

Una tipología sociocultural de los corredores populares en España

A Sociocultural Typology of Recreational Runners in Spain

RAMÓN LLOPIS GOIG

Facultad de Ciencias Sociales

DAVID LLOPIS GOIG

Facultad de Psicología

Universidad de Valencia (España)

Correspondencia con autor

Ramón Llopis Goig

ramon.llopis@uv.es

Resumen

Según la última Encuesta de Hábitos Deportivos (2010), el *running* es la quinta actividad físico-deportiva más practicada por los españoles: un 5,6 % de la población mayor de quince años afirma practicarla con regularidad. Los practicantes del *running*, sin embargo, están lejos de poder ser considerados como un grupo homogéneo. En esta comunicación se presenta un modelo de clasificación sociocultural de los practicantes de *running*, obtenido a partir de los resultados de una investigación cualitativa realizada con una muestra de 76 corredores populares. La investigación parte de una adaptación del modelo cultural de Douglas (1996) y el modelo de clasificación de las actividades de ocio de Elías y Dunning (1988) según los cuales las dos dimensiones que estructuran el campo social serían las presiones grupales y estructurales. Las primeras se manifiestan de un modo directo en el carácter relacional de esta práctica deportiva (individual *versus* grupal), mientras las segundas se refieren a su grado de formalización técnica, que se concretaría en aspectos como el establecimiento de objetivos de mejora, el grado de adhesión a planes de entrenamiento o el control del rendimiento (disciplina *versus* espontaneidad). La intersección de estas dos dimensiones descubre la existencia de cuatro perfiles o *tipos ideales* de corredores: los solitarios hedonistas, los individualistas competitivos, los rodadores sociables y los grupalistas disciplinados, cuyas características son examinadas en este trabajo.

Palabras clave: *running*, tipología sociocultural, corredores populares

Abstract

A Sociocultural Typology of Recreational Runners in Spain

According to the latest Sports Habits Survey (2010), running is the fifth most common physical exercise and sports activity performed by the Spanish: 5.6% of the population aged over 15 said they run regularly. However, recreational runners are far from being a homogeneous group. In this paper a sociocultural classification model for runners is presented, obtained from the results of qualitative research conducted with a sample of 76 recreational runners. The research is based on an adaptation of Douglas's cultural model (1996) and Elías and Dunning's leisure activities classification model (1988), under which the two dimensions that structure the social field are group and structural pressures. The former are manifested in a direct way in the relational nature of this sport (individual *versus* group), while the latter concern its degree of technical formalisation, which would take shape in aspects such as setting targets for improvement, the degree of adherence to training plans and performance monitoring (discipline *versus* spontaneity). The intersection of these two dimensions reveals the existence of four profiles or ideal types of runners – lone hedonists, competitive individualists, sociable runners and disciplined group members – whose characteristics are discussed in this paper.

Keywords: *running*, sociocultural typology, recreational runners

Introducción

De acuerdo con la última encuesta de hábitos deportivos en España (2010), el porcentaje de la población española mayor de quince años que practica el *running* es el 5,6 %, un porcentaje que si se calcula sobre el conjunto de la población que realiza alguna práctica deportiva

se sitúa en el 12,9 % (García Ferrando & Llopis Goig, 2011, p. 86). El porcentaje es ligeramente superior al registrado cinco años antes (García Ferrando, 2006) cuando se situaba en un 4,2 % de la población y en un 11,1 % de los practicantes deportivos. Ese ligero aumento, no obstante, la convierte en la quinta práctica deportiva

más importante en España, por detrás de la actividad física guiada (gimnasia), el fútbol, la natación y el ciclismo (García Ferrando & Llopis Goig, 2011, p. 92).

El *running*, anglicismo procedente del inglés *to run*, correr, es una expresión que se ha puesto de moda en los últimos años para hacer referencia al conjunto de prácticas físico-deportivas que se engloban en lo que tradicionalmente se ha denominado la carrera a pie. De ahí se deriva también la expresión *runner*, con la que, por extensión, se designa a los practicantes de *running* o corredores. Se trata de una práctica que pertenece al atletismo popular que durante las últimas décadas ha experimentado un amplio proceso de expansión que, sin duda, está muy relacionado con la facilidad de su realización, las escasas barreras de acceso, la adaptabilidad a la forma física y ritmo de sus practicantes y la flexibilidad que proporciona el hecho de que puede desarrollarse prácticamente en cualquier escenario y a cualquier hora.

Globalmente considerados, sin embargo, los practicantes de *running* no pueden ser tomados como un grupo homogéneo. Aunque las revistas y libros de divulgación técnica destinados a corredores muy a menudo se dirigen a ellos como si realmente lo fueran, constituyen un universo socialmente heterogéneo en cuyo seno pueden ser identificadas diversas subculturas. Esa es la hipótesis de la que parte este trabajo, en el que se asume que la heterogeneidad que conforma esas subculturas tiene que ver con aspectos como las razones de inicio en la práctica, la frecuencia con la que se realiza el *running*, las experiencias que este les proporciona, el grado de tecnificación, el espacio de realización, la pertenencia a clubes, asociaciones o grupos informales de entrenamiento y la participación en carreras populares.

Las ciencias sociales no han dedicado demasiada atención al estudio de la cultura del *running* en España. Las encuestas de hábitos deportivos de los españoles dirigidas por el profesor Manuel García Ferrando desde los años ochenta del siglo xx han permitido conocer la evolución de esta práctica físico-deportiva en los últimos treinta años (García Ferrando, 2006; García Ferrando & Llopis Goig, 2011). Más allá de esta fuente, tan solo puede hacerse mención a algunos artículos publicados durante los últimos años. Algunos autores han examinado las razones que propician la participación de corredores populares en pruebas de fondo (Llopis Goig & Llopis Goig, 2006). Otros, centrándose también en pruebas populares de fondo, han estudiado las diferencias de género (Salguero & Martos, 2010, 2011). Más abundantes son, sin embargo, las aportaciones provenientes del

ámbito de la psicología aunque con un enfoque alejado del intento de comprensión sociológica del fenómeno y priorizando la orientación a la mejora del rendimiento.

El objetivo de este trabajo es identificar los factores que generan la heterogeneidad sociocultural que caracteriza a los corredores populares y, a partir de ellos, elaborar una tipología que los integre y dé cuenta de las singularidades que concurren en cada uno de los perfiles detectados. La base empírica de este trabajo procede de una investigación cualitativa realizada entre 2006 y 2007, en la que se entrevistó a 76 corredores populares con edades comprendidas entre 22 y 55 años. De ellos, 34 fueron entrevistados individualmente por medio de entrevistas semiestructuradas, mientras los restantes 42 formaron parte de cuatro grupos de discusión.

El trabajo parte de una doble base teórica: el modelo teórico de tendencias culturales que la antropóloga británica Mary Douglas ha expuesto en algunos de sus trabajos (Douglas, 1996) y el modelo de clasificación de las actividades de ocio y tiempo libre que Norbert Elias y Eric Dunning propusieron en uno de sus ya clásicos trabajos (Elias & Dunning, 1988). Douglas propuso un modelo teórico de tendencias culturales no determinista (Douglas, 1996, pp. 60-61) cuyo punto de partida se encuentra en la idea de que toda sociedad impone a sus miembros estándares normativos (Douglas, 1996, p. 51). Aunque las comunidades difieren en la cantidad de control que ejercen sobre sus miembros, dado que algunas son extremadamente flexibles mientras otras ejercen un control feroz, las dos grandes dimensiones del campo social son las presiones grupales y las presiones estructurales (Douglas, 1996, p. 180). Mientras las primeras permiten distinguir entre tipos culturales individualistas frente a grupalistas, las segundas alumbrarían la existencia de estilos culturales jerárquico-formalistas frente a aislados (Douglas, 1996, p. 96).

Las dos dimensiones propuestas por Douglas en su modelo cultural son la base teórica del presente trabajo, aunque la segunda, que tiene que ver con las presiones estructurales, requiere algunos matices que permitan su correcta aplicación al campo de las prácticas físico-deportivas. Para ello, se recurre al modelo de clasificación de las actividades de ocio y tiempo libre propuesto por Elias y Dunning (1988). Según estos autores las transformaciones experimentadas por las sociedades contemporáneas producen numerosas tensiones psicosociales en los individuos, quienes además se ven exigidos a mostrar un elevado autocontrol de sus estados de ánimo, afectos y emociones en sus rutinas de la vida diaria. Es por eso

que la excitación suele estar severamente reprimida en la mayoría de las esferas sociales, si bien las actividades de ocio y tiempo libre, entre las cuales destacan las de carácter deportivo, permiten experimentar un placentero “descontrol emocional controlado” donde pueden presentarse altos niveles de emoción a través de experiencias miméticas placenteras sin incurrir en riesgos reales. La excitación libre de peligro sirve como remedio a las tensiones provocadas en los individuos por el sobreesfuerzo y las coerciones constantes de los modos de vida característicos de las sociedades complejas (1988, p. 57). De acuerdo con este enfoque, Elías y Dunning (1988, pp. 123-125) señalan la existencia de una dimensión consistente en un continuo de dos polos, que podría denominarse rutinización *versus* desrutinización. Estos dos polos, a su vez, están estrechamente vinculados, la desrutinización con el descontrol de la restricción sobre las emociones y la rutinización con el control de las mismas. Aunque con algún matiz adicional y con una terminología distinta, esta dimensión sociocultural es una de las que configura el marco teórico de la investigación presentada en este trabajo.

La primera dimensión tiene una adaptación directa a la actividad físico-deportiva ya que se manifiestan muy visiblemente en el carácter individual *versus* grupal de una práctica como el *running*. Sin embargo, la traslación de la segunda dimensión al campo de la práctica físico-deportiva requiere una combinación de los planteamientos recogidos en las líneas anteriores. Al referirse a las presiones estructurales, Douglas estaba haciendo alusión al grado de adhesión de los individuos hacia las normas y valores culturales predominantes en una sociedad. Esa dimensión, por tanto, le permite diferenciar a los individuos según el grado en que interiorizan las normas y valores de la estructura social en sus comportamientos y pautas de actuación. Ahora bien, en el caso de una práctica físico-deportiva, el equivalente a las normas y valores a las que se refiere Douglas en el campo cultural sería la interiorización de las reglas o componentes técnicos de la práctica de una determinada modalidad físico-deportiva –en este caso el *running*–, entre las que se podría hacer referencia a la adquisición de una disciplina técnica en la ejercitación, la adhesión a planes de entrenamiento, el control del rendimiento y el establecimiento de metas y objetivos, entre otras. Todo ello podría sintetizarse denominando a esta dimensión *grado de formalización técnica de la práctica*. De este modo, en un extremo de la dimensión estarían aquellos individuos cuya práctica del *running* se caracterizaría por una

mayor disciplina e interiorización técnica (mayor grado de formalización), mientras en el extremo opuesto se encontrarían aquellos que exhiben una mayor espontaneidad (mínimo grado de formalización).

La hipótesis de este trabajo es que el análisis sociocultural de una práctica como el *running* podría realizarse a partir de estas dos dimensiones: las presiones grupales y las estructurales. Ahora bien, más allá de restringirse a la identificación de esas dos dimensiones, la hipótesis apunta la idoneidad de las mismas en la configuración de una tipología comprensiva de los distintos perfiles de corredores populares.

Una vez expuesta la base teórica, el siguiente apartado se destina a exponer el planteamiento metodológico de la investigación. A continuación se presentan los resultados y se cierra el trabajo con una recapitulación de los principales hallazgos.

Metodología

Como ya se ha señalado, participaron en la investigación 76 corredores populares de entre 22 y 55 años, de los cuales 29 eran mujeres y 47 varones. Los entrevistados residían en ciudades de diversos tamaños repartidas por toda España. Su selección fue realizada a partir de lo que se conoce como *muestra a propósito* (Patton, 2002) y los criterios establecidos para su obtención fueron la práctica del *running* con frecuencia semanal y con una antigüedad mínima de dos años. El trabajo de campo se realizó entre los años 2006 y 2007.

Por un lado se realizaron 34 entrevistas semiestructuradas. Las entrevistas se desarrollaron a partir de preguntas en las que se trató de indagar acerca de las razones de inicio en el *running*, hábitos y experiencias vividas, participación en carreras populares, características de los entrenamientos, espacios de realización de la práctica, fuentes de información, pertenencia a grupos de entrenamiento, clubes y asociaciones y otros aspectos sociales y relacionales de la práctica. Las entrevistas fueron realizadas por los autores y tuvieron una duración media de 45 minutos. Por otro lado se realizaron cuatro grupos de discusión, conducidos también por los autores del presente trabajo que ahondaron en los mismos aspectos abordados en las entrevistas semiestructuradas y en los que participaron un total de 42 personas.

Una vez finalizadas las transcripciones de las entrevistas y grupos de discusión los dos autores iniciaron por separado el análisis de los datos. Los datos fueron fragmentados en unidades mínimas de significado

y clasificados en tres categorías: *a)* características de la práctica del *running*, *b)* motivos de su realización y *c)* percepciones y vivencias relacionadas con la misma. De este modo se dispuso de un conjunto clasificado de datos empíricos que posibilitó una agrupación de las similitudes y divergencias de significado en cada una de las categorías (Lincoln & Guba, 1985). Una vez finalizada esta fase los autores, discutieron e interpretaron los datos categorizados y consensuaron las discrepancias. Para garantizar la calidad de los datos se recurrió a una triple estrategia de triangulación que hizo posible el control de su validez interna y confirmabilidad (Lincoln & Guba, 1985). Esta triple estrategia se basaba en la triangulación de técnicas (entrevistas y grupos de discusión), de la recogida de información (dos investigadores) y del análisis final de los datos (dos investigadores). También se recurrió a la estrategia *member check* por medio de la cual los participantes pudieron comprobar la fidelidad de los textos transcritos (Patton, 2002).

Los perfiles de corredores a cuya identificación se dedica esta investigación deben considerarse como *tipos ideales* en sentido weberiano. Max Weber entendió por *tipos ideales* aquellas abstracciones que intentan captar la singularidad de una configuración compuesta por elementos que no son específicos (Weber, 1947, p. 110). Dicho de otro modo, son abstracciones que individualizan los patrones que definen esa configuración y los separan de la multitud de aspectos que comparten con otras configuraciones. Los tipos ideales, por tanto, no son descripciones de la realidad sino las categorías utilizadas para analizarla, pues su naturaleza abstracta es lo que permite la descripción de una realidad social empírica. Por ello, constituyen herramientas irremplazables a la hora de hacer inteligibles las ideas, y permiten dar coherencia narrativa a la abrumadora evidencia de la experiencia humana.

Resultados

En este apartado se exponen los resultados de la investigación. En primer lugar se confirma la idoneidad empírica de las dos dimensiones del espacio sociocultural y se propone una tipología de corredores (en el sentido weberiano de tipos ideales) sugiriendo una denominación para cada uno de ellos. En segundo lugar se efectúa una caracterización de cada uno de esos tipos ideales.

El análisis del material empírico permitió constatar con relativa sencillez la pertinencia de las dos dimensiones expuestas en la introducción de este trabajo: por un

lado, el carácter individual *versus* grupal de la práctica, una dimensión que Douglas denominaba las presiones grupales (1996, p. 96); y por otro, su grado de formalización técnica, un concepto derivado de las presiones estructurales a las que se refería Douglas (p. 180) y del continuo rutinización *versus* desrutinización del que hablaron Elias y Dunning (1988, p. 123).

El carácter individual o grupal de la práctica fue uno de los primeros aspectos al que los entrevistados se refirieron al hablar de su trayectoria y experiencias como corredores. Algunos de ellos, independientemente de su condición física y estatus socio-económico, afirmaron practicar el *running* de modo individual mientras otros se inclinaban por la práctica en grupo:

[...] yo voy a correr solo, para mí esa es la ventaja de este deporte y es lo que me gusta, estar solo, pensar en mis cosas o, mejor dicho, no pensar en nada. He corrido alguna vez con otras personas, pero no me va, se pierde lo que a mí más me gusta de correr que es estar conmigo mismo. [...] salgo a correr tres días a la semana, siempre con un grupo que también vamos juntos algunos fines de semana a hacer alguna prueba popular. Ir en grupo te obliga y te ayuda a superarte esos días que tienes pereza o hace mucho frío.

De manera que la tendencia sociocultural a la que se refirió Mary Douglas tiene una traslación clara a esta actividad físico-deportiva, pues se manifiesta muy claramente en el carácter individual o grupal de la práctica del *running*. De manera sintética, esta dimensión podría ser denominada *carácter relacional de la práctica del running* y quedaría definida por un polo de orientación individual frente a otro de carácter grupal.

La segunda tendencia a la que aludió Douglas, las presiones estructurales, también quedó ampliamente documentada con el material empírico obtenido en las entrevistas y los grupos de discusión. En el apartado anterior ya se ha realizado la adaptación de ese concepto al campo de la práctica físico-deportiva, dando como resultado la dimensión finalmente denominada grado de formalización técnica de la práctica del *running*. La práctica del *running* es muy variada en lo referente al grado de incorporación o interiorización de sus componentes técnicos. Así, hay individuos que lo practican guiándose por un sentido común básico, mientras otros se documentan y siguen meticulosos planes de entrenamiento que amén de numerosos aspectos técnicos pueden llegar a incluir consideraciones sobre el descanso y la alimentación, entre otros. Pero también hay individuos que

practican el *running* para sentirse bien y mejorar su estado anímico y físico, mientras otros se plantean objetivos de mejora en lo que a tiempos y distancias recorridas se refiere. En las entrevistas se obtuvieron numerosos comentarios relacionados con este extremo:

[...] a mí me gusta correr por las sensaciones que me da, me relaciono mejor con mi cuerpo, pero para mí lo que vale es solo correr, correr como corre un niño o como corrían los primitivos, sin nada más.

[...] yo me marco unos objetivos y planifico el año para alcanzar unos niveles y poder tener una actuación digna en las pruebas a las que me presento.

Naturalmente, los fragmentos seleccionados, pese a su brevedad, permiten efectuar otras consideraciones sobre la práctica del *running* que no deben pasar desapercibidas. Se retomará esa tarea más adelante, dado que lo que ahora interesa es únicamente dejar constancia de la posibilidad de extrapolar las dos tendencias sociales señaladas en el apartado introductorio al espacio sociocultural del *running*.

Si las dos dimensiones a las que se acaba de hacer alusión son consideradas independientes y se traza un espacio bifactorial con su intersección, se generan cuatro cuadrantes, cada uno de los cuales describe un perfil de corredor tal y como se muestra en la *figura 1*.

El primer cuadrante estaría ocupado por aquel tipo de corredores populares cuya práctica presenta tanto una escasa formalización técnica como un débil carácter relacional. Ahí se encuentran los denominados *solitarios hedonistas*. En el segundo cuadrante se situarían aquellos corredores con niveles bajos en lo referente a la dimensión relacional, pero elevados en cuanto al grado de formalización técnica. Son los *individualistas competitivos*. El tercer cuadrante alojaría a aquellos cuya práctica se caracteriza por un elevado carácter relacional pero mínimo grado de formalización, los descritos como *rodadores relacionales*. Por último, en el cuarto cuadrante aparecen los *grupelistas disciplinados*, aquellos corredores que presentan altos niveles tanto en la dimensión de formalización técnica de la práctica como en la referida al carácter relacional.

Una vez contrastada la idoneidad empírica de las dos dimensiones del espacio sociocultural del *running* así como la posibilidad de definir cuatro tipos ideales a partir de su intersección, es momento de efectuar una caracterización de cada uno de ellos a partir del material empírico recopilado en el transcurso de la investigación.



Figura 1

Tipología sociocultural de los corredores españoles. (Fuente: elaboración propia)

a) Los *solitarios hedonistas* constituyen un grupo definido por su orientación individual y por su escaso grado de formalización técnica. Se trata de individuos que practican el *running* de manera individual y con pocos condicionamientos disciplinarios y técnicos como quedó puesto de manifiesto en numerosos comentarios:

[...] para mí no hay nada como correr solo, por supuesto yo corro solo, es que es lo que me gusta, yo disfruto corriendo. Te cansas, sí, haces un esfuerzo, de eso se trata, pero en realidad obtienes una gratificación incomparable, te sientes bien, tienes buenas sensaciones. Yo creo que no puedo dejar de correr por el placer que me proporciona hacerlo.

Los *solitarios hedonistas* eluden las dos grandes presiones que el campo social impone a los individuos: la estructural y la grupal. Rechazan las prácticas disciplinarias y se alejan de cualquier pauta de actuación que puedan considerar sistemática o rutinaria. Por otro lado, practican el *running* de modo individual, pues les incomodan las limitaciones que ocasiona la práctica en grupo. Su práctica se rige por unos patrones que ellos consideran espontáneos y que les proporcionan sensación de libertad. Por ello no es de extrañar que muy a menudo, por ejemplo, se nieguen a realizar estiramientos o ejercicios de calentamiento, que eviten el seguimiento de planes de entrenamiento, y que afirmen que una de las principales ventajas del *running* es no tener que coordinarse con nadie más para practicarlo:

[...] me gusta correr porque me gusta ir a la mía, ir a la mía quiere decir que no quiero depender de nadie ni tener que amoldarme a ningunos horarios o reglas. Voy a correr

cuando quiero o cuando puedo, y lo hago a mi manera, como quiero, si me apetece correr una hora por la playa estoy una hora, si prefiero estar menos tiempo por otro sitio pues allá que me voy. La clave es ir cambiando para que me resulte entretenido.

[...] lo que me gusta es correr, así que de hacer estiramientos, series y todo eso ni hablar. Yo soy un trotador, no quiero calentar y creo que no es necesario, yo caliento corriendo. Si tuviera que hacer abdominales y ni te digo ya con las series, dejaría de correr.

En definitiva, se trata de individuos caracterizados por una búsqueda del bienestar físico y psicológico, cuya principal motivación reside en disfrutar de la experiencia de correr, obteniendo sensaciones de placer y libertad.

b) Los *individualistas competitivos* se situarían en el cuadrante en que predominan la orientación individual y las posiciones más altas en el grado de formalización de la práctica del *running*. En términos generales, se trata de individuos con un carácter fuertemente competitivo que muestran una voluntad intensa y manifiesta de mejorar su rendimiento personal, para lo cual se plantean objetivos personales y siguen planes de entrenamiento sistemáticos y estructurados:

[...] si te marcas unos objetivos y sigues unos planes acabas consiguiendo lo que te planteas. Eso es algo que a mí me va muy bien, porque yo necesito mejorar y progresar, lo que me va es la competición, la superación, la lucha, y eso en el fútbol o el tenis, por decirte dos deportes, no lo tienes como en este.

También en este caso la práctica del *running* tiene un carácter predominantemente individual aunque las razones de ello son bien distintas a las que aparecían en los *solitarios hedonistas*. Los *individualistas competitivos* eluden las presiones grupales del campo social para evitar que estas puedan afectar a su preparación técnica y física y, por tanto, a su rendimiento y progresión en la práctica del *running*. Dicho de otro modo, creen que compartir sesiones de entrenamiento con otras personas puede perjudicarles:

[...] sí, hay mucha gente que sale a correr en grupo y lo único que le interesa es charlar, lo hacen para relacionarse o rebajar algún kilo de más. Pero si vas en ese plan no es fácil que mejores tus tiempos. Para mejorar tienes que hacer un esfuerzo, un sacrificio, y si vas en grupo a no ser que sean como tú y tengan los mismos planes, algo que es muy

difícil, lo más normal es que no vean bien que tú tengas unos objetivos de mejora, es más, en muchos casos puede estar hasta mal visto que tengas una cierta ambición por mejorar. Entonces yo no estoy dispuesto a cohibirme por estar con otra gente, a mí me gusta progresar, marcarme metas y competir y creo que es algo bueno de este deporte.

Para este perfil de corredores la práctica en grupo puede convertirse en un elemento de distorsión que puede afectar negativamente a los objetivos de mejora que suelen plantearse. En otras ocasiones, sin embargo, la orientación individual se debe únicamente a incompatibilidad de horarios con otros corredores. No se rechaza, por tanto, la práctica grupal pero a menudo esta les resulta inviable en términos temporales:

[...] yo llevo una vida bastante acelerada, no me resulta fácil sacar tiempo para ir a correr por mi trabajo y mis responsabilidades en la fábrica. De manera que no digo que no, correr con otros podría beneficiarme, puede ser, quizás, pero desde luego es un lujo que no me puedo permitir por el poco tiempo que tengo ya que salgo a correr cuando encuentro un hueco y a veces es por la noche, o a primera hora de la mañana. En ese sentido soy un poco especial.

En suma, se trata de personas que responden a motivaciones fuertemente competitivas que implican una necesidad de mejora y exigencias sobre sí mismos que, generalmente, llevan a cabo de manera individual.

c) Los *rodadores relacionales* constituyen el tercero de los tipos ideales identificados en la presente investigación. Este perfil de corredor se caracteriza por elevados niveles en la dimensión relacional y por un mínimo grado de formalización técnica. Se trata, por tanto, de individuos que suelen practicar el *running* acompañados de otros corredores, amigos o conocidos a los que preocupa mucho menos el rendimiento o componente competitivo de esta práctica físico-deportiva:

[...] somos un grupo muy unido que corremos para mantenernos sanos. Yo empecé por el colesterol, otro porque se dejó de fumar, los demás se fueron uniendo y esta actividad es ahora el centro de nuestra amistad. Pero nosotros, no solo por la edad, sino también por nuestra forma de ser, nos lo tomamos con mucha calma, lo que queremos es hacer ejercicio, y qué mejor ejercicio que correr.

Al igual que los *solitarios hedonistas* se trata de corredores que aunque no necesariamente rechazan una

concepción disciplinada del *running*, tienden a situar en un nivel secundario los sistemas de entrenamiento y ejercitación que puedan ser percibidos como rutinarios:

[...] nosotros entrenamos corriendo sin más, yendo a nuestro ritmo, sin forzar nunca, no hacemos series ni tenemos una programación como esas que salen en las revistas de correr. Casi diría que hacemos esto por mantenernos en forma, no por ganar ningún premio.

Suele tratarse de grupos de amigos o conocidos que se unen para correr y realizar rodajes distendidos dentro de un ambiente lúdico en el que la finalidad principal radica en compartir un tiempo de ocio, siendo el *running* la excusa que justifica esa cita deportiva. Para este tipo de corredores la dimensión relacional es un elemento esencial de la práctica del *running*. De hecho, suelen conversar entre ellos mientras corren, una clara muestra de la importancia que para ellos tiene el contacto con los demás:

[...] es muy normal el ir hablando de nuestras cosas mientras corremos. Sin embargo a veces te cruzas con otros que van embalados, que les ves que no se paran ni a atarse el zapato y que van mirando el reloj, preocupados de hacer una determinada marca.

Otra característica de este tipo de corredores es que las relaciones sociales que entablan con motivo del *running* suelen ir más allá de la práctica de este deporte en sentido estricto. Estas personas se relacionan también en otros ámbitos, comparten otras actividades de ocio, e incluso planean viajes conjuntos para participar en carreras populares:

[...] pues sí, quedamos tres días a la semana para correr y cuando hay carreras populares quedamos también el fin de semana para ir. Hemos ido juntos con nuestras familias a algunos medios maratones y maratones, a participar. Vamos a nuestro ritmo, lo que queremos es seguir corriendo para estar sanos y mantener nuestra vida social. Es magnífico, hemos visitado muchas ciudades y nuestras mujeres son también muy amigas.

En definitiva, este tipo de corredores muestra una elevada orientación hacia la dimensión relacional del *running* y un menor interés por los aspectos relativos a su formalización técnica sin que ello signifique que no tomen en serio estos aspectos. Se trata de individuos que disfrutan en su relación con los demás. Por eso, muchos

de ellos se autodefinen como *rodadores*, una expresión que atenúa el componente físico del *running*: más que correr “ruedan”, es decir, se dejan llevar por el grupo.

d) Y por último se encuentran los *grupelistas disciplinados*, un perfil que se sitúa en el cuadrante en el que aparecen los corredores que presentan un elevado grado de orientación relacional y formalización técnica de la práctica del *running*. Se trata de individuos que priorizan el objetivo de mejorar su condición física y muestran una elevada disciplina de entrenamiento en grupo. Suelen seguir planes de trabajo rigurosos y cuidan mucho los aspectos de su condición física relacionados con la alimentación, los aportes energéticos, el equipamiento deportivo y las zapatillas. Así se expresaron algunos entrevistados que claramente encajaban en este tipo ideal:

[...] mis entrenamientos y mis pruebas son una parte muy importante de mi vida, cumplo la planificación a rajatabla, es la base para mantenerse en forma. Todo depende del método que tengas y del sentido de sacrificio. Es sacrificado, claro, pero es la forma de hacerlo bien.

La disciplina con la que adoptan la práctica del *running* se puede referir también al modo en que los *grupelistas disciplinados* viven su pertenencia a clubes, asociaciones o grupos de entrenamiento. El *running* es para ellos también una fuente de adscripción social: les permite pertenecer a un grupo social concreto con una estructura definida:

[...] correr ha sido y es muy bueno para mí, pero también lo fue entrar en el club. Me ha dado muchos amigos y vida social, para mí ha sido muy bueno.

Se trata de personas que aunque se caracterizan por la posesión de marcas discretas, muestran unos niveles de dedicación y exigencia elevados. Por todo ello, a veces son protagonistas de situaciones en las que las autoexigencias que se plantean con el *running* acaban condicionando otras actividades de su vida cotidiana relacionadas con el trabajo o la familia. De hecho, no es infrecuente que se produzcan tensiones o frustraciones que les lleven a abandonar el grupo al que pertenecen e incluso la práctica del *running*:

[...] no es mi caso, pero te podría decir que conozco algunas personas que tienen problemas en casa por la forma como han acabado tomándose lo de correr, e incluso sé de

un caso que se ha divorciado, aunque bueno ahí había otras cosas. Pero sí, hay gente que se toma esto muy fuerte, esto es un mundo y a veces la gente pierde la cabeza [...] ha habido casos, ya te digo, de personas que han tenido que dejar de correr porque se estaban obsesionando mucho con esto y al final habían descuidado el trabajo o la familia, y solo pensaban en correr y en competir.

En suma, la práctica del *running* de los *grupelistas disciplinados* muestra un elevado grado de disciplina que se refiere tanto al componente técnico-formal de la práctica como al modo en que viven su pertenencia al grupo con el que corren. En este tipo ideal las autoexigencias y pretensiones de rendimiento se combinan con un alto componente relacional materializado en la pertenencia a un club de atletismo, asociación o grupo de entrenamiento. No obstante, se trata de una vinculación social que puede ser fuerte pero que se encuentra muy supeditada a la consecución de unos objetivos físicos.

Conclusiones

La investigación presentada en este trabajo ha puesto de manifiesto la existencia de una importante heterogeneidad sociocultural en los perfiles de los corredores populares que puede ponerse en relación con las dos dimensiones que estructuran la práctica del *running*: su carácter relacional (individual *versus* grupal), y su grado de formalización técnica (mayor o menor). La identificación de estas dos dimensiones ha permitido engendrar una taxonomía de cuatro tipos ideales (en sentido weberiano) de corredores a partir de la formación de un espacio bifactorial generado por la intersección de ambas.

Los cuatro tipos ideales de corredores son los *solitarios hedonistas*, los *individualistas competitivos*, los *rodadores sociables* y los *grupelistas disciplinados*. Los primeros, se caracterizan por niveles bajos tanto en la dimensión relacional como en el grado de formalización técnica de la práctica. Los *individualistas competitivos* presentan un bajo carácter relacional pero un elevado grado de formalización técnica. Los *rodadores sociales* son el reverso de los anteriores con un elevado carácter relacional pero escaso grado de formalización técnica. Por último, los *grupelistas disciplinados* muestran elevado carácter relacional y formalización técnica de la práctica.

Los aspectos que diferencian a los corredores que han sido identificados en la presente investigación deberían ser tenidos en cuenta a la hora de desarrollar estrategias de motivación, planes de entrenamiento, técnicas de establecimiento de objetivos, definición del tipo de trabajo físico a seguir o las características de las sesiones de preparación, ya que la adscripción de cada corredor a uno u otro perfil hará más convenientes y adecuadas unas estrategias que otras.

La línea de investigación en la que se incluye este trabajo plantea todavía algunos objetivos a desarrollar en próximas investigaciones. En primer lugar, a partir del mismo material cualitativo con el que se ha realizado el presente trabajo quedaría por hacer un análisis en el que se identifiquen los itinerarios que conducen de unos perfiles a otros a lo largo de la vida de un corredor. En segundo lugar, una vez finalizada la fase de análisis cualitativo está prevista la realización de una fase cuantitativa que implicará la elaboración y validación de escalas específicas para cada una de las dos dimensiones con las que se ha construido la tipología, así como su aplicación a una amplia muestra de corredores populares. Esta segunda fase permitirá contrastar la validez de la tipología presentada en la presente comunicación y permitirá estimar el peso aproximado de cada uno de los tipos entre los corredores españoles.

Referencias

- Douglas, M. (1996). *Thought Styles*. London: Sage Publications.
- Elias, N., & Dunning, E. (1988). *Sport and Leisure in the Civilizing Process*. Oxford: Blackwell.
- García Ferrando, M. (2006). *Postmodernidad y deporte: entre la individualización y la masificación*. Madrid: CIS/CSD.
- García Ferrando, M., & Llopis Goig, R. (2011). *Ideal democrático y bienestar personal. Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Madrid: CIS-CSD.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic Inquiry*. Newbury Park, CA: Sage.
- Llopis Goig, D., & Llopis Goig, R. (2006). Motivos para participar en carreras de resistencia. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 2(4), 33-40.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative Research and Evaluation Methods* (3.ª ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Salguero, A., & Martos, P. (2010). Análisis de la participación femenina en el Medio maratón de Granada 2008. *Habilidad Motriz* (34), 43-51.
- Salguero, A., & Martos, P. (2011). Desigualdad de género en competiciones populares de fondo. *Apunts. Educación Física y Deportes* (103), 91-100.
- Weber, M. (1947). *The Theory of Social and Economic Organization*. London: Hodge.