



DNA

de corredora

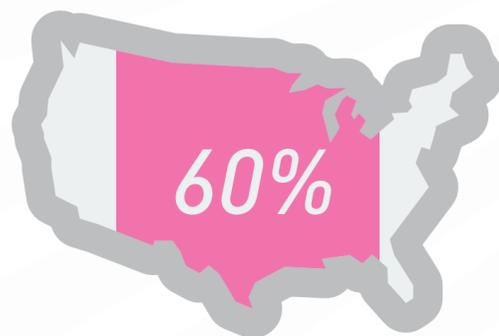
2014

A
PRIMEIRA PESQUISA
SOBRE
CORRIDA FEMININA
NO BRASIL





Mulheres são engajadas,
exigem qualidade e
são formadoras de opinião



Nos EUA, as mulheres já são maioria na corrida



No Brasil, esse número *tende a aumentar!*





A Pesquisa DNA DE CORREDORA estudou os principais assuntos que envolvem este grupo de **mulheres apaixonadas pela corrida**



Como é o *treino*?

O que as *motiva*?

Quais são suas relações de *consumo*?

Onde procuram *informações*?

Qual o tamanho e o potencial deste *mercado*?



Mix entre os métodos
qualitativo e quantitativo
para gerar o **maior poder de imersão**



Primeira onda

Entrevistas de profundidade presenciais



Segunda onda

Questionário on-line





Questionário on-line

Respostas rápidas e *alto engajamento* das entrevistadas

Foram colhidas

5.267

respostas durante um mês de pesquisa

A enquete teve um total de *54 perguntas*,
divididas em blocos de *8 a 10 perguntas*,
com menos de 2 minutos para cada resposta



Foco na experiência



Neste documento, apresentamos algumas frases das entrevistadas. São depoimentos que servem para ***contextualizar os resultados*** da pesquisa



Entrevistas de profundidade

Foram realizadas entrevistas **presenciais** com dezenas de corredoras

- Entrevistas em grupo
- Entrevistas individuais



Este processo foi importante para entender a *dimensão da corrida na vida* de cada corredora e *obter insights* fundamentais sobre *comportamento* e *consumo*



As entrevistas foram agrupadas em três categorias



Perfil da corredora



Running lifestyle



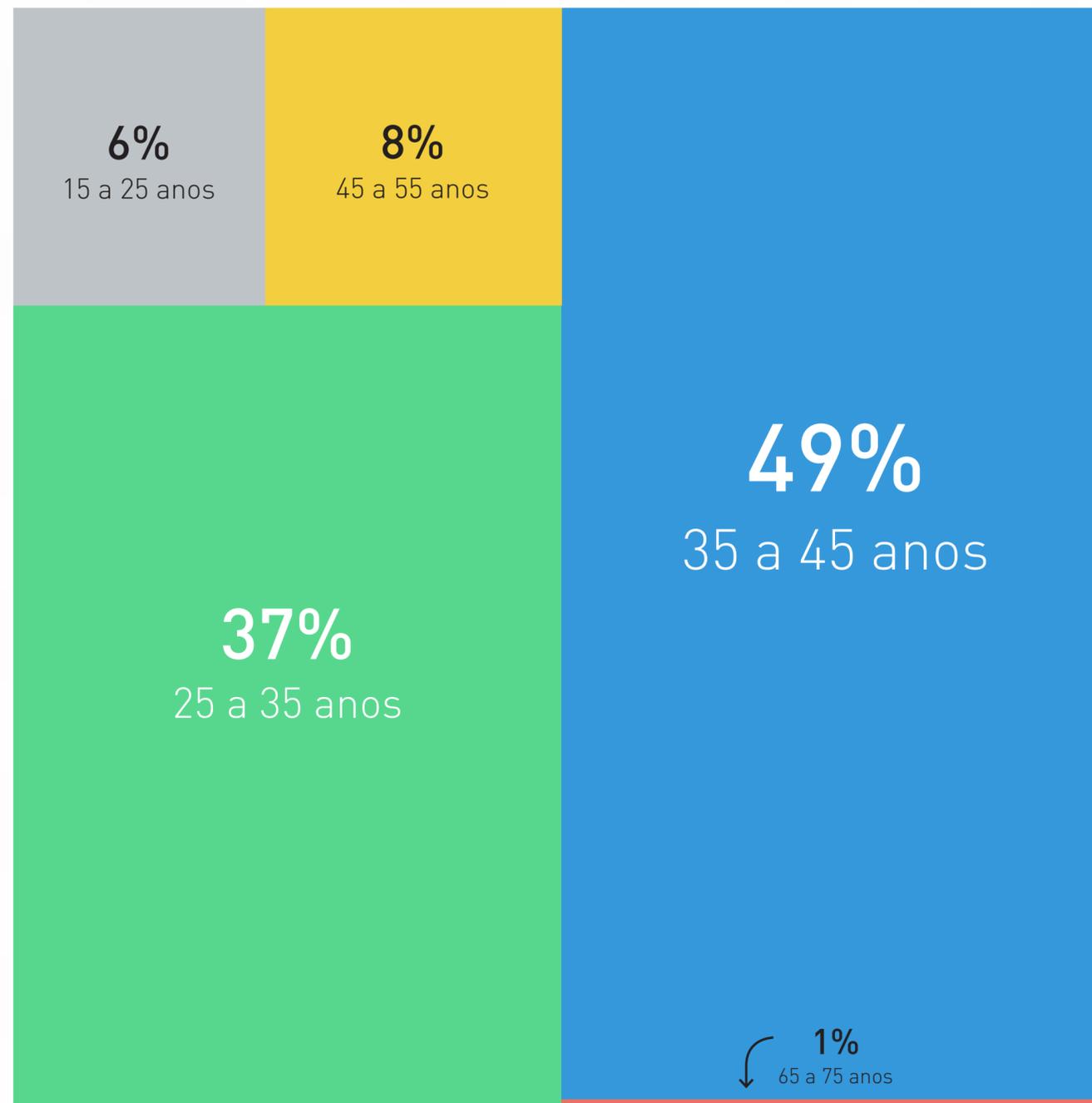
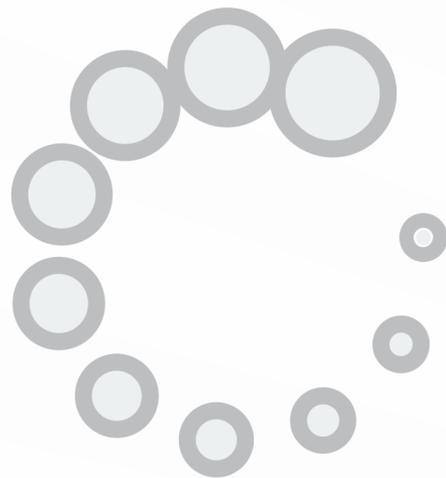
Consumo



PERFIL DA CORREDORA



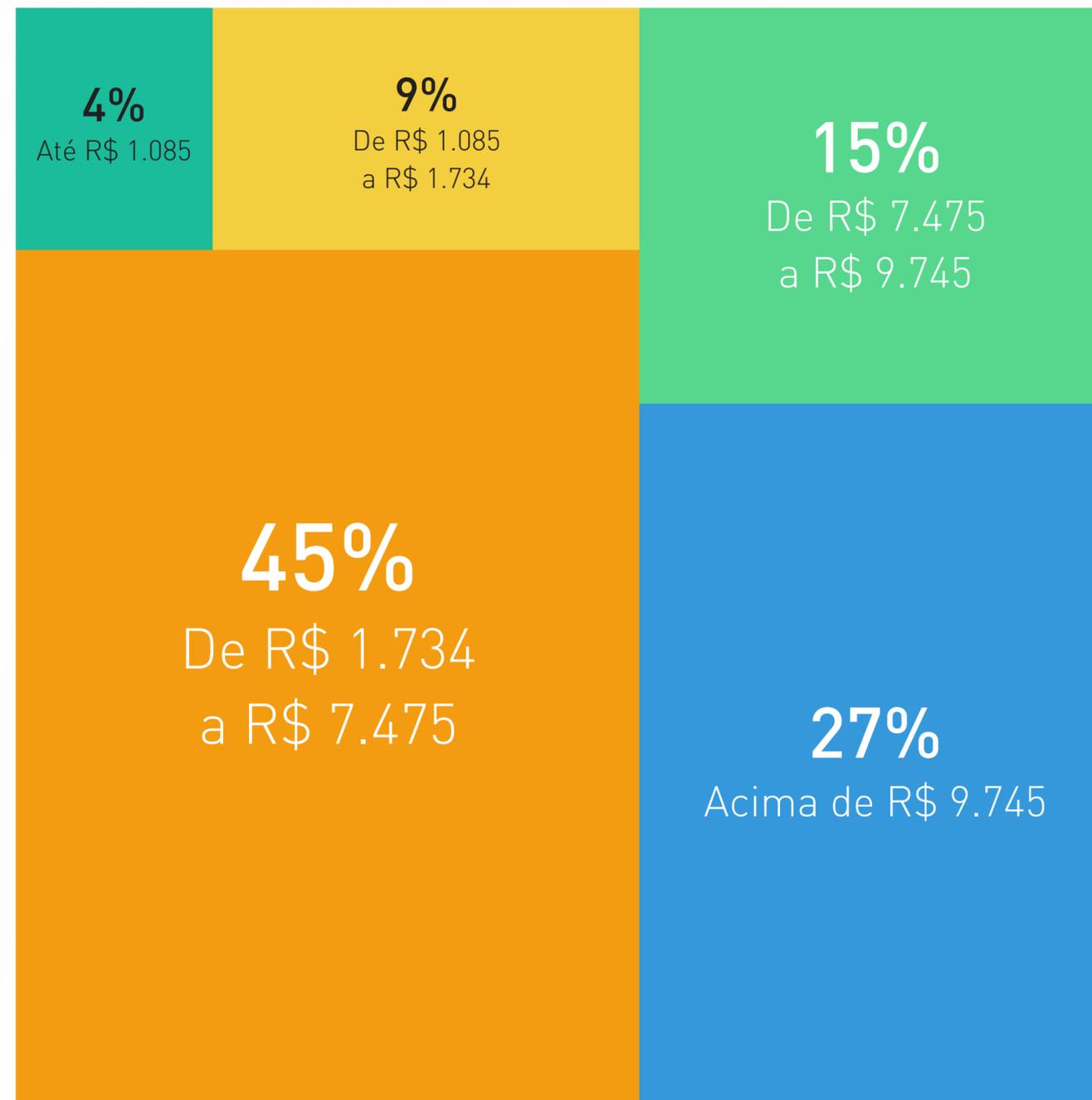
IDADE



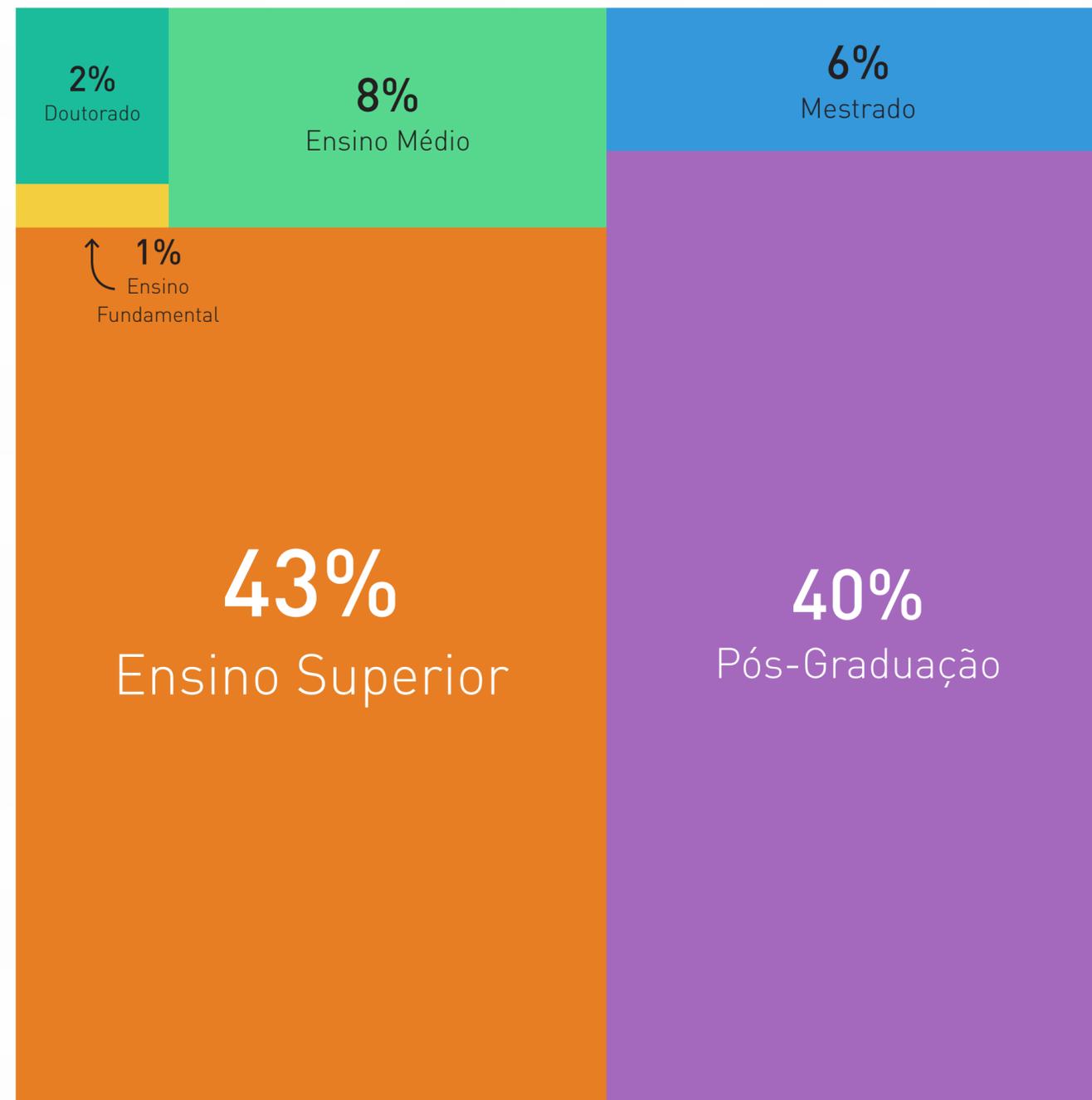
AS JOVENS ESTÃO COM TUDO!
HOJE, A CORRIDA É DOMINADA POR UM PÚBLICO QUE TEM AUTONOMIA E **ALTO PODER DE CONSUMO.** O GRUPO QUE MAIS CRESCE É O DE JOVENS CORREDORAS COM MENOS DE 25 ANOS



RENDAMENTO FAMILIAR



ESCOLARIDADE

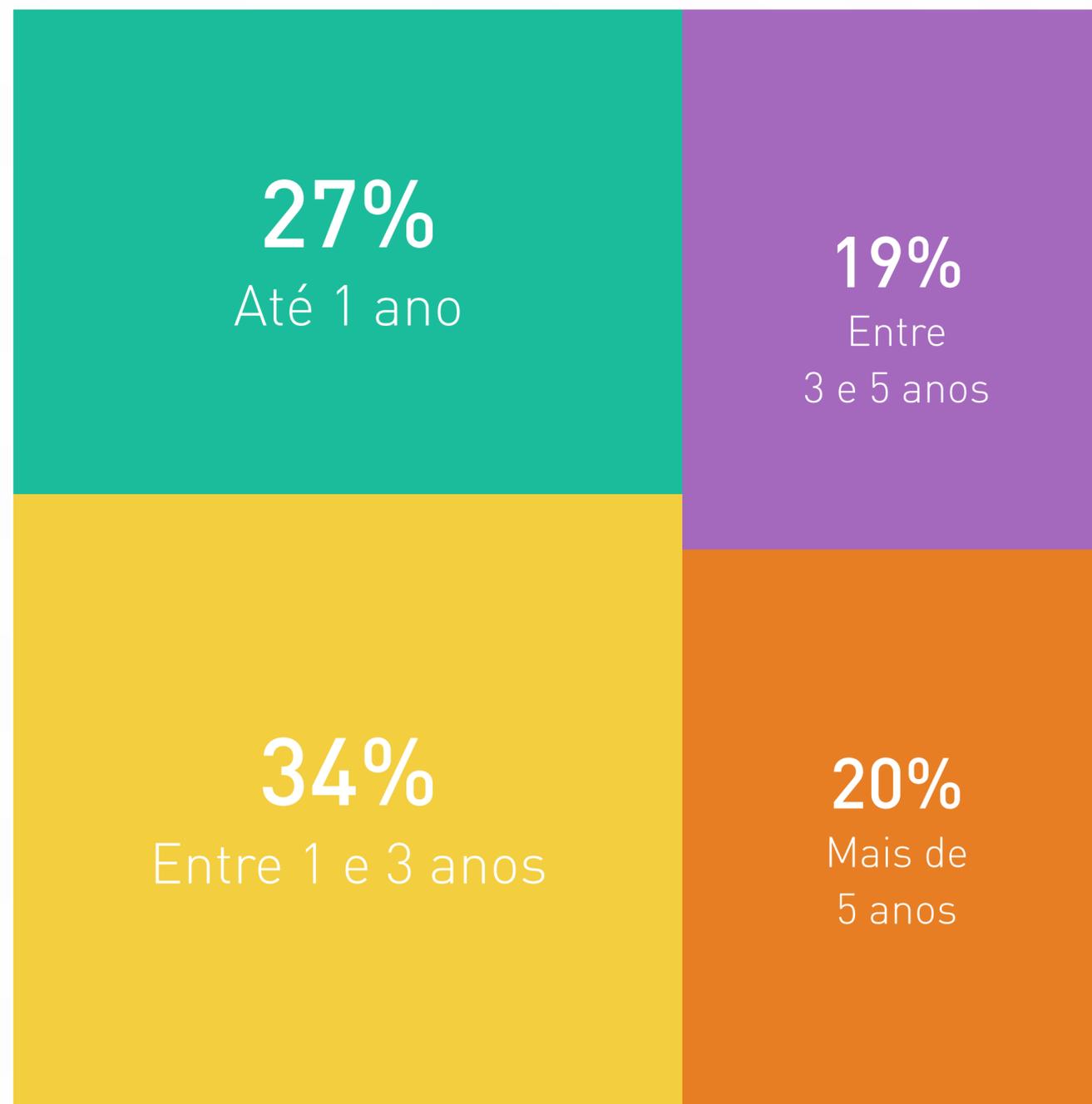


83% DAS MULHERES TÊM ENSINO SUPERIOR E 40% DELAS SÃO PÓS-GRADUADAS





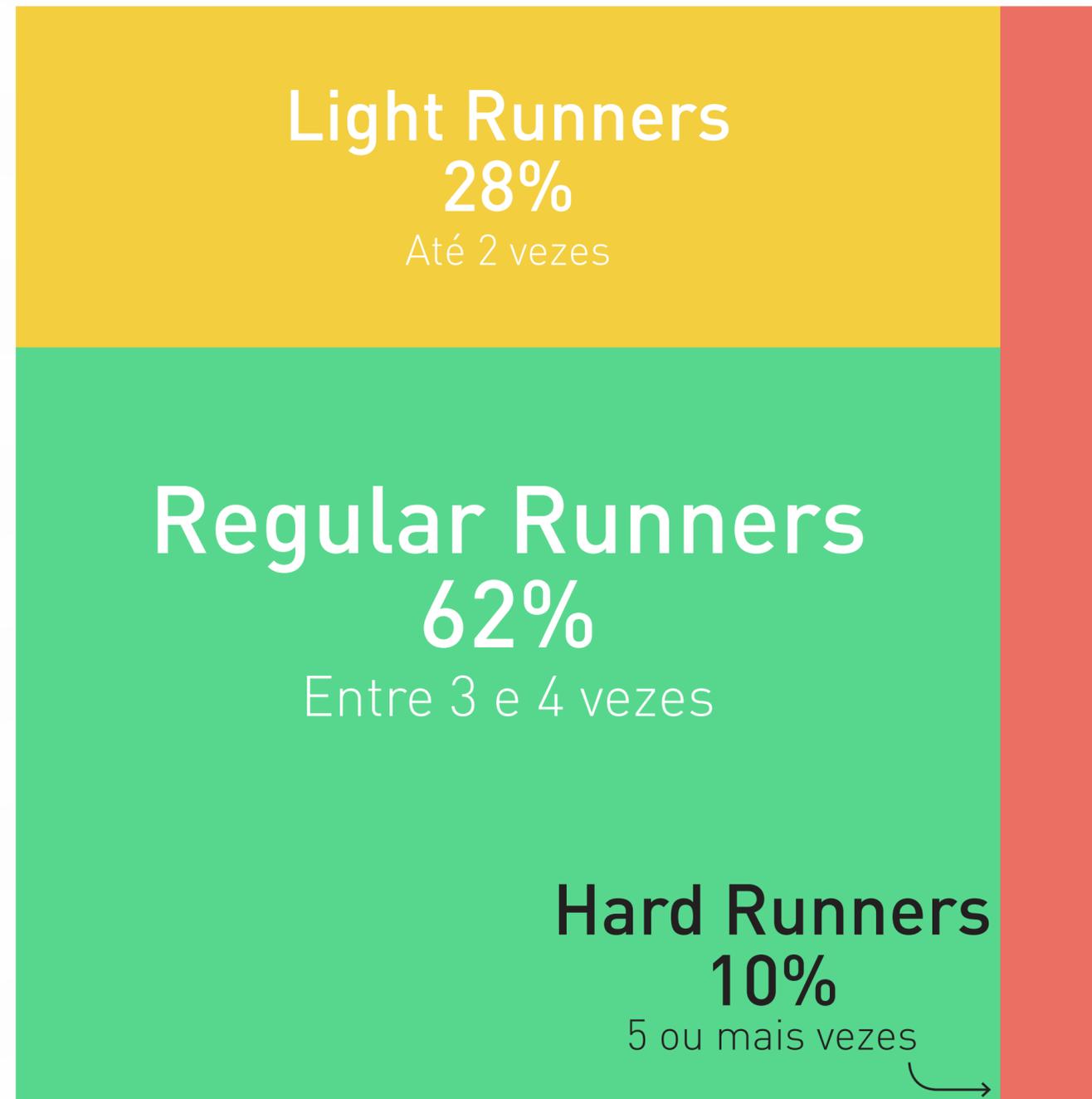
HÁ QUANTO TEMPO CORRE?



ESTÁ AUMENTANDO O NÚMERO DE **NOVAS CORREDORAS!**



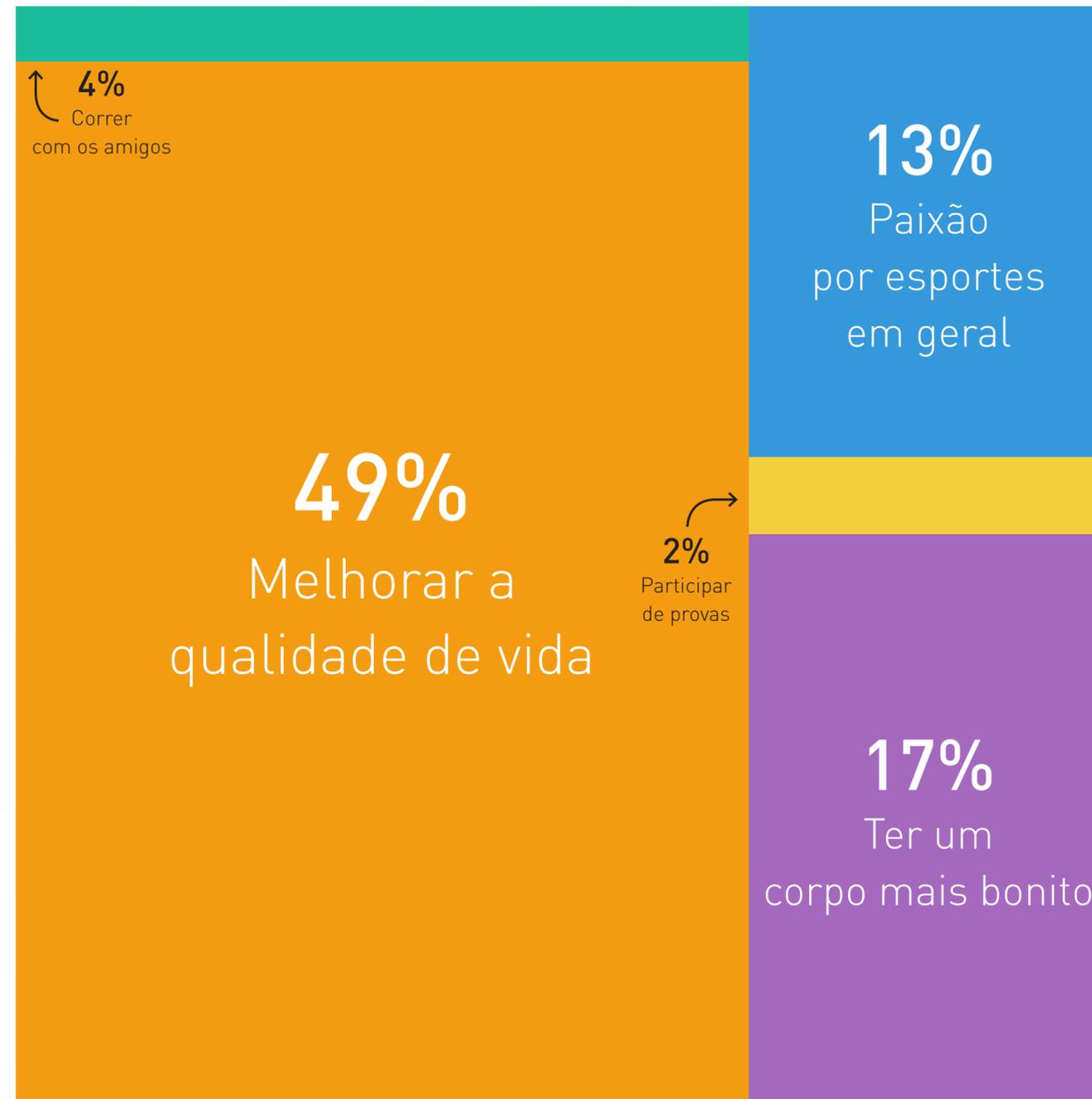
QUANTAS VEZES CORRE POR SEMANA?



**A MAIOR PARTE DAS MULHERES
CORRE REGULARMENTE
DURANTE A SEMANA**



O QUE INSPIRA VOCÊ?

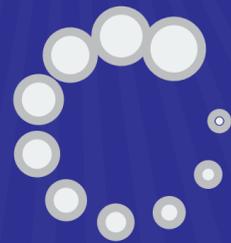


A PESQUISA CONFIRMA A CORRIDA COMO UMA MANEIRA **DE MELHORAR A QUALIDADE DE VIDA** E CONQUISTAR UM CORPO MAIS BONITO



médio

PERFIL DAS CORREDORAS



Têm entre 25 a 45 anos



São das *classes A, B e C*



Têm *curso superior e pós-graduação*



Praticam corrida entre *1 e 3 anos*



Correm de *3 a 4 vezes por semana*



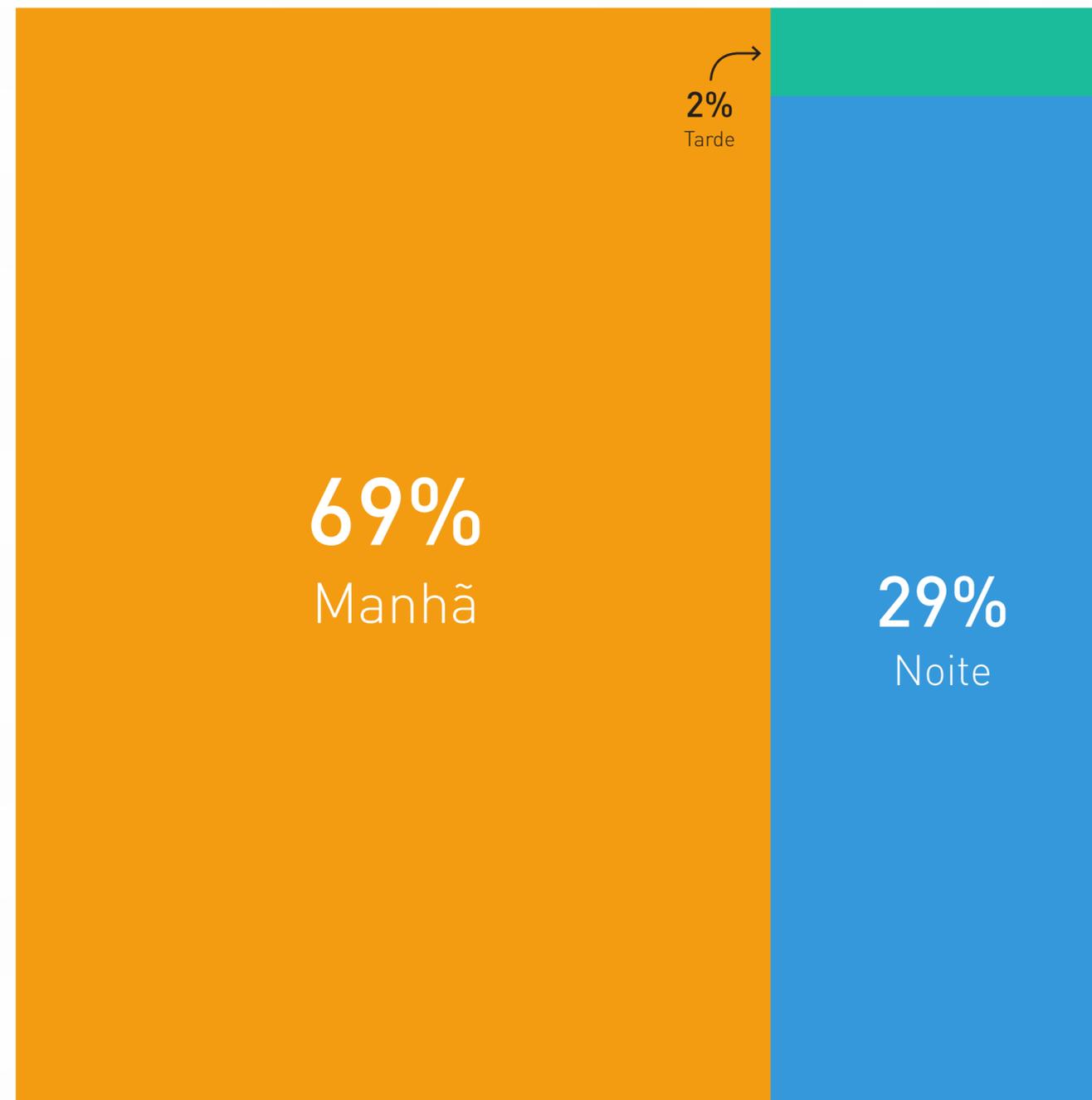
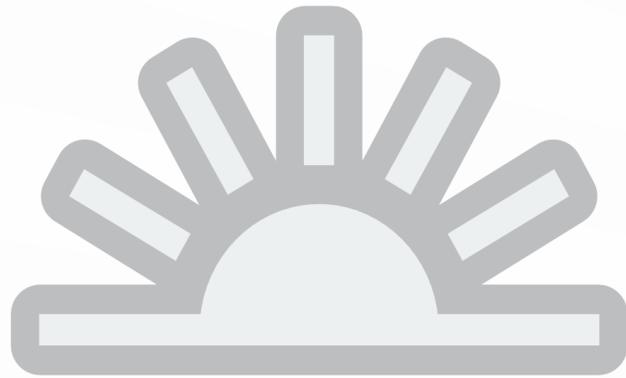
Buscam melhorar a *qualidade de vida*



RUNNING **LIFESTYLE**



EM QUAL HORÁRIO PREFERE CORRER?

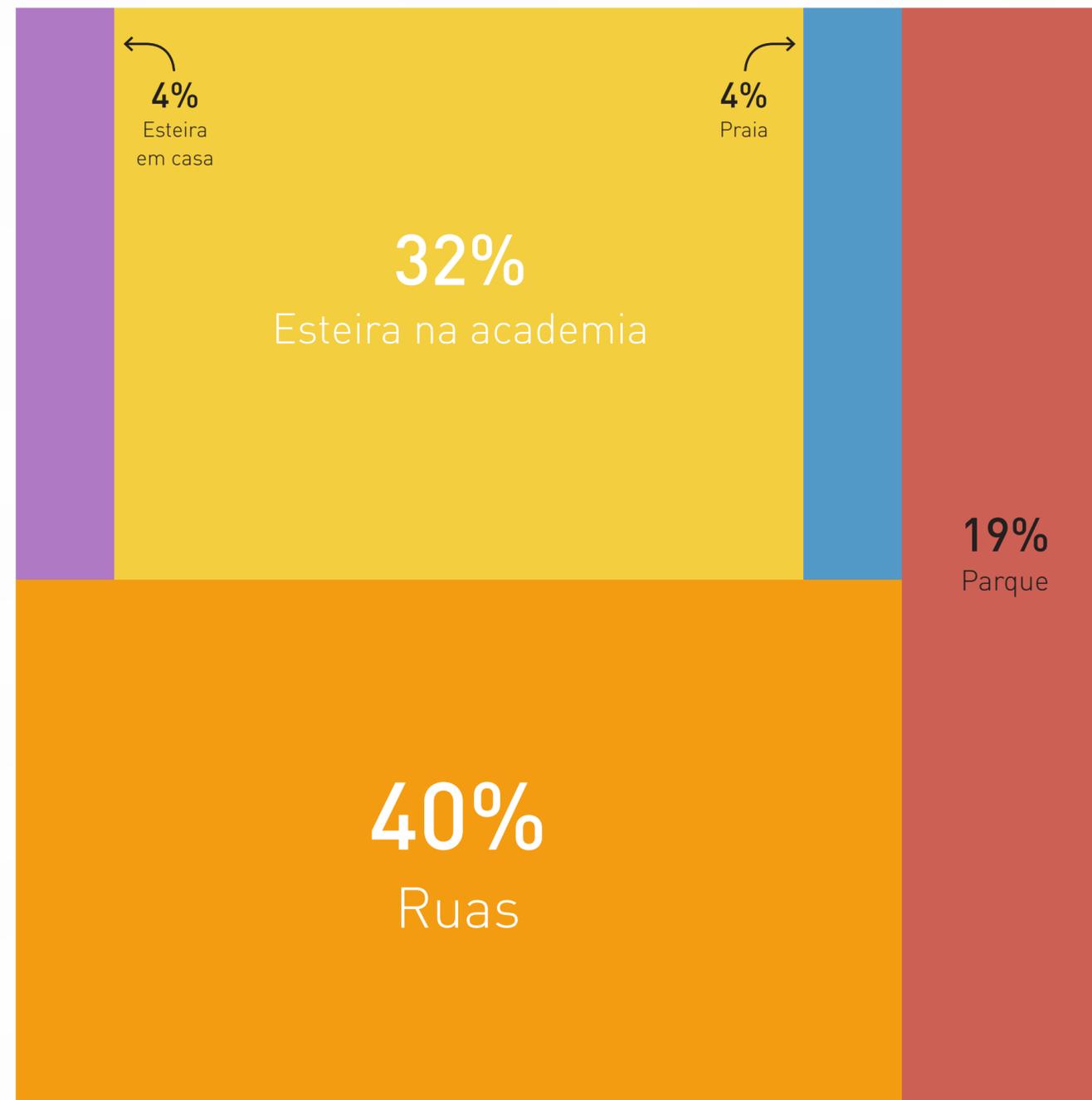


“3 vezes por semana saio para trabalhar e levo uma roupa de treino para correr à noite. Saio do trabalho na Av. Paulista e vou correndo até o Parque do Ibirapuera. Treino por uma hora com um grupo de corrida e volto de ônibus para casa”

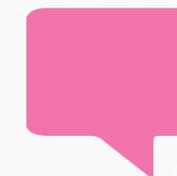
Renata, 30 anos



ONDE COSTUMA TREINAR?



AS MULHERES PREFEREM TREINAR AO AR LIVRE. SOMENTE 37% CORREM COM MAIS FREQUÊNCIA EM AMBIENTES FECHADOS (ESTEIRA). 73% PREFEREM CORRER EM RUAS, PARQUES OU PRAIA

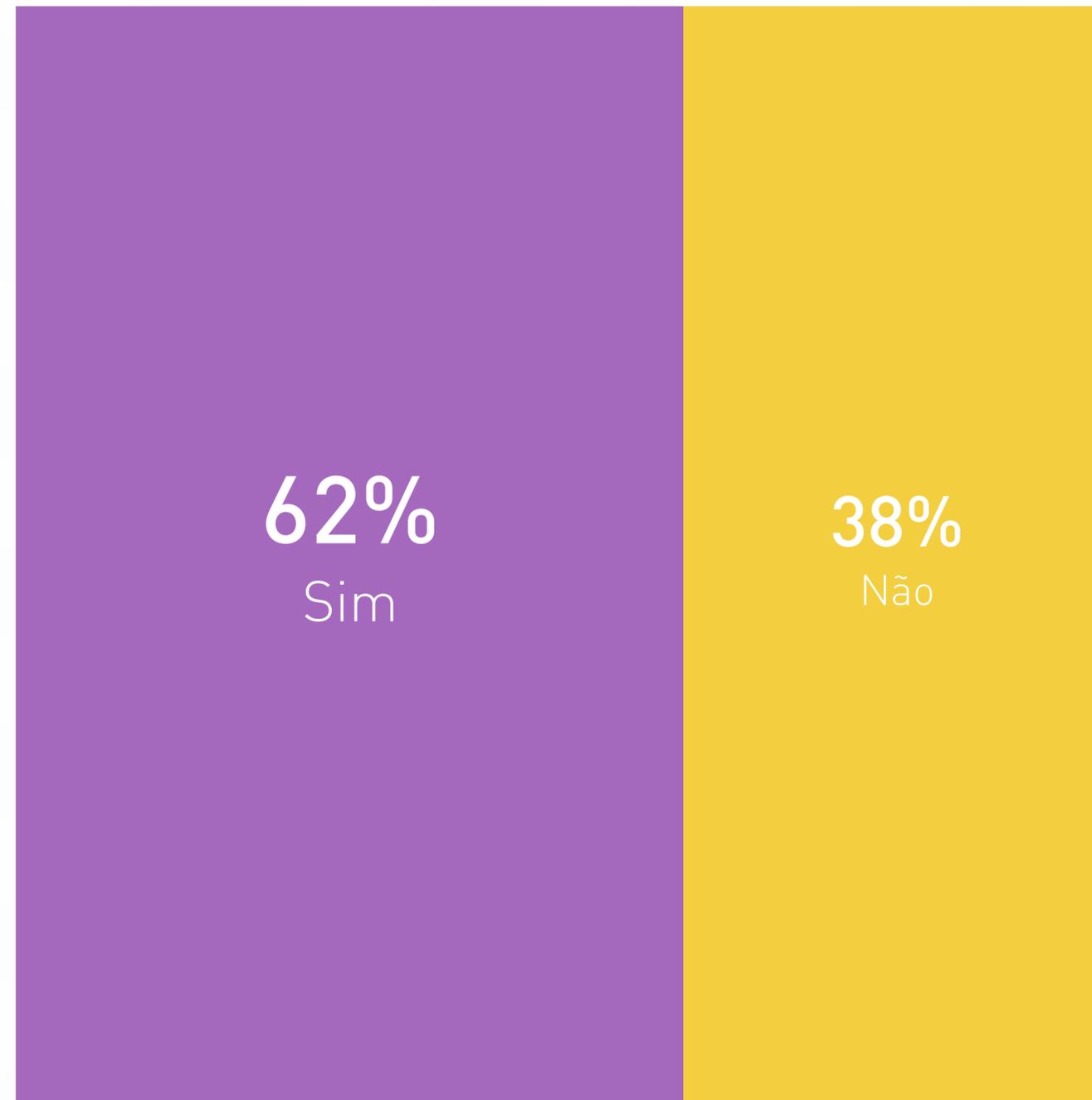


“Aos domingos, gosto de correr no parque, mas durante a semana treino na academia”

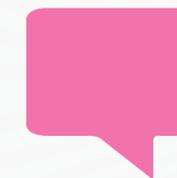
Júlia, 25 anos



SEGUE ALGUMA DIETA?



LIGAÇÃO DIRETA COM A PROCURA PELA QUALIDADE DE VIDA – **PRINCIPAL OBJETIVO** DAS MULHERES NA CORRIDA



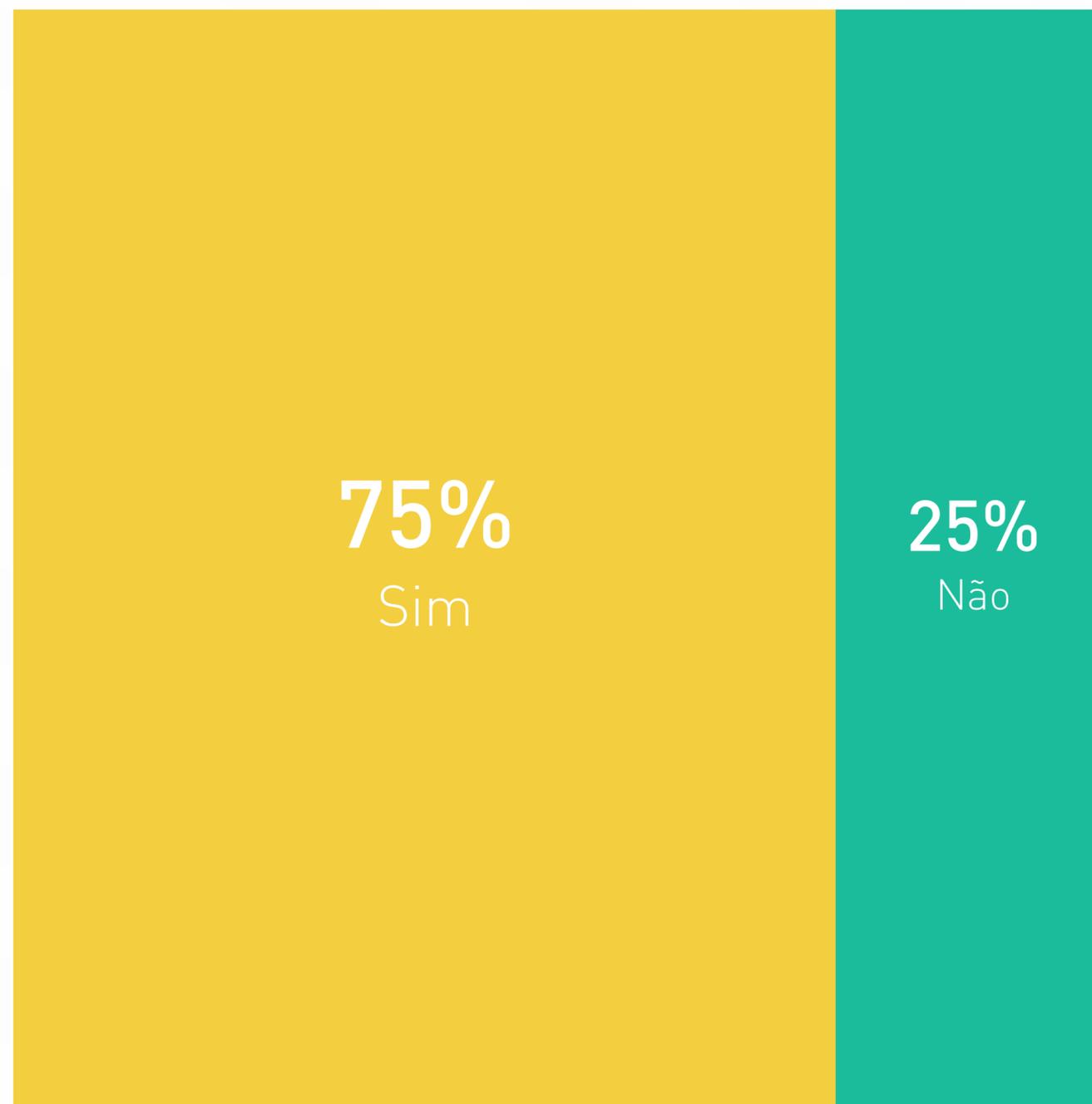
*“Meu objetivo era **emagrecer**. Já perdi 10 kg com a corrida”*

Márcia, 28 anos





FREQUENTA ACADEMIA?



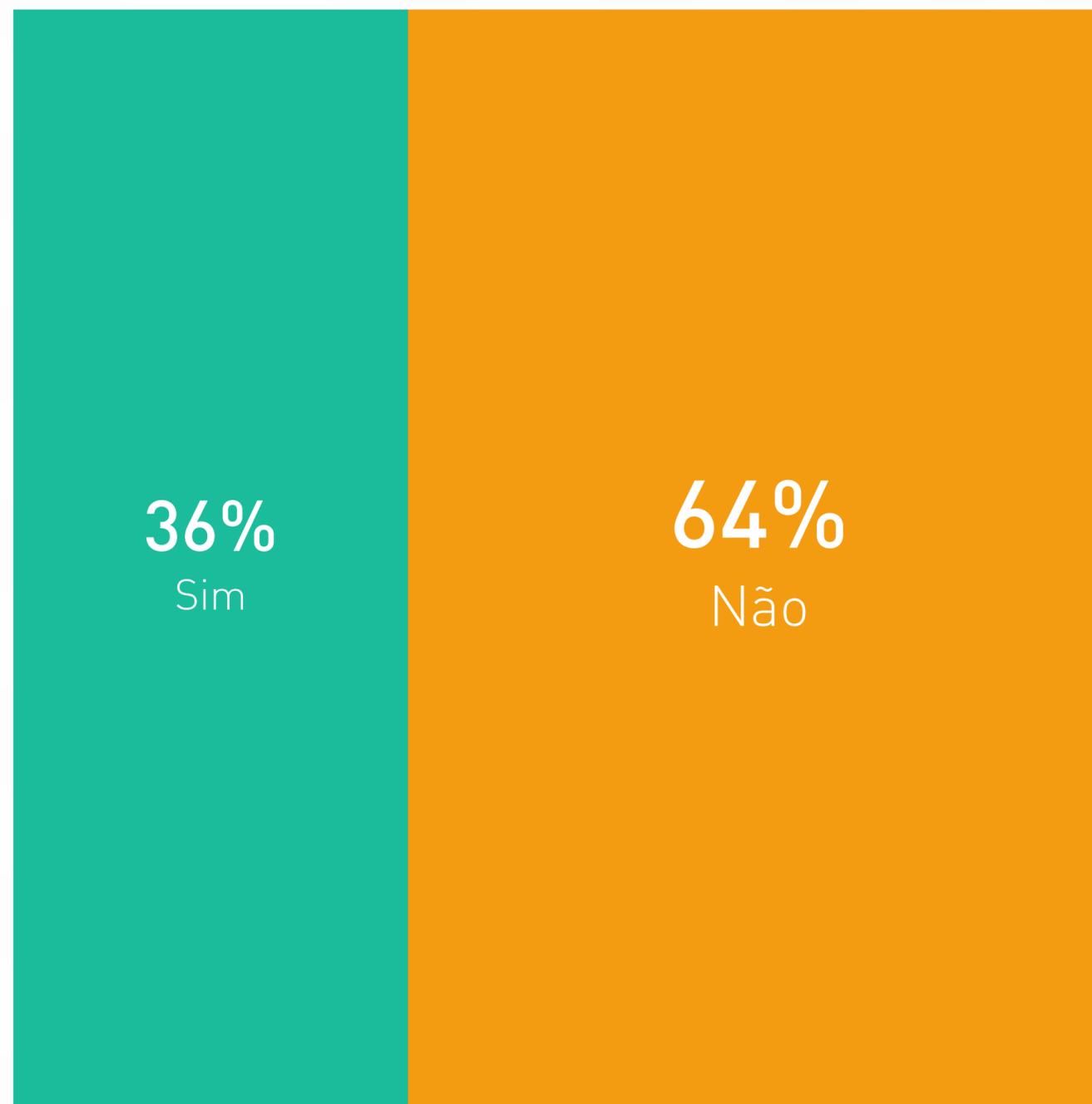
*“Em São Paulo, é difícil criar uma rotina de treino de corrida na rua. A academia é fundamental para **manter o ritmo**”*

Gabriela, 25 anos





TREINA COM ASSESSORIA ESPORTIVA?



EM MÉDIA, A PARTICIPAÇÃO DAS ASSESSORIAS ESPORTIVAS NOS EVENTOS DE CORRIDA É DE 20%. ENTRE AS MULHERES QUE PARTICIPARAM DA PESQUISA, ESSE NÚMERO SOBE PARA 36%, O QUE SIGNIFICA **UM ENORME POTENCIAL DE MERCADO!**

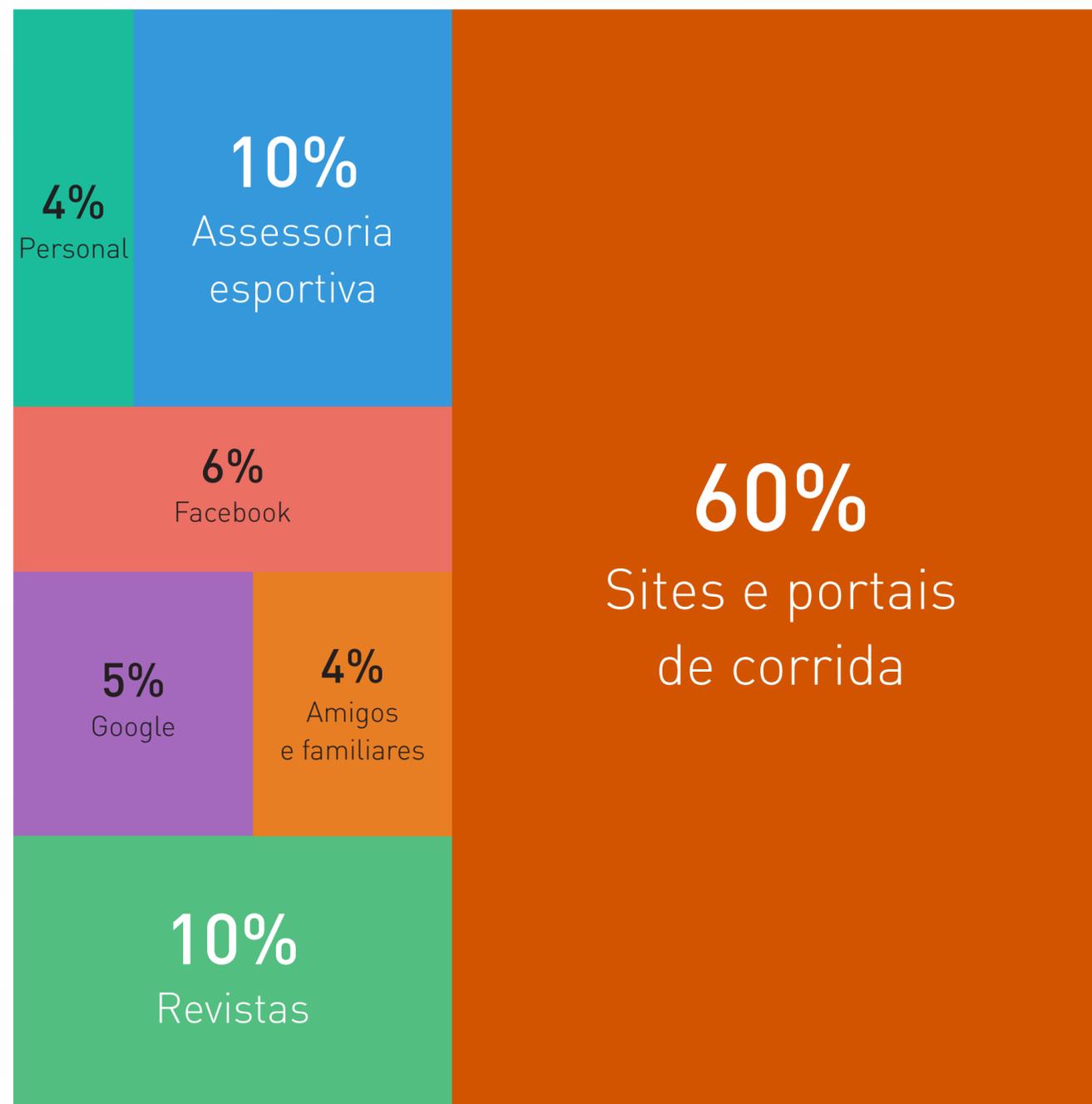


“Uma amiga indicou a assessoria que treino hoje e adorei! Participo de um círculo social que tem de 50 a 100 corredores de rua”

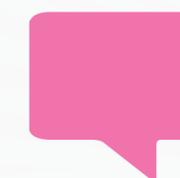
Rosângela, 56 anos



INFORMAÇÕES SOBRE CORRIDA



71% DAS MULHERES BUSCAM INFORMAÇÕES SOBRE CORRIDA NO MEIO DIGITAL

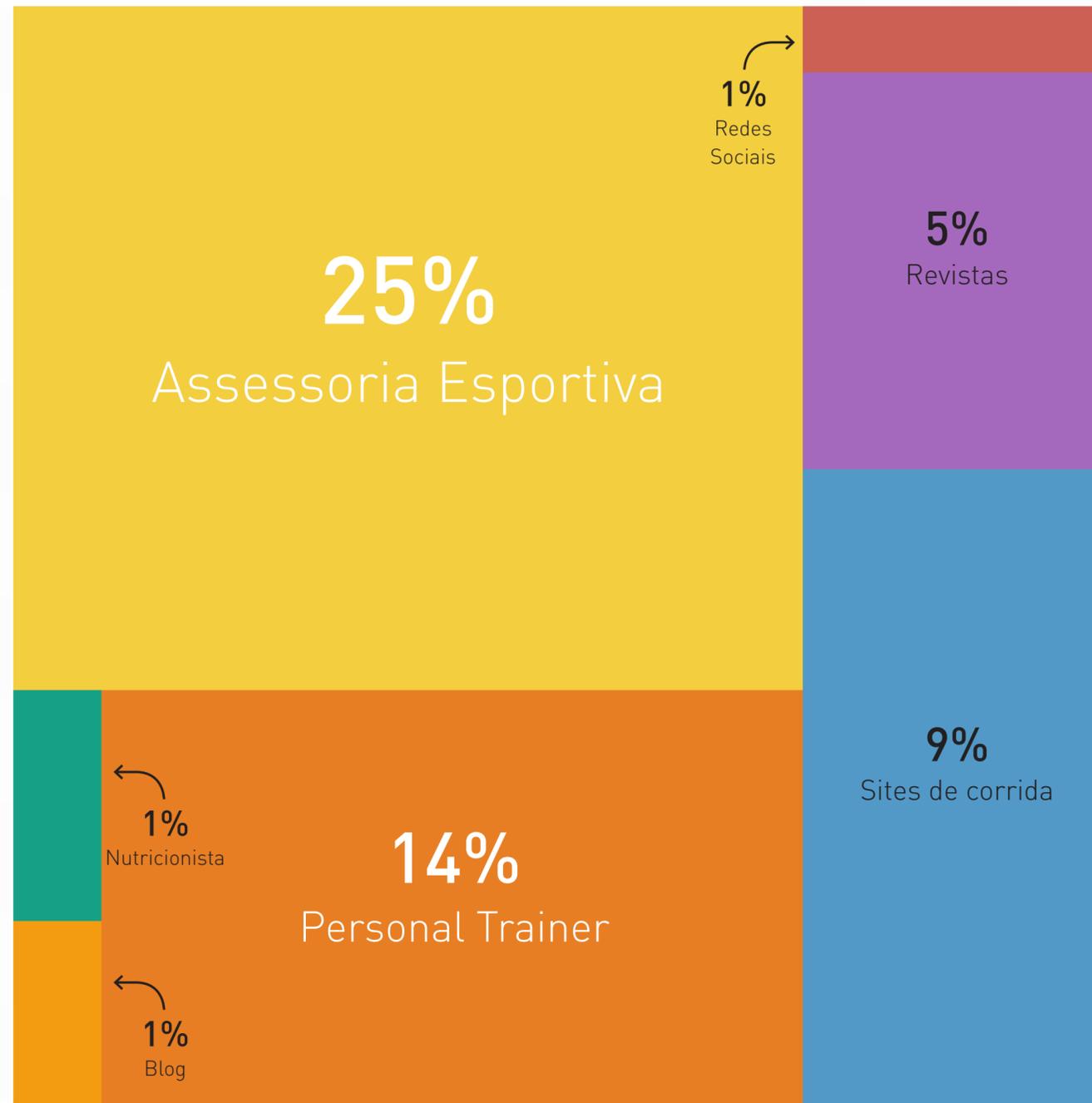


“Participo de um grupo no Facebook no qual todos compartilham os eventos que descobrimos nos portais de corrida”

Suellen, 30 anos



SEGUE ALGUMA PLANILHA DE TREINO?



55% DAS CORREDORAS SEGUE UMA PLANILHA DE TREINO. O PRINCIPAL MEIO PARA CONSEGUIR A PLANILHA É A ASSESSORIA ESPORTIVA, SEGUIDA DO PERSONAL TRAINER E DOS SITES DE CORRIDA

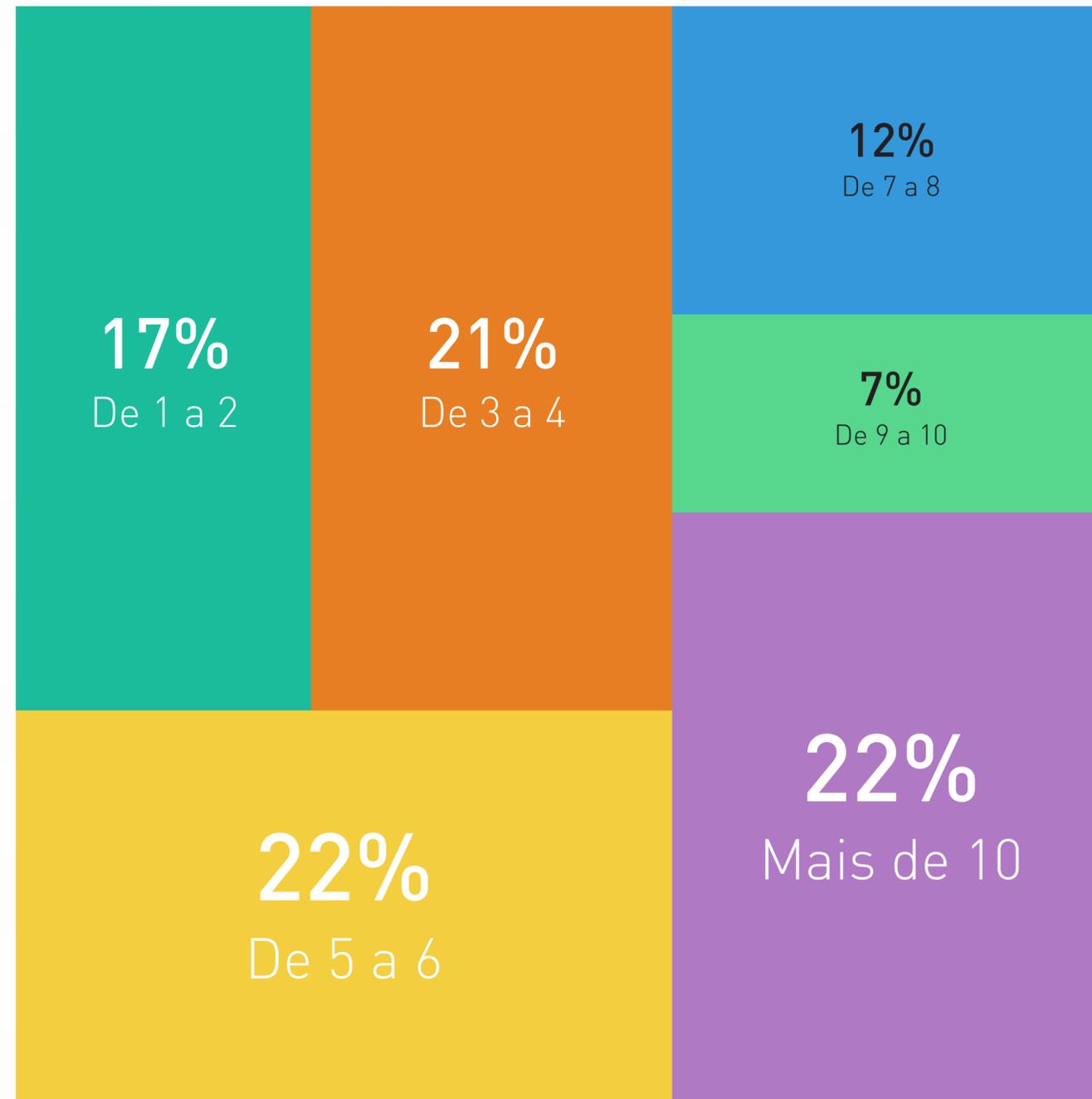


“Sigo uma planilha elaborada pelo meu treinador da assessoria. Assim, checamos meu desempenho juntos”

Natália, 27 anos

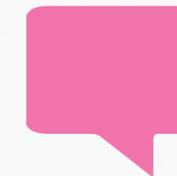


DE QUANTAS PROVAS PARTICIPOU NO ÚLTIMO ANO?



NOVAS CORREDORAS
PROCURAM SEMPRE
NOVAS PROVAS

**29% DAS CORREDORAS
SÃO CONSIDERADAS
HEAVY-USERS** - COM MAIS DE
NOVE CORRIDAS POR ANO

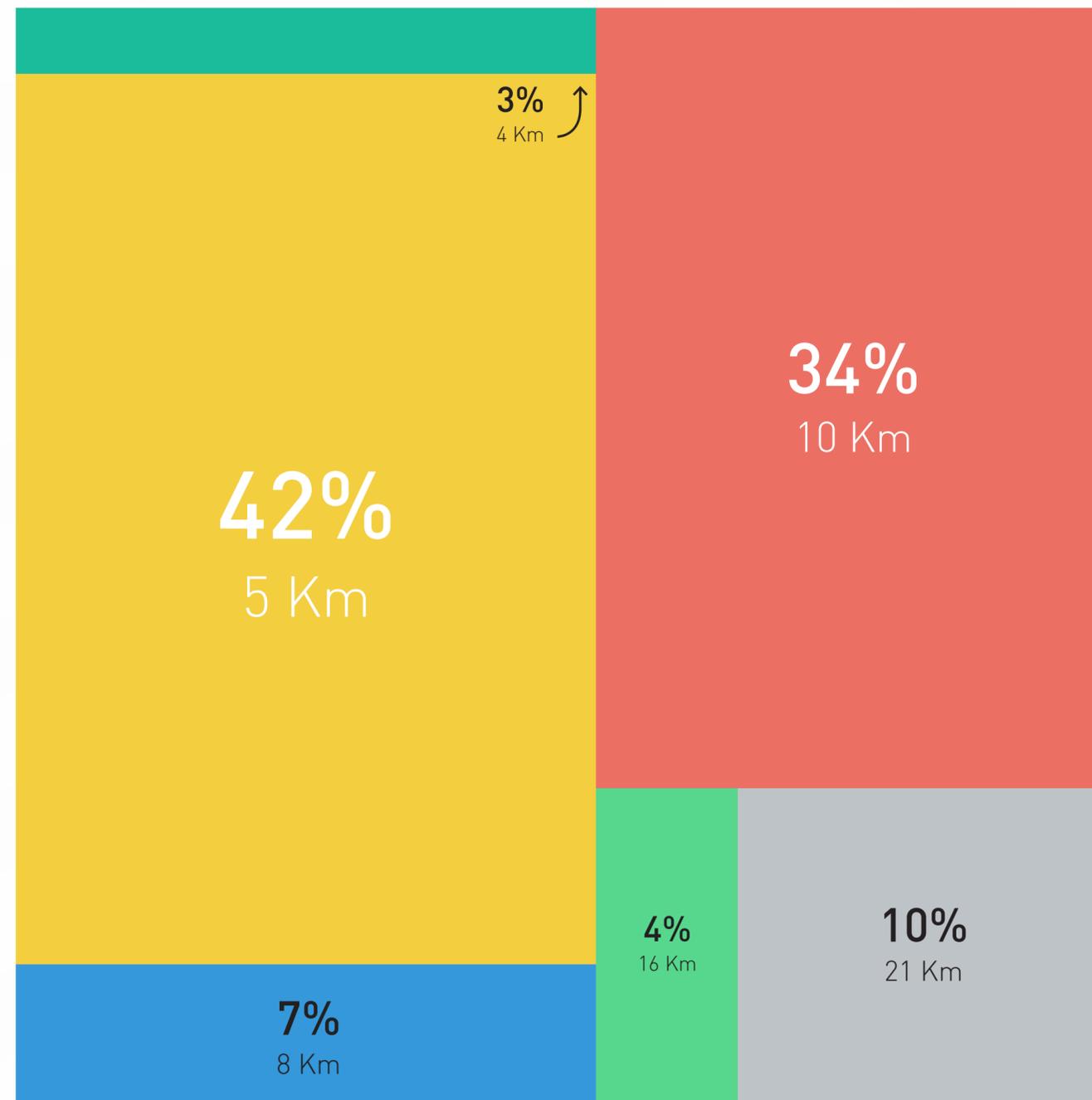
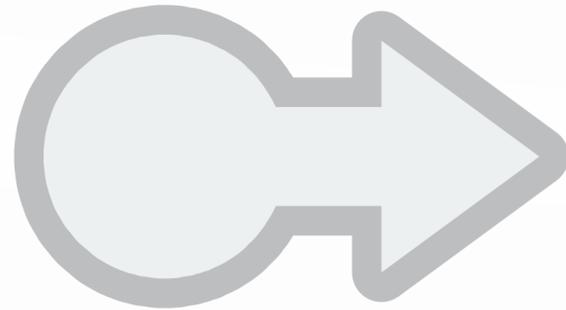


*“Gosto de ver o calendário
de provas e participar de
pelo menos uma por mês”*

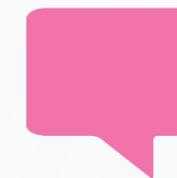
Nathalia, 23 anos



DISTÂNCIA PREDILETA EM EVENTOS



A DISTÂNCIA DE 5 KM REVELA O ALTO NÚMERO DE NOVAS CORREDORAS. OS **10 KM** REPRESENTAM UMA GRANDE CONQUISTA E PREPARA PARA NOVOS DESAFIOS. **21 KM** É A DISTÂNCIA QUE MAIS DEVE CRESCER NOS PRÓXIMOS ANOS

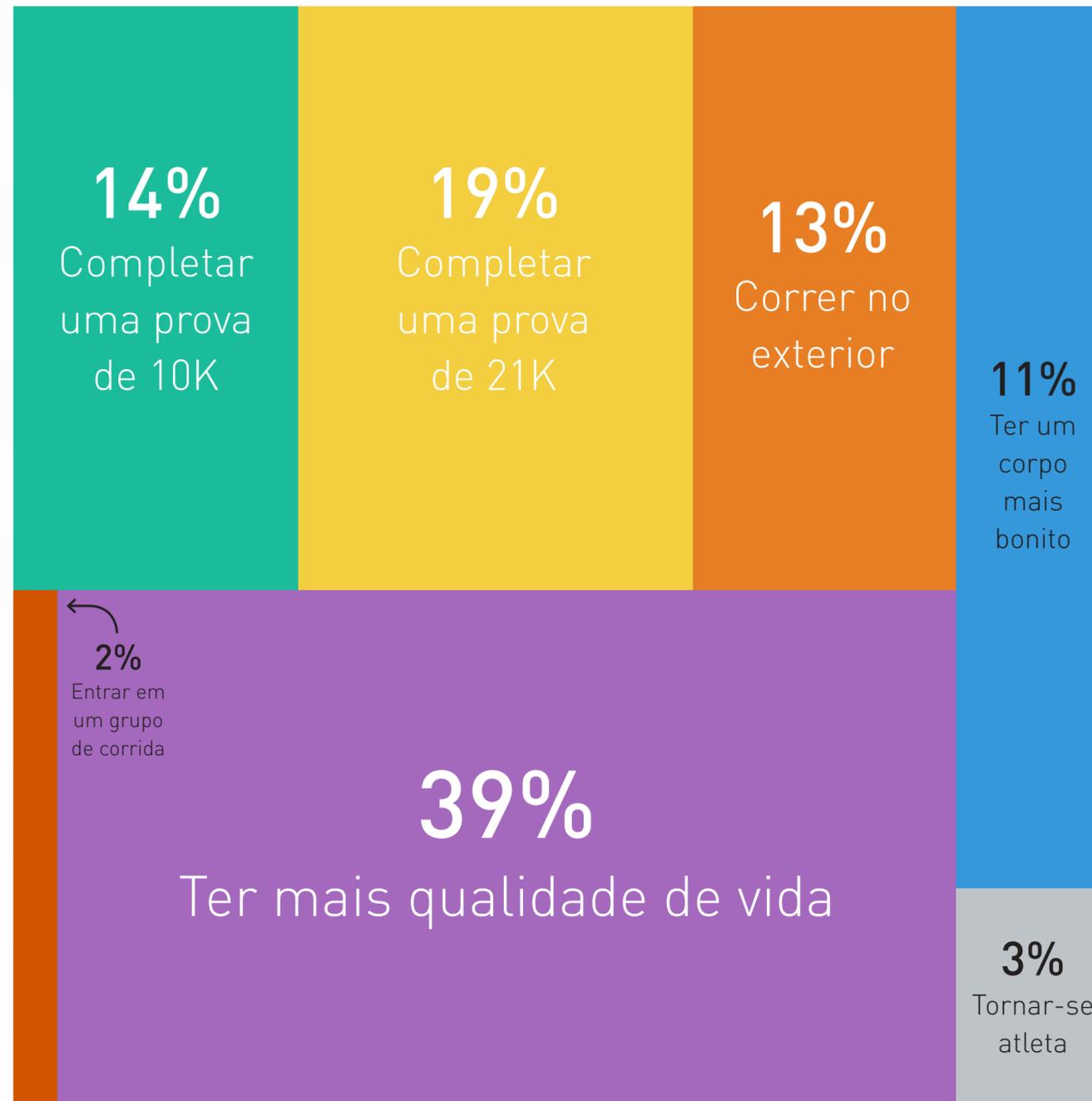
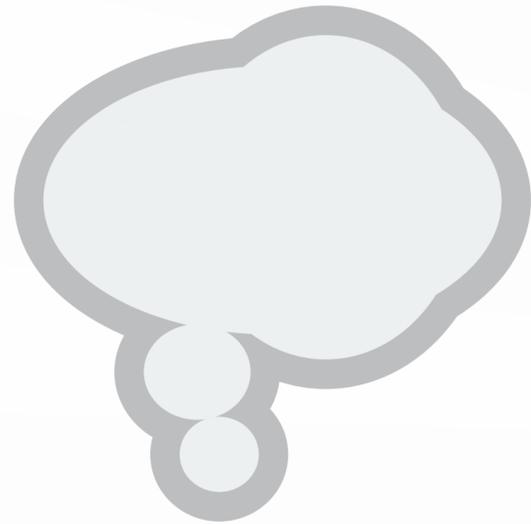


“Primeiro pretendo completar uma corrida de 5 km, depois participar de uma prova de 10 km e talvez em um ano eu consiga completar uma meia-maratona”

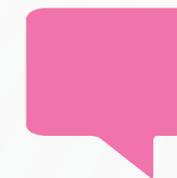
Márcia, 28 anos



OBJETIVOS



AS MULHERES QUEREM TER MAIS **QUALIDADE DE VIDA**. EM SEGUIDA, PRETENDEM COMPLETAR UMA **MEIA-MARATONA** – AS MAIS NOVATAS DESEJAM CONCLUIR UM PERCURSO DE 10 KM

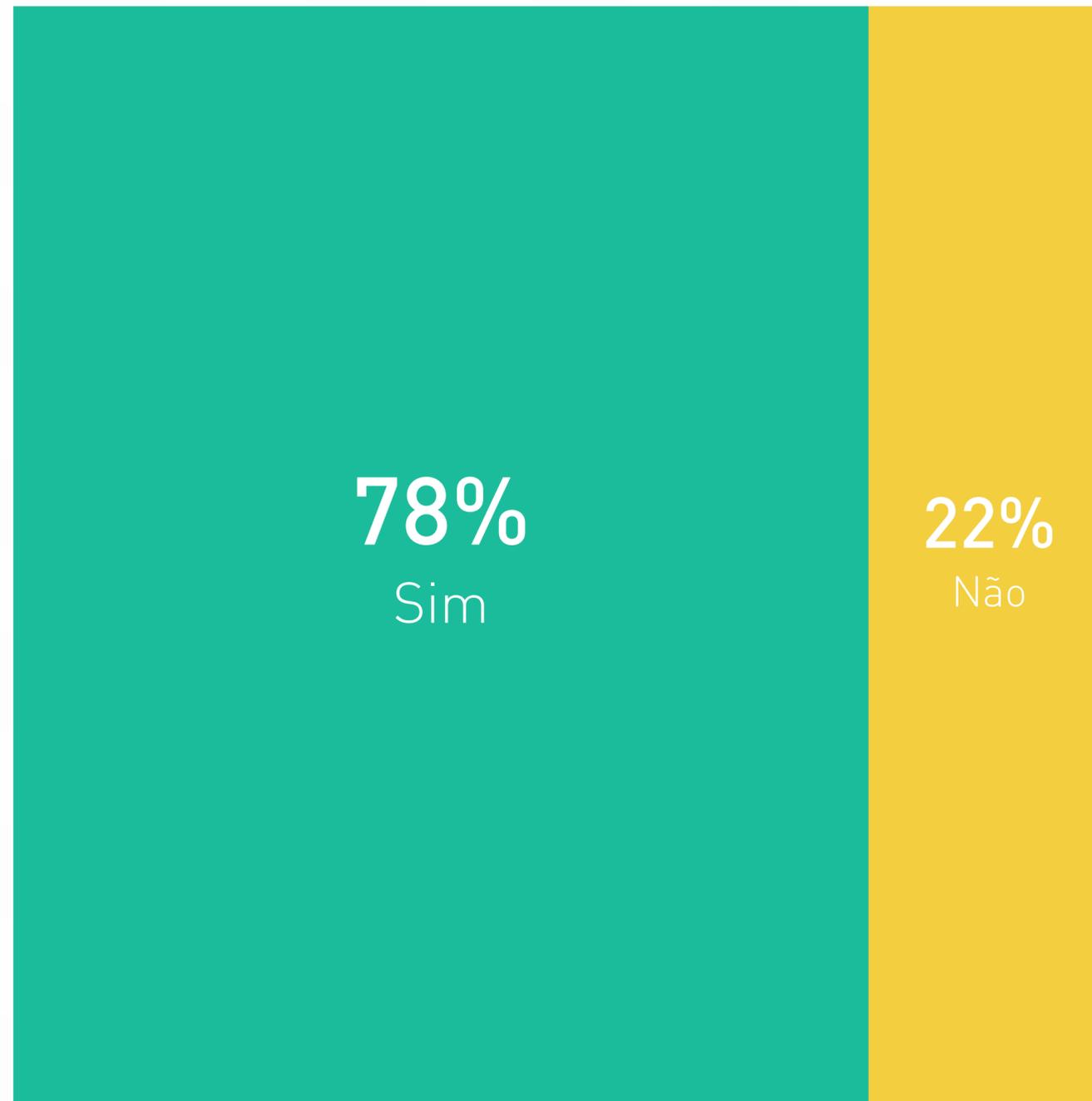
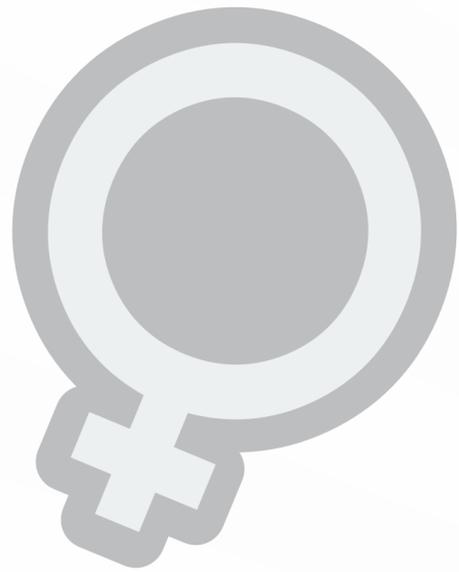


“Tenho muitos amigos na corrida. Já viajei para participar de provas em alguns locais do Brasil e agora pretendo ir para eventos em Buenos Aires e Lisboa”

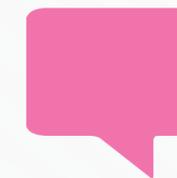
Rosângela, 56 anos



JÁ PARTICIPOU DE UMA CORRIDA FEMININA?



PARTICIPAR DE UMA PROVA FEMININA É UMA **EXPERIÊNCIA ÚNICA!**

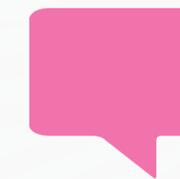
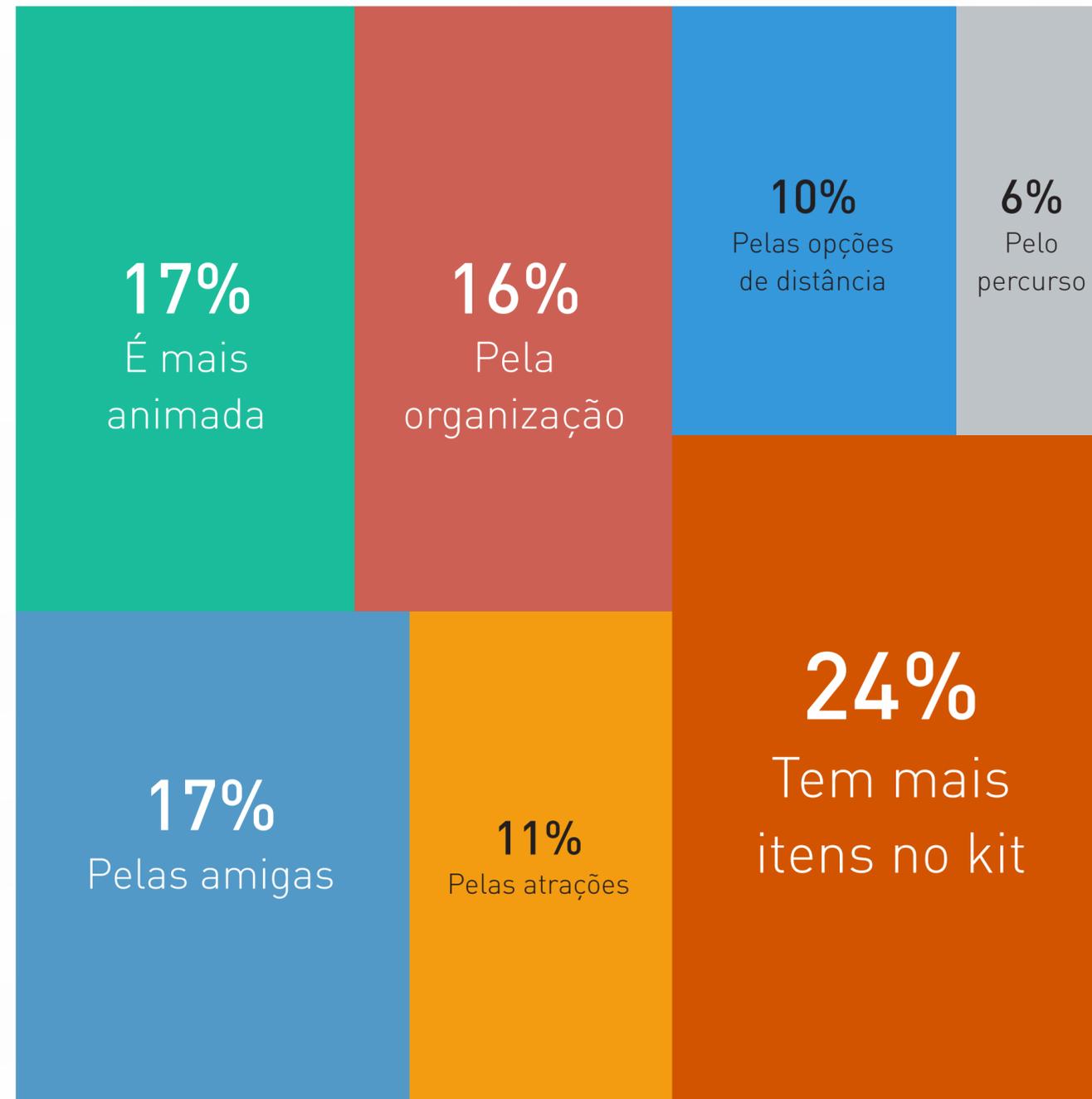


*Gosto das corridas femininas pelo kit e porque minhas amigas participam comigo. Muitas começaram a correr por causa das provas femininas, **são mais divertidas**"*

Júlia, 22 anos



POR QUE ESCOLHE UMA CORRIDA FEMININA?



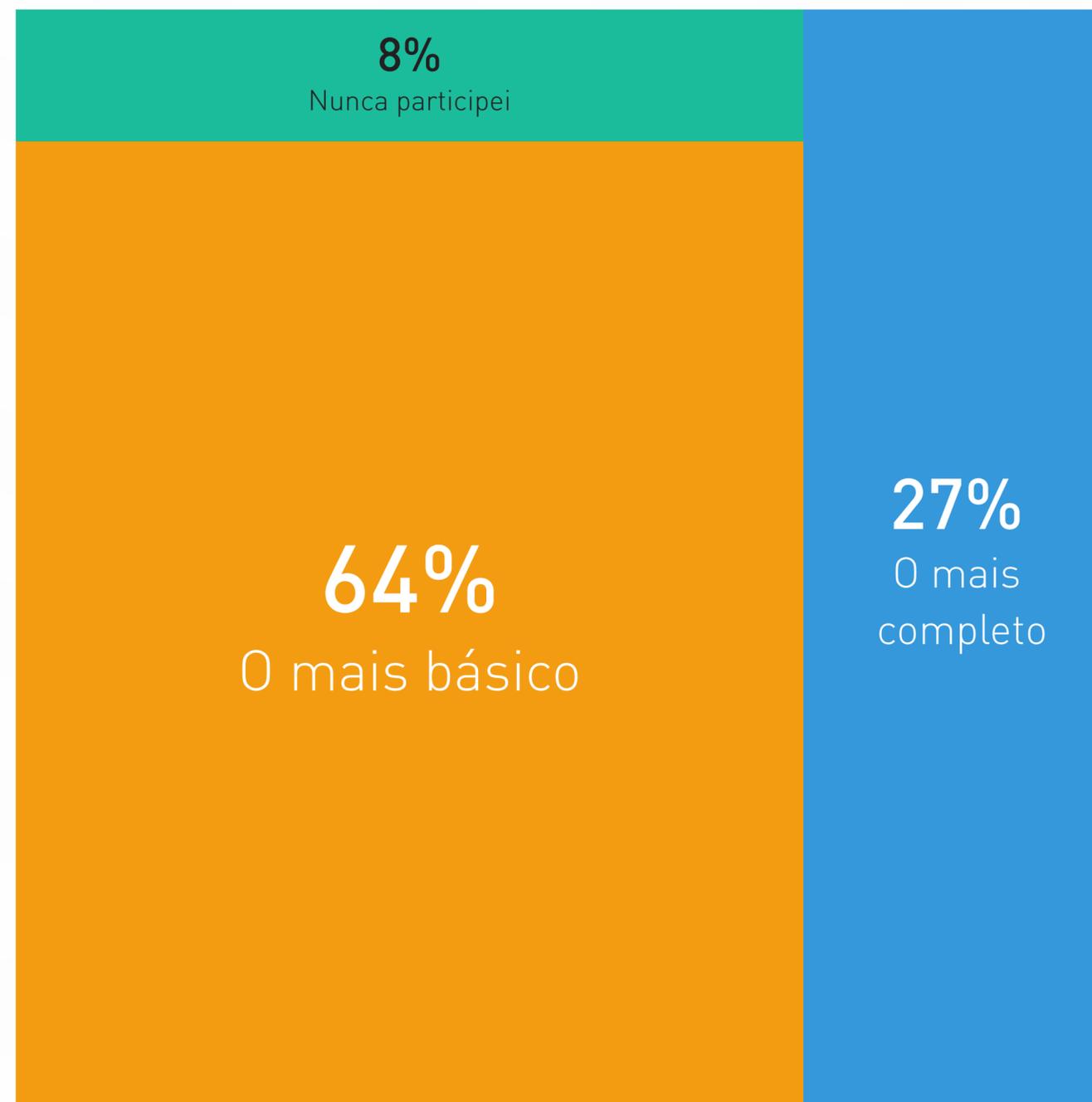
“Primeiro, vejo a data da corrida; depois, a camiseta”

Nathalia, 23 anos

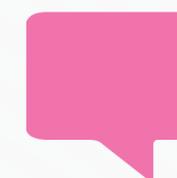




QUAL KIT ESCOLHE EM CORRIDAS?



O PREÇO DOS KITS AINDA É UM FATOR MUITO RELEVANTE!



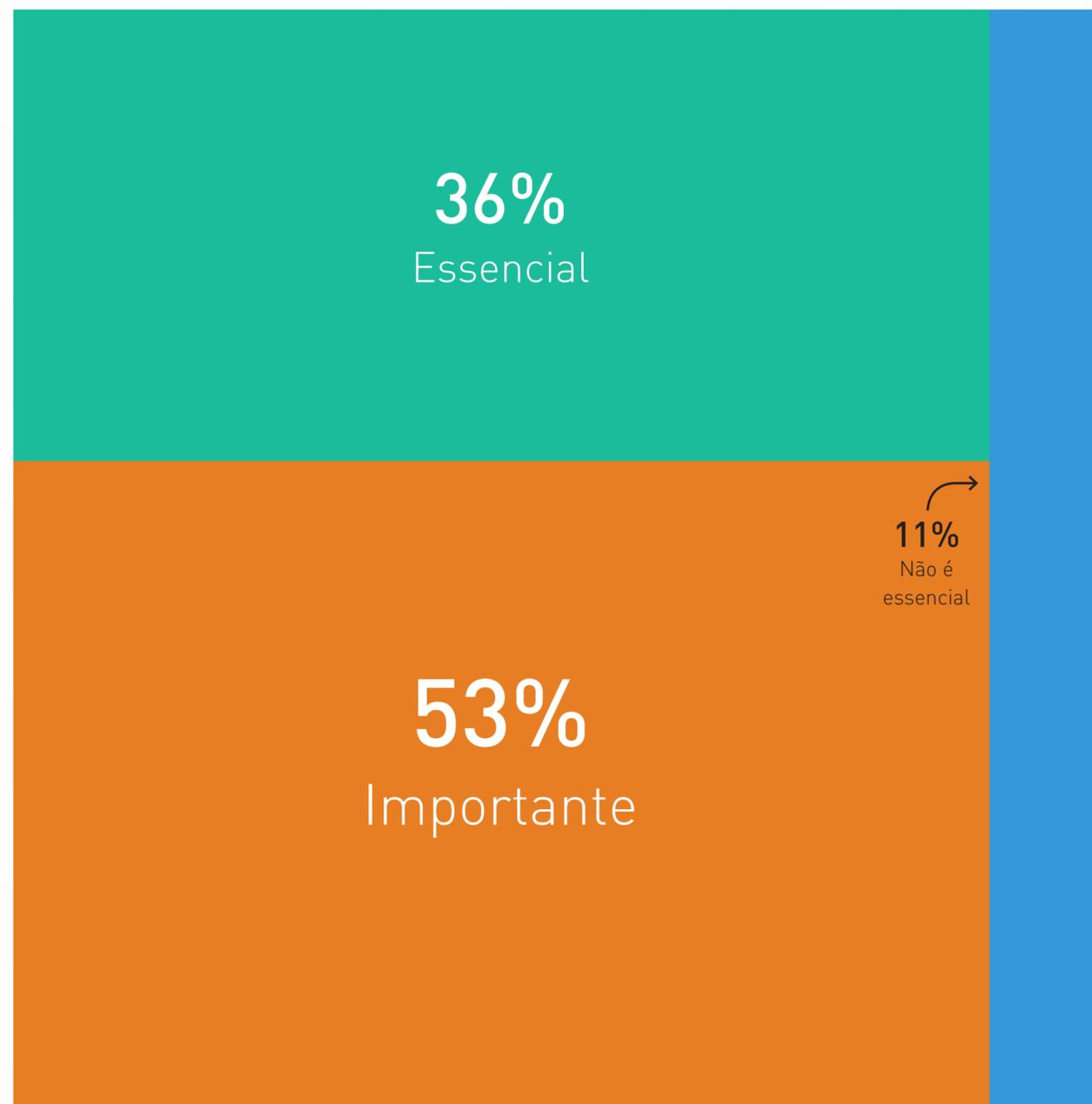
“Quando participo de muitas provas no mês, compro o kit básico. Mas se a corrida é especial, pago mais caro pelo kit completo”

Márcia, 28 anos

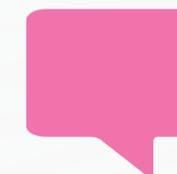




DAY CARE



O DAY CARE É **UM DOS MOTIVOS** QUE FAZ COM QUE AS PROVAS SEJAM MAIS ESPECIAIS PARA AS MULHERES



O day-care é a melhor parte da corrida feminina.

Passo um tempão lá!

Sandra, 48 anos

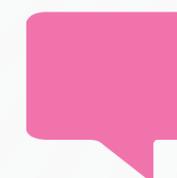




ATRAÇÕES PREDILETAS NO DAY CARE



AS MULHERES ESTÃO **CADA VEZ MAIS CONSCIENTES** QUANTO À SAÚDE, BELEZA E BEM-ESTAR, SEM DEIXAR DE LADO A **DIVERSÃO** (MÚSICA E FOTOGRAFIA)

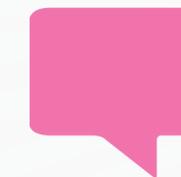
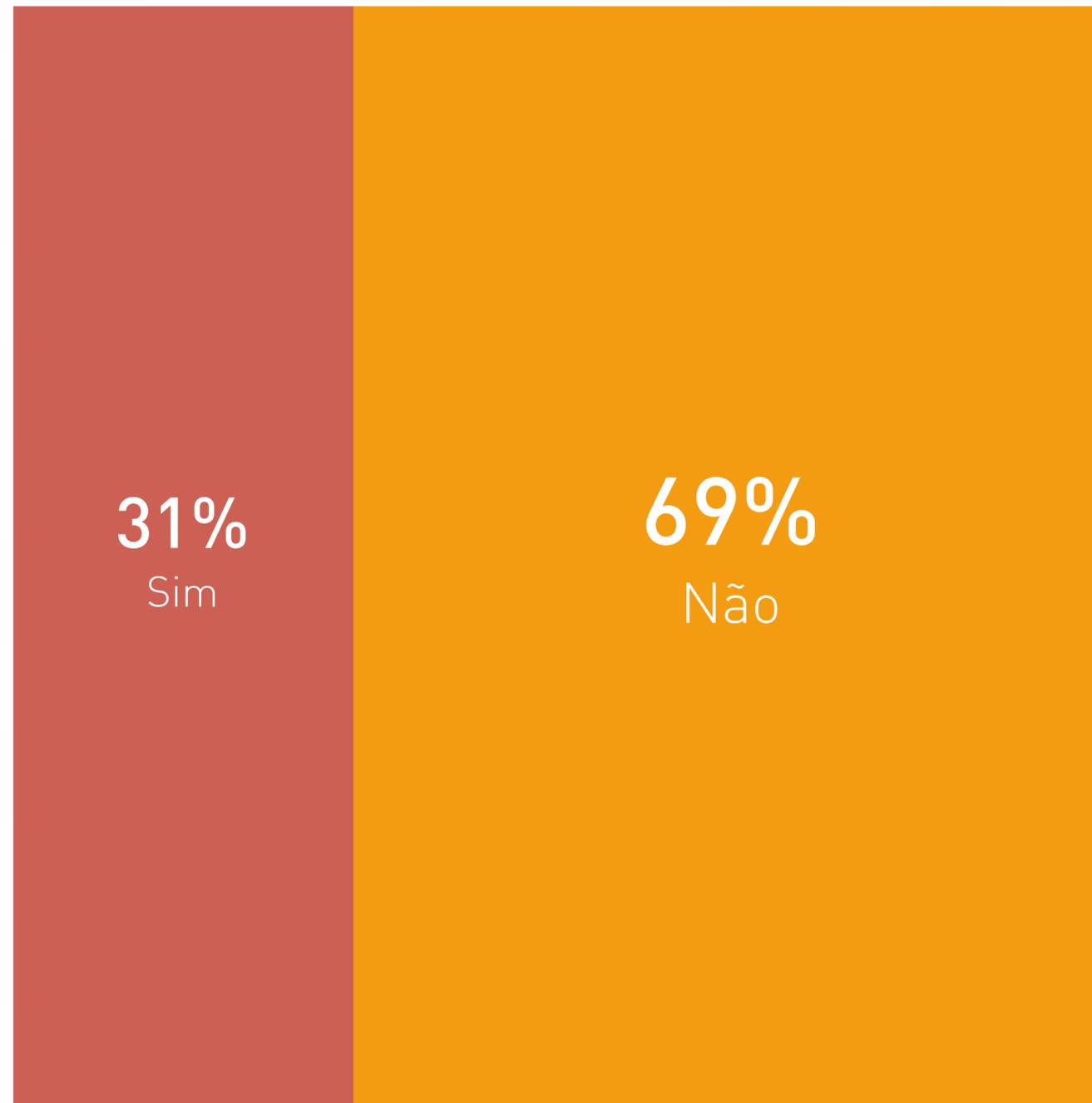


“Gosto de fazer massagem, customizar a camiseta e aproveitar o serviço de manicure”

Júlia, 22 anos



JÁ CORREU UMA MEIA-MARATONA (21 KM)?

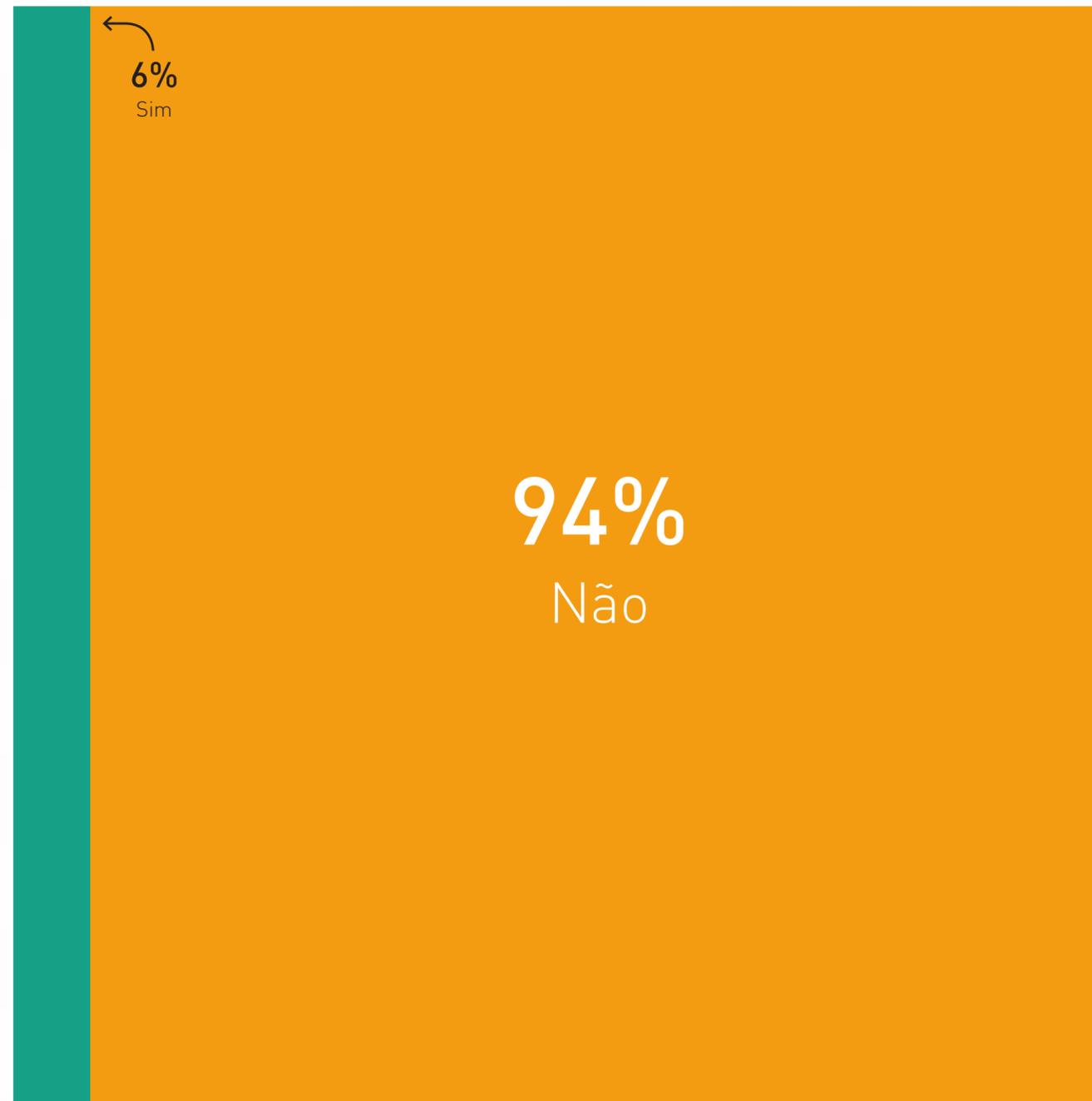


"21 km é a distância perfeita!
10 km já não tem graça e
uma maratona ainda é
demais. Pretendo fazer
minha próxima meia-
maratona fora do país"

Renata, 35 anos



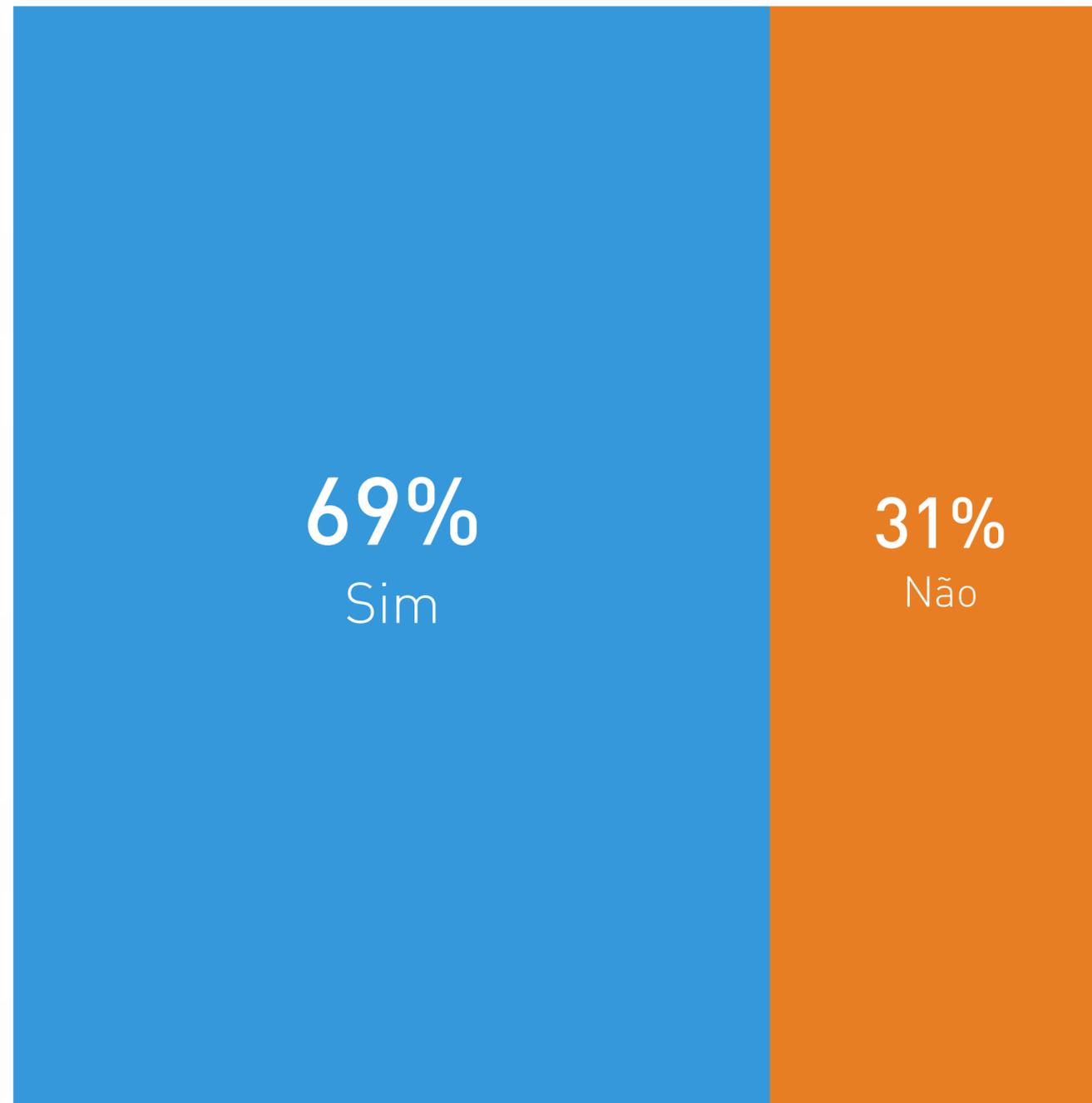
JÁ CORREU UMA MARATONA (42 KM)?



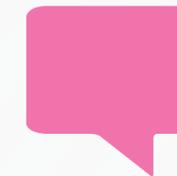
O NÚMERO DE **CORREDORAS EM MARATONAS** AINDA É PEQUENO, JÁ QUE A MAIOR PARTE DELAS AINDA **ESTÁ EM EVOLUÇÃO**



CORRE OUVINDO MÚSICA?



A MÚSICA É UM DOS FATORES QUE MAIS **LIBERA ENERGIA** PARA O TREINO DE 69% DAS CORREDORAS

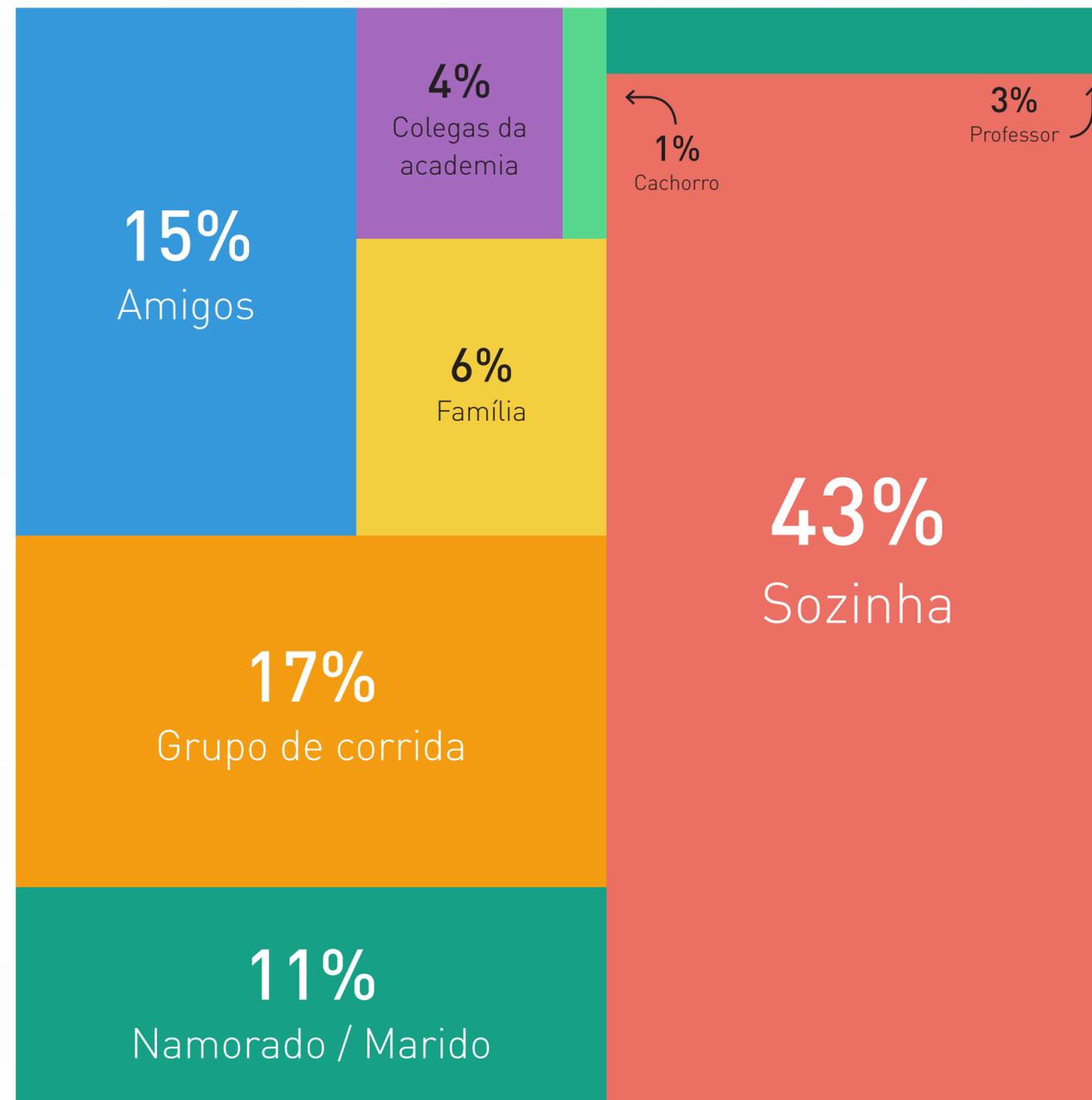
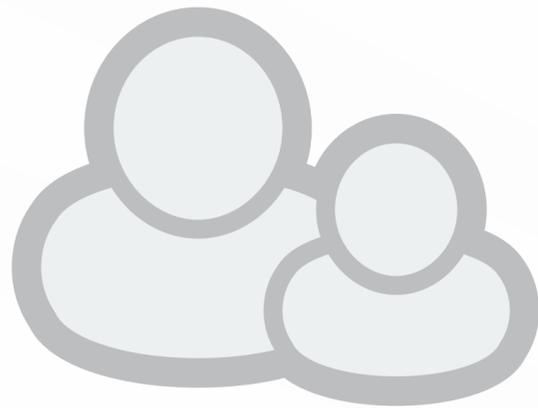


“Gosto ouvir música em uma playlist para treino”

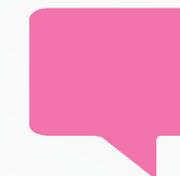
Renata, 37 anos



COM QUEM COSTUMA CORRER NOS TREINOS?



AMIGOS, NAMORADO, CACHORRO... A MAIORIA DAS MULHERES PREFERE CORRER NA **COMPANHIA** DE ALGUÉM



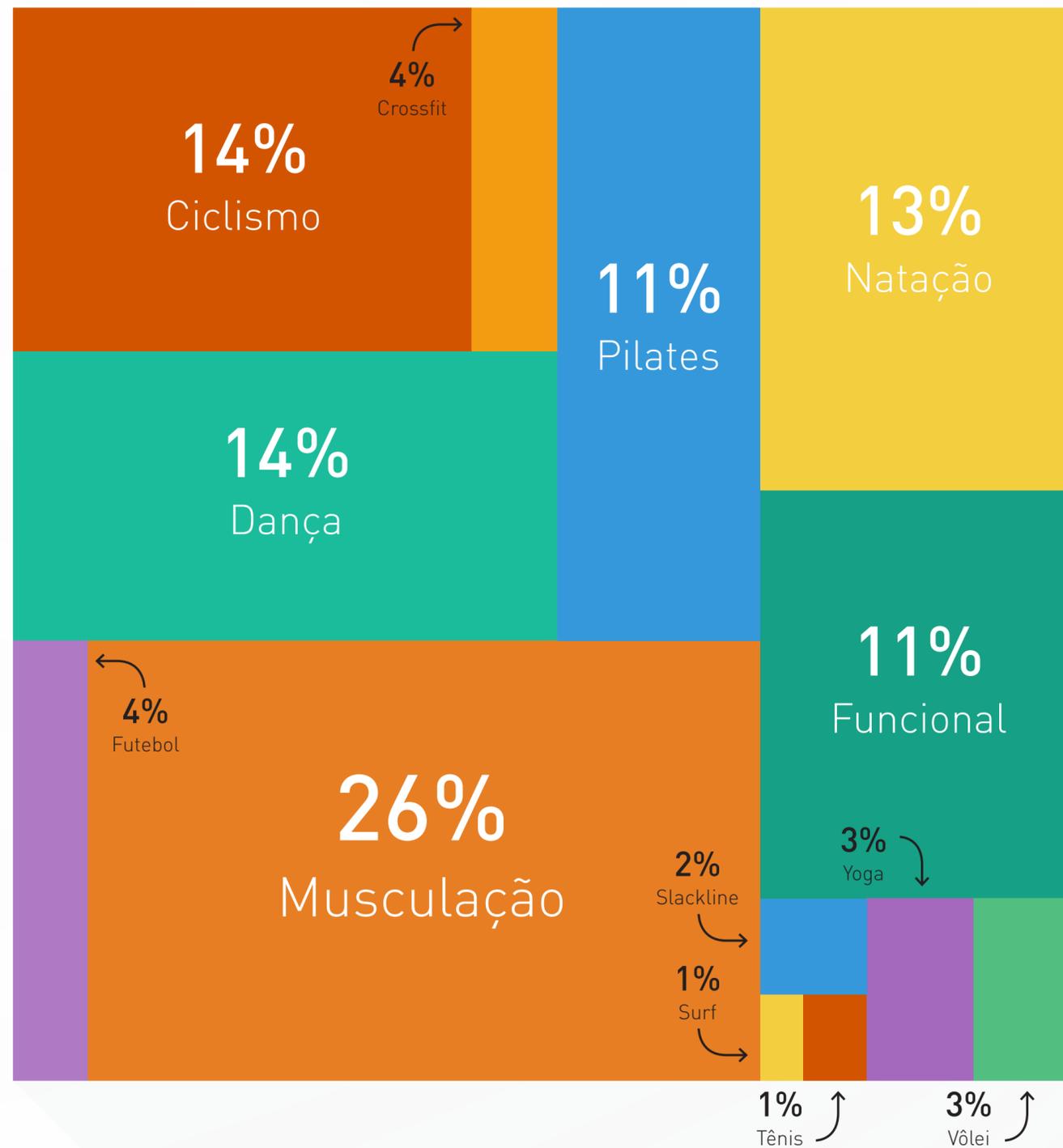
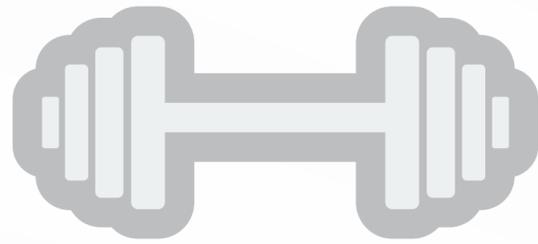
“Corro com uma amiga, estamos em uma pegada de melhorar a saúde. Ela corre bem, mas vai devagar só para me acompanhar.

Isso é um estímulo e tanto”

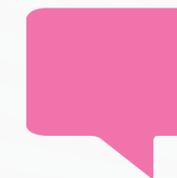
Márcia, 28 anos



ALÉM DA CORRIDA, QUAL SEU ESPORTE PREDILETO?



DEPOIS DA CORRIDA, A **MUSCULAÇÃO** É O ESPORTE DO QUAL AS MULHERES MAIS GOSTAM



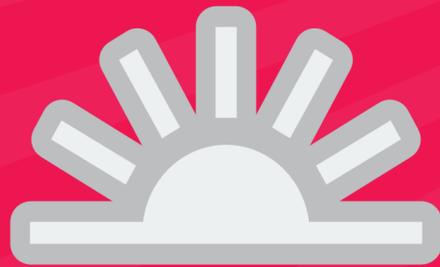
“Além da corrida, pratico musculação e faço outras atividades aeróbias.

Tenho de ter preparo físico para correr”

Gabriela, 25 anos



RUNNING LIFESTYLE



Correm *pela manhã* e *acompanhadas*



Frequentam academias e praticam *musculação*



Seguem *planilhas* e preferem *treinos ao ar livre*



Participam de *mais de cinco corridas / ano*



Acham o day care *importante / essencial*



Seguem alguma *dieta*



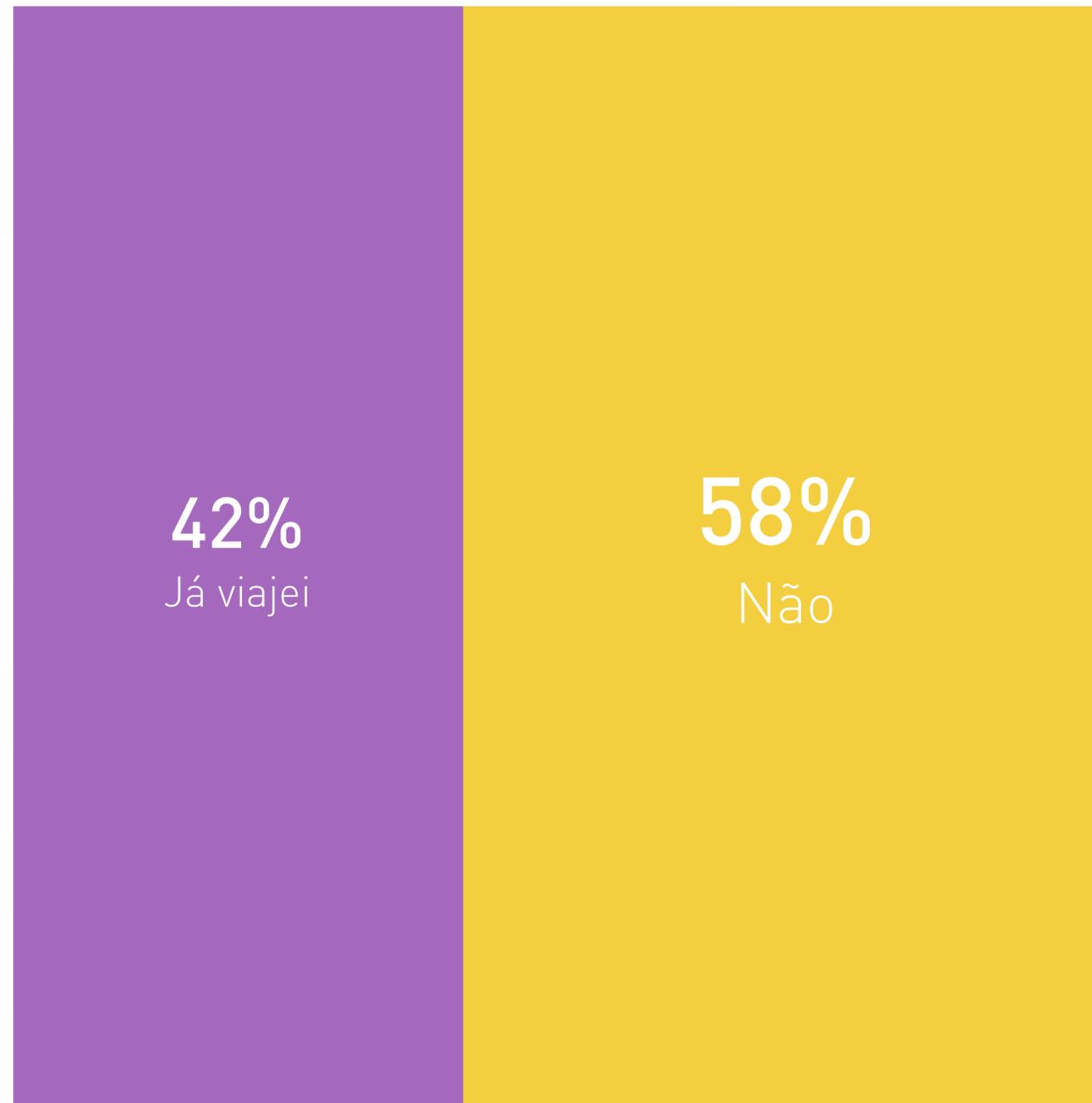
Informam-se em *sites e portais de corrida*



CONSUMO



JÁ VIAJOU PELO BRASIL PARA CORRER? TEM VONTADE?



“Gosto de viajar para correr provas na praia e no interior.

O visual é uma das melhores motivações”

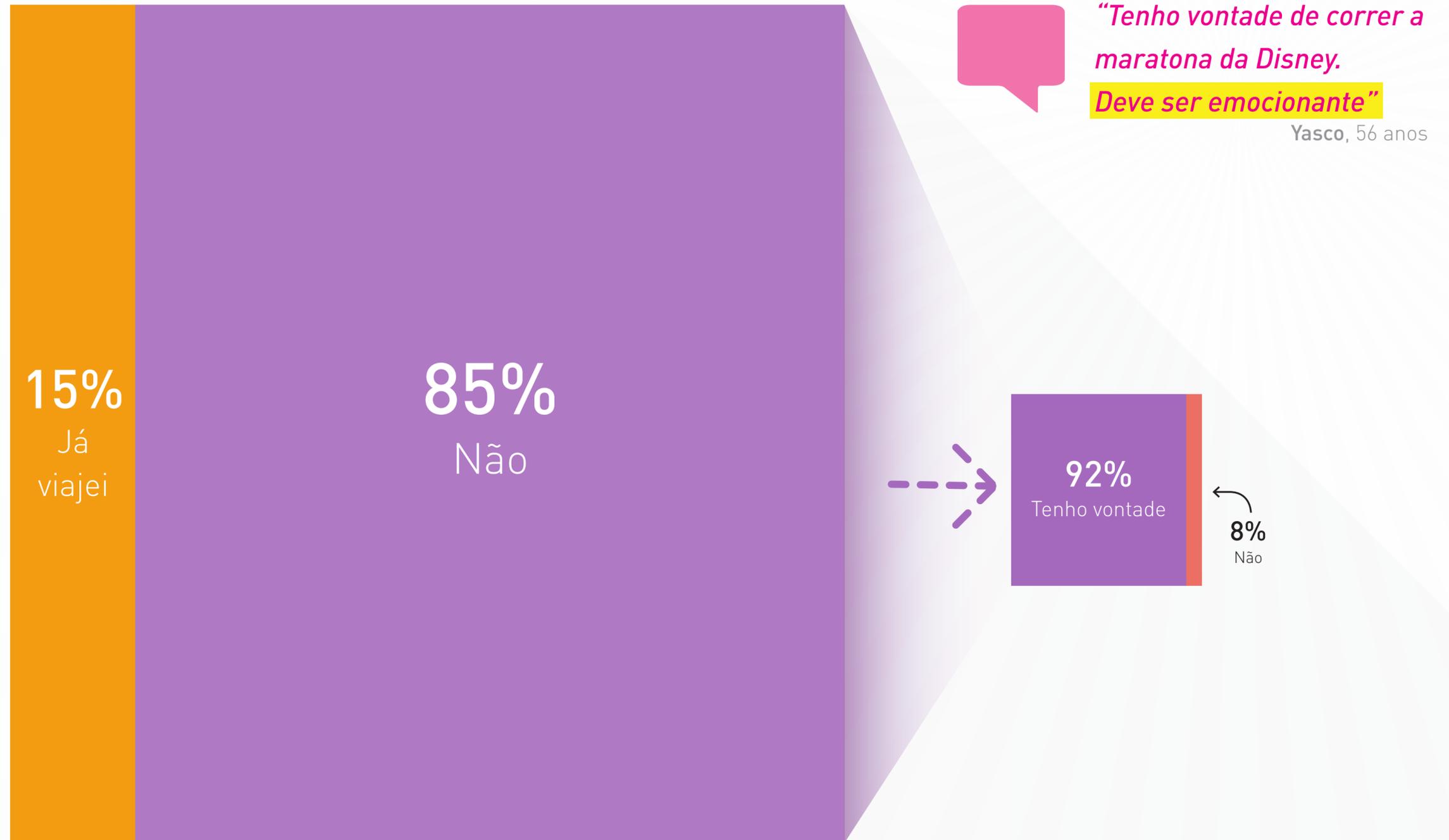
Rosângela, 56 anos

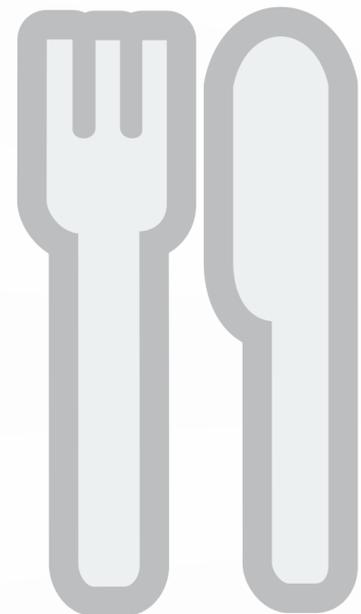


5%
Não

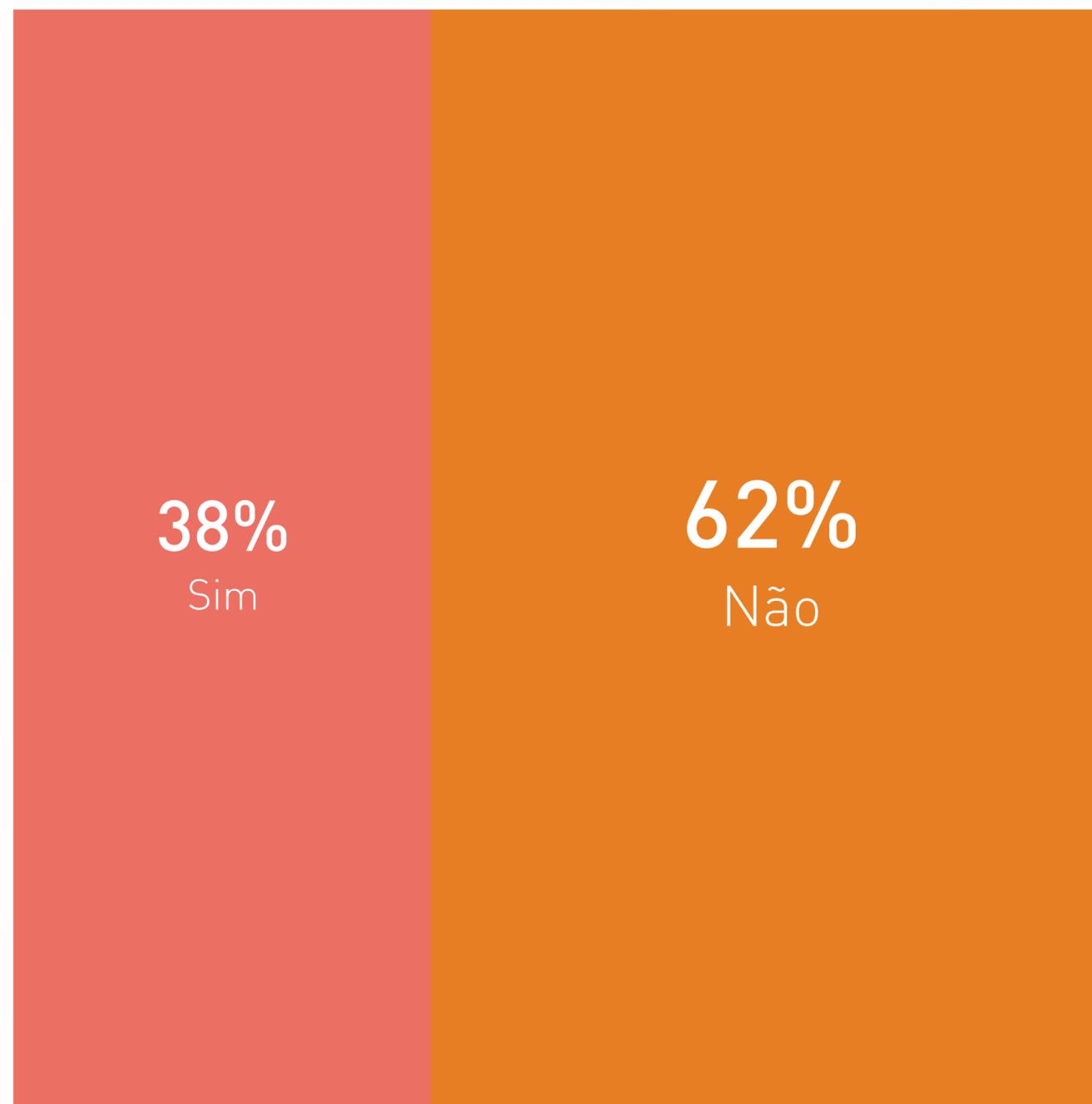


JÁ VIAJOU PARA FORA DO BRASIL PARA CORRER? TEM VONTADE?

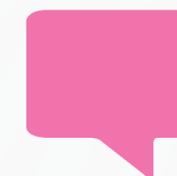




TEM ACOMPANHAMENTO DE NUTRICIONISTA?



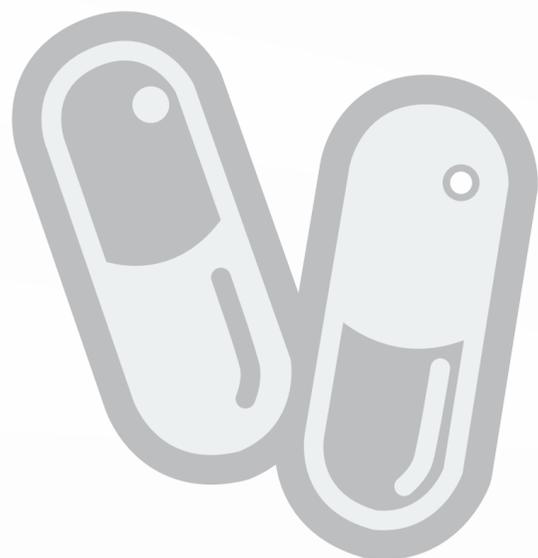
38% DAS MULHERES FAZ ACOMPANHAMENTO NUTRICIONAL – NÚMERO QUE **DEVE AUMENTAR** NOS PRÓXIMOS ANOS



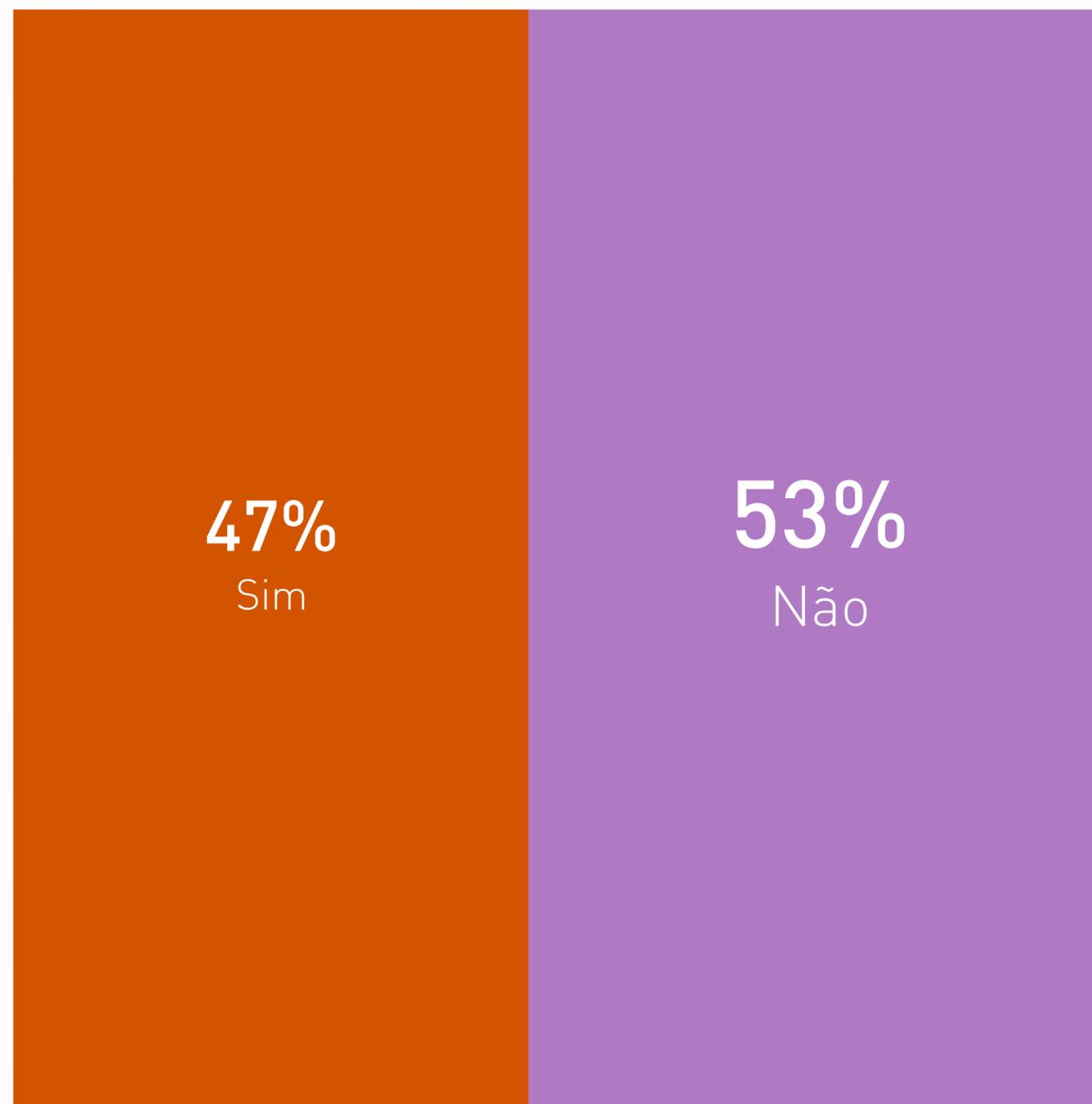
“Faço acompanhamento nutricional há 2 anos, tenho um cardápio pré e outro pós-treino”

Gabriela, 25 anos



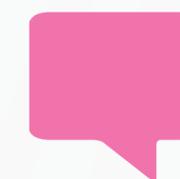


TOMA ALGUMA VITAMINA OU SUPLEMENTO ALIMENTAR?



O NÚMERO DE QUEM TOMA SUPLEMENTOS ALIMENTARES É BEM ALTO. ISSO SIGNIFICA QUE AS MULHERES **ESTÃO SE INFORMANDO E SE PREOCUPAM COM A RELAÇÃO ENTRE TREINO E ALIMENTAÇÃO**

UM ALERTA: O NÚMERO DE MULHERES QUE UTILIZA ALGUM TIPO DE SUPLEMENTO É MAIOR DO QUE O DAS QUE TÊM ACOMPANHAMENTO NUTRICIONAL. ISSO INDICA QUE MUITAS PODEM ESTAR TOMANDO SUPLEMENTOS SEM A INDICAÇÃO DE UM ESPECIALISTA

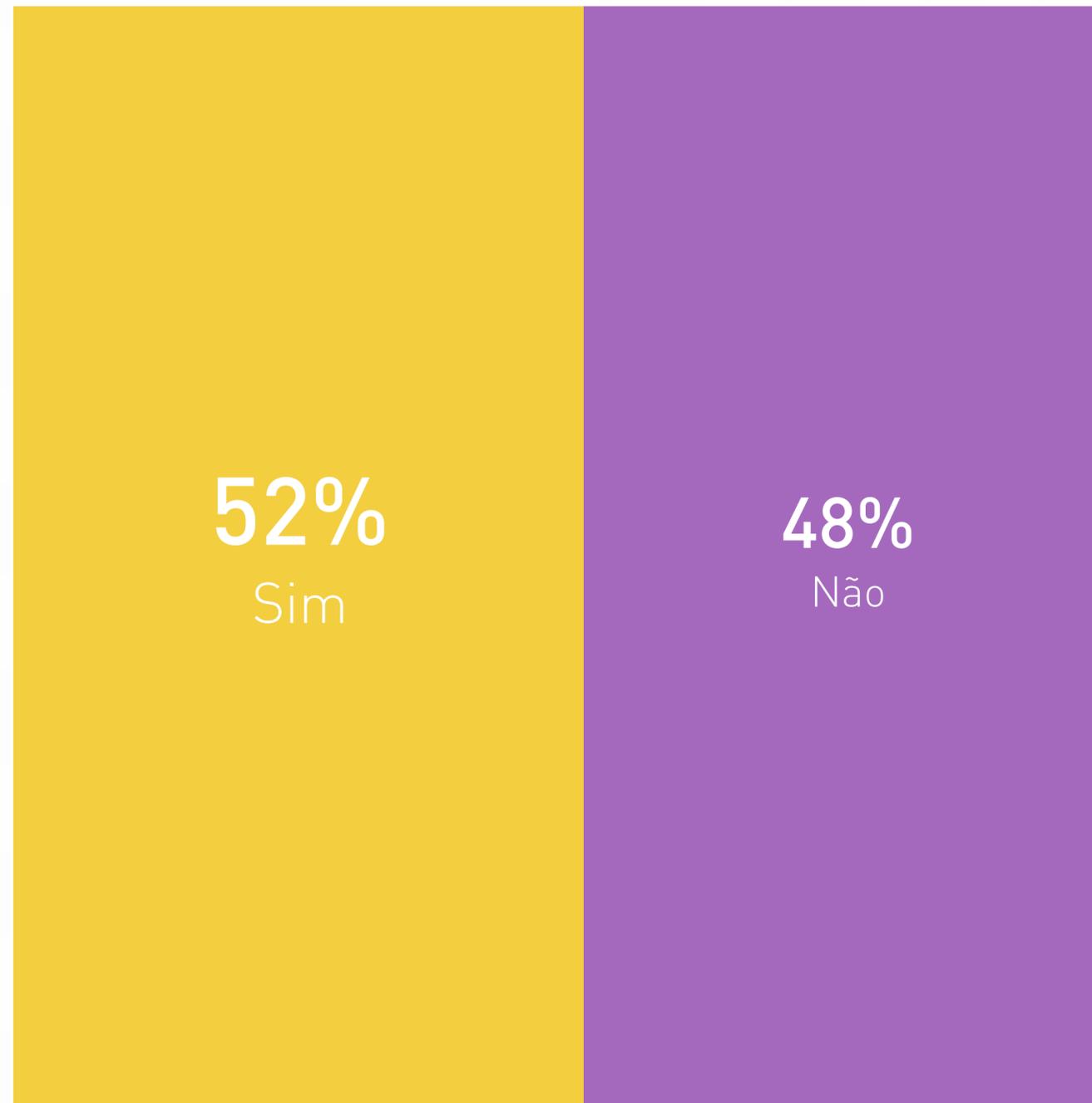


“Uso suplementos e vitaminas indicados pelo meu nutricionista”

Nathalia, 23 anos



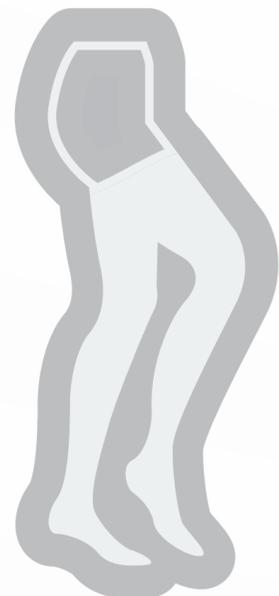
UTILIZA MONITOR CARDÍACO?



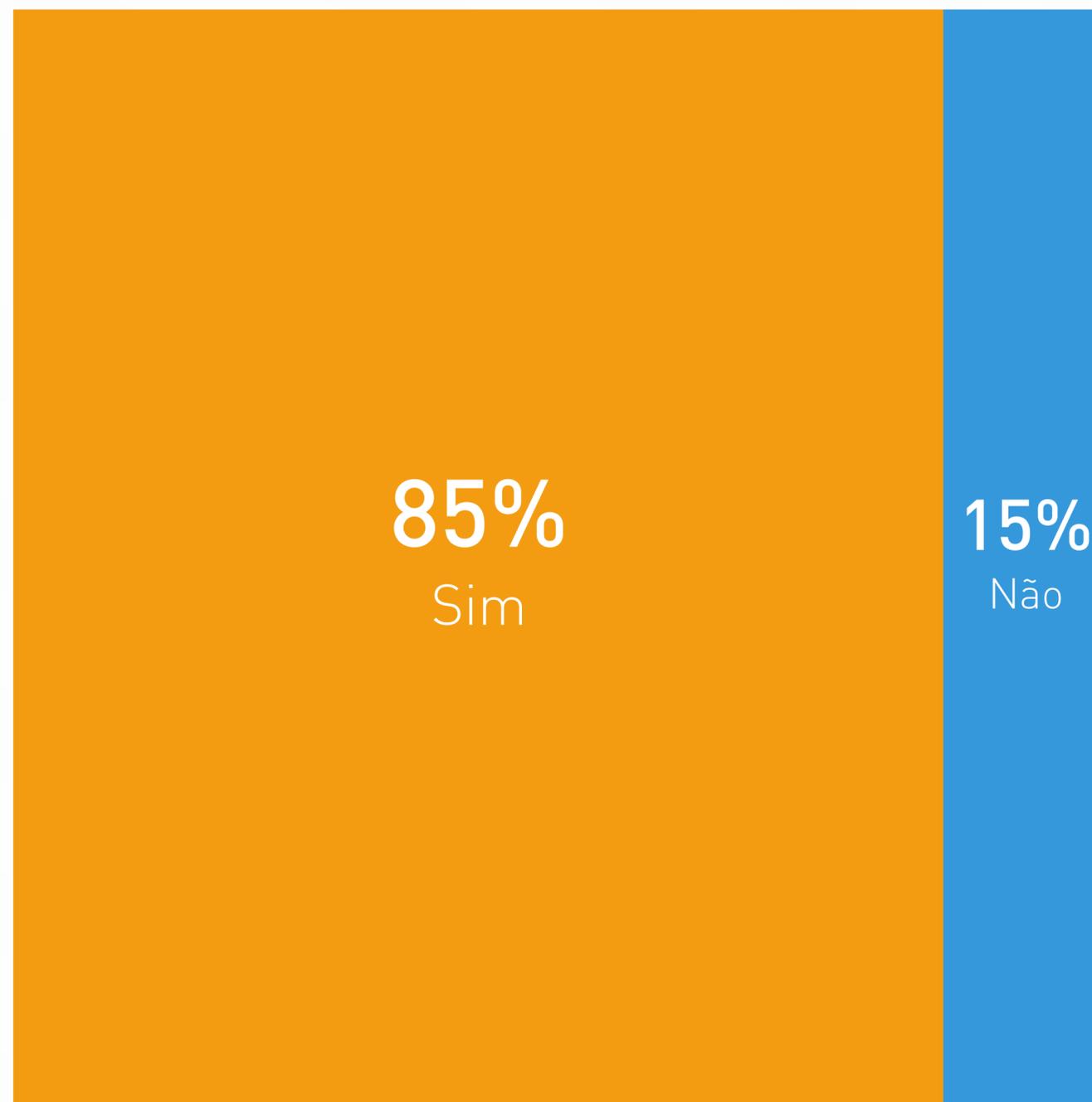
“Gosto de correr com equipamentos que mostrem a evolução do meu condicionamento físico”

Thaisi, 36 anos

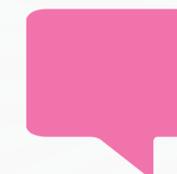




VOCÊ SE PREOCUPA COM O LOOK PARA TREINAR?



O LOOK DO TREINO
É FUNDAMENTAL

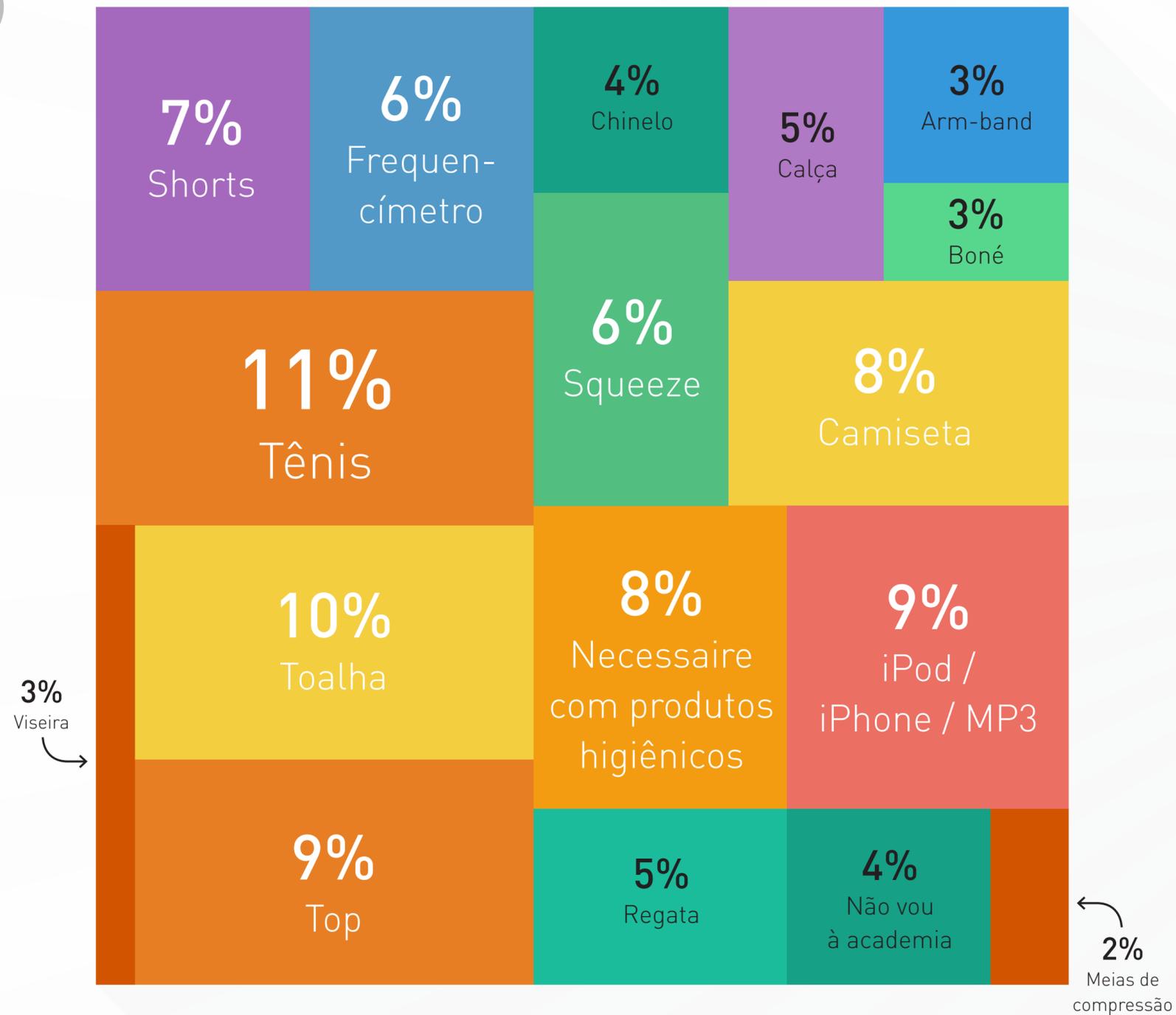


Gosto de correr
de shorts-saia e uma
camiseta bonita”

Júlia, 22 anos



O QUE NÃO PODE FALTAR NA BOLSA DE ACADEMIA

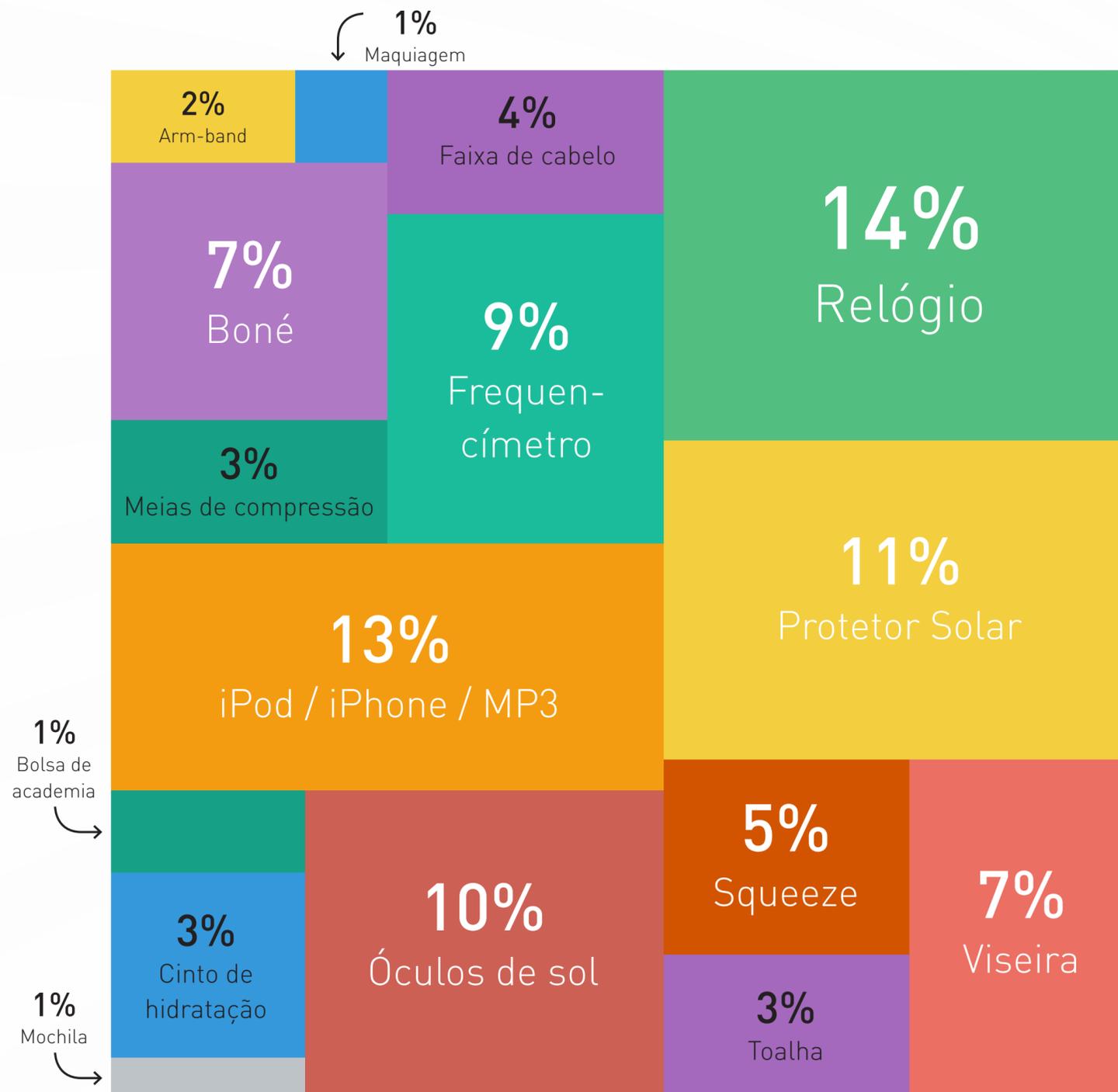
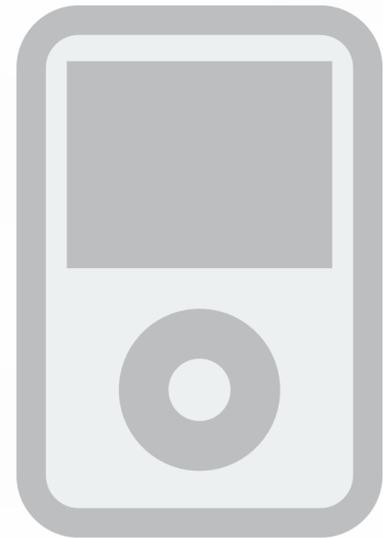


“Levo roupa, arm-band, celular, toalha, tênis, iPod, chave e documento”

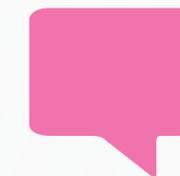
Raquel, 31 anos



ACESSÓRIOS IMPRESCINDÍVEIS PARA CORRER



A VARIEDADE E A QUANTIDADE DE ACESSÓRIOS NUNCA PARECEM SUFICIENTES. **NOVOS PRODUTOS CHAMAM A ATENÇÃO** E VIRAM NOVIDADES IMPERDÍVEIS

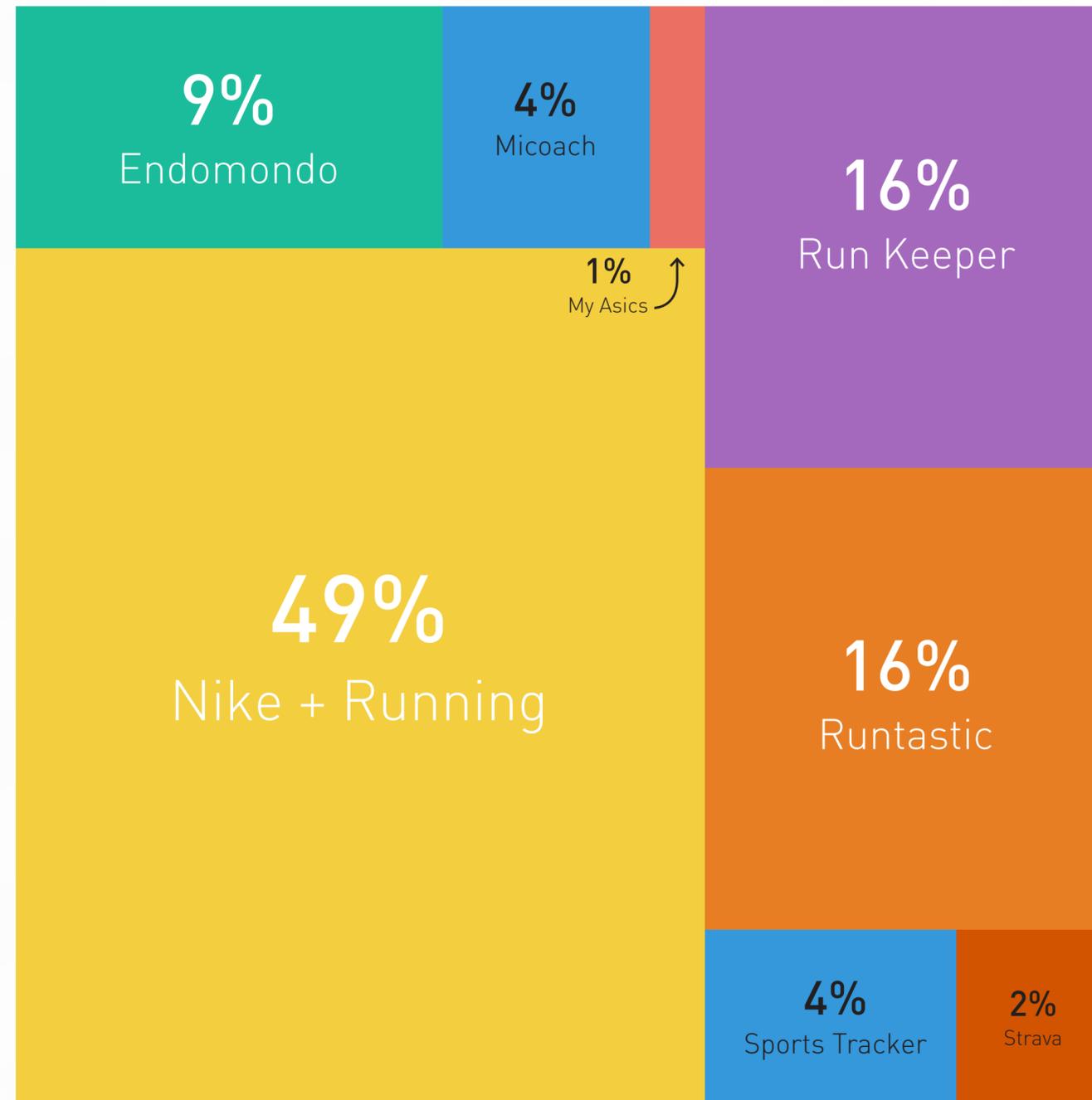
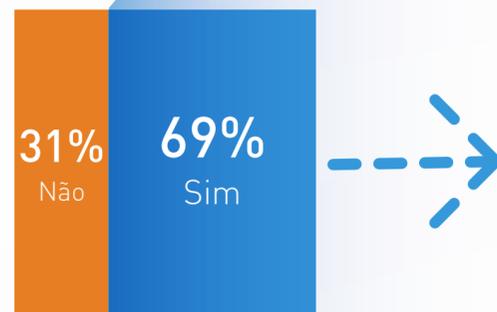


“Nas provas mais longas, corro com óculos, viseira, cinto de hidratação e levo gel de carboidrato”

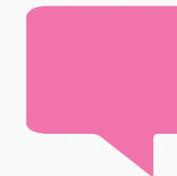
Renata, 35 anos



UTILIZA APLICATIVO DE CORRIDA? QUAL?



ELAS ESTÃO CADA VEZ
MAIS CONECTADAS E
ENGAJADAS PARA
MENSURAR A
EVOLUÇÃO NOS TREINOS.
É UMA TENDÊNCIA

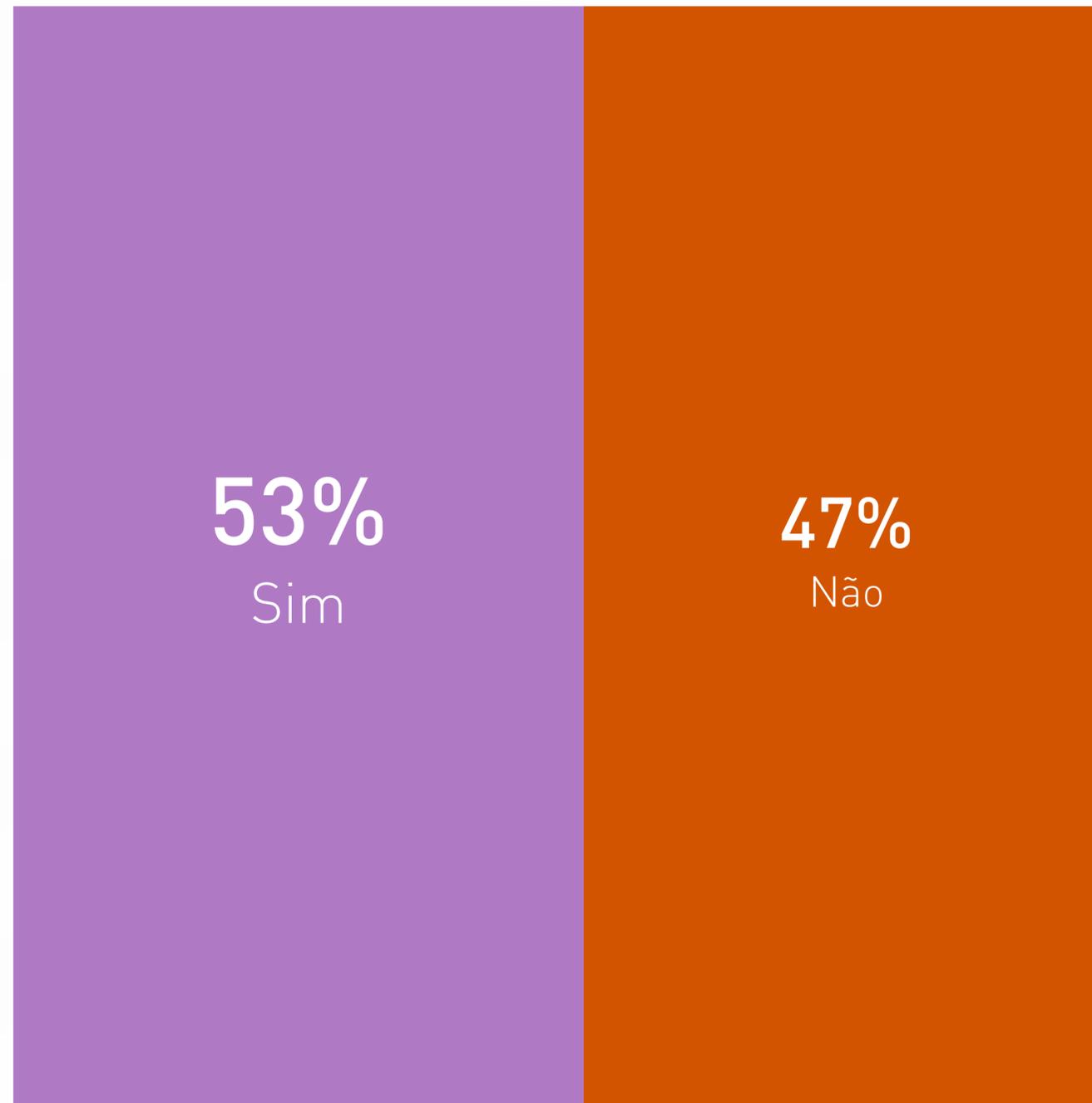
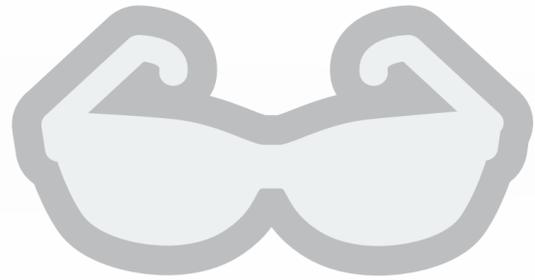


*“Eu incentivo as minhas
amigas, indico aplicativos
para baixar e planilhas
para seguir”*

Renata, 30 anos



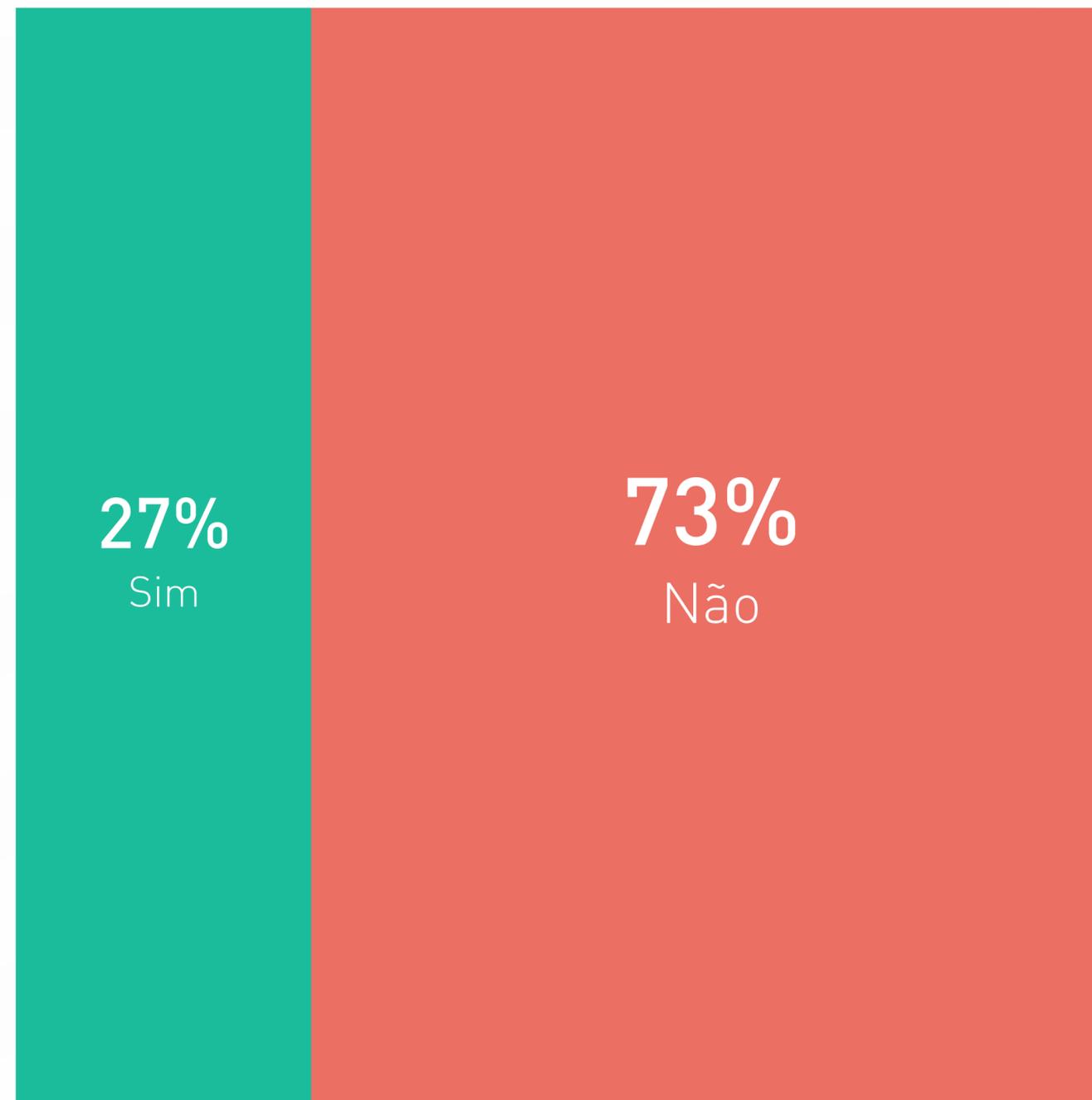
USA ÓCULOS DE SOL PARA CORRER?



É UM **ACESSÓRIO IMPORTANTE** PARA O CONFORTO DAS CORREDORAS



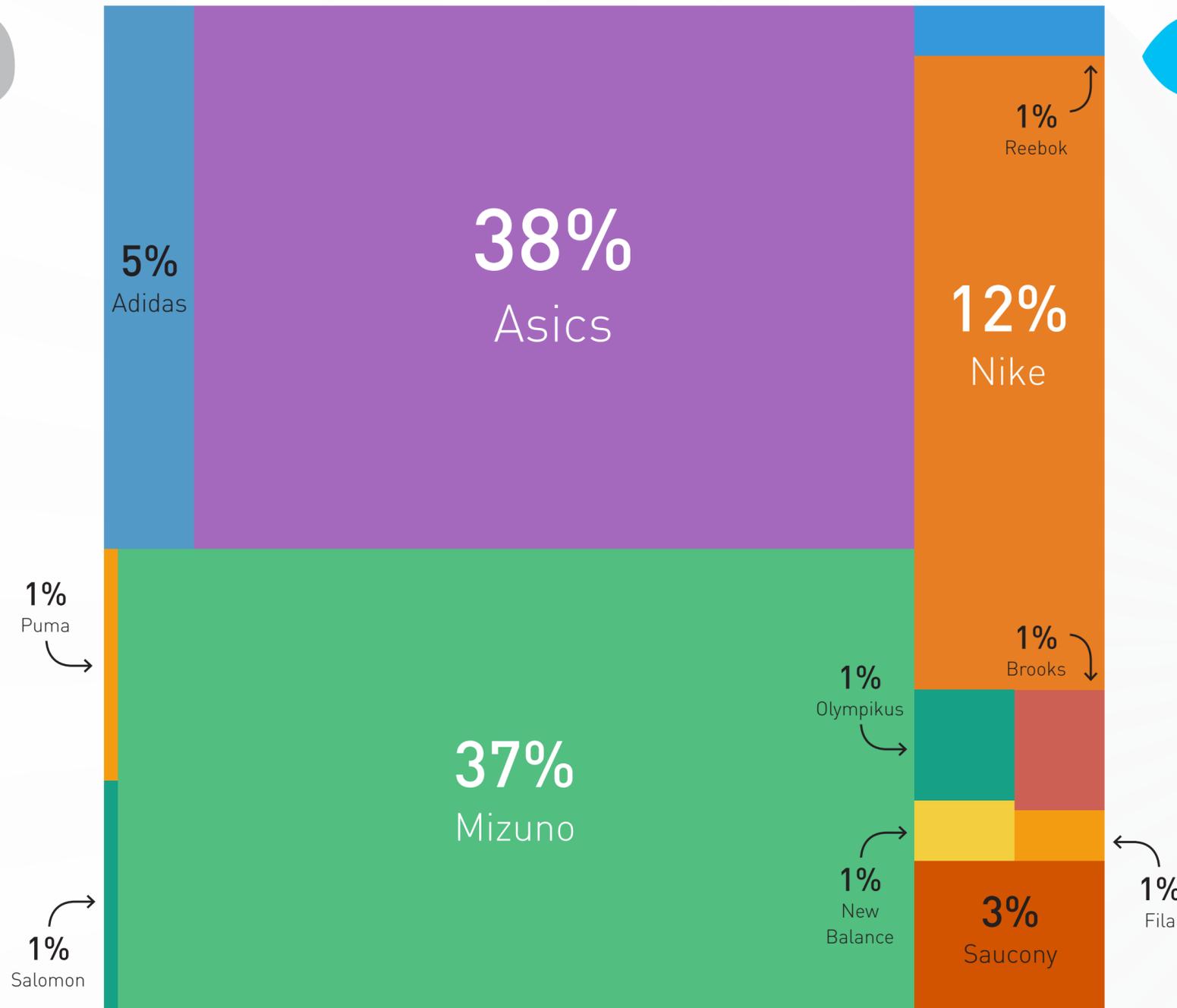
CORRE USANDO MAQUIAGEM?



73% DAS MULHERES PREFEREM CORRER SEM MAQUIAGEM. NO ENTANTO, **HÁ UM MERCADO PROMISSOR EM RELAÇÃO A PRODUTOS DE BELEZA ESPECÍFICOS** PARA QUEM FAZ ATIVIDADE FÍSICA

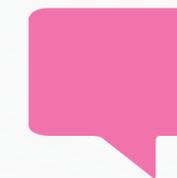


QUAL SUA MARCA FAVORITA DE TÊNIS?



TOP 5 DAS MARCAS DE TÊNIS

- 1º LUGAR ASICS
- 2º LUGAR MIZUNO
- 3º LUGAR NIKE
- 4º LUGAR ADIDAS
- 5º LUGAR SAUCONY



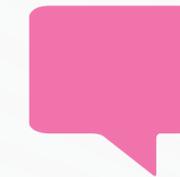
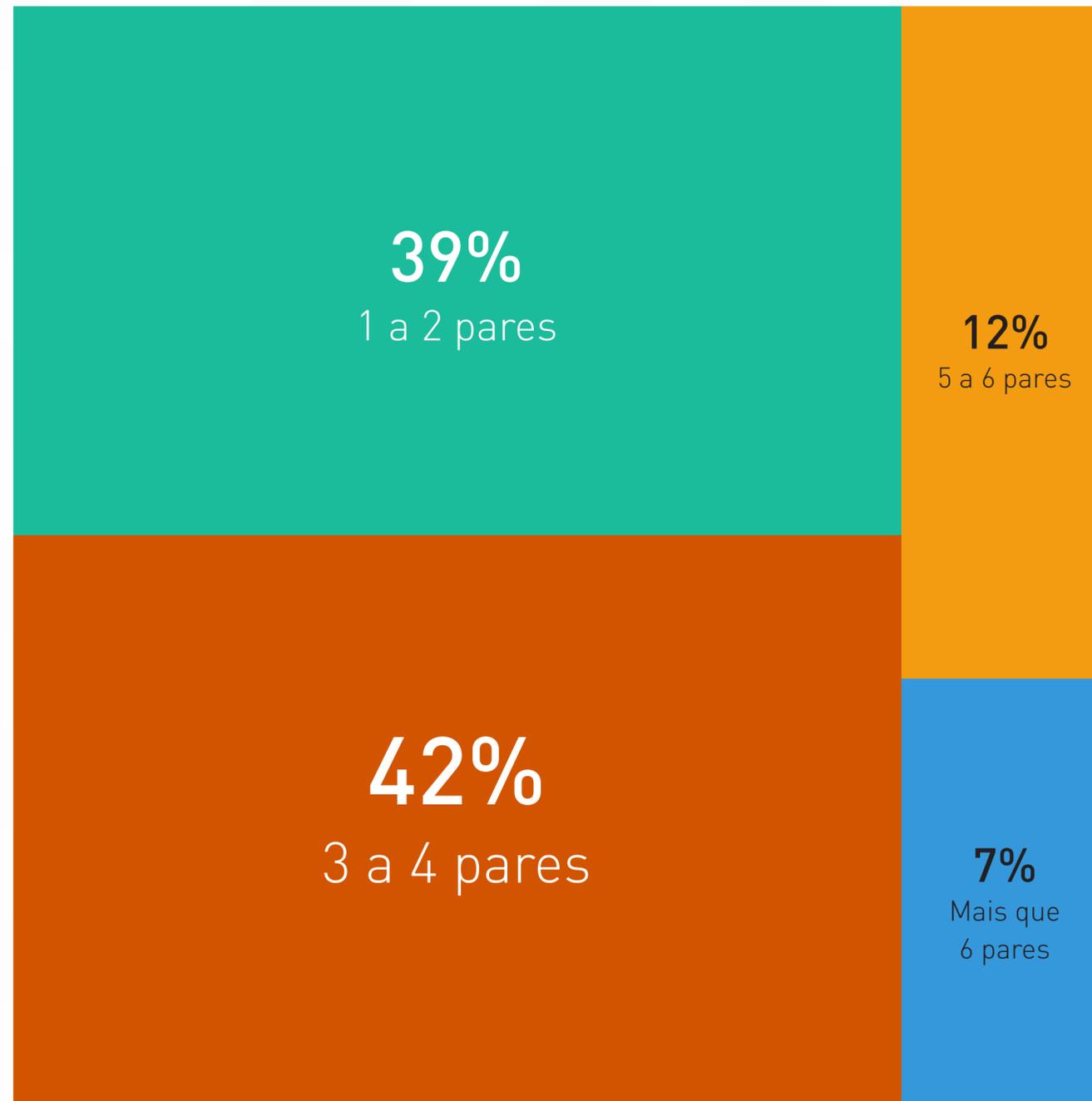
*“Tenho um Nike ,
mas pretendo comprar
um Mizuno ou um Asics.*

Muitos dizem
que são os melhores”

Fernanda, 27 anos



QUANTOS TÊNIS TEM PARA CORRER?

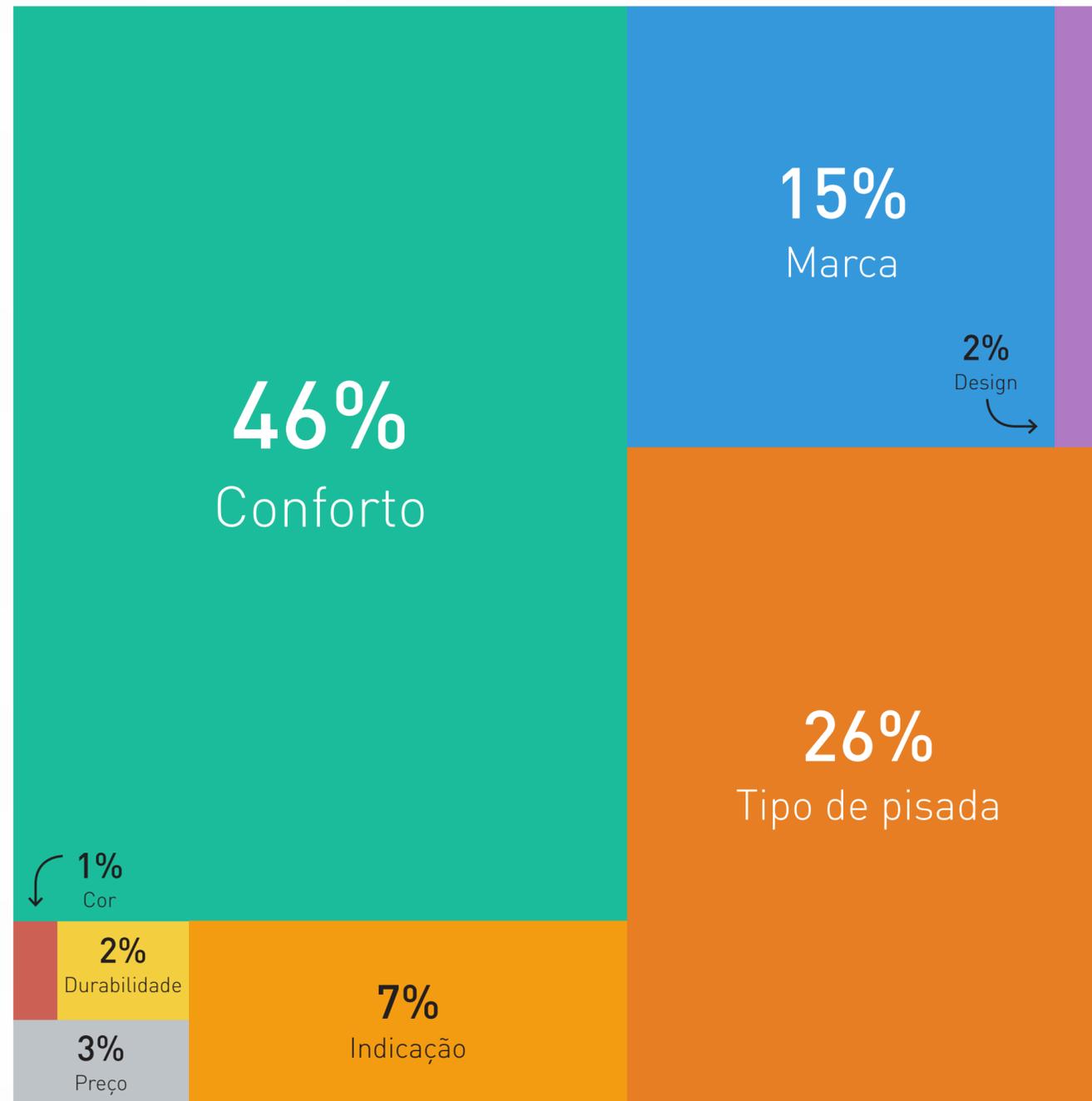


“Tenho de todas as marcas. Alguns eu comprei em eventos, pelo desconto, e outros fora do país. Não uso o mesmo tênis por 2 dias seguidos”

Sandra, 48 anos



CRITÉRIO DECISIVO NA COMPRA DE UM TÊNIS

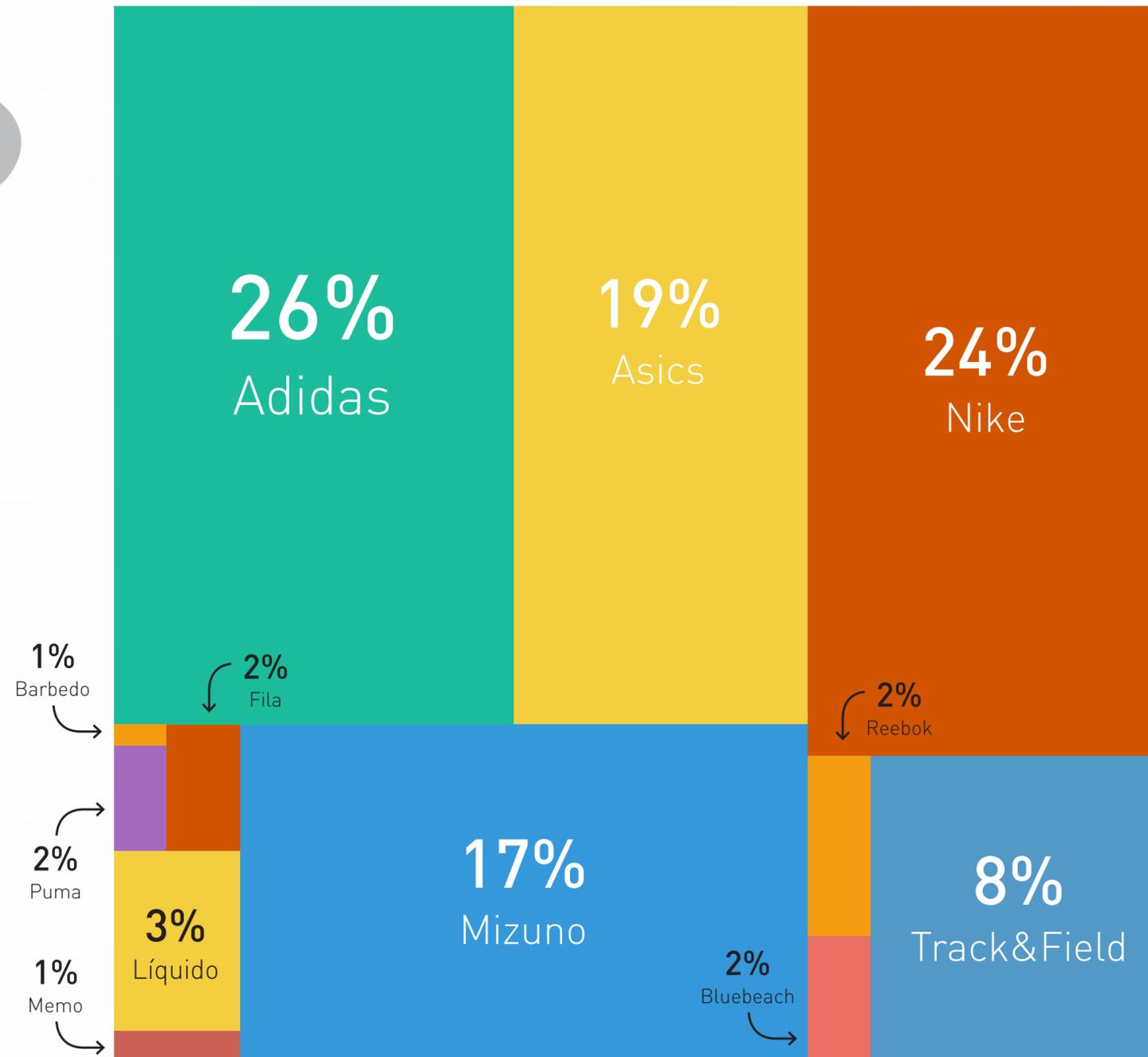


*“Eu pesquiso bastante. Já fiz o teste da pisada e pergunto para os **professores da academia** antes de fazer a escolha”*

Renata, 35 anos



QUAL SUA MARCA FAVORITA DE VESTUÁRIO ESPORTIVO?

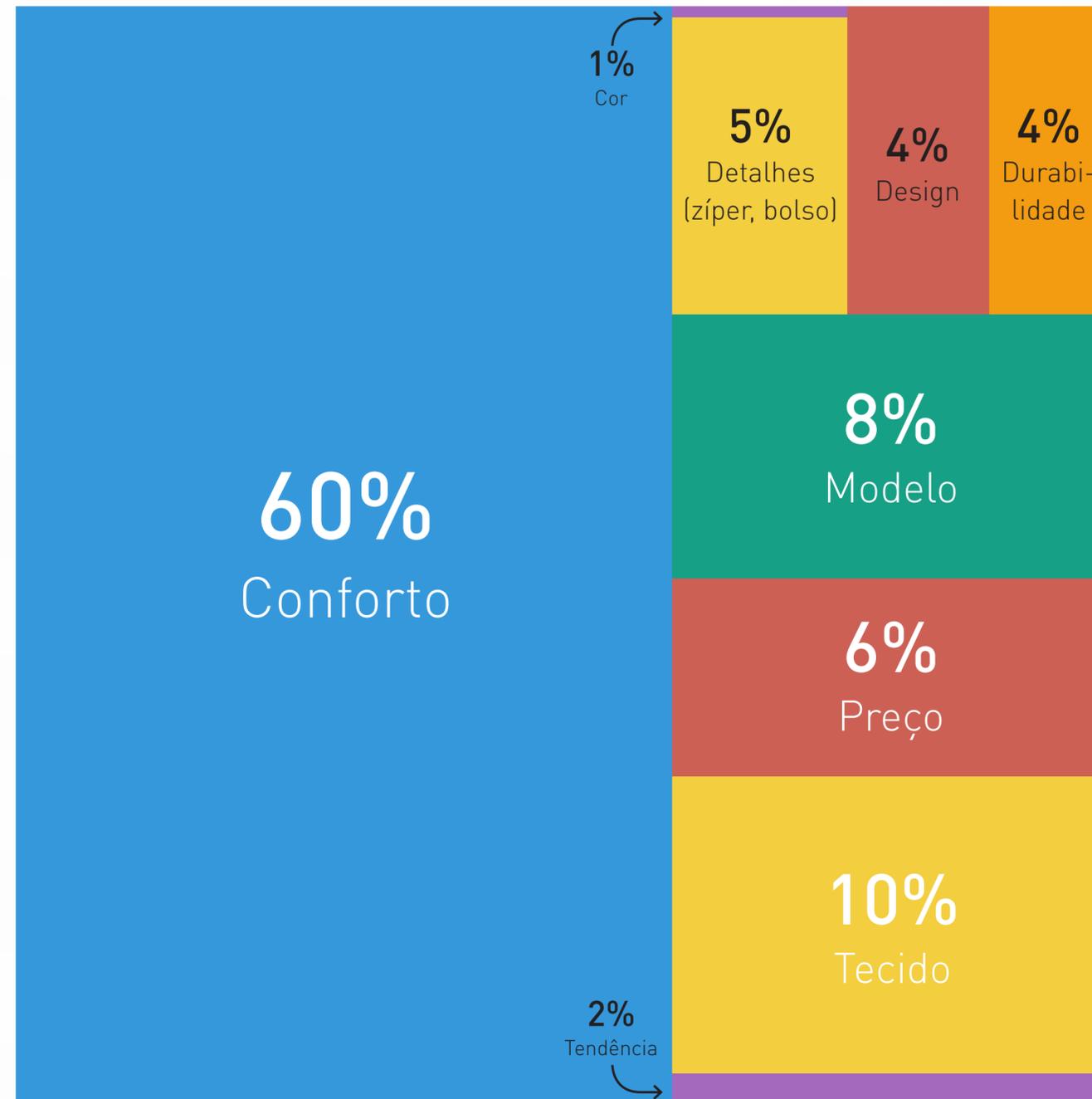


TOP 5 DAS MARCAS DE VESTUÁRIO ESPORTIVO

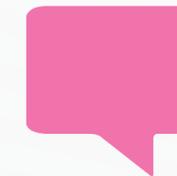
- 1º LUGAR ADIDAS
- 2º LUGAR NIKE
- 3º LUGAR ASICS
- 4º LUGAR MIZUNO
- 5º LUGAR TRACK&FIELD



CRITÉRIO DECISIVO NA COMPRA DO VESTUÁRIO



QUANDO O ASSUNTO É ROUPA, CONFORTO É ESSENCIAL. PORÉM, FATORES COMO **MODELO, TECIDO E DESIGN** TÊM RELEVÂNCIA



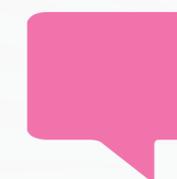
“Na hora do treino, A roupa tem que ser bonita e confortável para eu me sentir segura”

Márcia, 28 anos





ONDE VOCÊ COMPRA O MATERIAL DE TREINO?

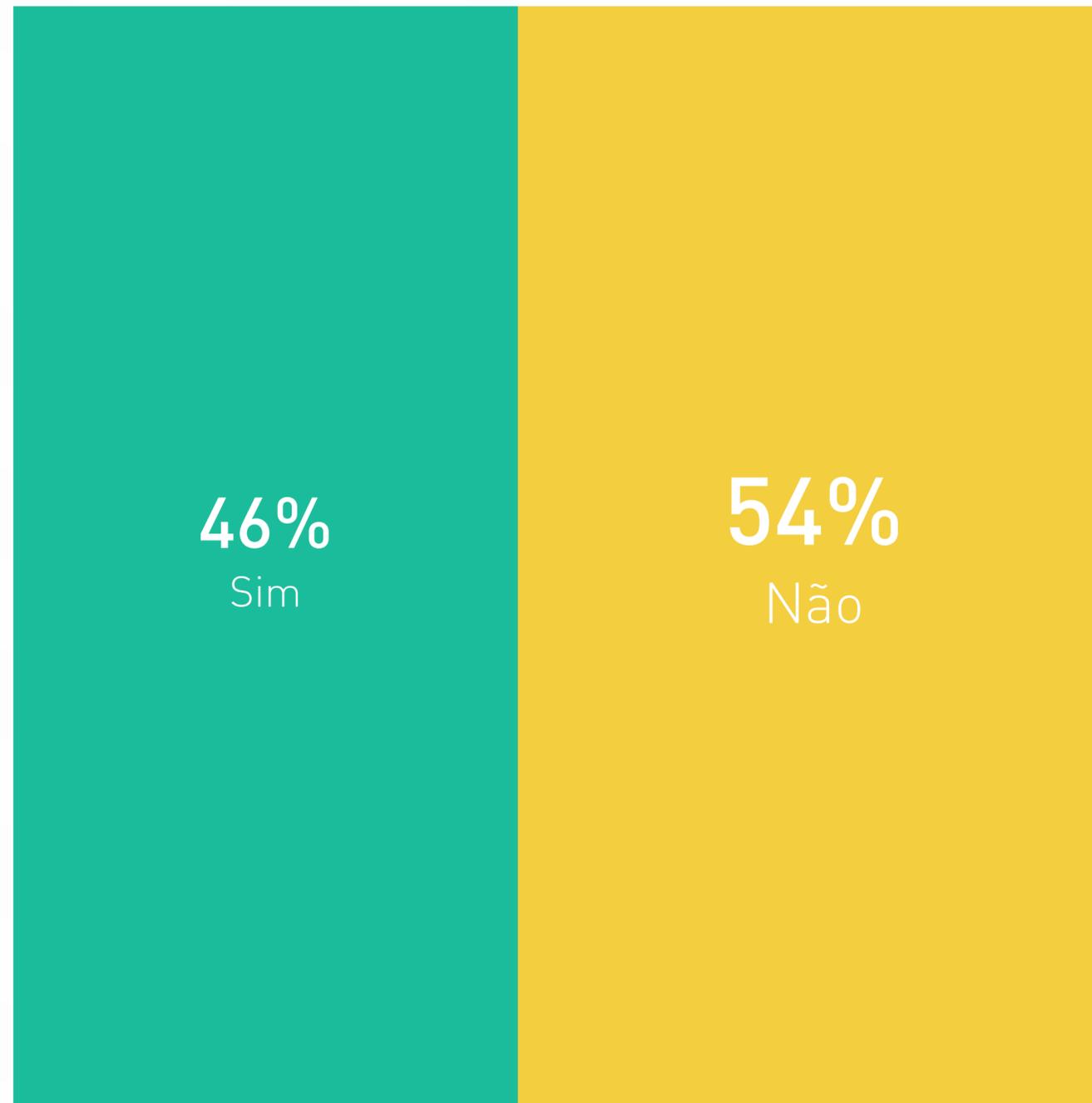


*“Geralmente, vou até a loja.
Se o preço estiver bom,
compro pela internet mesmo”*

Júlia, 22 anos



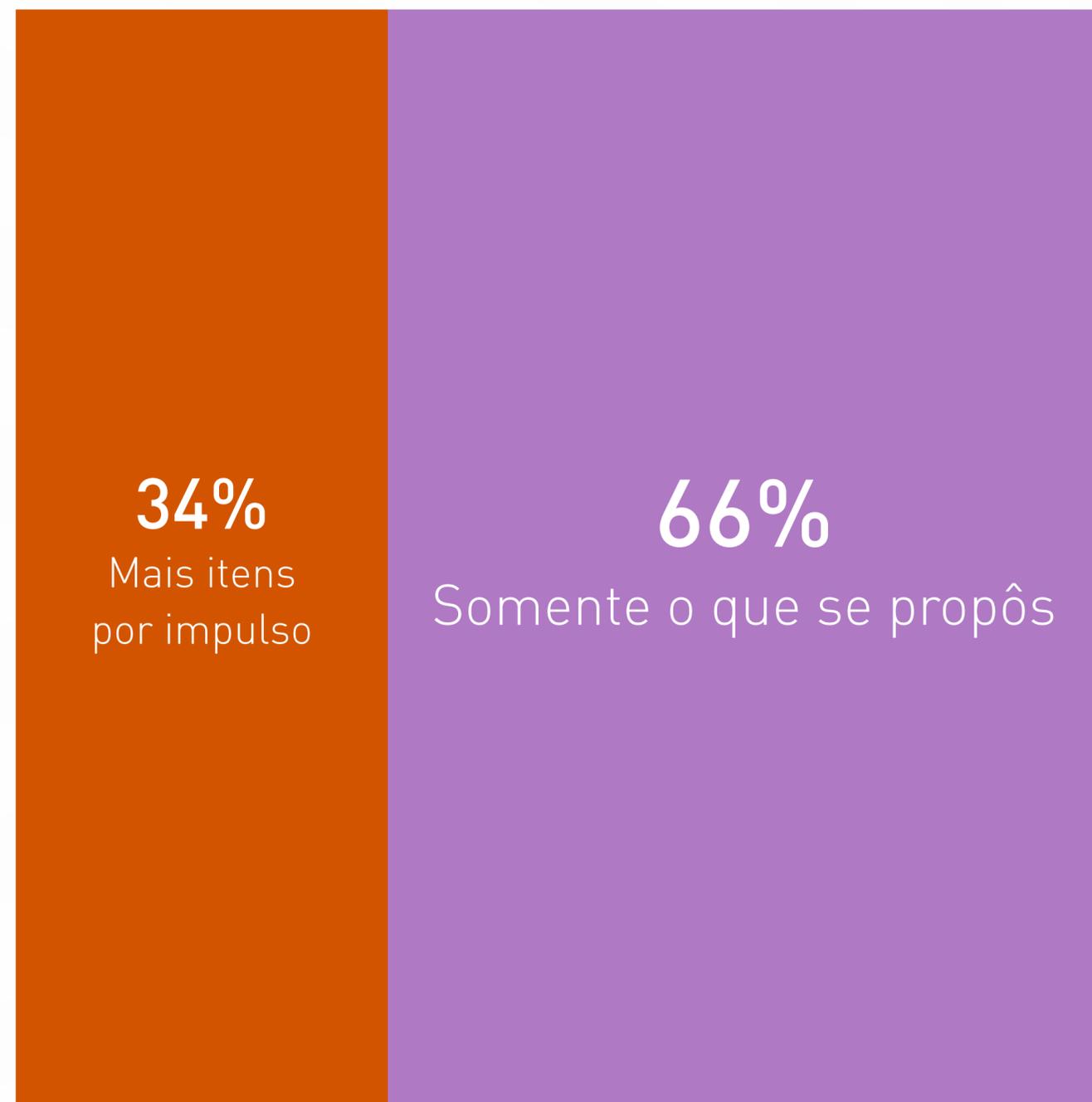
JÁ COMPROU EM EVENTOS DE CORRIDA?



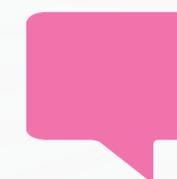
COSMÉTICOS, SUPLEMENTOS ALIMENTARES, EQUIPAMENTOS ESPORTIVOS... **É POSSÍVEL COMPRAR DE TUDO EM EVENTOS DE CORRIDA.** ESTAS ARENAS ESTÃO SE TORNANDO CADA VEZ MAIS **PÓLOS COMERCIAIS**



O QUE COMPRA EM UMA LOJA DE ESPORTES?



APESAR DA MAIORIA DIZER QUE SÓ COMPRA O QUE SE PROPÔS, UMA PARTE CONSIDERÁVEL **ADMITE QUE ACABA COMPRANDO POR IMPULSO**



"Mulher sempre compra!"

Sandra, 48 anos



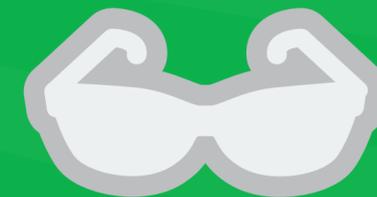
CONSUMO



Compram em *lojas físicas* e prezam pelo *conforto* das peças



Utilizam *apps de corrida* e *monitores cardíacos*



Correm com *óculos de sol* e usam *gadgets*



Preocupam-se com o *look do treino*



Possuem de 3 a 4 pares de tênis



Pretendem *viajar para correr* dentro e fora do Brasil





A PRIMEIRA PESQUISA SOBRE **CORRIDA FEMININA** NO BRASIL

Realização: Marketing Iguana Sports ©2014



IGUANASPORTS

Para mais informações

www.iguanasports.com.br | contato@iguanasports.com.br