímulo. Um dá força para o outro”. (Entrevistado 16); “Esse grupo é massa. Um dá força para o outro. Quem chega por último tem de pagar uma rodada de chope pra galera. Tem também o batismo. Na primeira corrida de alguém, ele leva um banho de chope (risos).” (Entrevistado 17).

Concluimos que o grupo exerce uma influência muito forte na tomada decisão dos alunos de academia às práticas de corridas de rua. O convívio cotidiano, a proximidade de objetivos e a inspiração do profissional de educação física da academia apresentaram-se como consideráveis fatores motivadores para a adesão e aderência dos corredores. Não descartamos o grupo primário como fonte de inspiração; contudo, ao analisarmos as respostas obtidas por nossos informantes, percebemos que eles sentem necessidade de incluir seus familiares em suas práticas, por considerarem a sensação de bem-estar e realização sentida por eles.

Categoria 2 - Saúde

O século XX apresenta uma solidificação nos processos de produção capitalista. O indivíduo útil é aquele capaz de servir às necessidades produtivas; então, a doença torna-se um paradoxo da utilidade. Gradativamente, os discursos sobre saúde aproximam-se do cotidiano das pessoas, e os meios de comunicação tornam-se peças fundamentais no sentido de massificar a ideia de que cuidar da saúde é uma obrigação do indivíduo, e aquele que não o faz assume uma postura desleixada quanto a sua função social.

Para Gonçalves (2004), a lógica capitalista, que tem por característica o democratismo das ações individuais, difunde a ideia de que a saúde e a qualidade de vida melhoram diretamente a partir da adoção de estilos de vida saudáveis, e isso se torna uma estratégia para controle social. O autor cita hábitos alimentares e

saudáveis, prática regular de atividade física, controle do estresse, participação em atividades comunitárias e dedicação ao lazer como comportamentos preconizados ao cidadão contemporâneo para que possa desfrutar de uma boa qualidade de vida. Almeida, Gutierrez e Marquez (2012) analisam a influência dos meios de comunicação, no sentido de que melhorar a qualidade de vida seja uma obrigação exclusiva do cidadão. Gonçalves (2004) também aborda o tema ao relatar que o controle social capitalista tende a responsabilizar o sujeito pelos seus níveis de qualidade de vida.

Nahas (2012) define qualidade de vida como a percepção de bem-estar resultante de um conjunto de parâmetros individuais e socioambientais, modificáveis ou não, que caracterizam as condições em que vive o ser humano. Para o parâmetro socioambiental, o autor atribui questões ligadas à moradia, aos transportes e às condições de trabalho, entre outras. Já quanto ao parâmetro individual, a escolha do estilo de vida predomina. Isso ajuda a explicar o porquê de as pessoas associarem a prática regular de atividade física à qualidade de vida.

A segunda metade do século XX apresenta uma velocidade muito grande no acesso à informação. Boa parte disso se deve à massificação dos meios de comunicação. A televisão se torna popular em grande parte das áreas urbanas do planeta. Rádios, jornais e revistas tornam-se acessíveis, e temos um grande avanço nas informações a partir do acesso do cidadão comum aos computadores e à internet. Esse fenômeno torna-se mais presente no final do século XX.

Nahas (2012) aponta que, por volta da década de 1950, as evidências científicas entre atividade física e saúde se solidificam. Temos, então, a conjunção de informações científicas e a difusão pelos meios de comunicação. Gradativamente, a prática regular de atividade física agrega o componente “saúde” às questões relacionadas ao lazer e à estética. Santos e Knijnik (2006) alertam para o quanto a difusão de informações e imagens a respeito de saúde, corpo e movimento resultam em aumento na procura pela prática de atividade física. O interesse científico sobre o assunto promove uma disseminação de informações que podem induzir a uma espécie de discurso social e, provavelmente, a uma coletivização de ideias sobre a necessidade de aliar a prática esportiva à qualidade de vida

No Brasil, o esporte mais popular, o futebol, contribuiu muito na popularização das práticas esportivas informais. O método de treinamento do Dr. Kenneth Cooper

foi utilizado pela seleção brasileira de futebol, campeã na Copa do México em 1970, e foi apontado como um dos principais responsáveis pelo sucesso da seleção. Salgado e Chacon-Mikhail (2006) denominam como “Jogging Boom” a prática regular de corridas ao ar livre nos principais centros urbanos do País a partir da década de 1970. Correr virou sinônimo de Cooper. Segundo os autores, praticar Cooper estava associado à aquisição de saúde. É também nesse período que autores destacam o crescimento no número de eventos de corridas de rua no País.

Em nossa análise, não temos por objetivo negar os possíveis benefícios pessoais na decisão das pessoas incluírem as corridas às suas práxis regulares. Apenas ressaltamos que algumas das respostas obtidas de nossos informantes estejam contaminadas a partir dos discursos hegemônicos ou simplesmente atreladas ao senso comum, ou seja, causa e efeito: “pratico atividade física para ter saúde”. Tal atitude muitas vezes desconsidera todo um conglomerado de circunstâncias que envolve uma real possibilidade de aquisição da tão almejada qualidade de vida.

Ao analisarmos algumas respostas do nosso roteiro de entrevista, encontramos sete entrevistados que apontaram a qualidade de vida como fator determinante para associar a corrida de rua às suas práticas. Tivemos três entrevistados que mencionaram a estética, e outros três que atribuíram à necessidade de melhora no condicionamento físico. Santos e Knijnik (2006) apontam que fatores relacionados à autoestima corporal e a um aumento da autonomia a partir da melhora do condicionamento físico desenvolvem nas pessoas uma associação entre qualidade de vida com padrões sociais elevados.

Lasch (1983), em sua obra “A Cultura do Narcisismo”, relata como o processo capitalista do século XX transformou a vida das pessoas em algo similar aos métodos de produção industrial. Os indivíduos gradativamente perdem suas individualidades e se moldam de acordo com o conceito hegemônico. É bem verdade que a moda não é um fenômeno contemporâneo; porém, com o acesso amplo à informação, esse comportamento coletivizado torna-se cada vez mais presente. A necessidade do indivíduo em possuir uma aparência que não fuja dos padrões estéticos dominantes cria uma busca pela atividade física, para que não se sinta frustrado ou excluído dos seus grupos de pertencimento. É a clássica culpabilização do indivíduo que não adere à pastoral do exercício físico, muito comum na primeira fase do movimento renovador da promoção da saúde.

Prosseguindo em nossa investigação, solicitamos aos entrevistados que citassem cinco fatores que considerassem determinantes para a prática regular de corridas de rua. Ressaltamos que cinco foi um número de referência, porém respeitamos aqueles que optaram por citar mais ou menos fatores. Agrupamos as respostas nos blocos de competição/performance; amizade/família; e qualidade de vida/saúde. Alguns informantes foram diretos e concisos em suas respostas, principalmente quando se referiam ao bloco competição/performance. Essa será uma categoria que abordaremos ao longo do trabalho.

O bloco relacionado a amizade e a família, que apresentaram bastante citações, nós já analisamos na categoria grupo. O último bloco foi o que mereceu destaque nas citações, porém observamos que os entrevistados por vezes pausavam antes de responder, principalmente quando se tratava de qualidade de vida e ou saúde, sugerindo uma espécie de resposta socialmente aceitável. É bem verdade que, ao se referirem a condicionamento físico e estética, normalmente essas respostas eram acompanhadas de complementos que as referendavam. Apresentamos alguns exemplos: “Condicionamento físico. A gente malha pra poder ficar bem, a gente tem mais acesso a comer as coisas com mais tranquilidade, estético também né? Acho que sim...” (Entrevistado 1); “Mas é legal pra saúde e ajudar a emagrecer. A idade vai chegando...” (Entrevistado 12); “Acho que eu só queria perder peso mesmo. Claro que isso influencia na saúde da gente.” (Entrevistado 15); “Mas ajudou a perder um pouco da barriguinha. Já perdi 4kg. Sempre rola um chopinho depois pra falar da corrida. Por isso que eu corro, porque aí eu bebo sem culpa (risos)” (Entrevistado 17).

Todas as demais respostas relacionadas a qualidade de vida e saúde foram terminais, não havendo nenhum processo explicativo sobre o porquê da escolha. É possível que haja, nessas respostas, a influência dos discursos hegemônicos de saúde e qualidade de vida a que nos referimos no início da discussão dessa categoria. Trucullo, Maduro e Feijó (2007) afirmam que o conhecimento e a crença em benefícios pessoais decorrentes da atividade física são fortes moventes individuais a essas práticas. Em sua pesquisa, os autores revelam ainda que, por conta da facilidade do movimento e da grande oferta de eventos, a corrida de rua apresenta-se como uma forte possibilidade de as pessoas alcançarem seus objetivos de aquisição de saúde.

Balbinotti et al. (2015) investigaram os perfis motivacionais de corredores de rua e concluíram que as questões relacionadas a saúde, controle de stress e prazer foram as principais dimensões motivacionais. Conforme já discorremos, tais fatores estão intimamente relacionados à qualidade de vida. Ainda segundo Balbinotti et al. (2015), as dimensões mais utilizadas pela literatura especializada para entender os motivos que levam indivíduos à prática regular de atividades físicas ou esportivas estão relacionados a controle de estresse, saúde, sociabilidade, competitividade, estética e prazer. Percebemos, então, que nossa investigação segue uma linha coerente com o que preconizam os estudos, uma vez que encontramos de maneira constante essas dimensões junto às respostas de nossos informantes. Contudo, os sentimentos correlatos a competição e superação de limites podem gradativamente afastar esses corredores amadores da chamada vida saudável e expô-los a riscos aos quais um indivíduo não profissional do esporte, necessariamente, não precisa se submeter.

Oliveira (2010) investigou um grupo de corredores amadores e buscou identificar se tal prática estaria apenas no âmbito do lazer ou se essas pessoas estariam ultrapassando os limites preconizados a uma prática saudável de atividade física. Concluiu que o elevado nível de lesões por conta do esforço excessivo e as frustrações pelo impedimento de melhora nas performances têm aumentado a sensação de frustração entre os corredores. Abordaremos a competição como uma categoria no decorrer do nosso estudo.

Concluimos que, atualmente, torna-se algo quase que indissociável analisar as práticas regulares de atividade física mediante os discursos sobre saúde. Muitas das respostas encontradas, na decisão de associação de corridas de ruas a exercícios físicos, poderiam ser alcançadas somente nas academias. Então, não podemos negar que os eventos rústicos oferecem outros elementos que atuam como motivadores aos alunos/usuários de academias.

Categoria 3 - Competição

Ao longo deste trabalho abordamos as questões relacionadas a motivação, adesão e aderência às atividades físicas. Identificamos que vários fatores contribuem para a adoção de um determinado estilo vida. Weinberg e Gould (2001) investigaram a presença da motivação para diversas modalidades esportivas e

concluíram que ela era fundamental nas questões relacionadas a solução tarefas, adquirir excelência esportiva, superar obstáculos, procurar e demonstrar melhor performance do que outras pessoas e principalmente se sentir orgulhoso ao mostrar seu talento. Trucollo, Maduro e Feijó (2008) discorrem sobre a naturalidade dos movimentos das corridas de rua, o que torna essa tal modalidade esportiva muito atraente aos indivíduos, entretanto como já vimos no decorrer da pesquisa, a aquisição da excelência é considerada um dos fatores motivacionais. Isso tem levado os corredores amadores a orientações cada vez mais especializadas. Melhorar o seu desempenho tornou-se uma meta a ser alcançada.

Oliveira (2010) remete a uma abordagem histórica da corrida, relatando que, através da evolução humana, o ato de correr assumiu diferentes significados, desde uma conotação religiosa, com descrições bíblicas, passando pela questão utilitária, quando tinha como função agilizar o deslocamento. Na antiguidade, e de forma bem eloquente na Grécia Antiga, a corrida assume o status de competição. Essa característica, segundo o autor, desde então jamais deixou de existir; contudo, a partir da Revolução Industrial, quando há uma drástica alteração do *modus vivendi* da população onde a concentração nos grandes centros urbanos gradativamente migra de uma origem rural para os aglomerados fabris. Tal característica começa a originar o lazer moderno.

Melo (2010) analisa como a consolidação do modo da produção fabril configura uma relação entre jornada de trabalho e tempo livre. O autor lança mão da obra de Edward Thompson (1981) para fazer uma reflexão entre os processos industriais, a cultura do lazer e o processo de expansão do consumo, incluindo nesse caso o consumo relacionado ao lazer. Dias, Melo e Alves Junior (2007) apontam que a modernidade transforma o esporte em uma reprodução do mundo do trabalho, caracterizado pela possibilidade de aumento do rendimento.

O capitalismo industrial atuou diretamente no sentido de incentivar o lazer de seus funcionários como forma de preservar seus trabalhadores, de modo a continuar no processo de produção em larga escala. Marcellino (2006) discorre sobre como, a partir da chamada sociedade industrial, o tema “lazer” adquire espaço entre os pensadores do século XIX. Por conta das condições de trabalho às quais os sujeitos eram submetidos e as aglomerações pessoais, surgem os primeiros manifestos em prol do lazer. O autor relata que, somente a partir da década de 1950, o lazer passa a ser objeto de estudo das sociedades modernas. Mello (2010) também reforça a

ideia de uma nova concepção de lazer ao longo do século XX. O autor discorre sobre os avanços nos processos de lazer à medida que as relações trabalhistas se solidificam.

Além das questões relacionadas ao lazer, conforme vimos na sessão anterior, a busca pela qualidade de vida é parte integrante do pensamento do cidadão. Almeida, Gutierrez e Marques (2012) relacionam a atividade física na sociedade contemporânea a uma ponte segura para melhores situações de saúde. Nahas (2012) afirma que a prática regular de atividade física, respeitando as características individuais e seguindo programas pedagógicos, de fato tende a promover uma condição de vida autônoma aos sujeitos, no tocante às questões motoras. Nahas (2001, p. 33) chama atenção para uma variável que se relaciona com a prática de atividade física, a aptidão física, definida como “a capacidade que um indivíduo tem para realizar atividade física. Deriva da hereditariedade, estado de saúde, alimentação e prática regular de exercícios físicos”.

Em nosso roteiro, objetivamos perceber se as reflexões acadêmicas convergem com o pensamento dos nossos informantes e observamos de fato os sentimentos que associam prática de corridas às questões ligadas à qualidade de vida e atividade física estiverem presentes na fala da totalidade dos entrevistados. Os termos “qualidade de vida”, “atividade física”, “saúde” e “prazer” foram citados diretamente. Apresentamos algumas das respostas: “Ah! Qualidade de vida. Eu achei que a gente ficou mais bem-disposto, a gente ficou com uma vida mais social aqui com os amigos acho que foi um dos fatores mais interessantes pra gente.” (Entrevistado 1); “Qualidade de vida sempre, a gente acorda com vontade de correr e vai dormir com vontade de correr. E essa sensação de liberdade é ultrapassar os limites.” (Entrevistado 4); “Ah não, não tem nada assim de importante eu tô mais pela saúde mesmo sabe. O bem-estar da gente, acho que é o mais importante.” (Entrevistado 7); “Cara, o prazer, a diversão, que é assim, a maior motivação é essa, uma coisa divertida pra mim. Sabe uma coisa? Vira uma terapia porque você corre na rua e vai vendo as pessoas, os locais. Melhor que na academia, né?” (Entrevistado 10); “Fazer exercício.” (Entrevistado 12); “A saúde e incentivar meu filho à saúde, à vida esportiva.” (Entrevistado 14).

As falas dos nossos entrevistados evidenciam que os discursos que associam prática regular de atividade física, qualidade de vida e saúde estejam presentes no inconsciente coletivo das pessoas. Conforme discutimos na sessão sobre saúde,

além dos fatores supracitados, temos também o convívio social e o prazer como elementos que constituem a percepção do cidadão de que ele tenha adotado para si um estilo de vida saudável e socialmente aceitável.

Na medida em que o cidadão assume uma postura em que o lazer e a busca pela qualidade de vida estão permanentemente presentes, as práticas atléticas acenam como uma grande possibilidade de junção dessas atitudes. Pela naturalidade do ato de correr e pela “invasão” das esteiras nas academias, a corrida torna-se uma grande aliada do cidadão no sentido de realização de seus anseios de bem-estar. Para Salgado e Chacon-Mikahil (2006, p. 2),

o número de indivíduos que estão buscando a prática de algum tipo de atividade física vem se tornando cada vez mais expressivo na atualidade, dentre os quais, observa-se o desenvolvimento de atividades físicas ao ar livre, como as caminhadas e as corridas (pedestrianismo).

Para Almeida, Gutierrez e Marques (2012), a mídia contribui para um pensamento generalizado de que a prática regular de atividade física se apresenta como uma solução ao alcance da qualidade de vida. Ainda segundo os autores, isso cria um mercado de consumo de atividades físicas e tudo que esteja relacionado com elas. Uma das formas de alimentar esse mercado é promover eventos esportivos. No Brasil, os dados oficiais sobre o número de eventos de corridas de rua não são muitos precisos. A Federação Paulista de Atletismo (FPA) é o órgão que apresenta fonte mais confiável, principalmente pelo fato de, devido à demanda de eventos no estado de São Paulo, ela ter criado um departamento próprio para tratar do assunto. Embora em seu site (<http://www.atletismofpa.org.br>) os dados dos últimos anos não estejam atualizados, podemos observar que, entre os anos de 2004 e 2015, o número de corridas oficiais passou de 11 para 415.

Portais eletrônicos de dois dos principais jornais do País, O Globo e O Estado de São Paulo, apresentam matérias recentes sobre o tema. O Globo (<http://g1.globo.com>) informa que o número de corridas de rua aumentou 50% no País nos últimos 5 anos, e esse aumento vem movimentando o mercado. A reportagem aborda como serviços secundários – como lanches e kits, bem como a contratação de profissionais liberais, tais como, fisioterapeutas, massagistas e animadores – crescem na proporção da oferta de eventos. O Estado de São Paulo, (<http://www.estadao.com.br>) também faz uma abordagem similar e apresenta um número de 469 corridas em São Paulo no ano de 2016 (número não confirmado no

site da FPA), destacando que esse não é um mercado que demonstra dar sinais de estagnação. Segundo a reportagem, mesmo não havendo fontes seguras sobre as cifras que são movimentadas em cada evento, estima-se que os organizadores lucrem entre 7% e 15% por corrida.

Salgado e Chacon-Mikahil (2006) nos trazem os principais fatores que podem levar os sujeitos a praticarem corridas de rua. Para os autores, a estética, a promoção da saúde, a integração social e as atividades prazerosas e competitivas estão diretamente associadas a essa escolha. Ser competitivamente bem classificado tornou-se um atrativo, visto que o elevado número de corridas de rua permite constantes mensurações de seus desempenhos. Ter a chance de melhorar sua performance e poder compartilhar junto ao grupo de convívio permite usufruir não só de processo de autossatisfação, mas também uma possibilidade de posição elevada na estrutura social do grupo.

Oliveira (2010) ressalta que os diferentes formatos de corridas oferecidos pelas empresas organizadoras permitem que um maior número de pessoas, com diferentes níveis atléticos, participe dos eventos de corridas. O autor sugere que a corrida serve para que pessoas com diferentes faixas etárias e níveis de performance interajam e ampliem as perspectivas sociais ao observar o resultado e a visão de outro(s) que pratique(m) o mesmo tipo de lazer sério. Na medida em que os sujeitos têm mais oportunidade de participar dos eventos, parece-nos que seja natural a busca pelo melhor desempenho, e provavelmente a presença do grupo exerça algum tipo de pressão, uma vez que o prestígio social por conta do resultado tende a colocá-lo em uma posição elevada perante os outros.

Em nosso roteiro destacamos que uma grande quantidade de informantes nos relatou que a busca por performance, a melhoria dos resultados ou a superação dos limites apresentavam-se como fatores principais para a manutenção da corrida como práxis regular. As competições tornam-se meios facilitadores na materialização dessas sensações e anseios. Destacamos algumas falas: “Qualidade de vida sempre, a gente acorda com vontade de correr e vai dormir com vontade de correr. É essa sensação de liberdade e ultrapassar os limites.” (Entrevistado 4); “Assim, o fato de eu tá sempre melhorando o resultado, tá sempre melhor tô sempre conseguindo melhorar, ou não piorar pelo menos manter estável aí manter a forma. Enfim, tem várias coisas.” (Entrevistado 5); “Melhorar meu tempo.” (Entrevistado 6); “Testar meus limites.” (Entrevistado 8); “Acho que o fato de eu tentar me superar

cada vez mais. Sempre tá me superando não é superar ninguém é me superar entendeu?” (Entrevistado 9); “A competição” (Entrevistado 18).

Percebemos que, para muitos, a prática não se constitui apenas como uma forma de aquisição de saúde e qualidade de vida. Melhorar no resultado é uma característica inerente ao atleta, pois disso dependem suas recompensas materiais. Se o pensamento do corredor amador tende a ir de encontro aos objetivos daqueles que são profissionais, então não consideramos que seria uma afirmação sem fundamentação que a corrida pode iniciar-se como um ato de atividade física, mas, a partir de sua aderência por parte de muitos corredores, ela ganha status de competição.

Podemos compreender melhor essa busca pela superação ou melhora no desempenho, tomando por base Almeida, Gutierrez e Marques (2012), que discorrem sobre as dimensões do esporte na sociedade contemporânea, onde o esporte de rendimento estaria na esfera profissional, o esporte educacional teria pilares escolares e pedagógicos, enquanto o esporte participação possuiria uma conotação mais ligada ao lazer. Para os autores, o esporte participação faz parte de um fenômeno de massificação dessa práxis, contudo sempre necessitará de um “espelho” aos seus praticantes: é nesse momento que o cidadão comum começa a assumir posturas que seriam mais apropriadas ao esporte competição.

Buscamos investigar se de fato o corredor amador estaria assumindo características que o aproximam de uma preparação de atletas competitivos. Indagamos a periodicidade de treinamento de corridas durante a semana. Objetivamos também saber onde esses treinos ocorreriam e se haveria alguma rotina específica de treinamento, bem como se metas eram estabelecidas de acordo com as corridas que iriam participar. As tabelas a seguir nos mostram as informações obtidas.

Tabela 2

| Periodicidade semanal do treinamento | | Quanto ao local do treinamento | |
|---|---------------|---------------------------------------|----------------|
| Até duas vezes | 5 informantes | Somente academia | 7 informantes |
| Três vezes | 7 informantes | Somente rua | 3 informantes |
| Quatro vezes | 2 informantes | Na academia e na rua | 10 informantes |
| Cinco vezes | 3 informantes | | |
| Mais de cinco vezes | 3 informantes | | |

Na tabela 2 identificamos que 15 informantes dedicam três ou mais dias da semana ao treinamento específico de corridas. Alguns nos responderam utilizando mais de um valor numérico, tal qual “dois ou três dias”. De modo a não interferir na resposta, optamos por definir o primeiro valor como sendo o número de dias dedicados ao treinamento. A periodicidade identificada nos dá indícios de que, para esses alunos, a corrida não é apenas um apêndice de suas atividades físicas. A frequência do treinamento pode revelar o nível de importância que a corrida possui para os entrevistados.

Quanto ao local em que os treinamentos ocorrem, a maioria relatou que a academia seria o local escolhido, definindo as esteiras como principal equipamento. Identificamos que alguns procuram fazer treinamentos complementares, tais como reforço muscular para membros inferiores. Apenas três pessoas informaram que as ruas são locais exclusivos para seus treinamentos e metade dos informantes disse mesclar os espaços *indoor* como os *outdoor*. Praticamente todos relataram que os finais de semana são eleitos como os dias utilizados para correr ao ar livre. Refletindo sobre esse último dado, consideramos conveniente que as academias investissem em aulas/treinamento durante os finais de semana em espaços abertos, podendo reforçar os vínculos entre clientes e estabelecimento.

Tabela 3

| Segue alguma rotina de treinamento | | Estabelece metas de acordo com as corridas | |
|---|----------------|---|----------------|
| sim | 16 informantes | sim | 10 informantes |
| não | 4 informantes | não | 10 informantes |

Na Tabela 3, embora a grande maioria tenha nos relatado que costuma seguir alguma rotina de treinamento para corridas, a mesma proporção não ocorre quando indagamos sobre o estabelecimento de metas quanto aos eventos. Ao analisarmos as respostas, identificamos a presença do professor como o maior orientador aos treinamentos, embora alguns tenham relatado que buscam informações na mídia. Na sessão em que abordamos a categoria grupo, tivemos uma forte presença do professor como incentivador à prática da corrida de rua, então percebemos uma clara coerência entre os processos de adesão e aderência, com o professor da academia assumindo esse papel de coesão. Conforme relatamos anteriormente, o

cidadão comum tende a espelhar-se nos atletas de rendimento com o intuito de dar significado e simbologia às suas participações nos eventos. Então, a estratégia de estabelecer metas, com treinamentos diferenciados de acordo com as corridas, poderia reforçar o imaginário dos alunos no sentido de avançar em seus objetivos; ao professor caberia a função pedagógica de trabalhar com os fracassos e sucessos que ocorressem ao longo do processo.

Categoria 4 - Atividade ao ar livre

Ao longo do nosso estudo, abordamos assuntos referentes a questões que geram motivação no ser humano para prática de alguma atividade. Conforme já relatado, o pensamento hegemônico define motivação com natureza extrínseca e intrínseca.

Uma pessoa pode se envolver com alguma atividade, motivada extrínseca ou intrinsecamente. Quando a motivação é extrínseca, a atividade constitui apenas um meio para atingir um objetivo externo, como dinheiro ou status, e esse tipo de motivação, geralmente resulta em maior tensão e pressão e em níveis mais elevados de ansiedade e estresse. Quando a motivação é intrínseca, as pessoas não estão focadas em recompensas, elas podem vir a acontecer, mas como consequência do envolvimento e empenho. Esse tipo de motivação está associado geralmente a comportamentos mais estáveis e duradouros. (MASSARELLA; WINTERSTEIN, 2009, p. 2).

Inicialmente, ao começar a prática de corridas de rua, o indivíduo não tende a apresentar os moventes referentes à motivação extrínseca, uma vez que premiações em dinheiro só se referem aos atletas de elite; já quanto ao status social perante o grupo de convívio demanda um certo tempo, pois é necessário adquirir experiência em corridas e condições atléticas. Posto isso, as motivações intrínsecas concorrem mais fortemente como incentivo para a decisão em participar de eventos rústicos. Para Massarella e Winterstein (2009), estabelecer metas e perceber que estejam no caminho de alcançá-las são fatores que reforçam os processos motivacionais. Na sessão anterior, observamos que muitos dos entrevistados declararam que seus objetivos eram a melhora do resultado, a superação de limites ou o poder competir em distâncias maiores do que aquelas em que já competiam.

Notamos que as motivações relacionadas às metas apresentam evidências que direcionam os alunos de academias a associarem as corridas de rua às suas práticas rotineiras. Percebemos que, em suas falas, alguns informantes apresentavam um certo incômodo em correr apenas nas esteiras, enquanto outros

demonstravam uma relação de prazer em poder correr em ambientes externos. Analisando esses dados, consideramos coerente a atividade ao ar livre como uma categoria do nosso estudo e decidimos aprofundar a reflexão, objetivando um melhor entendimento dos relatos.

Elias e Dunning (1994) contribuíram de forma concisa para a reflexão dos riscos e tensões no processo civilizador da sociedade moderna. Para os autores a atenção ao conjunto das pulsões e dos comportamentos violentos, a busca de configurações sociais específicas e a noção de processo da evolução temporal e progressões das ações auxiliam a compreender a sociedade e sua evolução através do esporte. Para Huizinga (2001), na modernidade, a competição possui todas as características formais, e a maior parte das funcionais dos jogos, dentre as quais estejam a tensão e a incerteza. Bauman (1999) considera a modernidade como um tempo em que se reflete a ordem do mundo, do habitat humano, do eu humano e da conexão entre os três. O autor relata que até então a ordem do eu humano não era considerada nos processos da modernidade e, em sua obra, essa ordem passa a ter destaque. Considera também que ordem e caos sejam duas forças que impulsionam a modernidade e que devem ser constantes fontes de estudos.

Considerando ordem e caos como moventes da sociedade moderna, buscamos uma reflexão sobre o conceito de risco. Moretti (2009) considera que o risco esteja intimamente ligado à vida de todos indistintamente, porém o que difere uma pessoa de outra é a consciência do risco, além da estratégia para lidar com ele. Elias e Dunning (1994) nos trazem que tensões e incertezas provocam emoções incontroladas nas atividades de lazer, criando uma excitação conjugada com tensão, mas sentidas com prazer. Ao refletir sobre isso, podemos começar a compreender o porquê de os indivíduos optarem por incluir, nas suas práticas atléticas, espaços que, por características, não sejam totalmente controlados, quando comparamos com aqueles encontrados nas academias. Moretti (2009) aponta que o sujeito pode vivenciar os riscos escolhidos por ele próprio, o que normalmente é baseado na racionalidade clássica. Os riscos escolhidos inadvertidamente, respaldados por uma escolha que se inspira no direito à cidadania e os riscos imponderáveis deixam-nos à mercê do âmbito da esfera pública.

Escolher praticar atividades em ambientes que não sejam totalmente controlados, como os que vivenciamos em espaços públicos ou inóspitos, constitui

uma das formas encontradas pelos indivíduos para materializar as relações de tensões em suas vidas. Para Moretti (2009, p 44),

[...] aventurar-se a correr riscos, mas se precavendo e administrando para que ele não ocorra, passa a se tornar uma prática cada vez procurada, em vários âmbitos sociais, inclusive no esporte. Esse aumento por esportes radicais, ocorre concomitantemente com a sociedade assumindo a exacerbação das características da sociedade de risco.

Ao longo do século XX, diversos autores têm se dedicado a estudar o comportamento dos indivíduos diante das pressões e tensões sociais. Quando aproximamos esses estudos das relações indivíduo x atividade x esportes, é possível encontrar produções que nos ajudam a compreender as atitudes assumidas pelos cidadãos comuns.

Lasch (1993) indica que a sociedade do narcisismo remete o indivíduo a uma necessidade constante de ver e ser visto. Já Debord (1997) aponta o conceito de sociedade do espetáculo, o olhar, a cena e a exibição como novas modalidades de sociabilidade. O autor considera que, na modernidade, viver tornou-se um acúmulo de espetáculos vividos. Então, refletimos sobre as restrições que as práticas em um ambiente fechado e limitado provocam ante a possibilidade de alcançar os anseios da sociedade contemporânea, e, nesse caso, as ruas acenam como uma opção viável às realizações pessoais e sociais. Correr ao ar livre possibilita uma inserção em um cenário onde os atores do movimento alcançam um público maior e mais diversificado do que aqueles presentes apenas nos espaços indoor das academias.

Poderíamos incorrer em uma fragilidade de informações se reduzíssemos nossas afirmações quanto à escolha das ruas como prática de atividade, tomando como base as necessidades de ver e ser visto. Dessa forma, ao analisarmos as falas dos nossos informantes, encontramos outros termos ou palavras que nos auxiliaram no sentido de um melhor entendimento, à junção das escolhas de práticas indoor e outdoor. Destacamos que palavras como “natureza”, “liberdade” e “desafio” foram muito utilizadas. “Variação de locais”, “é legal sair da academia”, “correr fora da esteira”, “sensação de liberdade”, “correr na rua e ver aquela gente toda”, “fazer turismo”, “quebra da monotonia” e “desfrutar a paisagem” foram termos que nossos informantes apresentaram.

Rosa (2013) disserta sobre como toda a estrutura que envolve os eventos de corridas de rua desenvolveu nos cidadãos uma cultura que está em circulação o tempo todo na sociedade atual, seja por meio da mídia, que conduz as pessoas a

consumir as corridas, ou então pela necessidade de sentirem-se uma mercadoria atraente e atual. Dias, Melo e Alves Junior (2007) abordam como a necessidade de reocupação do espaço “natural” possa ser uma espécie de volta as origens do ser humano por conta de todo o processo de urbanização social. Apesar de, ao nos reportamos aos espaços públicos das corridas, encontrarmos um ambiente modificado do seu status inicial, não podemos desconsiderar que a ação do indivíduo o expõe a possíveis intempéries que a academia não é capaz de submetê-lo. Rosa (2013) cita como os desafios e obstáculos que surgem durante o percurso transformam-se em elementos para que os praticantes sintam-se mais motivados a concluir suas metas durante as corridas e ressalta também que a variação dos ambientes serve como processo de quebra de monotonia na prática da atividade.

Por conta de todo o investimento atual das corridas de rua, percebe-se a tendência a uma maior normatização para os participantes. Contudo, tal regramento é mais contundente para os atletas de elite. O corredor amador tem a liberdade – mesmo que com algumas restrições – de participar de um evento esportivo, porém não tão “engessado” quanto nos esportes tradicionais. Ferreira (2003) discorre sobre a possibilidade de prática esportiva em espaços não formais. Para o autor, isso provoca tanto uma liberdade de escolha no tempo de execução, quanto uma sensação de estar livre em um espaço não delimitado com paredes e tetos. Em seu estudo, Sena Junior (2012) revela que corredores que executam tais atividades em ambientes não formais relataram que a sensação de harmonia com a natureza desperta uma sensação de prazer que parece amenizar o esforço na execução da atividade física.

Conforme relatamos, os autores contemporâneos apresentam crescentes reflexões sobre os desafios que a sociedade moderna, pautada nos princípios do capitalismo, enfrenta em seu cotidiano. Ter emprego, prover a família e conquistar reconhecimento e status social foram assuntos abordados ao longo do nosso estudo. Posto isso, o cidadão passar a viver em um conflito quase que diário, na busca de uma imagem vencedora. Borges (2007) relata que atividades executadas junto à natureza despertam no homem uma sensação de domínio sobre a natureza. Aventurar-se em um ambiente hostil provoca no cidadão um imaginário de aventureiro e conquistador, forjando uma autoimagem de dominador e não de dominado. Ferreira (2003) também aborda o imagético do aventureiro nos eventos

em ambientes ao ar livre como algo que forja nas pessoas a sensação de liberdade e a capacidade de domar o ambiente em que está realizando a atividade.

Sabemos que a corridas de rua, em sua maioria, ocorrem em vias pavimentadas e com interdição ao tráfego. Porém, não há como prever qualquer tipo de interferência externa a que um evento outdoor está submetido. Irregularidades ou mudanças do tipo de pavimentação, aclives e declives, pessoas que não fazem parte do evento ou animais no percurso, intempéries climáticas – esses são alguns dos exemplos do que pode ocorrer nas corridas de rua, porém a probabilidade de ocorrência em um ambiente fechado de academia é mínima. Os organizadores de eventos rústicos têm oferecido eventos em que os desafios estão cada vez mais evidentes. São corridas noturnas, com a conjugação de diferentes tipos de pavimentação, tais como asfalto e areia, e as corridas que ocorrem apenas em ambientes não pavimentados. A busca pelo contato com a natureza apresenta-se como uma tendência contemporânea do ser humano, no sentido de uma volta às suas origens e uma sensação de poder perante os desafios da vida moderna.

Categoria 5 - Consumo

Nessa categoria, buscamos desvelar como o processo capitalista do consumo, bem como as questões relacionadas às marcas podem influenciar nas filiações das pessoas às corridas de rua. “Consumir é poder escolher entre as alternativas ofertadas pelo mercado, escolhendo, naturalmente, a partir de um processo de seleção” (ALBUQUERQUE, 2007). Ainda segundo o autor, as empresas cada vez mais se conscientizam de que os aspectos relacionados ao consumo possuem importante influência na mente do corredor, portanto elas procuram criar um laço bem estreito com seus consumidores em potencial. Albuquerque (2007) cita Kotler e Armstrong (2003) para fazer uma breve reflexão sobre as tomadas de decisão do consumo que incluem fatores motivacionais que estariam ligados a questões fisiológicas e ou psicológicas, fatores de personalidades que são inerentes à individualidade da pessoa e fatores de percepções que se referem aos processos de seleção e organização daquilo que é recebido pelo consumidor, através das imagens e símbolos com os quais o cidadão tem contato.

Lasch (1983), em sua obra “A cultura do Narcisismo”, relata como a produção capitalista, com a necessidade de manter sua política, transformou os trabalhadores

de meros produtores em consumidores. Era necessário garantir o consumo em larga escala dos produtos das indústrias. Então, o consumo deixou de ser algo pertencente apenas a um grupo seletivo e passou a influenciar o modo de vida de toda população. Ainda segundo o autor, o século XX apresenta um grande avanço nos meios de comunicação de massa, e isso influenciou diretamente a relação de consumo. Smit (2007) expõe como as indústrias de produtos esportivos lançaram mão da imagem dos ídolos do esporte como forma de alimentar no imaginário social, a ideia de que consumir produtos de ídolos esportivos poderia aproximar o cidadão comum de um êxito na esfera do rendimento pessoal.

Debord (1997), em a “Sociedade do Espetáculo”, relata o quanto a propaganda compele o sujeito a um processo obsessivo ao consumo. Cria-se um processo hierárquico em que os símbolos relacionados à utilização de produtos posicionam o cidadão em organogramas sociais. Em sua obra, o autor disserta sobre como o processo capitalista aos poucos vai transformando a vida em um grande espetáculo, no qual o consumo é uma das formas encontradas para o sujeito transformar-se em protagonista no “espetáculo social”. Niada e Batista (2013) relatam como as marcas criam no consumidor uma relação de autoconexão que quase sempre gera fidelização e serve também para contribuir na construção de uma identidade social.

Definimos, então, o consumo como uma das categorias a serem exploradas, ao identificar, nas falas de nossos informantes, termos em que o consumo e a prestação do serviço oferecido revelaram-se como algo em que podem fornecer imagens positivas ou negativas perante os corredores entrevistados. “Tem o Kit que também é muito legal.” (Entrevistado 6); “O legal seria blusa, medalha né, é tudo o que eles dão.” (Entrevistado 11); “Essa teve a marcação a cada km foi muito bom pra a gente poder acompanhar o tempo e a velocidade, e as barracas também, que dão apoio aos atletas aí com massagem.” (Entrevistado 13); “Eu acho tudo legal, acho legal essa toalhinha (parte do kit), as camisas, viseiras. Eu gosto dessas coisas.” (Entrevistado 16); “Tá bem organizado. Horários, entrega do kit e apoio.” (Entrevistado 17); “Pô, gosto do kit.” (Entrevistado 18). Em contrapartida encontramos relatos em que os corredores demonstraram uma insatisfação com quanto à organização ou serviços. “Eu acho que hoje virou um comércio muito grande e vendem mais e não dão tanta infraestrutura pra gente.” (Entrevistado 1); “Eu acho que tinha que melhorar a infraestrutura de banheiro, de saída é, eu acho

que o kit foi muito fraco eram melhores, acho que tinha que melhorar mais a infraestrutura pelo serviço que paga pelo valor que é.” (Entrevistado 3); “Colocar aqueles chuveirinhos no meio do caminho, por que nessa época do ano o calor é muito grande, a água tá sempre quente dificilmente você consegue beber água gelada no meio do caminho então se tivesse esses pontos ao invés de as pessoas ficarem tomando banho com a garrafinha, tivesse aquele chuveirinho aquele isorpozinho no meio do caminho, acho que seria muito melhor. Até ia ter água gelada para todo mundo.” (Entrevistado 10); “Mais banheiros, limpos de preferência.” (entrevistado 14); “Eu acho que tem andado muito cheio.” (Entrevistado 19).

As falas de nossos informantes parecem explicitar que a participação nas corridas não é um mero ato de lazer, saúde e convívio social. A busca pela excelência na oferta dos serviços revela uma relação de produto e consumo que extrapola a natureza informal das práticas atléticas de corredores não profissionais. Gestores de eventos esportivos e de academias parecem compreender tais anseios e tentam convergir suas ações nesses sentidos.

Os organizadores de corridas de rua, ao perceberem que o mercado para esses eventos se encontra em constante expansão, começaram a tratar os participantes não apenas como meros corredores, mas como potenciais consumidores dos seus produtos. Ahouagi (2015) recorre a Guaragna (2010) para relatar que o mercado de corridas de rua anualmente apresenta crescimento contínuo tanto de eventos quanto de participantes, daí que um número cada vez maior de marcas esportivas procura se associar as empresas organizadores de eventos rústicos. Atualmente temos a “corrida das estações ADIDAS”, “FILA Nighth Run”, “Meia Maratona ASICS”, “Circuito NIKE Run” como algumas das marcas de produtos esportivos que “emprestam” seus nomes as corridas de rua. “Nesse sentido, podemos afirmar que essas organizações têm percebido no esporte de massa amador, uma oportunidade de reforçar seus valores e de se legitimar perante seus segmentos de mercado” (AHOUAGI, 2015).

O produto ou a simbologia que a marca representa tende a desenvolver no cidadão comum uma sensação de relação direta com o êxito. “As marcas apresentam tanto aspectos tangíveis, ou racionais, que são diretamente vinculados ao desempenho do produto, quanto aspectos intangíveis, ou simbólicos, que se referem a tudo aquilo que ela representa”. (AHOUAGI, 2015). Podemos supor que a

marca possui a capacidade de ir além de um mero símbolo e instigar uma espécie de imaginário de sucesso na mente dos corredores.

Tranchitella (2014), ao abordar os gerenciamentos de riscos em eventos esportivos de corridas de rua, relata os procedimentos desenvolvidos pelos gestores no sentido de estreitar e fidelizar o seu público alvo. Tais procedimentos envolvem questões como estreitamento das relações com os consumidores. Isso pode ser facilmente percebido à medida que os entrevistados relataram que recebiam informação por parte das academias quanto aos eventos de rua. As principais empresas organizadoras de eventos de rua normalmente possuem contatos do tipo mala direta eletrônica com as academias que participam de suas corridas.

Outras ações relatadas por Tranchitella (2013) ocorrem através de pesquisas de mercado quanto as novas tendências. Evidenciamos isso através do crescimento das corridas temáticas do tipo corrida dos namorados, corrida da mulher ou corrida das academias. Percebe-se uma clara diversificação na oferta dos produtos, em que correr passa a ser o local do consumo. A forte adesão de alunos de academias aos eventos rústicos tem colaborado para um novo perfil dos corredores (buscar uma fonte para corroborar), pois estes estavam acostumados aos “mimos” propiciados pelos estabelecimentos do ramo do fitness. Furtado (2009) apresenta que nos estágios necessários para o sucesso dos estabelecimentos do ramo do fitness, encontra-se a satisfação do serviço percebido pelo cliente como forma de aderência ao local. Nos eventos de rua, as academias procuram estimular a percepção de excelência junto aos seus clientes. Os corredores podem usufruir de serviços, inscrição e retirada de Kits feita pela academia e oferecidos em eventos, como tenda de massagem, sessão de alongamento e relaxamentos, isotônicos e condicionamento dos pertences pessoais.

A expansão no número de eventos e a crescente adesão e aderências de pessoas às práticas de corridas de rua nos fazem refletir sobre a mudança do status de meros praticantes em consumidores de corridas de rua. Compreender esse fato poderá contribuir para que as multidões que hoje procuram as ruas como forma de associação às suas práticas formais de atividade física não sejam apenas um fenômeno passageiro e possam se firmar como algo que faça parte da cultura da atividade corporal dos brasileiros.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo deste artigo, observamos que a associação entre atividades em academias e corrida de rua é multifatorial. As academias de ginástica no Brasil se firmaram a partir da década de 1980 e, desde então, se multiplicaram por todo o País, tornando-se uma referência hegemônica quando o tema é a prática regular de atividade física. Ao longo das últimas décadas, os gestores de academias têm buscado especialização no sentido de oferecer um espaço cada vez mais diversificado, de modo a atrair e manter seus usuários. Gradativamente passamos daquilo que Capinussú (2006) denomina espaço de fisiculturismo, até chegarmos ao que Furtado (2009) classifica como espaço de negócio lucrativo.

O atual perfil das academias entende que seus frequentadores não podem mais ser tratados apenas como alunos, mas sim como clientes. Os consumidores de academias necessitam de serviços e produtos que atendam seus anseios de modo a mantê-los fidelizados. Portanto, a oferta diversificada de inovações em serviços são características irrefutáveis no mundo atual, caracterizado por uma sociedade de consumo estabelecido pelo modelo capitalista de produção, na qual o lucro é o principal objetivo e só se materializa através da possibilidade de diferentes modos de aquisições.

Se, por um lado, o modelo atual capitalista, ao gerar lucro, desperta no indivíduo uma sensação de poder, por outro, estabelece tensões contemporâneas que pressionam o cidadão a uma engrenagem produtiva, que muitas vezes extrapola as reais necessidades pessoais. Assim, os sujeitos assumem uma postura de sublimação, buscando possibilidades de extravasar as pressões cotidianas. Refletindo sobre o assunto e analisando as respostas dos partícipes da pesquisa, elegemos as categorias saúde, grupo, competição, atividade ao ar livre e consumo como forma de aprofundar nossos estudos e obter suporte para uma análise mais refinada. Consideramos que essas categorias representam os principais fatores que motivam os alunos a extravasarem as possibilidades de exercitação em ambientes indoor e buscarem nas ruas uma complementação de suas realizações físicas e psíquicas.

As respostas obtidas revelaram que os discursos pela aquisição de saúde, estética e corpo saudável agem como um contágio no subconsciente das pessoas e assumem um processo de obrigatoriedade social. No sistema capitalista, é preciso

estar apto física e mentalmente para manter sua capacidade produtiva. Na sociedade atual, a sensação de poder está diretamente relacionada à capacidade de consumir, e esse consumo extrapola as necessidades reais do indivíduo. As corridas atendem essas duas categorias, uma vez que possibilitam a prática regular de exercícios e movem bilhões de reais por ano, oferecendo uma ampla oferta de produtos aos seus praticantes.

As relações grupais atuam como fator de fortalecimento e transformação para os corredores. Elas se fortalecem ao encontrar, no outro, características similares às suas que reforçam o sentimento de poder pessoal e se transformam ao perceber em seus pares perfis que lhe causem admiração, mas que necessariamente não sejam percebidos em seu traço pessoal; então, muitas vezes isso atua como um estimulante para uma mudança positiva de atitudes vencedoras. Uma das características da competição é apontar a performance, seja através da indicação do vencedor, seja pela mensuração da melhoria do desempenho. Atuar em uma prova desportiva é a possibilidade real de obter um feedback quanto a sua capacidade produtiva.

Produzir e consumir em larga escala tem afastado gradativamente o indivíduo das relações mais simples e naturais do ser humano. Nossas investigações apontaram que as pessoas tendem a convalescer daquilo que Lasch (1983) denomina de sentimento de vazio existencial percebido na sociedade moderna, na qual as pessoas valorizam em excesso aquilo que é material e, portanto, se deterioram e passam a convalescer da sensação que tudo que possuem será perdido. A prática de atividades ao ar livre age como um antídoto a esse padecimento social. O contato com a natureza e a sensação de poder dominar um ambiente um tanto quanto hostil e não controlado reforçam os sentimentos de realização pessoal. Assim, exhibir-se nas ruas amplia a possibilidade de ver e ser visto, que é uma das regras tácitas impostas pelo capitalismo moderno.

Concluimos que a conjugação entre academias e corridas de rua coaduna com os anseios dos principais atores, os corredores/alunos. Desde que os usuários de academias incluíram as provas rústicas como atividades regulares, percebe-se um aumento não só no número de participantes, como uma elevação no nível comercial dos eventos, uma vez que se trata de um público com poder aquisitivo elevado e com perfil de consumir. Diante das diferentes motivações que levam essas pessoas a participarem de eventos rústicos, é preciso uma maior aproximação

entre os organizadores de corridas e as academias, uma diversificação de oferta de produtos e serviços por parte dos gestores das academias e uma ampliação nas especializações dos profissionais que atuam nos espaços de fitness, de modo atender com excelência os clientes desses estabelecimentos, que, por sua alta capacidade de consumo, estão com perfil cada vez mais exigente.

REFERÊNCIAS

- AHOUAGI, J. F.; GOSLING, M. S.; ANDRADE, M. A. M., **Percepções de marca e comportamento do corredor de rua**. Unopar Científica Ciências Jurídicas e Empresariais. Londrina, v. 16, n. 1, p. 3-13, mar. 2015.
- ALBUQUERQUE, R. C. de. **Comportamento do consumidor de materiais esportivos para a prática da corrida de rua na região metropolitana de Belo Horizonte**. 2007. 103 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Administração) - Faculdades Integradas de Pedro Leopoldo. Pedro Leopoldo, MG, 2007.
- ALMEIDA, M. A. B.; GUTIERREZ, G. L., MARQUES, R. **Qualidade de vida: definição, conceitos e Interfaces com Outras Áreas de Pesquisa EACH/USP**, São Paulo, 2012.
- ATLETISMO. Disponível em: <<http://www.atletismofpa.org.br/Corrida-de-Rua/Estat%C3%ADstica-2015>>. Acesso em: 21 jul. 2017.
- BALBINOTTI et al. Perfis motivacionais de corredores de rua com diferentes tempos de prática. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 37, n.1, Porto Alegre, jan./mar. 2015.
- BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Edições 70. Edição revisada e ampliada. Lisboa, Portugal, 2016.
- BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade líquida**. Tradução: Plínio Dentzien. Rio de Janeiro: Zahar, 2003.
- BORGES, R. L. **Corrida de aventura e risco: um estudo etnográfico**. Dissertação (Mestrado Ciência do Movimento Humano) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2007.
- CÁRDENAS, A. R.; AMBONI, N., DIAS, J.S. Análise da sazonalidade em uma academia de ginástica de Florianópolis, Santa Catarina. **PODIUM Sport, Leisure and Tourism Review**, v. 3, n. 1, jan/jun. 2014.
- DEBORD, E. G. **Comentários sobre a sociedade do espetáculo**. Rio de Janeiro: Editora Contraponto, 1997.
- DIAS, C. A. G. D.; MELO, V. A.; ALVES JUNIOR, E. D. Os estudos dos esportes na natureza: desafios teóricos e conceituais. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, Porto, v. 7, n. 358–367, 2007.
- ELIAS, Norbert, DUNNING, Eric. **A busca pela excitação**. Lisboa: Ed. Difel, 1992.
- FAVERO, Paulo. Corrida de rua. Disponível em: <<http://esportes.estadao.com.br/noticias/geral,corrida-de-rua-cresce-cada-vez-mais-no-pais-e-atrai-legiao-de-fãs>>. Acesso em: 22 jul. 2017.
- FERREIRA, L. F. S. **Corridas de aventura: construindo novos significados sobre corporeidade, esportes e natureza**. 2003. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, 2009.

FURTADO, R. P. Do fitness ao wellness: os três estágios de desenvolvimento das academias de ginástica. **Revista Pensar a Prática**, Goiânia, v. 12, 2009.

GLOBO.COM. Disponível em: <<http://g1.globo.com/economia/pme/pequenas-empresas-grandes-negocios/noticia/2016/12/numero-de-corredores-de-rua-cresce-50-em-5-anos-e-movimenta-mercado>>. Acesso em: 22 jul. 2017 às 12h41min.

GONÇALVES, Aguinaldo. Em busca do diálogo do controle social sobre o estilo de vida. In: VILARTA, Roberto (Org.). **Qualidade de vida e políticas públicas: saúde, lazer e atividade física**. Campinas, IPES, p. 17-26, 2004.

HUIZINGA, J.; **Homo Ludens**: o jogo como elemento de cultura. São Paulo: Editora Perspectiva, 2001.

JANE, R. P. **Corridas de rua**: aprendizagens no tempo presente. Dissertação (Mestrado em Educação) - Universidade Federal de Santa Catarina, 2013.

LASCH, C. **A cultura do narcisismo**. Rio de Janeiro: Imago, 1983.

MARCELLINO, N. C. **Estudos do lazer**: uma introdução. 4. Ed. Campinas: Autores Associados, 2006

MASLOW, A. H. A. Theory of human motivation. 1943. Disponível em: <<http://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm>>. Acesso em: 12 jun. 2017.

MASSARELLA, F. L.; WINTERSTEIN, P. J. A motivação intrínseca e o estado mental *flow* em corredores de rua. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v. 15, n. 02, p. 45-68, abr./jun. 2009.

McCLELLAND, David Clarence; BURHAM, Dan. H. O poder é o grande motivador. In: VROOM, V. H. (Org.) **Gestão de pessoas, não de pessoal**. Rio de Janeiro: Campus, 1997.

MELO, V. A. Lazer, modernidade, capitalismo: um olhar a partir da obra de Edward Palmer Thompson. **Estudos Históricos Rio de Janeiro**, v. 23, n. 45, p. 5-26, jan.-jun. 2010.

MORETTI, A. R. **Corridas de aventura**: processos de coesão grupal na superação de obstáculos. 2009. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social) - PUC/São Paulo. 2009.

NAHAS, M. V. Resenha do livro "Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo". **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Porto Alegre, v. 34, n. 2, abr./jun., 2012.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 3. ed. Londrina: Midiograf, 2003.

NIADA, A. C. M.; BAPTISTA, P. P. Hierarquia de metas do consumidor para diferentes níveis de autoconexão com a marca. **Revista de Administração MACKENZIE**, v. 14, n. 5, São Paulo, set./out. 2013.

NUNOMURA, M. Motivo de adesão à atividade física em função das variáveis idade, sexo, grau de instrução e tempo de permanência. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Londrina, v. 3, n. 3, p. 45-58, 1998.

OLABUENAGA, J. I. R.; ISPIZUA, M. A. **La descodificación de la vida cotidiana: métodos de investigación cualitativa**. Bilbao: Universidad de Deusto, 1989.

OLIVEIRA, M. R. R.; PIRES, G. L. O Primeiro olhar experiência com imagens na educação física escolar. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 26, n. 2, 2005.

OLIVEIRA, S. N. **Lazer sério e envelhecimento: loucos por corrida**. Dissertação (Mestrado em Educação) - Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2010.

ROBBINS, Stephen Paul. **Comportamento organizacional**. 9. ed. São Paulo: Prentice Hall, 2002.

RUBIO, Katia. Estrutura e dinâmica dos grupos esportivos. In: RUBIO, K. (Org.) **Psicologia do esporte: teoria e prática**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

RYAN, R. M.; DECI, E. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. **Am. Psychol.**, 2000, v. 55, n. 1, p. 68-78.

SABA, F. **Aderência: a prática do exercício físico em academias**. São Paulo: Manole, 2001.

SALGADO, J. VV.; MIKAHIL, M. P. T. C. Corrida de rua: análise do crescimento do número de provas e de praticantes. **Conexões: Educação, Esporte, Lazer, Campinas**, SP, v. 4, n.1, p.100-10, 2006.

SANTOS, S. C.; KNIJNIK, J. D. Motivos de adesão à prática de atividade física na vida adulta intermediária. **Revista Mackenzie de Educação Física e esporte**, Barueri-SP, ano 5, v. 5, n.1, p. 23-34, 2006.

SENA JUNIOR, A. W. **Motivação e flow-feeling na corrida de rua**. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Programa de Pós-Graduação, área de concentração do Movimento Humano da Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2012.

SMIT, B. **Invasão de campo**. Adidas, Puma e os bastidores do esporte moderno. 1. ed. Rio de Janeiro: Editora Zahar, 2007.

TAHARA, G. M. S.; SILVA, K. A. Aderência e manutenção da prática de exercícios em academias. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, Brasília, v. 11, n. 4, p. 7-12, out./dez. 2003.

THOMPSON, Edward Palmer. **A miséria da teoria**. Rio de Janeiro: Zahar, 1981.

TRANCHITELLA, M. O gerenciamento de riscos em eventos esportivos: um estudo com corridas de rua. **Revista Intercontinental de Gestão Desportiva**, Rio de Janeiro, v. 4, n. 1), p. 128-130, jun. 2014.

TRUCCOLO, A. B.; MADURO, P. A.; FEIJÓ, E. A. Fatores motivacionais de adesão a grupos de corrida. **Motriz**, Rio Claro, v.14, n. 2, p. 108-114, abr./jun. 2008.

WEINBERG, Robert S.; GOULD, Daniel. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.

ZIMERMAN, David. E., OSÓRIO. Luiz Carlos, ET AL. **Como trabalhamos com grupos**. São Paulo: Livraria Duas Cidades, 1997.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo do século XX, o sistema capitalista firmou-se, especialmente no ocidente, como o grande modelo de política mundial. Essa forma de produção e consumo influenciou o modo como se estabeleceram as suas relações de vida. Produzir e consumir deixaram de ser uma mera escolha e passaram a assumir uma espécie de liturgia humana. Embora o sistema democrático tenha se firmado como um modelo a ser seguido pelos países – e, com ele, as políticas de garantias constitucionais e a liberdade de escolha –, muitas vezes, na prática, o capitalismo exerce uma espécie de ditadura velada que compele as pessoas a agirem de acordo com interesses maiores do capital.

Adequar-se ao *modus vivendis* dominante exige dos cidadãos ações que os tornem úteis à sociedade. Nesse sentido, a capacidade de produzir e consumir assume um papel significativo no subconsciente humano. As inúmeras publicações a respeito do estilo de vida contemporâneo nos levam a refletir sobre a necessidade perene que leva as pessoas à busca constante pela qualidade de vida, de modo a permanecerem produtivas e consumidoras. A ausência dessas características deixa as pessoas mais vulneráveis a viverem a margem da sociedade moderna.

Diante de tal discussão, observamos que, nas últimas décadas, formas variadas de aquisição de saúde por meio de exercitação foram oferecidas, desde a disseminação e popularização das práticas esportivas, até os espaços formais para a prática de atividades. Primariamente, os clubes e associações desportivas assumiram esse papel e especificamente no caso do Brasil, a partir dos anos de 1980, as academias gradativamente passam a ser uma opção ampla à população.

O termo “fitness” torna-se cada vez mais íntimo do cidadão comum, e a busca pela estética e saúde estreita-se ao senso comum. Ocorre que, como em todo processo capitalista, o lucro, a inovação e a fidelização de clientes são fatores fundamentais ao sucesso do empreendimento. Assim, paulatinamente, aqueles que frequentam os estabelecimentos do ramo de exercícios deixam de ser tratados como alunos e assumem a função de clientes, e como tal necessitam de produtos que possam consumir e promover. As academias apropriam-se da função de empresas do ramo do fitness e aprimoram seus serviços por conta da grande concorrência de possibilidade de atividades físicas. Inovar na oferta é uma lei de mercado, pois pode

permitir uma potencialização na conquista do cliente para satisfação de seus anseios. A busca por diversificadas experiências corporais e necessidade de consumo, como forma de referendar seu poder social, conduz o cidadão a buscar novidades, e aos poucos o espaço limitado das academias começa a não dar conta da maneira como as pessoas lidam com a contemporaneidade.

Cientes da imprescindibilidade da prática regular de atividades físicas e inteirados do potencial de demanda, os empresários do ramo de exercícios começam a diversificar a oferta de produtos, e as atividades ao ar livre passam a ser uma nova possibilidade de exercícios regulares para as grandes massas. Concomitante ao período em que as academias inovam no sentido de atrair e reter clientes, as corridas de rua se firmam no Brasil como uma opção para aqueles que buscam qualidade de vida em atividades ao ar livre. Curiosamente, embora com naturezas distintas, corridas e academias não se tornaram concorrentes, mas complementares, criando uma relação de interdependência. Ao longo de nossa pesquisa, evidenciou-se uma clara simbiose entre as partes. As acadêmicas forneceram milhares de participantes com alto poder aquisitivo às corridas, enquanto estas ajudaram a fidelizar os alunos, na medida em que podiam complementar as atividades regulares de exercícios.

O fenômeno de corridas de rua no Brasil nos últimos 20 anos tem despertado curiosidade acadêmica e, ao aprofundarmos nossos estudos, nos deparamos com descrições substanciais sobre as motivações que destinam as pessoas aos eventos dessa natureza. Entretanto, tínhamos um interesse de compreender melhor o porquê de as pessoas associarem espaços não controlados – e às vezes hostis – àqueles oferecidos pelas academias. O sentimento gregário e a busca pela excitação que frequentemente foram encontrados em nossas leituras acadêmicas revelaram-se hipóteses plausíveis como motivadores dessa nova cultura de exercícios. Contudo, só poderíamos referendar esse prognóstico ao ouvirmos os principais atores de nossa investigação: os alunos das academias.

As categorias eleitas a partir das falas de nossos informantes atuam como tradutores dos sentimentos vividos pelos corredores entrevistados. Em uma sociedade em que a disputa pelo mercado de trabalho e a necessidade de assumir posições de destaque despertam tensões cotidianas, os indivíduos são induzidos a testar seus limites. Então, assumir riscos e ter a sensação de controlar ambientes hostis levam as pessoas – conscientes ou não – a um êxtase que as força a

abandonarem suas zonas de conforto e experimentar um novo tipo de encantamento. Competir, poder explorar e dominar novos espaços foram sensações extraídas de nossos informantes para justificar a associação de atividades ao ar livre àquelas que já eram praticadas regularmente nas academias.

Concluimos que as corridas de rua oferecem às pessoas as situações necessárias à aquisição de qualidade de vida. Saúde, convívio grupal, consumo, atividade ao ar livre e competição foram amplamente mencionados como moventes às práticas de eventos rústicos. Porém, se por um lado correr nas ruas corresponde aos anseios das pessoas, são as academias que, com o convívio cotidiano, permitem a existência de um campo fértil ao surgimento e reforço do grupo. Destacamos, portanto, que os últimos anos de assessoria de corridas de rua nos têm apresentado uma nova forma de relação diária das pessoas que participam dos eventos rústicos. A constatação de que as tendas de assessorias paulatinamente vêm substituindo as das academias nas áreas de corridas merece um olhar minucioso e nos indica a direção para novas investigações.

REFERÊNCIAS

AHOUAGI, J. F.; GOSLING, M. S.; ANDRADE, M. A. M., **Percepções de marca e comportamento do corredor de rua**. Unopar Científica Ciências Jurídicas e Empresariais. Londrina, v. 16, n. 1, p. 3-13, mar. 2015.

ALBUQUERQUE, R. C. de. **Comportamento do consumidor de materiais esportivos para a prática da corrida de rua na região metropolitana de Belo Horizonte**. 2007. 103 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Administração) - Faculdades Integradas de Pedro Leopoldo, Pedro Leopoldo, MG, 2007.

ALMEIDA, M. A. B.; GUTIERREZ, G. L., MARQUES, R. **Qualidade de vida: definição, conceitos e interfaces com outras áreas de pesquisa**. São Paulo: EACH/USP, 2012.

ASSOCIAÇÃO INTERNACIONAL DE MARATONAS. Disponível em: <<http://www.aims-worldrunning.org>>. Acesso em: 06 maio 2016.

ATLETISMO. Disponível em: <<http://www.atletismofpa.org.br/Corrida-de-Rua/Estat%C3%ADstica-2015>>. Acesso em: 21 jul. 2017.

BALBINOTTI et al. Perfis motivacionais de corredores de rua com diferentes tempos de prática. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Porto Alegre, v. 37, n.1, jan./mar. 2015.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Edição revisada e ampliada. Lisboa, Portugal: Edições 70, 2016.

BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade líquida**. Tradução: Plínio Dentzien. Rio de Janeiro: Zahar, 2003.

BORGES, R. L. **Corrida de aventura e risco: um estudo etnográfico**. Dissertação (Mestrado Ciência do Movimento Humano) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2007.

CAPINUSSÚ, José Maurício. Academias de ginástica e condicionamento físico: origens. In: DA COSTA, Lamartine (Org.). **Atlas do esporte no Brasil**. Rio de Janeiro: CONFEEF, 2006.

CÁRDENAS, A. R.; AMBONI, N., DIAS, J.S. Análise da sazonalidade em uma academia de ginástica de Florianópolis, Santa Catarina. **PODIUM Sport, Leisure and Tourism Review**, v. 3, n. 1, jan/jun. 2014.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. Disponível em: <<http://www.cbat.org.br/corridas>>. Acesso em: 06 maio 2016.

DEBORD, E. G. **Comentários sobre a sociedade do espetáculo**. Rio de Janeiro: Contraponto, 1997.

DIAS, C. A. G. D.; MELO, V. A.; ALVES JUNIOR, E. D. Os estudos dos esportes na natureza: desafios teóricos e conceituais. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, Porto, v. 7, n. 358–367, 2007.

ELIAS, Norbert, DUNNING, Eric. **A busca pela excitação**. Lisboa: Difel, 1992.

EVANGELISTA, Alexandre Lopes. **Treinamento de corrida**: uma abordagem fisiológica e metodológica. 2. ed. São Paulo: Phorte, 2009.

FAVERO, Paulo. **Corrida de rua**. Disponível em: <<http://esportes.estadao.com.br/noticias/geral,corrida-de-rua-cresce-cada-vez-mais-no-pais-e-atrai-legiao-de-fãs>>. Acesso em: 22 jul. 2017.

FEDERAÇÃO DE ATLETISMO DO RIO DE JANEIRO. Disponível em: <<http://www.atletismo rio.com.br>>. Acesso em: 06 maio 2016.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DAS ASSOCIAÇÕES DE ATLETISMO. Disponível em: <<https://www.iaaf.org>>. Acesso em: 06 maio 2016.

FEDERAÇÃO PAULISTA DE ATLETISMO. Disponível em: <<http://www.atletismofpa.org.br/Corrida-de-Rua/Estatistica-2015>>. Acesso em: 06 maio 2016.

FERREIRA, L. F. S. **Corridas de aventura**: construindo novos significados sobre corporeidade, esportes e natureza. 2003. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, 2009.

FURTADO, R. P. Do fitness ao wellness: os três estágios de desenvolvimento das academias de ginástica. **Revista Pensar a Prática**, Goiânia, v. 12, 2009.

GLOBO.COM. Disponível em: <<http://g1.globo.com/economia/pme/pequenas-empresas-grandes-negocios/noticia/2016/12/numero-de-corredores-de-rua-cresce-50-em-5-anos-e-movimenta-mercado>>. Acesso em: 22 jul. 2017 às 12h41min.

GONÇALVES, Aguinaldo. Em busca do diálogo do controle social sobre o estilo de vida. In: VILARTA, Roberto (Org.). **Qualidade de vida e políticas públicas**: saúde, lazer e atividade física. Campinas, IPES, p. 17-26, 2004.

HUIZINGA, J.; **Homo Ludens**: o jogo como elemento de cultura. São Paulo: Perspectiva, 2001.

ISTO É DINHEIRO. Disponível em: <<http://www.istoedinheiro.com.br/noticias/negocios/20110706/corrida-das-marcas>>. Acesso em: 03 março 2016.

JANE, R. P. **Corridas de rua**: aprendizagens no tempo presente. Dissertação (Mestrado em Educação) - Universidade Federal de Santa Catarina, 2013.

LASCH, C. **A cultura do narcisismo**. Rio de Janeiro: Imago, 1983.

MALAVASI, L. M.; BOTH, J. 2005. **Motivação**: uma breve revisão de conceitos e aplicações. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd89/motivac.htm>>. Efddeportes.com. Acesso em: 08 jul. 2015.

MARCELLINO, N. C. **Estudos do lazer**: uma introdução. 4. ed. Campinas: Autores Associados, 2006.

MARINHO, A.; GUGLIELMO, L.G. A. Atividade física na academia: objetivos dos alunos e suas implicações. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 10, Goiânia, **Anais do...** Goiânia, Potência, 1997.

MASCARENHAS, F. et al. **Acumulação flexível, técnicas de inovação e grande indústria do fitness**: o caso Curves Brasil. Goiânia: Pensar a Prática, 2010.

MASLOW, A. H. A. **Theory of human motivation. 1943**. Disponível em: <<http://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm>>. Acesso em: 12 jun. 2017.

MASSARELLA, F. L.; WINTERSTEIN, P. J. A motivação intrínseca e o estado mental *flow* em corredores de rua. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v. 15, n. 02, p. 45-68, abr./jun. 2009.

McCLELLAND, David Clarence; BURHAM, Dan. H. O poder é o grande motivador. In: VROOM, V. H. (Org.) **Gestão de pessoas, não de pessoal**. Rio de Janeiro: Campus, 1997.

MELO, V. A. Lazer, modernidade, capitalismo: um olhar a partir da obra de Edward Palmer Thompson. **Estudos Históricos Rio de Janeiro**, v. 23, n. 45, p. 5-26, jan.-jun. 2010.

MORETTI, A. R. **Corridas de aventura**: processos de coesão grupal na superação de obstáculos. 2009. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social) – PUC, São Paulo. 2009.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 3. ed. Londrina: Midiograf, 2003.

NAHAS, M. V. Resenha do livro "Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo". **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Porto Alegre, v. 34, n. 2, abr./jun., 2012.

NIADA, A. C. M.; BAPTISTA, P. P. Hierarquia de metas do consumidor para diferentes níveis de autoconexão com a marca. **Revista de Administração MACKENZIE**, v. 14, n. 5, São Paulo, set./out. 2013.

NOVAES, J. S. **Ginástica em academia no Rio de Janeiro**: uma pesquisa histórico-descritiva. Rio de Janeiro: Sprint, 1991.

NUNOMURA, M. Motivo de adesão à atividade física em função das variáveis idade, sexo, grau de instrução e tempo de permanência. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Londrina, v. 3, n. 3, p. 45-58, 1998.

OLABUENAGA, J. I. R.; ISPIZUA, M. A. **La descodificación de la vida cotidiana**: métodos de investigación cualitativa. Bilbao: Universidad de Deusto, 1989.

OLIVEIRA, M. R. R.; PIRES, G. L. O Primeiro olhar experiência com imagens na educação física escolar. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 26, n. 2, 2005.

OLIVEIRA, S. N. **Lazer sério e envelhecimento**: loucos por corrida. Dissertação (Mestrado em Educação) - Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2010.

ROBBINS, Stephen Paul. **Comportamento organizacional**. 9. ed. São Paulo: Prentice Hall, 2002.

RUBIO, Katia. Estrutura e dinâmica dos grupos esportivos. In: RUBIO, K. (Org.) **Psicologia do esporte: teoria e prática**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

RYAN, R. M.; DECI, E. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. **Am. Psychol.**, v. 55, n. 1, p. 68-78, 2000,

SABA, F. **Aderência: a prática do exercício físico em academias**. São Paulo: Mano Le, 2001.

SALGADO, J. V. V.; MIKAHIL, M. P. T. C. Corrida de rua: análise do crescimento do número de provas e de praticantes. **Conexões - Educação, Esporte, Lazer**, Campinas, SP, v. 4, n.1, p.100- 10, 2006.

SANTOS, S. C.; KNIJNIK, J. D. Motivos de adesão à prática de atividade física na vida adulta intermediária. **Revista Mackenzie de Educação Física e esporte**, Barueri-SP, ano 5, v. 5, n.1, p. 23-34, 2006.

SEBRAE. Disponível em: <<http://www.sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/ideias/como-montar-uma-academia-de-ginastica>>. Acesso em: 12 maio 2016.

SENA JUNIOR, A. W. **Motivação e flow-feeling na corrida de rua**. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2012.

SMIT, B. **Invasão de campo**. Adidas, Puma e os bastidores do esporte moderno. 1. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2007.

TAHARA, G. M. S.; SILVA, K. A. Aderência e manutenção da prática de exercícios em academias. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, Brasília, v. 11, n. 4, p. 7-12, out./dez. 2003.

TEIXEIRA, S. O esporte para todos: "popularização" do lazer e da recreação. **Revista da História do Esporte**, Rio de Janeiro, v. 2, n. 2, dez. 2009.

THOMPSON, Edward Palmer. **A miséria da teoria**. Rio de Janeiro: Zahar, 1981.

TRANCHITELLA, M. O gerenciamento de riscos em eventos esportivos: um estudo com corridas de rua. **Revista Intercontinental de Gestão Desportiva**, Rio de Janeiro, v. 4, n. 1, p. 128-130, jun. 2014.

TRUCCOLO, A. B.; MADURO, P. A.; FEIJÓ, E. A. Fatores motivacionais de adesão a grupos de corrida. **Motriz**, Rio Claro, v.14, n. 2 p.108-114, abr./jun. 2008.

WEINBERG, Robert S.; GOULD, Daniel. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.

ZIMERMAN, David. E., OSÓRIO. Luiz Carlos, ET AL. **Como trabalhamos com grupos**. São Paulo: Livraria Duas Cidades, 1997.

ANEXOS

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) para participar, como voluntário, da pesquisa de Mestrado intitulada: “Das esteiras para as ruas: fatores que levam os alunos de academias à prática de corridas de rua”, desenvolvida pelos pesquisadores Doutor Silvio de Cassio Costa Telles e seu orientando de Mestrado Jorge Pereira Rodrigues. Esta pesquisa foi previamente apresentada a Comissão de Ética em Pesquisa (CEP) do Hospital Universitário Pedro Ernesto (HUPE) CEP – localizado na Avenida Vinte e Oito de Setembro, 77 térreo – Vila Isabel CEP 20551-030 TEL: 21 2868-8253 – FAX: 21 2264-0853 - E-mail: cep-hupe@uerj. estão em conformidade com a resolução 466/2012 do Ministério da Saúde através do CAAE 76695517.0.0000.5259O objetivo deste estudo consiste em identificar os principais fatores que levam os alunos de academias a associar a prática regular de corridas de ruas àquelas desenvolvidas nas academias. Esta pesquisa não apresenta benefício direto ao entrevistado, porém entender tais fatores poderá contribuir para que gestores das academias e organizadores de corridas de rua possam agir de modo estar em consonância com as expectativas dos atores da pesquisa.

Após aceitar fazer parte do estudo, assine no final deste documento, que está em duas vias. Uma delas é sua e a outra é do pesquisador.

A sua participação na pesquisa consiste em responder uma entrevista que será aplicada sem qualquer prejuízo ou constrangimento para o pesquisado(a). Ao entrevistado fica garantido o direito de não responder nenhuma pergunta da qual não se sinta confortável.

A referida entrevista dar-se-á por meio de gravação de voz e posterior transcrição. O entrevistado poderá a qualquer momento solicitar ao pesquisador a leitura da transcrição, por meio dos contatos disponíveis.

O estudo não acarretará nenhum tipo de ônus material ou financeiro ao entrevistado, e os pesquisadores comprometem-se a manter sigilo quanto aos dados

pessoais. Os pesquisadores assumem o compromisso de utilizar as informações obtidas através da coleta de dados exclusivamente para alcançar o objetivo acima proposto e para a composição do relatório de pesquisa.

Ao entrevistado fica garantido o direito de desistir de participar do estudo a qualquer momento; para tanto, basta entrar em contato com os pesquisadores através do telefone cel.: 21 999197472 ou do endereço eletrônico joprodrigues@globocom.com. Seu anonimato está garantido.

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO

Eu,

RG/Órgãoexpedidor:_____

_____ abaixo assinado, discuti com o(a) pesquisador (a)
_____, sobre a minha decisão

em participar nesse estudo. Ficaram claros para mim são os propósitos do estudo, os procedimentos a serem realizados, seus desconfortos e riscos, as garantias de confidencialidade e de esclarecimentos permanentes. Ficou claro também que minha participação é isenta de despesas e que tenho garantia de acesso a tratamento hospitalar quando necessário. Concordo voluntariamente em participar deste estudo e poderei retirar o meu consentimento a qualquer momento, sem penalidades ou prejuízos e sem a perda de atendimento nesta Instituição ou de qualquer benefício que eu possa ter adquirido. Eu receberei uma via desse Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), e a outra ficará com o pesquisador responsável por esta pesquisa. Além disso, estou ciente de que eu (ou meu representante legal) e o pesquisador responsável deveremos rubricar todas as folhas deste TCLE e assinar na última folha.

Fui devidamente informado e esclarecido pelos pesquisadores Silvio de Cassio Costa Telles e Jorge Pereira Rodrigues sobre a pesquisa e os procedimentos nela envolvidos, bem como os benefícios decorrentes da minha participação. Foi-me garantido que posso retirar meu consentimento a qualquer momento.

Nome do participante

Assinatura do participante

Data:_____/_____/_____

Pesquisador responsável

Assinatura pesquisador responsável

Data:_____/_____/_____

ROTEIRO DE ENTREVISTA

Legenda:

E: Entrevistador

R: Resposta do entrevistador

Nome

E: Idade

R:

E: Profissão

R:

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R:

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R:

E: O que o/a levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R:

E: Quem foi o maior incentivador dessa prática?
Família, amigos, professor da academia ou outros?

R:

E: Cite cinco fatores que considere determinantes para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R:

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R:

E: O que mais o/a motiva a continuar correndo?

R:

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R:

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R:

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R:

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos em que vai se envolver/participar? Por quê?

R:

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R:

E: O que mais lhe agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R:

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R:

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R:

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R:

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual/quais?

RESPOSTAS DOS PARTICIPANTES

ENTREVISTA 1

Nome

E: Idade

R: **30**

E: Profissão:

R: **Advogada**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **3 anos**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Não**

E: O que a levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Ah! Qualidade de vida. Eu achei que a gente ficou mais bem-disposto. A gente ficou com uma vida mais social aqui com os amigos. Acho que foi um dos fatores mais interessantes pra gente.**

E: Quem foi o maior incentivador para essa prática? Família, amigos, professor da academia ou outros?

R: **Ah, foi meu marido. Eu comecei a correr assim. Desde então comecei a correr com ele. Na verdade, eu sempre malhei desde nova, mas eu não gostava de fazer aeróbico. Nunca tive problema com peso. Aí, até a gente entrar nessa nova modalidade, ele me incentivou.**

E: Cite cinco fatores que considere determinantes para sua escolha da prática regular da corrida de rua?

R: **Condicionamento físico. A gente malha pra poder ficar bem, a gente tem mais acesso a comer as coisas com mais tranquilidade. Estética também, né, acho que sim. Não, alguns anos atrás eu não imaginava nem tinha acesso a isso, depois que eu comecei a viver isso, eu acho que isso foi fundamental, eu já uso isso pra uma forma, pra um lazer mesmo meu, pois pra mim foi essencial.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Não. Nunca.**

E: O que mais a motiva a continuar correndo?

R: **Ah! meu filho, eu acho que é comer, eu sempre penso que eu posso comer, mas eu tenho que estar bem. Então, eu acho que falta o condicionamento físico. Eu gosto de tá fazendo exercício físico pra que eu possa também comer melhor, comer outras coisas e não só aquela dieta.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias 3 ou 4 dias 5 ou mais dias

R: **Eu treino três a duas.**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Sempre na academia, esteira. às vezes corro na rua.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Não, só quando a gente vai fazer a meia maratona, que é uma vez por ano que eu faço, aí a gente começa um treino antes pra dar pra gente ficar legal na corrida, corrida pequenininha como essa 5 a 10 Km não. Consulto também a nutricionista da academia.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos em que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Conforme falei antes.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **Sim. Quando dá preguiça para treinar ou competir eles sempre dão uma força.**

E: O que mais a agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **Pra mim o que agrada é eu estar com meus amigos, que é uma forma da gente se encontrar mais vezes. E o que não agrada é que eu acho que hoje virou um comércio muito grande e vendem mais e não dão tanta infraestrutura pra gente.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Eu treino com meu marido; a gente corre junto; sempre a gente correu junto.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Corrida pra mim é saúde.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **Há eu adoro meu ambiente de academia, a academia pra mim é muito importante, eu malho desde nova então aquilo ali já é um quintal da minha casa. E o professor, por ser meu amigo, tá sempre comigo, sempre acompanhando os treinos legal.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Quando faz as inscrições da gente, divulga as corridas.**

=====

==

ENTREVISTA 2

Nome 2

E: Idade

R: **38 anos**

E: Profissão:

R: **Arquiteto**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Rua? Não muito tempo assim, cerca de um ano mais ou menos. Comecei na Barra né? A Fila, e corrida de academias é a segunda vez, fiz uma vez também Adidas.**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Sim**

E: O que o levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Assim achava que, é... era praticamente impossível; assim, a gente bloqueia, acho que bloqueio mental que faz pensar que não era capaz né, mas sem nunca ter tentado, então acho que isso é fundamental para qualquer ser humano em qualquer tipo de atividade né, atividade física mais acho que assim é, até em questão profissional, pessoal acho que determinação, força de vontade e persistência é um segredo de sucesso.**

E: Quem foi o maior incentivador para essa prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Na verdade a própria academia, por muito tempo né? É... fiz um processo de transformação de atividade dentro da academia por conta de pesar muito e também tem uma cirurgia eu tive que, um problema de articulação né. Comecei primeiro com hidroginástica, caminhada; paralelo a isso musculação; até que depois eu passei para o spinning né; fui intensificado o aeróbico né, e comecei a ir depois a caminhada a corrida dentro da academia e por último eu comecei a treinar.**

E: Cite cinco fatores que considere determinantes para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **Manter a forma física, estética, saúde, melhorar meu tempo e participar de uma maratona.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Nunca, jamais. Virou um vício.**

E: O que mais o motiva a continuar correndo?

R: **É o prazer, é até porque assim, a gente - lógico que isso ai, é o limite – mas é qualidade de vida né, então a gente acaba tendo um prazer nisso e é fundamental.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dia 3 ou 4 dias 5 ou mais dias

R: **Por conta do trabalho eu gostaria de malhar, treinar em seis dias mais; atualmente eu tenho ido cinco dias, quatro dias.**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Geralmente é um aeróbico, daí eu procuro fazer três vezes corrida, duas vezes spinning; além disso eu faço musculação e faço também um trabalho de local específica, por causa da musculatura. Treino só na academia.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Não mudo nada. Sempre sigo as orientações da minha nutricionista. Já fui gordo, né? Rs!**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Não. Só quero sempre melhorar meu tempo.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **No meu caso não. Mas eu costumo incentivar meus amigos.**

E: O que mais lhe agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **Acho o clima, assim a atmosfera, eu acho que você tem que seduzir, né, tem que ser uma coisa bacana, porque é o evento né, então você tem que motivar as pessoas a cada vez mais participarem, tem já essa contribuição da corrida infantil que é bacana, então é todo um processo de mudança de vida, tem um muito tipo de cultura diferente. Ficou em dúvida, pensou e respondeu. Não sei se acho que no final poderia ter uma festa. (risos) Tentar ai assim, não sei se é viável mas tentar fazer que todo mundo não tivesse em panelinha, assim pudesse ter uma área comum, e ai, sei lá, música alta e todo mundo pudesse confraternizar; sei que por mais que possa haver uma coisa de competição, sei lá, um clima de, de... acho que no final todos somos vencedores.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Não (risos). Bom, na verdade a minha família sou eu e meu irmão só (risos) e o meu irmão agora virou o rei momo da casa (risos).**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Realização**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **Ah! (risos) essencial é caminhar juntos, paralelos, é como eu falei, você precisa é identificar primeiro com a academia, formar um núcleo social, ter um compromisso com as pessoas e consigo próprio lá dentro, é planejar um objetivo, ter uma meta até onde você quer chegar, e aí arriscar fazer a tentativa a primeira vez, começar a caminhada, a corrida, e o próprio incentivador maior, o professor**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Sim. Convida pra que venha né e ai é assim, você vai enfrentando barreiras conquistando cada vez mais forças para estar presente nos eventos e i por conta dessa questão social que é fundamental dos próprios, outros alunos incentivam para estar aqui nesse momento.**

=====
==

ENTREVISTA 3

Nome 3

E: Idade

R: **36 anos**

E: Profissão

R: **Advogado**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Quatro anos.**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Sim.**

E: O que o levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **É condicionamento físico e emagrecimento.**

E: Quem foi o maior incentivador para essa prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Minha esposa.**

E: Cite cinco fatores que considere determinantes para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **Acho que só um, além do que eu falei: a interação com minha família.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Não. As vezes dá preguiça, mas não.**

E: O que mais o motiva a continuar correndo?

R: **Ver que eu estou emagrecendo e mais disposto. O estímulo do que a corrida fez por mim, eu perdi vinte quilos e faz bem pra saúde**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **Eu vario de dois a três dias por semana.**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Quem me orienta é o meu professor, que me passa algumas séries, me dá alguns toques e eu treino de cinco a dez quilômetros; assim, cada treino varia de cinco a dez quilômetros. Sempre na rua. Não gosto de treinar na esteira. Exceto quando tá chovendo forte.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Conforme falei, meu professor. Ele criou um grupo de whatsapp.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos em que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Acho que não. É que eu já faço mesmo.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **Basicamente minha mulher.**

E: O que mais lhe agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **Cara, o que mais me agrada é complicado. Eu acho que tinha que melhorar a infra-estrutura de banheiro, de saída; eu acho que o kit foi muito fraco; eram melhores, acho que tinha que melhorar mais a infraestrutura pelo serviço que paga pelo valor que é.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Sim. A minha esposa corre comigo, tá sempre comigo, ela que me incentiva a correr.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Saúde.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **Cara, a academia, ela que me dá a condição pra eu vir aqui correr; sem a academia, sem a orientação do meu professor, o estímulo dele; ele é um cara que tá sempre do meu lado, sempre me incentivando, me apoiando; eu acho que sem ser eles não estaria aqui hoje, eles que me apresentaram a corrida e me trazem pra cá.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **É o que eu te falei.**

=====

=

ENTREVISTA 4

Nome

E: Idade

R: **29 anos**

E: Profissão

R: **Jornalista**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Um ano.**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Não**

E: O que o/a levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Qualidade de vida.**

E: Quem foi o maior incentivador para essa prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Meu professor.**

E: Cite cinco fatores que considere determinantes para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **Amizade, farra, saúde, ultrapassar meus limites, festa.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Não.**

E: O que mais o/a motiva a continuar correndo?

R: **Qualidade de vida sempre, a gente acorda com vontade de correr e vai dormir com vontade de correr. E essa sensação de liberdade e ultrapassar os limites.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **Eu treino na academia, três vezes por semana, orientado pelo nosso treinador da equipe e aos domingos na orla.**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: ***já foi respondido.***

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Não. O professor passa na academia.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Não, a gente vai de acordo com a equipe, com o treinador mesmo.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **O grupo é legal. Na academia a gente treina sozinho. Na rua é legal correr com os parceiros.**

E: O que mais lhe agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **Eu gosto... eu acho que pro tipo de serviço que a gente tem aqui é organizado, só que a gente sempre espera melhorar, mas eu gosto do tipo de serviço que é apresentado no Rio.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Minha irmã acabou de correr com o meu nome porque eu estou de licença médica, ela acabou de correr a primeira corrida, e eu estou bem feliz de trazer também a minha família pra isso.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Liberdade**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: A gente tem uma equipe formidável. Isso dá muita segurança no que faz. O Marcelo (professor) é o cara. Sabe muito.

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: Mais é com relação ao professor, mesmo.

=====

=

ENTREVISTA 5

Nome

E: Idade

R: 41 anos

E: Profissão

R: Advogado

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: Há uns quatro anos.

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: Não, antes de me matricular na academia eu não corria não.

E: O que o levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: Acho que o grupo de pessoas e a facilidade de praticar.

E: Quem foi o maior incentivador para essa prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: O professor da academia que identificou que eu corria legal quando eu fazia 15 minutinhos de esteira antes de fazer musculação.

E: Cite cinco fatores que considere determinantes para sua escolha da prática regular da corrida de rua?

R: O grupo dos amigos e a facilidade que eu tenho pra correr. Também é legal o condicionamento físico, saúde e também não é um esporte caro. Eu também gosto de sempre variar os locais que eu corro.

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: Não. Agora que comecei, não quero mais parar.

E: O que mais o motiva a continuar correndo?

R: Assim, o fato de eu testar sempre melhorando o resultado, sempre conseguindo melhorar, ou não piorar pelo men, manter estável ai mantém a forma. Enfim, tem várias coisas.

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: Todo dia.

E: Como é dividido o seu treinamento quantos aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Na esteira é corrida dia sim dia não, mas eu vou à academia todo dia da semana, em exceção de sábado e domingo. Domingo é externo, sempre na rua, sempre correndo.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Procuo seguir as orientações do professor. Ele está sempre acompanhando na academia.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Sim estabeleço sim junto com o treinador, agora meta é reduzir o tempo da, na corrida.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **Ah! É sempre legal correr com os amigos. Quando bate o cansaço, um ajuda o outro.**

E: O que mais o agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **Bom, em alguns eventos eu mudaria a hora da largada porque, principalmente agora no verão, como nesse de hoje, que foi 8:30h, um pouco puxado porque tá muito quente, mas eu gosto em geral assim, em geral a organização de todas as corridas é boa.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Não, ninguém participa.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Desafio**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua? E do professor?

R: **A academia é determinante porque foi na academia que eu comecei a praticar. O professor foi o incentivador e a pessoa com quem eu realmente mantenho um acompanhamento e um controle; ajuda muito, faz treinamentos específicos, é importantíssimo.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim qual?

R: **Foi o que eu te falei.**

=====

=

ENTREVISTA 6

Nome

E: Idade

R: **25 anos**

E: Profissão

R: **Administradora**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Um ano**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Não penso em parar (risos).**

E: O que a levou a associar às práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Na verdade foi porque eu não praticava nenhum esporte ai comecei praticar corrida para ganhar condicionamento.**

E: Quem foi o maior incentivador para esta prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Motivação pessoal**

E: Cite cinco fatores que considere determinante para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **O desafio de cada corrida tá melhorando o meu tempo. Só isso.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Não! Tá doido?**

E: O que mais a motiva a continuar correndo?

R: **Melhorar meu tempo.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **Faço três vezes por semana. Na academia.**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Como eu falei, sempre treino na academia.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Sim. No mínimo uma corrida por mês. Serve para eu ver se meu treino tá dando efeito. O professor tá sempre junto.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Não. Os treinos já são bons.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **Eu comecei por conta própria, mas depois a galera vira uma espécie de família.**

E: O que mais lhe agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **Acho que nada. Eu gosto da organização, nada não. Tem o Kit, que também é muito legal.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Não a minha família não participa.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Uma palavra seria “desafio”.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **O meu professor é o meu maior incentivador, então a academia é onde eu encontro espaço pra praticar esse esporte, buscando me superar nas corridas.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Divulgação dos eventos e a tenda pra deixar nossas coisas.**

=====

==

ENTREVISTA 7

Nome

E: Idade

R: **27 anos**

E: Profissão

R: **Professora**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Um ano e meio.**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Nunca me imaginei.**

E: O que a levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Ah não, não tem nada assim de importante, eu tô mais pela saúde mesmo sabe. O bem-estar da gente acho que é o mais importante.**

E: Quem foi o maior incentivador para esta prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Meu ex-namorado.**

E: Cite cinco fatores que considere determinante para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **Nunca me imaginei correndo. Na verdade, eu não gostava de correr, e depois que entrei, comecei; vim na primeira, agora não quero mais parar. Acho que saúde, bem-estar, qualidade de vida.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Apesar das lesões, ainda não pensei em parar (risos).**

E: O que mais a motiva a continuar correndo?

R: **O mesmo fator saúde.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **Dois vezes por semana.**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **A gente treina na rua, pra ajudar até a gente participar das corridas. É legal sair da academia no treino. As vezes ficar só na academia fica chato.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Treino com meu professor e sigo a planilha que ele leva.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Na hora dos treinos eu procuro ver meu desempenho é... questão do tempo. Procurando sempre diminuir o meu tempo em relação às corridas.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **É sempre legal ter a galera por perto. Incentiva a gente.**

E: O que mais a agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **Acho que, que nada mudaria, tá tudo perfeito.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Não, infelizmente (risos).**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Alegria sempre.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua? E do professor?

R: **Cara eu acho assim... eu acho que é fundamental um incentivo a mais pra quem participa desses eventos. Tiro pra mim como questão pessoal; meu professor está sempre me incentivando, se preocupando quando a gente se machuca, então eu acho importantíssima a participação do professor e da academia.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim qual?

R: **Com eu te falei.**

=====

==

ENTREVISTA 8

Nome

E: Idade

R: **33 anos**

E: Profissão

R: **Nutricionista**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Uns dois anos. Acho que dois anos.**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Só depois que me matriculei na academia, antes eu não tinha hábito de correr não.**

E: O que a levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Foi o incentivo do meu professor, pois ele disse que me auxiliaria nas minhas atividades da academia.**

E: Quem foi o maior incentivador para essa prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Meu professor da academia.**

E: Cite cinco fatores que considere determinantes para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **Nesse momento a única coisa que me vem à cabeça é o bem estar.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Não nunca pensei nem pretendo.**

E: O que mais a motiva a continuar correndo?

R: **Testar meus limites.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **Bom, de corrida eu faço de três a quatro vezes, na rua.**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Faço aula de running com André (professor); quando não dá pra fazer aula, ele sempre passa um treino de corrida e a musculação três vezes.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Faço corrida e musculação, orientada pelo professor.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Não, normalmente não, o objetivo mesmo é, é, é me preparar e tentar diminuir o meu tempo a cada corrida.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **Fiz muitos amigos nas corridas. O grupo tá sempre junto. A gente gosta de correr em vários locais diferentes.**

E: O que mais a agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **O que mais me agrada na organização? Bom isso aí vou falar, eu acho relativo. De corrida pra corrida varia muito, tem vez que a Adidas eu acho que fica um inferno super mal organizado além de muito cheio, e por exemplo hoje foi uma corrida mais tranquila, menos conhecida assim, menos popular e foi super organizado deu pra ir na massagem sabe, não tem ninguém te empurrando pra você correr, eu achei a organização ótima. Eu não sei se é porque fica muito cheio, não sei se eles, alguma coisa que eles fazem na organização, acho que fica muita gente um grudado no outro, você não consegue correr direito, então normalmente é sempre na Adidas que dá o problema, eu sempre fico irritada, tem uma que às vezes eles mudam o lado da corrida, às vezes é pro lado, às vezes é pro outro, e aí fica confuso é.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Não. Não gostam. É não curtem muito, só eu que gosto.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Bem-estar.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **Extremamente, importante tanto a academia quanto o André (professor), até pra incentivar a questão da corrida; sempre quis correr, mas nunca tive muito esse incentivo, sabe, até porque eu não sabia direito como fazer e etc., e vendo as aulas de running e o próprio André que incentiva a gente, sabe, acho que é de extrema importância, fundamental pra quem quer começar, pelo menos acho muito importante.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Eu sinto isso mais no André (professor).**

=====

==

ENTREVISTA 9

Nome

E: Idade

R: **27 anos**

E: Profissão

R: **Professora**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Um ano e meio.**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Nunca me imaginei.**

E: O que a levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Há não, não tem nada assim de importante, eu tô mais pela saúde mesmo, sabe? O bem-estar da gente acho que é o mais importante.**

E: Quem foi o maior incentivador para esta prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Meu ex-namorado.**

E: Cite cinco fatores que considere determinante para sua escolha da prática regular da corrida de rua?

R: **Nunca me imaginei correndo. Na verdade, eu não gostava de correr, aí depois que entrei comecei, vim na primeira, agora não quero mais parar. Acho que saúde, bem-estar, qualidade de vida.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Apesar das lesões, ainda não pensei em parar (risos).**

E: O que mais a motiva a continuar correndo?

R: **O mesmo fator saúde.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **Duas vezes por semana.**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **A gente treina na rua daí pra ajudar até a gente participar das corridas. É legal sair da academia no treino. As vezes ficar só na academia fica chato.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Treino com meu professor e sigo a planilha que ele leva.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Na hora dos treinos eu procuro ver meu desempenho é... questão do tempo. Procurando sempre diminuir o meu tempo em relação às corridas.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **É sempre legal ter a galera por perto. Incentiva a gente.**

E: O que mais lhe agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **Acho que, que nada mudaria, tá tudo perfeito.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Não, infelizmente (risos).**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Alegria sempre.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **Cara, eu acho assim... eu acho que é fundamental, é um incentivo a mais pra quem participa desses eventos. Tiro pra mim como questão pessoal, meu professor está sempre me incentivando, se preocupando quando a gente se machuca, então eu acho importantíssima a participação do professor e da academia.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Com eu te falei.**

=====

==

ENTREVISTA 10

Nome

E: Idade

R: **26 anos**

E: Profissão

R: **Vendedora**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Seis anos comecei com 18, 19.**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Não. Achava que eu era preguiçosa. Hoje vejo que não.**

E: O que a levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Quería ver como eu correria fora da esteira.**

E: Quem foi o maior incentivador para esta prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Eu mesma eu acho, ninguém me incentivou eu e a esteira (risos).**

E: Cite cinco fatores que considere determinante para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **Eu sempre fui uma pessoa ligada a esporte, então sempre fiz spinning, bicicleta, enfim tudo, e aí eu comecei a correr. Como eu sou uma pessoa muito assim... que, eu mudo muito de esporte, daí eu apostei em corrida. Eu nunca gostei muito de correr, então eu decidi apostar em corrida. Pensei: por que não? Ai comecei a correr e comecei gostar. Eu achava que a corrida era muito monótona, na verdade, eu comecei a correr assim, sem explicação mesmo, e viciiei; quem corre sabe que é um vício. É você contra você mesmo.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Não. Virou meu vício.**

E: O que mais a motiva a continuar correndo?

R: **Acho que o fato de eu tentar me superar cada vez mais. Sempre me superando, não é superar ninguém, é me superar, entendeu?**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **Quatro cinco dias corrida, dia sim dia não.**

E: Como é dividido o seu treinamento quantos aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Dia sim, dia não. Esteira 10 Km em média. Final de semana eu corro na praia.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Sim. Procuo acompanhar a planilha do professor e costumo trocar experiência com a galera do grupo.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Sim, normalmente quando eu vou fazer uma prova longa, eu tento um mês antes correr pelo menos duas vezes na semana mais de 20 Km, uns 25 ,entendeu? e se for de 10, eu sempre faço um treinamento de tiro, no máximo de 8 Km dando tiro, intervalado de um minuto, descanso um de um minuto de intervalo, por exemplo: corro dez contínuo, ai faço cinco minutos de tiro, ai dez minutos contínuo, vou fazendo assim. Mas isso sem eu nunca pedir orientação, até deveria pedir, é um erro meu, mas isso de escutar corredor falando que, dizem que o tiro faz com que aumente a sua velocidade né, enfim isso de escutar os outros... mas eu nunca cheguei pro professor: ah, eu quero um treinamento.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **A gente troca informações sobre treino e corridas.**

E: O que mais a agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **O clima de festa. A possibilidade de testar meus resultados. Pra mim tá tudo ótimo.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Não.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Cara, corrida pra mim é vida, é vida, pra mim é vida, é tudo, pra mim eu acho assim, quando começo a correr, eu tenho a sensação que estou viva, que tenho uma perna, que tenho braço, que eu tenho um corpo, que eu sou livre, me dá sensação de liberdade, que eu posso me deslocar daqui do Aterro até a Barra sem esses carros, posso ir correndo, sensação de liberdade, de mobilidade, corrida pra mim é vida, corrida pra mim é liberdade.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **Olha, a academia, minha academia, eu acho muito importante, me influencia muito, a minha aula tem o incentivo para a corrida, eles patrocinam atletas, triatletas, eles sempre estão ligados a eventos, aquele Rei do mar, Travessia,**

todos esses tipos de estilos de esporte quanto judô influenciam muito, acho bem legal, porque eles influenciam desde o cara que tem condições a competir até o cara que é um senhor de idade, que não tem condições de competir mas só pelo fato de participar, entendeu.

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: Eu acho que já te respondi.

=====

==

ENTREVISTA 11

Nome

E: Idade

R: 30 anos

E: Profissão

R: Sou professora.

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: Tem uns dois anos ou mais.

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: Não. Nunca pensei.

E: O que a levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: Prazer de fazer, de correr só.

E: Quem foi o maior incentivador para esta prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: Professor da academia.

E: Cite cinco fatores que considere determinante para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: Não me vem nada à cabeça. Eu não gostava muito de correr, mas aí o professor me incentivou. Acho que a saúde é importante. Qualidade de vida também.

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: Não. Cara, o prazer, à diversão que é assim, a maior motivação é essa, uma coisa divertida pra mim. Sabe uma coisa? Vira uma terapia, porque você corre na rua e vai vendo as pessoas, os locais. Melhor que na academia, né?

E: O que mais a motiva a continuar correndo?

R: respondido acima

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: Corrida ultimamente só tô fazendo uma vez por semana

E: Como é dividido o seu treinamento quantos aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Eu faço outro aeróbico pra ter o condicionamento, assim com mais frequência. No caso, eu mesma me oriento sou professora.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Procura modificar os estímulos e os locais que eu corro. Sempre que dá, corro na praia. Eu mesmo me oriento.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Sim. Monto meu treino pensando em fazer um tempo, no outro eu já vou mudar um pouco ver o quer que eu vou fazer pra melhorar.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **Normalmente treino sozinha. Ouvindo música (risos). Mas encontrar os amigos é bem legal.**

E: O que mais a agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **O que mais me agrada. Eu gosto de organização. Assim, eu acho que tá um evento organizado mas ele tá ficando uma pulsação muito grande, então tem algumas coisas que já tão começando a ficar complicadas por causa da quantidade de gente, mais é assim dentro do possível e considerando a quantidade de gente e tudo é um evento bem organizado. De água, de repente colocar aqueles chuveirinhos no meio do caminho, porque nessa época do ano o calor é muito grande, a água tá sempre quente, dificilmente você consegue beber água gelada no meio do caminho, então se tivesse esses pontos ao invés de as pessoas ficarem tomando banho com a garrafinha, tivesse aquele chuveirinho aquele isorpozinho no meio do caminho, acho que seria muito melhor. Até ia ter água gelada para todo mundo.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Não.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Junção**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **Ah! O professor, eu acho que é importante sim, de colocar pilha, de motivar a galera, de juntar o grupo pra correr, assim eu acho que é importante o papel do professor. Academia assim... só quando ela tá realmente bancando a coisa. Porque na maioria é indiferente, assim as vezes tem um professor, um grupo de professores que fazem isso.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Não**

=====
==

ENTREVISTA 12

Nome

E: Idade

R: **21 anos**

E: Profissão

R: **Estudante de Medicina**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Um ano e pouquinho já.**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Não**

E: O que o levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Digamos que é um esporte completo, quando você termina de correr, você se sente muito bem, é uma sensação muito boa.**

E: Quem foi o maior incentivador para esta prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Os próprios professores da academia.**

E: Cite cinco fatores que considere determinante para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **Ah! é só é um esporte – “pera aí” – é um esporte completo né, qualidade de vida né? Você melhora sua condição física, melhora sua própria qualidade de vida. Eu já nadei, mas corrida eu achava que era impossível.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Não. Enquanto eu puder, eu corro.**

E: O que mais lhe motiva a continuar correndo?

R: **Acho que é isso, cada vez fazer menos tempo e me recuperar. Estou juntando dinheiro para correr em outros locais. Vou juntar turismo com esportes. Rs!**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **É... assim... três vezes.**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Treino em dias alternados. Sempre nas esteiras da academia.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Não. O professor sempre passa as orientações.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Ah! com certeza. Fazer em trinta, sempre mandam em trinta, sempre tento botar um tempo.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **Faz a gente se sentir culpada quando tá com preguiça de correr.**

E: O que mais a agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **É, o legal seria blusa, medalha né, tudo o que eles dão é a água no meio da corrida, é importante e acho legal que eles dividem em várias alas, Quênia, quem corre mais pra sair em frente, acho que é muito importante para não atrapalhar o pessoal que é profissional. Por enquanto, eu gosto assim mesmo, não tenho mais condicionamento.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Não, geralmente venho com amigos.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Qualidade de vida.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **Academia é bom, que é meu estímulo, se não fosse o professor lá dando as aulas, não conseguiria melhorar meu tempo.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Acho que foi o que eu falei.**

=====
==

ENTREVISTA 13

Nome

E: Idade

R: **35 anos**

E: Profissão

R: **Economista**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Há uns quatro anos.**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Não.**

E: O que o levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Falta de tempo disponível, assim, é mais fácil praticar quando tem tempo só depende de você mesmo sobre o tempo.**

E: Quem foi o maior incentivador para essa prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Um professor de academia mesmo, amigo meu.**

E: Cite cinco fatores que considere determinante para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **Não sei se teve outros. Mas é legal pra saúde e ajuda a emagrecer. A idade vai chegando...**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Não. Tá legal assim.**

E: O que mais o motiva a continuar correndo?

R: **Fazer exercício.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **Eu treino de seis a quatro vezes por semana.**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Eu corro na praia ou então ali na rua, e eu sigo uma planilha que eu pego de revista.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Não.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Não. Em relação a minha questão, eu vejo meu desempenho anterior.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **É legal, mas não faz muita diferença pra mim.**

E: O que mais o agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **Mais me agrada... me agrada é o lugar pra correr, né. Mudaria o tempo; se fosse à noite, seria melhor.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Não, só eu.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Uma coisa boa.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **Não tenho ido á academia por falta de tempo e o professor é legal que me manda e-mail, organiza tudo, pra mim já é um adianto legal.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Não.**

=====

==

ENTREVISTA 14

Nome

E: Idade

R: **34 anos**

E: Profissão

R: **Administradora de Empresas**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Há um ano e meio.**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Não, comecei na academia.**

E: O que a levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Cada final de semana tem uma corrida diferente, então isso faz bem pra saúde praticar esporte, e a corrida é uma atividade boa né?**

E: Quem foi o maior incentivador para esta prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Meu maior incentivador foi, foi eu mesmo, fui tentando, fui vendo o pessoal correndo, foi por ter que praticar um esporte, perder peso mais rápido, assim mais condição física e pra melhorar minha condição na natação também. Eu pratico a natação, pra melhorar meu rendimento no nado, ai comecei a gostar, acabei ficando viciada na corrida (risos).**

E: Cite cinco fatores que considere determinante para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **Nunca imaginei, nunca imaginei principalmente nesta distância que eu fiz hoje, foi minha primeira vez com 10 Km eu realmente, é um desafio fechar o ano correndo 10 Km, graças a Deus deu tudo certo. Acho que eu achava muito difícil conseguir correr e melhorar o tempo, é correr numa distância numa velocidade maior ai com o tempo vai ganhando ritmo resistência e vai superando.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Por enquanto não.**

E: O que mais a motiva a continuar correndo?

R: **Acho que assim, experiência, assim, descontraído todo mundo, um pessoal saudável, saúde, esse clima aqui do Rio de Janeiro, clima agradável aqui no caso do Flamengo, as belezas naturais que a gente vai correndo e vai olhando, os prédios do Centro, então isso faz parte também, é muito bom.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **A corrida três vezes e pratico natação duas.**

E: Como é dividido o seu treinamento quantos aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Na corrida eu faço aula dentro da academia; quando eu não faço, eu corro por mim mesma e na natação eu tenho professor.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Quando dá, eu corro na rua. Meus amigos e o professor orientam. Às vezes vejo na internet.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Não, eu tento me adequar. Acesso as revistas de corridas dão uns exemplos de uns treinos durante a semana eu tento fazer seguir aqueles treinos e com a orientação do professor também da academia da umas dicas pra gente poder treinar e fazer bem a corrida.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **Ajuda quando bate a preguiça pra treinar, mas nem sempre treinamos juntos.**

E: O que mais a agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **O que mais me agrada, acho que é a organização, que é boa. Essa teve a marcação a cada Km foi muito bom pra a gente poder acompanhar o tempo e a velocidade e as barracas também que dão apoio aos atletas ai com massagem, hidratação é importante. Na organização, essa corrida que foi a maior eu senti falta de posto de hidratação, eu cheguei até a pegar água com o vizinho correndo porque eu estava com muita sede não vinha posto de hidratação a o cara deu um pouco d'água dele (risos).**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Participa. Até ia trazer minha mãe e meu pai mais aqui comigo está minha sogra, meu sogro. Meu noivo está em casa, hoje não deu pra ele vir, mas sempre estão presente.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, como diria?

R: **Saúde, pra mim é a saúde que se essa gente não tivesse não ia conseguir praticar corrida e praticando a corrida também a gente tem mais saúde.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **A academia é importante porque ela te dá estrutura, né? Equipamentos para você poder praticar a corrida os aparelhos de musculação pra poder você preparar o seu organismo, o seu corpo, pra uma corrida de rua e o do professor também, é muito importante que ele dê umas dicas pra, a gente poder fazer uma boa corrida, e as aulas também são muito importantes pra dar um treinamento diferente pra gente conseguir ter um bom resultado, ganhar resistência, ganhar tempo, ganhar velocidade, pra poder fazer um bom tempo aqui na corrida né, no final de semana.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Na verdade vejo mais do professor.**

=====

==

ENTREVISTA 15

Nome

E: Idade

R: **46 anos**

E: Profissão

R: **Administradora**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Há oito anos.**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Pensava, mas nunca tinha corrido.**

E: O que a levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **A saúde, e incentivar meu filho à saúde, à vida esportiva.**

E: Quem foi o maior incentivador para esta prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Uma amiga.**

E: Cite cinco fatores que considere determinantes para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **Porque eu via as fotos dessa minha amiga correndo, só que eu achava que não conseguia, então eu fiquei tentando até que realmente comecei a me inscrever e hoje em dia faço parte. Mas é legal para emagrecer e ganhar qualidade de vida. Fico cansada, mas me sinto realizada.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Não.**

E: O que mais a motiva a continuar correndo?

R: **A saúde. Assim, a saúde é o que eu quero para meu filho, ele está com dez anos eu quero que ele seja corredor também, e quero correr ainda com meu filho, não quero parar nunca.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **Duas.**

E: Como é dividido o seu treinamento quantos aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Meu treino é só na academia. O professor de running.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Não. Sigo a rotina da academia.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos em que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Sempre o mesmo processo. Não muda.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **O grupo é muito legal. Vira uma nova família.**

E: O que mais a agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **O espírito de saúde, as pessoas estarem voltadas justamente para a prática esportiva. Mais banheiros, limpos de preferência, só isso.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Minha mãe participa das caminhadas, há pouco tempo de um mês pra cá comecei inscrevê-la, agora o meu filho começou (risos).**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Saúde e vida.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **A academia hoje incentiva porque é a empolgação do evento. É o antes do evento, vai correr, e aí tá inscrito. Legal, vamos treinar! Porque aí, vamos fazer um tempo bom pra academia. Vamos reunir lá no local do treino. É um momento de compartilhar, de conhecer pessoas, então eu viria de qualquer jeito, mas academia você acaba participando até do antes, lá mesmo antes de chegar aqui. O professor incentiva também (quero ver, heim, vamos lá, heim), é justamente essa troca que você tem.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **É aquilo que eu te falei.**

=====
=

ENTREVISTA 16

Nome

E: Idade

R: **42 anos**

E: Profissão

R: **Dentista**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Um ano e meio**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Não.**

E: O que o levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Era mais pra perder peso mesmo, depois foi porque comecei a gostar, me interessei.**

E: Quem foi o maior incentivador para esta prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros.

R: **O professor e minha irmã.**

E: Cite cinco fatores que considere determinante para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **Acho que eu só queria perder peso mesmo. Claro que isso influencia na saúde da gente.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Não**

E: O que mais a motiva a continuar correndo?

R: **Tô me sentindo melhor. Estou com autoestima.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias.

R: **Eu treino duas vezes na semana ou três**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Quase sempre na academia. As vezes a gente faz treinho na rua.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Não. Sempre pego as informações com o professor.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Eu não fico muito presa a isso não, porque eu acho que acaba tendo uma lesão à toa.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **É legal.**

E: O que mais lhe agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **O que mais me agrada é essa parte de você sair e não ter que ficar atravessando na frente de ninguém. É o que mudaria a quantidade de água por que eu acho que falta água e uma estrutura que eu acho que deveria ter pessoal pra caminhada e pessoal pra correr.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Corre. Às vezes meus pais vêm.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Saúde.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **É sempre muito agradável né? O André (professor) sempre orienta, ele gosta do que ele faz, então é super legal, ele gosta de agregar as pessoas, é muito bom isso e a academia apoia esse sentido, apoia isso.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Mais o André mesmo.**

=====
==

ENTREVISTA 17

Nome

E: Idade

R: **33 anos**

E: Profissão

R: **Dentista**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Um ano e meio, mais eu parei oito meses porque eu machuquei o meu joelho (risos).**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Não**

E: O que te levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **A facilidade; dá pra correr em qualquer lugar.**

E: Quem foi o maior incentivador para esta prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Ah... o pessoal da academia.**

E: Cite cinco fatores que considere determinante para sua escolha da prática regular da corrida de rua?

R: **Mais os amigos. Não nunca imaginei. Porque eu achei que eu fosse morrer no meio do percurso (risos). Faz bem pra saúde, emagrece. Isso pra mulher é muito importante (risos).**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Só quando eu me machuquei. Mas depois não. Me sinto bem quando corro.**

E: O que mais a motiva a continuar correndo?

R: **Eu acho que faz bem pra saúde.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **Duas, a três vezes.**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Academia, esteira, mais esteira do que rua.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Acho que não. Sigo as orientações que o professor me passa.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Não. Sigo o treino normal independente dos eventos. São só corridas de 5km.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **Pra mim foi tudo. Comecei a correr por conta deles. Embora eu goste de correr, acho que se eles pararem eu perco um pouco do estímulo. Um dá força para o outro.**

E: O que mais a agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **O que mais me agrada... eu acho tudo legal, acho legal essa toalhinha (parte do kit), as camisetas, viseiras. Eu gosto dessas coisas. E o que eu mudaria... mais ponto de água e relógio a cada quilômetro pra gente acompanhar.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Não. Só torcendo.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Comunhão.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **Ah... o professor motiva a gente, melhora o nosso tempo, dá esporro, a gente precisa de alguém ali reclamando, dizendo pra gente, dá pra fazer melhor. Incentivar, essa é a função.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Então, ela incentiva a gente a participar.**

=====

ENTREVISTA 18

Nome

E: Idade

R: **37 anos**

E: Profissão

R: **Arquiteto**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Uns três anos.**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Tinha vontade, mas faltava uma forcinha.**

E: O que o levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **No início foi mais pela farra. A galera da academia começou daí eu fui junto.**

E: Quem foi o maior incentivador para esta prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **A galera da academia e o professor.**

E: Cite cinco fatores que considere determinantes para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **Mais pela amizade. Mas ajudou a perder um pouco da barriguinha (risos). Já perdi 4kg. Sempre rola um chopinho depois pra falar da corrida. Por isso que eu corro, porque aí eu bebo sem culpa (risos).**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Até o momento, não. Tá maneiro.**

E: O que mais o motiva a continuar correndo?

R: **Isso que eu falei: os amigos. Tem também a saúde.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **3 dias.**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Faço reforço muscular e sigo as orientações de uma nutricionista. Tava meio gordinho. Faço esteira e transport, mas, quando dá, corro na rua.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Acho que não. Leio muito sobre corridas e acesso blogs.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Não. Só faço corrida de 10 km. Pretendo fazer uma meia maratona, daí acho que terei metas.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **Esse grupo é massa. Um dá força para o outro. Quem chega por último tem pagar uma rodada de chope pra galera. Tem também o batismo. Na primeira corrida de alguém, ele leva um banho de chope (risos).**

E: O que mais o agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **Tá bem organizado. Horários, entrega do kit e apoio. Podia ser um pouco mais barato.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Tô tentando convencer meu irmão.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Amizade.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **Não vejo muito apoio da academia, sinto que foi mais incentivo do professor e da galera.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Não.**

=====

==

ENTREVISTA 19

Nome

E: Idade

R: **22 anos**

E: Profissão

R: **Estudante**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **3 anos**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Não**

E: O que te levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Tava a fim de uma ex namorada e ela corria, aí já sabe...(risos)**

E: Quem foi o maior incentivador para esta prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Essa ex-namorada, (risos).**

E: Cite cinco fatores que considere determinantes para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **O amor (risos). Mas eu achava legal esse clima de festa. Dava pra “secar” o corpo. Eu sempre gostei de competir, mas nunca tinha corrido.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Não. Tá maneiro. De repente arrumo outra namorada (risos).**

E: O que mais o motiva a continuar correndo?

R: **A competição.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **5 dias.**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Faço musculação e esteira 3 dias, e dois dias eu corro na rua.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Quando eu corro na rua, eu vou aumentando a distância a cada semana. Treino por conta própria. Tô fazendo educação física.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Aquilo que eu falei. Aumento a distância.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **No meu caso não fez muita diferença não.**

E: O que mais lhe agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **Pô, gosto do kit. Tem muita gente maneira nesses eventos. Tá um pouco caro.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Não.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, como diria?

R: **Gosto da festa.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **Olha, eu vejo que muita gente depende da academia para fazer inscrição, pegar o kit. Pra mim influencia pouco.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Ajuda a galera.**

=====

ENTREVISTA 20

Nome

E: Idade

R: **27 anos**

E: Profissão

R: **Militar**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **8 anos.**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Eu corria no quartel. Daí participava da corrida da Marinha todo ano.**

E: O que te levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Já era um hábito por causa do quartel, mas aqui tinha a galera.**

E: Quem foi o maior incentivador para essa prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Eu mesmo. Acho que eu incentivei os outros (risos).**

E: Cite cinco fatores que considere determinante para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **Já tinha o quartel, a competição, manter a saúde, o Kit (risos), a galera da academia.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Não.**

E: O que mais o motiva a continuar correndo?

R: **Eu gosto de correr. Sempre corri.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **Todo dia.**

E: Como é dividido o seu treinamento quantos aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Eu agora estou em trabalho burocrático no quartel, então eu corro 5 vezes na esteira e quando não tem competição, corro na praia no final de semana.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Tem o programa do quartel. Mas o professor dá uns toques.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Quero fazer uma maratona. Então estou treinando mais forte. Vou fazer a meia maratona esse ano.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **Eu acho que eu fui o incentivo da galera. Mas o grupo dá força um para o outro.**

E: O que mais lhe agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **Anda bem organizado, tá legal. Mas eu acho que tem andado muito cheio.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Minha mulher e minha sogra fazem a Family run (corrida/caminhada curta). Já botei meu filho para a corrida kids.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Competição.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua. E do professor.

R: **Une a galera para a competição. O professor sempre dá um toque pra gente.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Divulga as corridas e faz a inscrição pra gente.**

=====

==

ENTREVISTA 21

Nome

E: Idade

R: **48 anos**

E: Profissão

R: **Empresário**

E: Há quanto tempo pratica corrida oficial?

R: **Uns cinco anos.**

E: Já pensava em praticar corrida de rua antes de entrar na academia?

R: **Não. Eu era sedentário.**

E: O que o levou a associar as práticas na academia com as corridas de rua?

R: **Eu estava engordando e nunca gostei de academia. Daí minha mulher falou que tinha um grupo que corria na academia, então topei.**

E: Quem foi o maior incentivador para esta prática?

Família, amigos, professor da academia ou outros

R: **Minha mulher e a academia.**

E: Cite cinco fatores que considere determinantes para sua escolha da prática regular da corrida de rua.

R: **Qualidade de vida, saúde, bem-estar, os amigos e a competição.**

E: Já pensou em parar de praticar corrida de rua?

R: **Por enquanto não.**

E: O que mais o motiva a continuar correndo?

R: **Fazer uma maratona.**

E: Você treina quantos dias na semana?

1 ou 2 dias; 3 ou 4 dias; 5 ou mais dias

R: **4 dias.**

E: Como é dividido o seu treinamento quanto aos locais (normalmente onde ocorre?)

R: **Eu treino na esteira de manhã. Duas vezes na semana eu corro na rua.**

E: Segue alguma rotina específica de treino? Se sim, segue orientações fornecidas por quem? Onde as obtém?

R: **Como eu não tinha experiência antes, eu sempre sigo as dicas do professor.**

E: Estabelece metas de treino em relação aos eventos que vai se envolver/participar? Por quê?

R: **Quando eu tenho competição na semana, o professor muda o treino. Na véspera eu faço só uma corridinha leve na rua pra não ficar cansado no dia seguinte.**

E: Considera que o grupo de corredores da academia seja um incentivo para a sua permanência nas corridas de rua? Por quê?

R: **Foi fundamental. Quebra a monotonia da academia.**

E: O que mais lhe agrada na organização dos eventos? E o que modificaria?

R: **Os caras são bem profissionais. Tá tudo certinho.**

E: A sua família participa dos eventos de corrida com você? De que maneira?

R: **Minha mulher corre. Meu irmão e minha cunhada também.**

E: Se tivesse que expressar com uma palavra o sentimento que representa a corrida para você, o que diria?

R: **Amizade.**

E: Fale um pouco sobre o papel da academia que frequenta nas suas práticas de corrida de rua? E do professor?

R: **Ter o grupo de corredores foi o que me fez ir pra academia. Lá tem um grupo maior que ajuda um ao outro. A academia já fez palestras sobre corridas, acho que foi uma providência do professor.**

E: Você consegue identificar algum incentivo da academia com relação às suas práticas nas corridas de rua? Se sim, qual?

R: **Sim. A academia agrega o grupo.**