

## La historia del *running* en Argentina

Lic. Nemesia Hijós

IIGG/UBA-CONICET

nemesiahijos@gmail.com

### Resumen:

El capitalismo actual sienta las bases para la consolidación de nuevas prácticas deportivas atravesadas por lógicas económicas, que se expanden globalmente y se apropian singular y localmente. El *running* es una de ellas, que si bien tiene sus raíces en el atletismo –con el cual comparte espacios, técnicas, prácticas y *la pasión por el deporte*–, asume formas específicas que lo hacen emerger como una actividad con disposiciones propias, extendida a un público casi sin restricciones. El objetivo de este trabajo es reconstruir los vínculos entre el atletismo y el *running* en Argentina, para establecer sus recíprocas influencias y tensiones, y analizar las representaciones que se construyen a partir de la práctica deportiva, prestando atención al contexto actual, sabiendo que el mercado tiene un lugar fundamental para pautar las necesidades y que el cuerpo es el elemento central de la misma. Para ello reflexionaré sobre mis registros de observación de trabajo de campo y entrevistas realizadas, y analizaré una serie de fuentes (particularmente artículos periodísticos, revistas, videos y programas de radio), donde esta actividad deportiva es representada, o se auto-representa, como modelo/ejemplo del nuevo ideal de individuo y de cuerpo.

**Palabras clave:** historia; *running*; atletismo; mercado; Argentina.

### Introducción

Si bien correr representa para el hombre una forma de ejercicio y recreación, las raíces de esta acción pueden ser tan antiguas como el propio origen de la raza humana. Hace dos millones de años los antecesores del hombre incorporaron la capacidad de correr largas distancias de manera sostenida

gracias a cuatro factores (energía; fuerza esquelética; estabilización; termorregulación y respiración) que los acompañan desde su más remota evolución (Bramble & Lieberman, 2004). En la era moderna y durante mucho tiempo, las personas que corrían fueron –casi exclusivamente– competidores de atletismo, aunque también lo hacían como complemento físico quienes entrenaban para otras disciplinas específicas. Hoy, la práctica del *running*<sup>1</sup> – como fenómeno global en auge– nuclea a individuos de edades, sexos y condiciones socio-económicas diversas, que se congregan en ciudades para entrenar y planificar sus competencias en torno a los grupos de entrenamiento, denominados *running teams*<sup>2</sup> y organizados por clubes, cadenas de gimnasios, marcas deportivas, reconocidos ex atletas o entrenadores amateurs, con un espíritu que promueve la inclusión y la participación *de todos*. El furor por correr aumenta año tras año a un ritmo exponencial, reflejado no sólo en la marea de corredores que copan los espacios públicos, sino también en la creciente cantidad de competencias e inscriptos. En los últimos siete años creció alrededor de un 300%: en 2015 se estimó que alcanzan 500 mil los corredores que invaden las calles y parques porteños, quienes en muchos casos participarán de alguna de las más de 80 competencias organizadas. La producción de indumentaria, por su parte, sigue en aumento ante un mercado en constante auge<sup>3</sup>; mientras que las agencias de viajes siguen de parabienes ante una *pasión* que moviliza adeptos de un punto a otro del país y del mundo persiguiendo una misma meta: correr.

En mis observaciones de campo<sup>4</sup>, encuentro quienes aducen que su participación se debe al afán por mantenerse en forma y quienes rinden pleitesía al trote por sus virtudes como relajante mental. No falta quien lo asocie al aparente crecimiento del individualismo con que se vive en los tiempos actuales. A pesar de la heterogeneidad de respuestas, lo concreto es

---

1 La cursiva en el cuerpo del texto debe entenderse como una apropiación del discurso de mis interlocutores, términos significativos desde el punto de vista nativo y expresiones de los actores; también es utilizada para resaltar palabras en otro idioma.

2 Se contabilizan 200 grupos de entrenamiento en CABA y alrededores (Prosdocimi, 2015: 16).

3 38% es la participación que tienen las ventas en tiendas deportivas de la categoría *running* en Argentina (Prosdocimi, 2015: 16).

que el *running* sigue sumando adeptos, tanto en las grandes urbes como en zonas rurales, donde tiene lugar el *trail running*. *Sentir el placer de correr* suele ser una de las razones principales expuestas por los *runners* para explicar su participación en las carreras populares. Esta razón, que pertenece a la categoría motivacional denominada *satisfacción*, está muy entremezclada con la *libertad* que experimentan al correr y con los beneficios que produce este deporte, particularmente *en el cuerpo*, como mencionan algunos de los participantes de los grupos a los que asisto<sup>5</sup>. De todos modos, es necesario enfatizar la influencia que tiene sobre la decisión de participar en carreras el hecho de pertenecer a un *running team* y de contar con entrenadores, *coaches* (en español, instructores) y *pacers* (“liebres”)<sup>6</sup> que dirijan y planifiquen los entrenamientos, al igual que establezcan de forma directa o indirecta, implícita o explícitamente, qué es lo que los corredores necesitan para participar de esta disciplina. Es decir, las mediaciones entre *lo poco que se necesita para salir a correr* y lo que se le impone y pauta desde afuera para ser *runner*. La mercantilización, junto a la identificación de un mercado todavía no explotado enteramente, es un aspecto clave para el desarrollo del *running* como disciplina, porque la rentabilidad de la práctica deportiva delimita su éxito, o su potencial desarrollo.

### **Carreras: de lo tradicional a lo moderno**

La leyenda del origen del maratón se remonta a las guerras entre persas y atenienses, de las cuales se han cumplido –en el caso de la Batalla de

---

4 Mi participación como corredora amateur y mis observaciones de campo comenzaron en abril de 2016 en Nike +Run Club (NRC), el *running team gratuito* auspiciado por la firma Nike en Buenos Aires, con el objetivo de comprender el sentido que los corredores les asignan al entrenamiento, sus motivaciones, las representaciones que se construyen a partir del *running*, y las configuraciones de subjetividades y moralidades contemporáneas. Con *gratuito* me refiero a que la práctica supervisada por profesionales contratados por Nike no tiene costo económico para quienes asisten, lo cual no significa que no exista un tipo de contrato tácito o inconsciente que lleve a los sujetos a realizar algo a cambio, en calidad de tributo y/o fidelidad a la marca.

5 A partir de agosto de 2017, inicié observación participante en Migueles Team (un *running team* dirigido por el ex atleta argentino Luis Migueles), al cual han migrado varios participantes de Nike+ Run Club en búsqueda de un *mejor rendimiento deportivo*.

6 Los *pacers* o “liebres” son los encargados de marcar un ritmo en carreras de media o larga distancia, o *pasadas de velocidad*. Funcionan como GPS, a los cuales se puede seguir sabiendo que se llegará a la meta con el objetivo de marca (tiempo y velocidad) planificado.

Maratón– más de 2.500 años. Esa misma leyenda se concentra en la hazaña del soldado Filípides, quien corrió desde el escenario de la batalla hasta las puertas de Atenas para comunicar la victoria sobre la flota persa del rey Darío I<sup>7</sup>. Al establecerse los Juegos Olímpicos de la era moderna en Atenas 1896, también se instauró como uno de los momentos cumbres –que habitualmente cierran el evento– la carrera de maratón. Pero la distancia oficial que rige actualmente (42,195 metros) quedó definida desde los Juegos Olímpicos de Londres, en 1908. Hay que señalar que cinco años antes, la ciudad de Buenos Aires había contado con –la que hoy se considera– su primera carrera de maratón<sup>8</sup>: organizada por la Asociación Nacional de Ejercicios Físicos con largada y llegada en el Jardín Florida, llegando hasta Olivos y retornando. Ocurrió el 4 de octubre de 1903, participaron 30 atletas y ganó Claudio Peralta con 3h02m10s. El 5 de mayo de 1910, sobre 40,2 kilómetros, se disputó una prueba selectiva para los festejos del Centenario (ganada por Ceferino Legria en 3h12m00s). Y el 24 de mayo, en las vísperas de la celebración por el Centenario de la Revolución de Mayo, se realizó el maratón en la pista de tierra de la Sociedad Sportiva Argentina. Allí participó el italiano Dorando Pietri –el “campeón sin corona” de los Juegos de Londres y un verdadero mito de la distancia, quien marcó 2h38m49s, seguido por el español Antonio Cruz con 2h45m56s y el argentino Aníbal Carraro con 2h54m09s. A partir de 1934, y por 32 años, se corrió el Maratón de los Barrios, organizado por la revista El Gráfico, que publicaba al ganador en su tapa. También fue popular una carrera conocida como La Porteña y, más recientemente, la llamada Fiestas Mayas, una posta que ha recogido desde 1984 el maratón de Buenos Aires (Prosdocimi, 2015: 248).

El atletismo argentino posee una rica tradición en carreras de larga distancia. Durante muchas décadas sus representantes fueron dominadores de esas

---

7 Luego de transitar ese trayecto, Filípides murió de fatiga. La distancia comprendía de Maratón hasta Atenas (unos 40 kilómetros). Eso es lo que relata el mito, ya que otras fuentes aseguran que la distancia real que recorrió fueron 213 km., de Maratón a Esparta. Desde 1908, la distancia quedó establecida en 42,195 metros, habiéndose adicionado estos últimos metros debido a que el Príncipe de Gales, Jorge V y la Reina Alexandra de Inglaterra deseaban ver la largada desde el Castillo de Windsor con comodidad (ya que al parecer llovía).

8 Para más información, consultar: <http://maratondebuenosaires.com/historia/>

competencias en el ámbito iberoamericano. Acapararon infinidad de títulos y récords y varios lograron trascender a nivel mundial. Dichas pruebas son los antecedentes de una gloriosa tradición argentina en maratón, que incluye dos campeones olímpicos (Juan Carlos Zabala en Los Ángeles 1932 y Delfo Cabrera en Londres 1948) y un subcampeón (Reinaldo Gorno en Helsinki 1952), además de numerosos títulos a nivel panamericano, iberoamericano y sudamericano, y nombres relevantes que van desde José Ribas, Raúl Ibarra, Osvaldo Roberto Suárez y –más recientemente– Antonio Fabián Silio, el primer argentino en correr la distancia por debajo de las 2 horas y 10 minutos. Buenos Aires, a lo largo de ese historial, fue sede de maratones de relevancia como los primeros Juegos Panamericanos (1951) y varios campeonatos sudamericanos. En una conversación radial entre el conductor Luis Blanco del programa español “A tu ritmo” y Gustavo Montes de “Factor Running”<sup>9</sup> se retomó cómo era correr años atrás, cuando el *running* no era *running*, sino *footing*, *jogging* o correr, a secas. Los corredores competían con camisetas de algodón y ‘playeras’ no demasiado adecuadas para ese deporte, no tenían *kits* cuando se anotaban en las carreras y los números de dorsales se entregaban en el momento. Eran las décadas de las inscripciones en papel con tachones y mala letra, cuando reunir a 100 corredores en una carrera suponía que había sido todo un éxito. Las inscripciones no estaban a cargo de ninguna empresa, sino que se realizaban en la sede de la asociación organizadora y las clasificaciones se hacían en la meta, llevando a los corredores por un embudo para ordenarlos y en la manga de llegada se tomaban los tiempos y se daban los resultados. El panorama actual ha cambiado radicalmente: las carreras (de 5, 10, 15 kilómetros), medio maratón y maratón se han transformado en eventos sociales y masivos que se organizan semanalmente y convocan entre 5 mil y 25 mil personas en cada edición, de todas las edades y con diferentes objetivos. Las inscripciones de las competencias no son accesibles a cualquier bolsillo,

---

<sup>9</sup> “Factor Running” es un programa de radio que se emite de lunes a viernes en el horario de 12 a 13 hs. por AM 990 Radio Splendid, cuyo lema es “el *running* nos convierte en mejores personas”. La conversación a la que me refiero ocurrió en el programa del viernes 21 de julio de 2017 y retoma la información publicada en la siguiente columna: [http://capitalradio.es/se-organizaban-las-carreras-populares-40-anos/?doing\\_wp\\_cron=1500622596.4630959033966064453125](http://capitalradio.es/se-organizaban-las-carreras-populares-40-anos/?doing_wp_cron=1500622596.4630959033966064453125)

oscilan entre los \$250 y \$700<sup>10</sup>; sin embargo, cada vez hay más corredores que quieren añadir un maratón a su historial. Eso ha propiciado que las grandes carreras hayan sido compradas por empresas organizadoras que quieren rentabilizar aún más el producto. Con el pago de la inscripción se incluye la remera del evento, el número (dorsal) y chip de control de la carrera, junto con el *kit runner*. El *kit* se ha transformado en un objeto ansiado por el corredor, interesado en saber qué es lo que contiene ese reservado paquete que viene con su inscripción. El mismo termina siendo una mixtura de distintos productos de las empresas patrocinadoras que acompañan el gran evento organizado por la marca que lleva adelante la carrera (desde barras de cereal y jugos de frutas hasta muestras de shampoo, relajantes musculares y limpiadores para pisos). Estos elementos se retiran unos días previos a la competencia en la usual exposición previa a la carrera. Horas después o al día siguiente, en la página web de la organización se publica el tiempo oficial del corredor. En otros sitios, se sube las fotografías que tomadas durante el recorrido y que están a la venta. Con el *boom* del *running* surgido a escala mundial en la década del ochenta y la profesionalización del deporte, también Buenos Aires se fue incorporando a este escenario. Adidas promovió la realización del maratón<sup>11</sup> anual de la ciudad a partir de 1984 y, sobre fines de la década del noventa, la organización fue encarada por distintas entidades. Pese a las dificultades económicas y los avatares políticos, prácticamente se pudo mantener su continuidad (sólo no se corrió en 2002). En el 2003, la Fundación Ñandú asumió el desafío de colocar a Buenos Aires en el mapa mundial de los maratones y de promover el desarrollo de la carrera, además de la formación de nuevas generaciones de corredores. A los 900 participantes de esa edición inicial, se trepó a 2.400 en el año

---

10 Estos precios refieren a las “carreras de calle” con distancias máximas de 42,195 m. Las carreras de *trail*, montaña, “ultramaratones” y *ironman* suelen duplicar o triplicar estos valores debido a los costos de seguros, asistencias y habilitaciones. Según el periódico británico *The Guardian*, siete de las diez carreras más caras se realizan en Estados Unidos, seguidas por Kyoto, París y Estocolmo. Entre 2007 y 2013, los 25 maratones más importantes de Estados Unidos han tenido un incremento en su precio del 35%.

11 El Medio Maratón de Buenos Aires (nombre registrado por su creador) surgió de la fuerza y el empuje que le dio a la prueba el ex atleta y referente Domingo Amaison. Tuvo diferentes sponsors y pasó de 247 corredores en 1989 a 22 mil en su última edición de septiembre de 2017. Para más información, véase: <http://www.lanacion.com.ar/2059485-desde-1989-todos-los-campeones-de-los-21k-de-buenos-aires>

siguiente y 2.700 en el 2005. Ya en el 2006 llegaba a los 3.500. En 2007 y 2008 la prueba se largó en Parque Roca, con llegada en el Parque de los Niños, en Núñez. Y en 2009 se dio un nuevo paso organizativo, y más de 10 mil corredores –entre el maratón y el medio maratón, muchos de ellos procedentes de otros países– animaron una inolvidable jornada, que incluyó el Campeonato Sudamericano de maratón. A partir de esa edición se estableció un nuevo circuito con medición oficial de la *International Association of Athletics Federations* (IAAF), que atraviesa los principales puntos turísticos de la ciudad. La calidad técnica de la prueba y la creciente participación hicieron que fuera considerado como “el mejor de Sudamérica” en 2009<sup>12</sup>. En los últimos años la cifra de inscriptos ascendió a 22 mil en la media maratón y 12.500 en la maratón, siendo la prueba patente de la revolución que atraviesa la actividad. De acuerdo a lo que los corredores me han dicho, uno se consagra cuando termina un maratón, esa experiencia los convierte en *verdaderos corredores*, distinguidos, honorables, *de otra categoría*. El maratón funciona como un gran rito de pasaje que los transforma y los consolida en *runners*. Aquellos que la hicieron, primeramente, se sumaron a un *running team*, empezaron a conocer *las claves para mejorar el rendimiento* y complementar con hábitos saludables. Quienes participan de estos equipos van incorporando de a poco la información que reciben e intentando cambiar hábitos considerados negativos. Si bien es un proceso que requiere de tiempo y disciplina, a medida que van notando mejoras en su productividad y estado de salud, se retroalimentan con la motivación necesaria para seguir modificando sus conductas.

### **Deportistas, entrenadores y promotores**

Las mujeres no han tenido siempre el lugar protagónico que tienen hoy en el mundo del *running*. El hecho de que no hubiera incorporación de las categorías femeninas en los juegos olímpicos se argumentaba desde la presumible inferioridad física y la debilidad de las mujeres, un fenómeno que se materializaba en la invisibilidad atribuida al sexo femenino tan arraigada en los siglos pasados que no daba lugar al debate sobre la igualdad de condiciones

---

<sup>12</sup> Véase: <http://www.all-athletics.com/es>

(Garton e Hijós, 2017). En el caso del atletismo, que debutó como deporte olímpico en categoría masculina en la primera edición en Atenas 1896, las mujeres no pudieron participar hasta Ámsterdam 1928 y sólo en las pruebas de 100 metros, 800 metros llanos, 4x100, salto de altura y lanzamiento de disco. El maratón no tuvo categoría femenina hasta Los Ángeles 1984. De hecho hasta 1972 las mujeres no pudieron inscribirse oficialmente en eventos deportivos como los maratones. No obstante, episodios célebres como la participación de Roberta Gibb, la primera mujer que corrió un maratón en 1966 y quien lo hizo escondida durante tres años consecutivos en Boston (Estados Unidos); o la más conocida Katherine Virginia Switzer quien se inscribió con sus iniciales a través de un club de atletismo, pero a pesar de haber sido rodeada de sus compañeros, fue descubierta y perseguida por el director de la competencia quien le gritaba que saliera de su carrera, sentaron las bases para reflexionar que los argumentos biologicistas de exclusión de las mujeres de las carreras de resistencia no tenían fundamento. En el caso argentino, Nilda Iris Fernández es una gran pionera. Guiada por Gilberto Miori saltó de la velocidad a pruebas de 800 y 1.500 metros, y no se detuvo hasta el maratón. En 1970 causó revuelo al participar de una prueba de calle de 10 km. En 1979 se convirtió en la primera argentina que completó un maratón en Waldniel (Alemania) y terminó 14º con 2h58m39s. Posteriormente marcó numerosos récords y representó al país en varios torneos internacionales (Prosdocimi, 2015: 251).

Hoy, las actividades deportivas en las sociedades contemporáneas demuestran que cuando las potencialidades físicas de hombres y mujeres son activadas al máximo mediante formas apropiadas de entrenamiento, extendidas a grandes masas de individuos de ambos sexos, las diferencias entre unos y otros se traducen en pocos segundos, incluso en las distancias medias y largas, en las carreras de resistencia como en la natación, y en pocos metros en el lanzamiento de disco, bala o jabalina. La explosión de movimientos de emancipación y liberación femeninos en casi todas las sociedades industriales ha llevado a una reconfiguración del lugar de las mujeres, y el relato del empoderamiento femenino, materializado en hechos como la apertura a su



participación en el mundo del trabajo y de la política, no se ha excluido de la esfera deportiva. Las estadísticas revelan que hace más de una década atrás sólo 5% de las mujeres corría, mientras que hoy el porcentaje llegaría al 49%<sup>13</sup>. Las largas distancias no son sólo exclusividad de los hombres: en el Medio Maratón de Buenos Aires las mujeres alcanzan el 28% del total de participantes. Ellas han conseguido, inclusive, tener sus propias competencias, como los 21k organizados por Nike en su edición de 2016 y los (ya clásicos) 5k de Mc Donald's en simultáneo en Buenos Aires y Rosario, reuniendo a más de 15 mil inscriptas. Las más osadas, cuentan con la Women Cross en Río Negro, una competencia disputada en solitario y en medio de la naturaleza.

María de los Ángeles –conocida popularmente como “Marita”– Peralta, atleta olímpica argentina, ha relatado que en los inicios de su entrenamiento, hace alrededor de 30 años atrás, no tenía otra opción que usar ropa de hombre para salir a correr: *La ropa de aquella época casi que no nos incluía. Por suerte esa época ya pasó y hay tantas mujeres como hombres en las carreras. O, mejor dicho, nos estamos acercando a la mitad*<sup>14</sup>. A pesar del reconocimiento popular que ha adquirido la figura de Peralta como representante femenina los dos últimos juegos olímpicos en distancias largas (2012 y 2016), su imagen suele estar construida a partir de las referencias sobre su rol de esposa y de madre. Por su edad, cercana a los 40 años, o tal vez por su perfil asociado al rendimiento deportivo, ni los medios de comunicación ni tampoco las marcas eligen exhibirla como una *bomba del running*, sino como *una mamá maratón*. En una charla que tuve con Marita en el lanzamiento de una marca de auriculares, ella se definió *como una atleta, una mujer que hace atletismo. El running se puso de moda y hoy queda más cheto decir running, pero yo siempre trato de decir que hago atletismo y que soy atleta porque son mis raíces, hace más de 30 años que corro y me considero una atleta*. Marita tiene bien en claro que ella, al igual que otros tantos deportistas federados, tienen algunas similitudes con la práctica, el calzado y la vestimenta del *running*,

---

13 Las estadísticas indican que de 2010 a 2015 aumentó el 50% el número de corredoras en Argentina (Prosdociami, 2015: 17).

14 Véase la nota en: <http://www.lanacion.com.ar/1786930-informe-ellas-y-el-running-mujeres-que-vuelan>

incluso comparten algunos espacios de ejercitación, pero en ningún sentido se autodefinen como *runners*. A diferencia de su planificación profesional, que implica una dedicación exclusiva de dos turnos diarios en pista y gimnasio, sumado a los *fondos largos*, los corredores aficionados suelen disponer (como mucho) de una hora diaria para practicarlo: *Hoy hay cada vez más gente que corre, porque se han dado cuenta que hace bien, no necesitamos más que un par de zapatillas y ganas, no necesitamos tanto tiempo. La gente se ha dado cuenta que está bueno invertir un ratito del día a nosotros mismos*, me dice.

Su contracara, partiendo de la forma en la cual son representadas las mujeres vinculadas al *running* y al atletismo, podría ser la joven atleta marplatense Sofía Luna. Debido a su belleza y a su cuerpo proporcionalmente tonificado de acuerdo a los parámetros considerados aceptables, es convocada por distintas marcas para realizar campañas de indumentaria urbana que realzan su sensualidad, más allá de su condición de atleta Nike. La lectura de las imágenes y posteos en las redes sociales de Luna (con más de 40 mil seguidores en Instagram) lleva a pensarla como modelo e “IT girl” antes que deportista. Marita me comenta que mientras antes se corría con ropa de algodón y zapatillas básicas, hoy se le atribuye a la indumentaria y al calzado una cuota de responsabilidad en el rendimiento de las deportistas: *ahora, que las mujeres se animaron a correr, que se animaron a salir, me encanta que no les importe que se le muevan las lolas cuando corren, ahora hay todo ese tipo de ropa que nos ayuda como mujeres, parece una pavada pero para nosotras es muy importante. A mí me encanta que las marcas se hayan dado cuenta que nosotras necesitamos ropa deportiva y femenina a la vez. Yo soy una atleta a la que siempre le gustó la ropa, de no olvidarme de la parte femenina*.

La última campaña de Nike en Argentina eligió a la actriz, modelo, DJ y corredora aficionada Calu Rivero para mostrar las nuevas calzas *strength tights* especialmente diseñadas con tecnología para hacer *running*, a fin de reducir la vibración muscular. La elección de Rivero no ha sido aleatoria, es uno de los personajes principales de la marca, considerada una celebrity en las redes sociales, donde además promueve a que las mujeres se comprometan para alcanzar sus objetivos físicos. De hecho, los casos de Sofía Luna y de Calu

Rivero asienta resultados ya mencionados por estudios de mercado que ven el *running* como el deporte con más posturo, seguido por el *fitness* y el *CrossFit*. Y esto se liga a que muchas veces parecería más importante dejar constancia en las redes sociales de los entrenamientos, participación en carreras y objetivos conseguidos, que la práctica deportiva en sí.

En Argentina, hace diez años, la mujer representaba no más del 20 o 25% de los inscriptos en las carreras de resistencia, mientras que hoy el número casi se iguala con el de los hombres. Si bien todavía predominan en distancias mayores, paulatinamente la mujer se acerca<sup>15</sup>. Su creciente participación en las competencias de resistencia se traduce como habilitación y legitimidad en la práctica para el sexo femenino, que se relaciona con sus intereses estéticos vinculados a la transformación física y a la ampliación de los vínculos de sociabilidad. El *running* es una herramienta de superación y, al mismo tiempo, de cambio social, que también constituye un potencial a ser acaparado por las estrategias del mercado. La indumentaria y el calzado femenino resultan una forma de expresión y de estética para la mujer deportista, quien materializa su estilo a partir de la elección en los modelos de calzas o de remeras.

Haber ganado el maratón de Buenos Aires en 2014 fue un antes y un después para el marplatense Mariano “El Colo” Mastromarino, quien pasó de ser un corredor de pista que no llamaba mucho la atención a ser conocido por todo el ambiente del *running*. Hoy, junto con Marita Peralta y Luis Molina, es uno de los referentes conocidos, no sólo por haber sido representantes en los últimos Juegos Olímpicos de Río 2016, sino por el rol que tienen como promotores de esta actividad, elegidos por las marcas deportivas y por las empresas que organizan las carreras para difundir las competencias. “El Colo” atribuye el boom del *running* en Argentina como “una moda que vino para quedarse y que día a día va ganando más adeptos” (Prosdocimi, 2015: 95), que permite que las personas busquen una mejor calidad de vida, dejando atrás el sedentarismo.

## **Entrenamientos**

---

15 En la última edición del maratón de Buenos Aires el porcentaje de inscriptas ascendió al 28%, mientras que en las últimas ediciones de los 21 kilómetros el cupo es menor al 31%.

Atletas y *runners* comparten espacios, prácticas y *la pasión por el deporte*. No obstante, las motivaciones pueden ser diferentes para estos actores: los atletas desde su profesión y los corredores aficionados desde la búsqueda de la liberación, el encuentro individual y un estilo de vida saludable, donde el cuerpo es el elemento central de esta actividad para ambos. La técnica corporal del *running*, las habilidades específicas que los deportistas adquieren progresivamente en espacios y ámbitos de aprendizaje para la realización de esta práctica, es similar a la del atletismo. Además, aunque teniendo en cuenta el compromiso de cada uno, los distintos aspectos de la cotidianidad de los deportistas (tanto atletas como amateurs) son reacomodados en función de los entrenamientos y las competencias, en particular: cuestiones relativas a la alimentación, el descanso, la sexualidad, el consumo, la vida social. La forma en la cual la persona planifica su entrenamiento tiene que ver con su perfil. Quien corre de manera grupal supone un interés que suele ir más allá de lo deportivo: implica relacionarse, compartir una meta, otorgar o conseguir apoyo en los momentos de debilidad. El corredor solitario, en cambio, ya sea por su carácter o por otros motivos, se repliega en sí mismo y afirma alcanzar un alto nivel de concentración. Ricardo y Fabián<sup>16</sup>, ambos de entre 50 y 60 años, están entre las personas a las que entrevisté y que no pertenecen a ningún *running team*, pero que tienen una extensa trayectoria dentro de esta práctica. Entre sus argumentos, me dicen que *correr solos les permite administrar los tiempos propios, cuándo salir y cuándo entrenar*. Además, *entrenar en soledad prepara la mente, con un mayor nivel de concentración*. Fabián me dice que, si bien lo intentó en algún momento, prefiere no integrar ningún grupo de entrenamiento, así evita *movilizarse hasta el lugar donde se reúnen, estar en un horario determinado, generando un compromiso que prefiere no asumir*. En Argentina, el fenómeno de los grupos de corredores comenzó a aparecer hace unos 30 años. Hasta entonces, sólo existían agrupaciones atléticas que buscaban personas, en especial jóvenes, con condiciones para desarrollar alguna especialidad. Pero ante aquel escenario, la mayoría de las personas que

---

<sup>16</sup> Los nombres de las personas han sido modificados para preservar el anonimato de quienes formaron parte de la investigación, con la excepción de las figuras públicas.

deseaban y necesitaban ejercitarse, quedaban al margen. El Prof. de Educación Física Marcelo Perotti indica que los primeros grupos de *gente común* comienzan a formarse algo después: “Personas que, por elección de vida, se habían dedicado a estudiar, trabajar y formar una familia. Si bien están quienes optan por un entrenamiento personalizado, lo grupal permite desarrollar una actividad física y promover el deporte como una forma de vida, cuidar el cuerpo, ordenarse la vida, la alimentación, y a la vez, comprender que pueden alcanzar cualquier logro deportivo. Aunque todos quieren llegar a la meta en el menor tiempo, la clave está en superarse” (Prosdocimi, 2015: 45).

Leonardo Malgor, entrenador y ex atleta, asegura que “el atletismo es una escuela que prepara para la vida misma” (Prosdocimi, 2015: 124). El atleta se forma en base a la constancia, el sacrificio, el cuidado personal (como la alimentación y el descanso), la ambición por llegar lo más lejos posible y la confianza en el entrenador. En cuanto al entrenamiento, recomienda que “el cross-country es ideal para lograr una formación integral en lo que a resistencia se refiere. Es la base del entrenamiento a largo plazo. Luego se debería llegar a la pista”. La pista de atletismo es el lugar de referencia para el deportista de elite o quien se encuentre en formación para alto rendimiento, es un espacio fundamental en el cual desarrolla su ejercicio diario, alternándolo con gimnasio. Este escenario es otro de los puntos de diferencia y distancia, incluso un sello de distinción en algunos casos, entre los corredores aficionados y los atletas profesionales. Si bien Buenos Aires cuenta con algunas pistas de atletismo en la ciudad<sup>17</sup>, no todos los grupos de entrenamiento pueden acceder a este espacio para que sus integrantes puedan entrenar *pasadas de velocidad* en ese terreno. No obstante, conseguir entrenar en una pista de atletismo no ha sido una dificultad para algunos *running teams*, tal es el caso de NRC Buenos Aires, el cual coordinó la posibilidad de que una de las sesiones semanales<sup>18</sup>

17 La única pista de atletismo con superficie de solado sintético (material que se usa en las pistas profesionales) en un espacio público, estará disponible en el Parque Chacabuco. Para más información, véase: [https://www.clarin.com/ciudades/pista-parque\\_0\\_SJte3l59x.html](https://www.clarin.com/ciudades/pista-parque_0_SJte3l59x.html)

18 La actividad comienza *Ready, Set, Go Run*, destinada a quienes desean *correr mejor*, para *enfrentar el primer km.*, con *distancias cortas y diferentes ritmos*. El *Speed Run* es más específico, con trabajos de velocidad y *pasadas* en la pista de atletismo para que los corredores sean más fuertes y rápidos. El *Home Run* es una sesión *recovery*, *un día de diversión*, *de correr con amigos y hacer otros nuevos*. El año pasado se sumó el *Long Run* para

fuera en una pista profesional: primeramente (en diciembre de 2016) en el Centro Nacional de Alto Rendimiento Deportivo (CENARD), en marzo (y por sólo tres semanas) en la sede Jorge Newbery del Club Gimnasia y Esgrima de la ciudad de Buenos Aires (GEBA) y, desde abril de 2017, en la pista del Campo de Deportes de la UBA, en Ciudad Universitaria. Los *coaches* y *pacers* de Nike aseguran que *la pista permite dar lo mejor de cada uno en cada sesión de velocidad*. Mis observaciones indican que *las pasadas* permiten un mejor rendimiento en la actividad, aunque el nivel de cada corredor influye en la coordinación grupal: no es lo mismo alguien que corre a un ritmo de 4 k/h, que el que lo hace a 6 k/h. En definitiva, si bien *todos* los miembros de NRC van a la pista de atletismo, habiendo una separación por colores de acuerdo al nivel y rendimiento de cada corredor, se presentan dificultades entre aquellos *más rápidos* y *los más lentos*, particularmente, cuando se cruzan en los andariveles, habiéndose sacado bastante distancia entre unos y otros. Sin embargo, estos inconvenientes no son tenidos en cuenta por los instructores, quienes hacen foco en que *todos puedan correr, participar y divertirse en cada sesión*.

Por otro lado, siguiendo mis observaciones de campo comparativas, Luis Miguéles acentúa la importancia de la técnica de la carrera: *la habilidad de correr de forma más eficiente*. “La eficiencia en este caso viene dada por la capacidad de poder correr más rápido con menos esfuerzo” (García, 2017: 64). En sus clases de los martes y jueves por la mañana en el Rosedal de Palermo, se focaliza para que sus alumnos realicen distintos ejercicios de técnica de carrera *para mejorar la coordinación y la agilidad, dos aspectos del entrenamiento que se pueden descuidar*. “Coordinar la frecuencia de la zancada, el braceo o pequeños cambios de dirección en una carrera son algunos de los aspectos importantes que dan eficacia en nuestra forma de correr” (Ibídem: 65). En cada entrenamiento, Luis pone atención en visualizar (incluso filmar) la pisada de los corredores, marcando *uno de los errores más frecuentes en los corredores, que es hacer una zancada excesivamente larga donde el apoyo cae delante del centro de gravedad. La intención es siempre correr hacia adelante, todo lo que sea ir hacia arriba nos resta velocidad y*

---

correr en circuitos turísticos y *ayudar a los que estén preparando objetivos especiales*.

*eficacia, porque no se trata de correr más, se trata de correr mejor.* Estas indicaciones están dirigidas a los atletas de alto rendimiento como así también a los corredores amateurs. Si bien el espacio de la pista del CENARD sigue siendo el lugar reservado para los de elite, Luis alienta a que sus alumnos participen de las jornadas organizadas por la Federación Atlética Metropolitana (FAM) y experimenten *lo que es participar de una prueba como ésta.*

### **Reflexiones finales**

El *running*, si bien hermanado aún con las raíces del atletismo, se ha ampliado para un público que excede notoriamente a los atletas federados de esa competencia o que lo practican de modo recreativo, para involucrarse a la lógica del capitalismo y a las presiones de la globalización. Este escenario de masificación de la práctica ocurre en conjunto con la aparición de lo que podría ser un modo de individuación propio de la época neoliberal, donde el sujeto se ve rodeado del relato de la autosuperación constante, entrenando diariamente, buscando objetivos más desafiantes. En este escenario, particularmente las mujeres sienten que pueden liberarse, expresarse, experimentando un creciente sentido de autorrealización y autoestima que se traduce en autonomía y confianza para los distintos ámbitos de su vida. Más allá de la actividad física y competitiva en sí, que comparte similitudes con el atletismo, el *running* posibilita una plataforma de mercantilización massmediática, donde se naturalizan ciertas prácticas y se visibilizan otras, donde se estructuran ciertas representaciones y se planifican determinados consumos.

### **Bibliografía**

- Bramble, D. M. & Lieberman, D. E. (18 noviembre 2004). Endurance running and the evolution of *Homo*. *Nature* (432), 345-352.
- Cáceres, D. (23 de abril de 2015). Informe: ellas y el running, mujeres que vuelan. *La Nación*. Recuperado de <http://www.lanacion.com.ar/1786930-informe-ellas-y-el-running-mujeres-que-vuelan>
- Cáceres, D. (9 de septiembre de 2017). Desde 1989, todos los campeones de los 21k de Buenos Aires. *La Nación*. Recuperado de <http://www.lanacion.com.ar/2059485-desde-1989-todos-los-campeones-de-los-21k-de-buenos-aires>

- Clemente, S. (5 de marzo de 2017). Parque Chacabuco: renuevan la pista de atletismo y será como las profesionales. *Clarín*. Recuperado de [https://www.clarin.com/ciudades/pista-parque\\_0\\_SJte3I59x.html](https://www.clarin.com/ciudades/pista-parque_0_SJte3I59x.html)
- García, S. (2017). *Aprender a correr. Consejos, historias y guía para corredores novatos y experimentados*. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Debate.
- Garton, G. e Hijós, N. (en prensa). La deportista moderna: género, clase y consumo en el fútbol, *running* y hockey argentino.
- González Bascarán, C. (20 de julio de 2017). Las carreras populares en la época de Cuéntame. *Capital Radio*. Recuperado de [http://capitalradio.es/se-organizaban-las-carreras-populares-40-anos/?doing\\_wp\\_cron=1500622596.4630959033966064453125](http://capitalradio.es/se-organizaban-las-carreras-populares-40-anos/?doing_wp_cron=1500622596.4630959033966064453125)
- Prosdocimi, A. (Ed.) (2015). *El Gran Libro Clarín del corredor: Experiencia Running*. CABA: Arte Gráfico Editorial Argentino.