

#YEARINSPORT

2018

STRAVA

メンバー数3,600万人

195カ国

107億キロ

スポーツは世界をつなぐ。Stravaはそんなつながりを作る場所です。

現在、世界中から3,600万もの人々がStravaに集まり、毎週1,500万件以上のアクティビティがシェアされています。メンバーそれぞれがアスリートとしての自分を記録にも記憶にも残し、その喜びを分かち合っています。

それは結果だけでなく、一人ひとりの努力と仲間たちの存在を確認するためなのです。

32種目
アクティビティタイプ

1,500万件
1週間に投稿されるアクティビティ数

20件
1秒間の投稿数

本レポートは10/1/2017~9/30/2018のデータを元に作成されています。

もくじ

01 Community & Social

- 4 The Year of the QOM
- 5 Kudos
- 6 Clubs
- 7 Segments
- 8 Group Workouts
- 11 Photos
- 12 Emoji

02 Active Trends

- 14 Most Active Days of the Year
- 15 Gender Trends
- 16 Multisport Trends
- 17 Goal Setting
- 18 Indoor Workouts
- 19 Food Around the World

03 Commuting

- 21 Commuting Overview
- 22 Commuting Global
- 23 Commuting Ride US
- 24 Commuting Run US

04 Ride & Run Totals

- 26 Ride
- 31 Run

Contact

Community & Social

感化されるような挑戦、背中を押してくれる応援、さらなる高みへと導いてくれるスポーツマンシップ—アスリートはコミュニティからモチベーションを得るのです。

01

- 4 The Year of the QOM
- 5 Kudos
- 6 Clubs
- 7 Segments
- 8 Group Workouts
- 11 Photos
- 12 Emoji

The Year of the QOM



Strava Speed Project

今年の春、ロサンゼルスからラスベガスまでのランニングリレーに挑むため、10人の女性が集結しました。それまで互いに面識のなかったランナーたちが、547キロ以上の道のりを41時間かけてつなぎ、次第に絆を深めていく姿は、まさにスポーツの真骨頂とも言えるでしょう。



Larissa Connors

コロラドで開催されたマウンテンバイクレース、Leadville Trail 100でLarissa Connorsが二連覇を達成。2位から30分近くの大差をつけ、堂々のゴールを果たしました。

Sophie Power at UTMB

ベストフォトは間違いなくこの一枚。ウルトラトレイルレースの最高峰、Ultra-Trail du Mont-Blancを完走したSophie Powerは、ランナーとしてだけでなく、女性としての強さを世界に見せつけました。



Kudos

デジタル版のハイタッチともいえるKudos。
今年Stravaで交換されたKudosは36億個。



世界中で交換されたKUDOS

3,603,479,590



日本で交換されたKUDOS

47,709,967

Clubs

Strava内に存在する25万件以上のクラブ。その中から、仲間をみつけたアスリートは、スポーツに対してもよりアクティブです。

TOP 5 クラブランキング

 **The Strava Club**
メンバー数 15.7万

 **GCN**
メンバー数 8.1万

 **Lululemon Global Run Free**
メンバー数 5.6万

 **Zwift**
メンバー数 5.3万

 **1000 km in 2018**
メンバー数 5.3万

クラブ参加者の平均投稿数:

88.7

クラブ不参加者の平均投稿数:

25.2

クラブに参加しているアスリートは参加していないアスリートに比べ、**3倍**多くアクティビティを投稿しています。

Segments

作成されたセグメント数

2,800,522

 **762,777**

 **1,923,521**

 **全世界**



 人気のランニングスポット (5KM以上)

アテンプト回数:98,503回

**Prospect Park 5k –
North Start**

Brooklyn, New York, US



 人気のサイクリングスポット (獲得高度150M以上)

アテンプト回数:492,520回

**Box Hill –
Junction to Island**

Dorking, United Kingdom

 **日本**



 人気のランニングスポット (5KM以上)

アテンプト回数: 74,461回

**Imperial Palace
Loop – South Start**

Chiyoda, Tokyo, Japan



 人気のサイクリングスポット (獲得高度150M以上)

アテンプト回数: 42,997回

**ヤビツ峠 コンビ
ニスタート**

秦野市, 神奈川県, 日本

Group Activities 時間と距離

仲間と一緒に、時間が経つのもあっという間。
グループでワークアウトするアスリートは、
アクティビティの時間がより長い傾向にあります。

🕒 平均時間(全種目)

+10.2%

TOP 5
スポーツ種目
ランキング
平均分数

- グループアクティビティ
- ソロアクティビティ

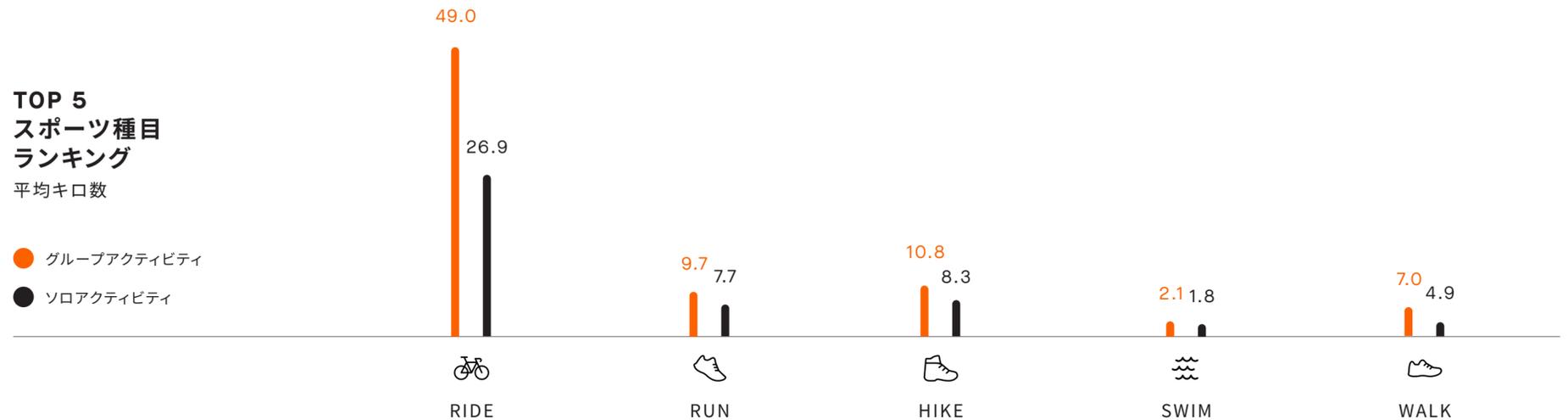


📍 平均時間(全種目)

+21.4%

TOP 5
スポーツ種目
ランキング
平均キロ数

- グループアクティビティ
- ソロアクティビティ



Group Activities デモグラフィックデータ

イギリスに住む50歳以上の男性はグループで活動するのが好き？

グループアクティビティを投稿したことがあるアスリート

男性
61.5%

女性
57.7%

50-59 歳 **66.7%**

40-49 歳 **66.5%**

30-39 歳 **60.6%**

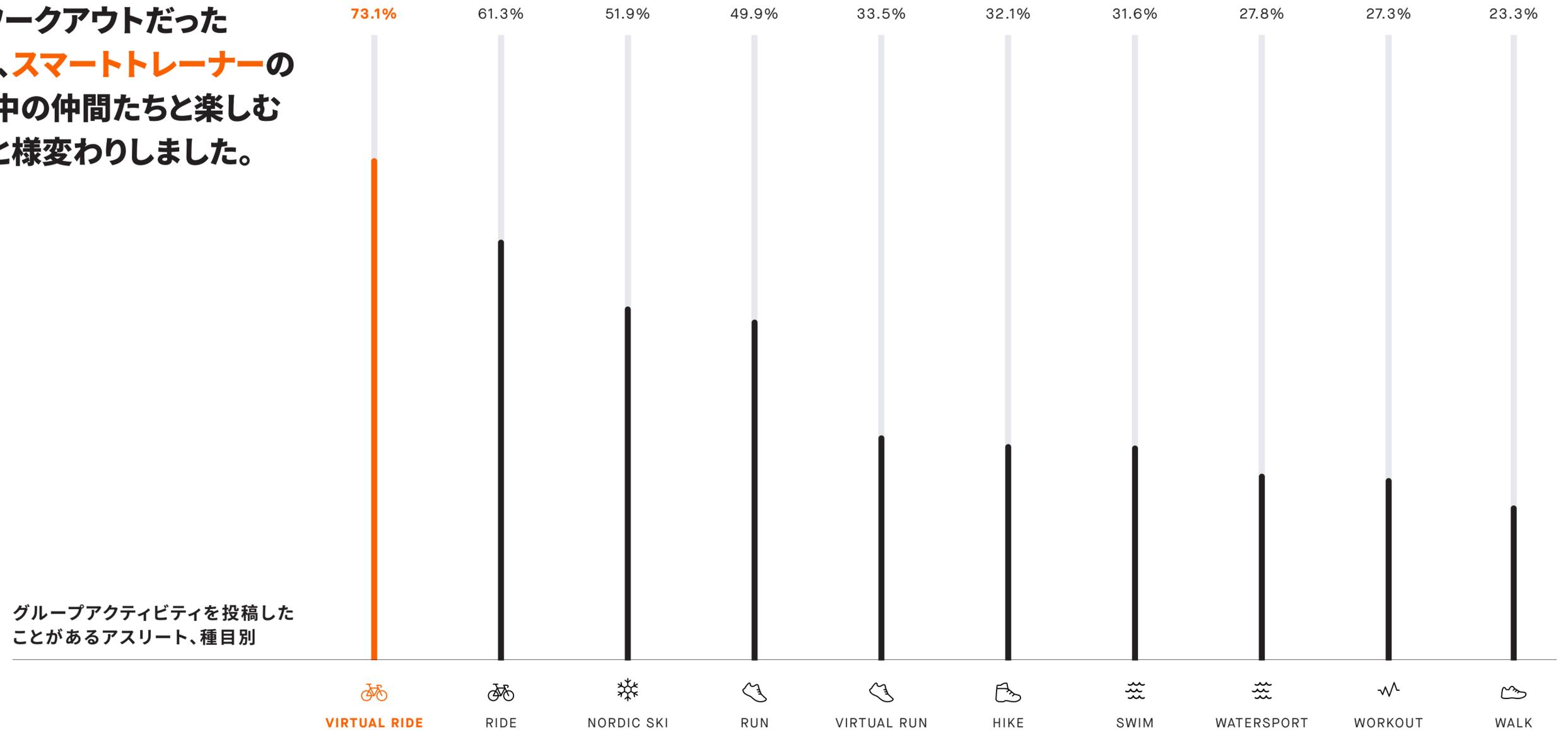
18-29 歳 **50.8%**

グループの平均人数

🌐 全世界	8.6	
🇺🇸 アメリカ	7.8	🇬🇧 イギリス
		13.6
		🇩🇪 ドイツ
		8.2
🇪🇸 スペイン	10.0	🇫🇷 フランス
		9.1
		🇧🇷 ブラジル
		7.4
		🇯🇵 日本
		9.3

Group Activities 種目別

これまで孤独なワークアウトだった
インドアライドは、スマートトレーナーの
普及により、世界中の仲間たちと楽しむ
アクティビティへと様変わりしました。



Photos

足を止めて、景色を楽しみ、写真を撮ろう。写真と一緒に投稿されたアクティビティは、平均して2倍も多くKudosを獲得しています。

今年最もKUDOSされた写真つきアクティビティ



Chris Froome
Tour of Britain Stage 3

👍 17,986



写真つきアクティビティ、種目別

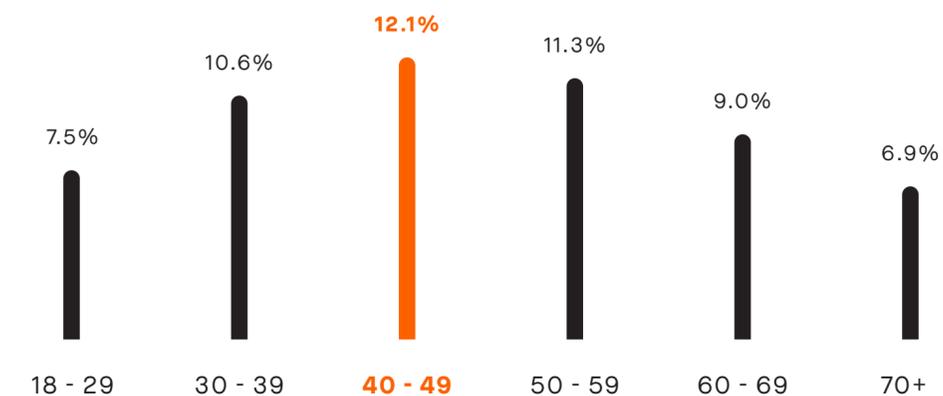
32% スノーシュー

25% バックカントリースキー

9% サイクリング

6% ランニング

写真つきアクティビティ、年齢別



写真つきアクティビティ、男女別

女性 **11.1%**

男性 **9.9%**

Emoji

言葉で説明しづらいときは、
絵文字で解決すれば 🙌

 最も使用されている
絵文字、国別

-  オーストラリア
カナダ
ドイツ
ロシア
南アフリカ
タイ
アメリカ
イギリス
-  ベルギー
フランス
オランダ
-  ポルトガル
スペイン
-  ブラジル
コロンビア
メキシコ
-  イタリア
-  日本
-  インド
-  韓国

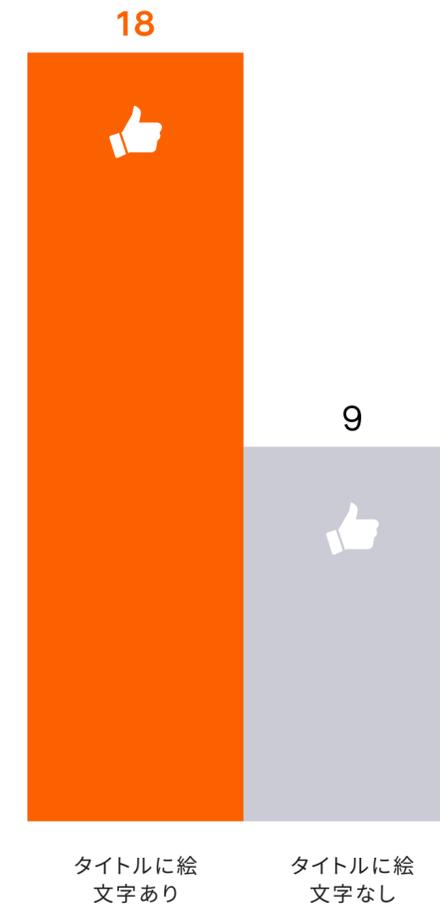
最も使用されている
絵文字、種目別

-  ランニング
-  サイクリング
-  ハイキング
-  トレーニング
-  ウォーキング
-  スケートボード
-  水泳
-  サッカー
-  ウォータースポーツ
-  スノーシュー
-  ベロモービル

KUDOS ❤️ EMOJI

タイトルに絵文字が入っている
アクティビティは、平均して2倍多く
Kudosを獲得しています。

KUDOSされたアクティビティ



Active Trends

いつ、どこで、何が人気だったかをみる、
アスリートたちのトレンド

02

- 14 **Most Active Days of the Year**
- 15 **Gender Trends**
- 16 **Multisport Trends**
- 17 **Goal Setting**
- 18 **Indoor Workouts**
- 19 **Food Around the World**

Most Active Days of the Year

🌐 全世界

	日付	曜日	アクティビティ数
📊 全種目:	5月6日	日曜日	210万
🚲 サイクリング:	5月6日	日曜日	120万
👟 ランニング:	9月16日	土曜日	76.61万

🇯🇵 日本

	日付	曜日	アクティビティ数
📊 全種目:	7月4日	水曜日	42.82万
🚲 サイクリング:	7月14日	土曜日	22.21万
👟 ランニング:	11月23日	木曜日	17万

🇬🇧 イギリス

- 📅 1月13日
アクティビティ数: 142.4K
- 📅 6月26日
アクティビティ数: 181.3K

🇺🇸 アメリカ

- 📅 11月23日
アクティビティ数: 170.0K
- 📅 7月14日
アクティビティ数: 222.1K

🇩🇪 ドイツ

- 📅 5月6日
アクティビティ数: 37.0K
- 📅 5月6日
アクティビティ数: 82.8K

🇫🇷 フランス

- 📅 9月30日
アクティビティ数: 70.6K
- 📅 9月9日
アクティビティ数: 82.2K

🇪🇸 スペイン

- 📅 12月31日
アクティビティ数: 43.6K
- 📅 4月15日
アクティビティ数: 80.9K

🇧🇷 ブラジル

- 📅 5月1日
アクティビティ数: 45.0K
- 📅 5月31日
アクティビティ数: 119.9K

Gender Trends

女性

TOP 3 スポーツ

投稿数9000万件



Run

投稿数5000万件



Ride

投稿数900万件



Walk

TOP 3 ランニングレース種目



ハーフマラソン	38.1%
マラソン	24.7%
10K	21.4%
その他	15.8%

男性

TOP 3 スポーツ

投稿数3.82億件



Ride

投稿数2.34億件



Run

投稿数2100万件



Swim

TOP 3 ランニングレース種目

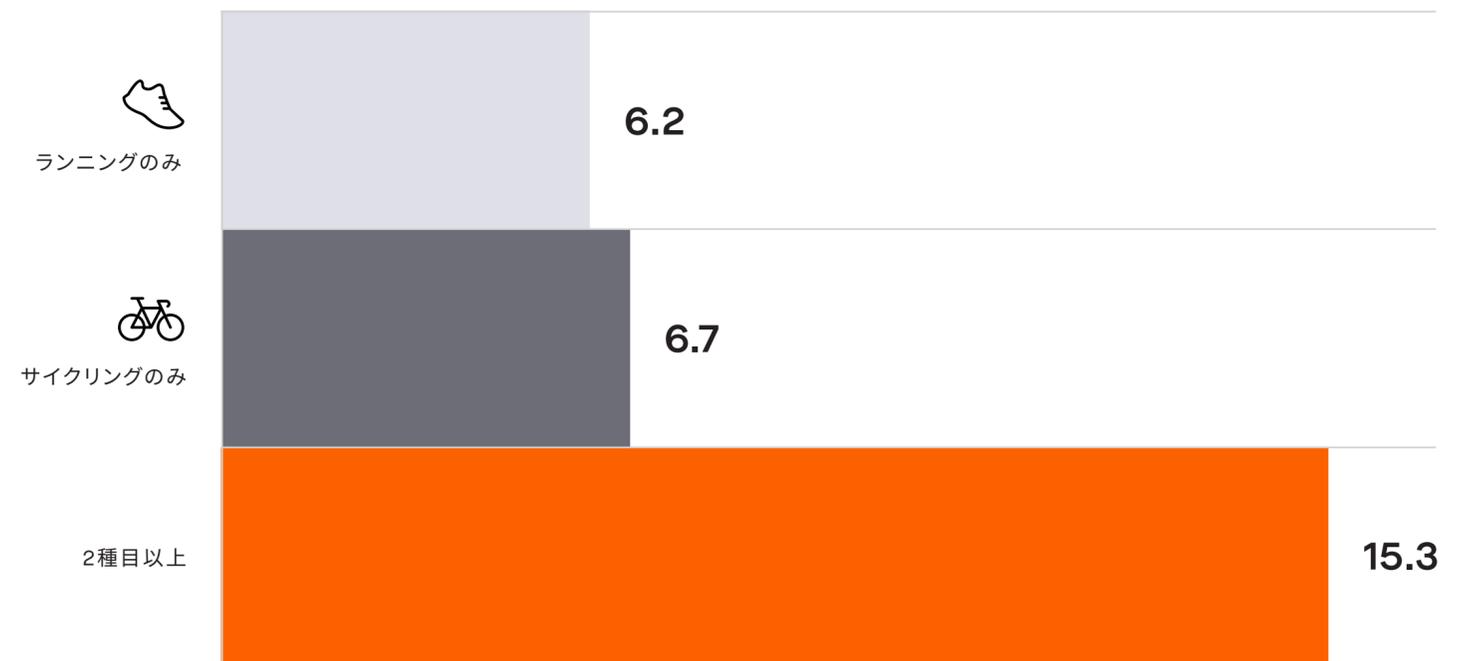


ハーフマラソン	36.8%
マラソン	32.4%
10K	17.1%
その他	14.5%

Multisport Trends

複数のスポーツをする
アスリートは、それぞれに
費やす時間を減らすのではなく、
全体的なワークアウト時間を
増やしています。

月間平均アクティビティ投稿数



Goal Setting

目標に向かって計画を立てる — ゴール設定をするアスリートは、年間を通してアクティブであることを継続しています。

年間の目標を設定した6ヶ月後のアクティビティ数の増加(中央値)

 **Ride +15.1%**

 **Swim +15.1%**

 **Run +14.2%**

📍 距離目標を設定した6ヶ月後にアクティビティを継続しているアスリート

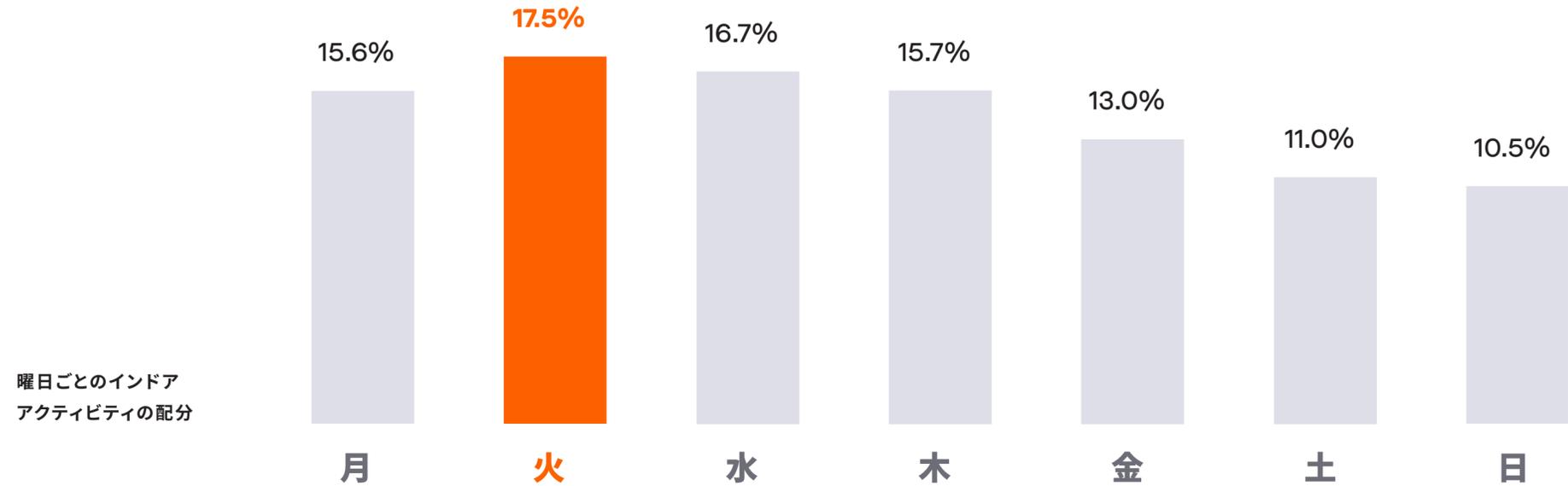


🕒 タイム目標を設定した6ヶ月後にアクティビティを継続しているアスリート

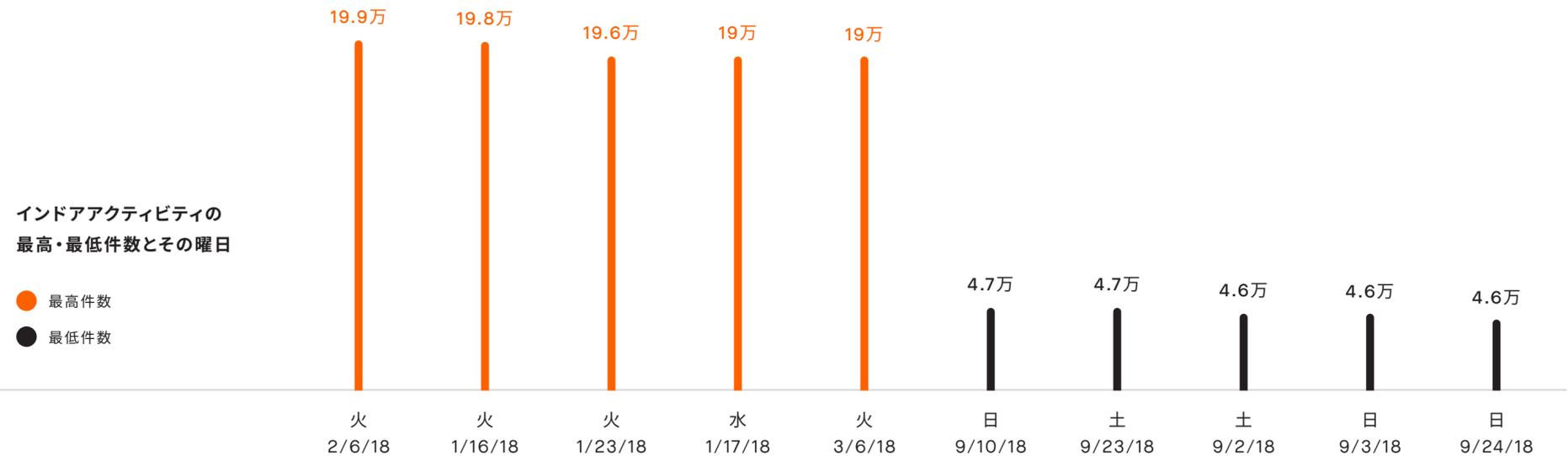


Indoor Workouts

インドアアクティビティは平日が最も盛んで、週末に向かうに連れて減少しています。



インドアアクティビティは火曜日が最も人気。



Food Around the World

やはり、ビールはランナーにもサイクリストにも大人気。しかし、コーヒー通はランナーよりもサイクリストに多いようです。

アクティビティのタイトルに最も使われるフード

ランニング

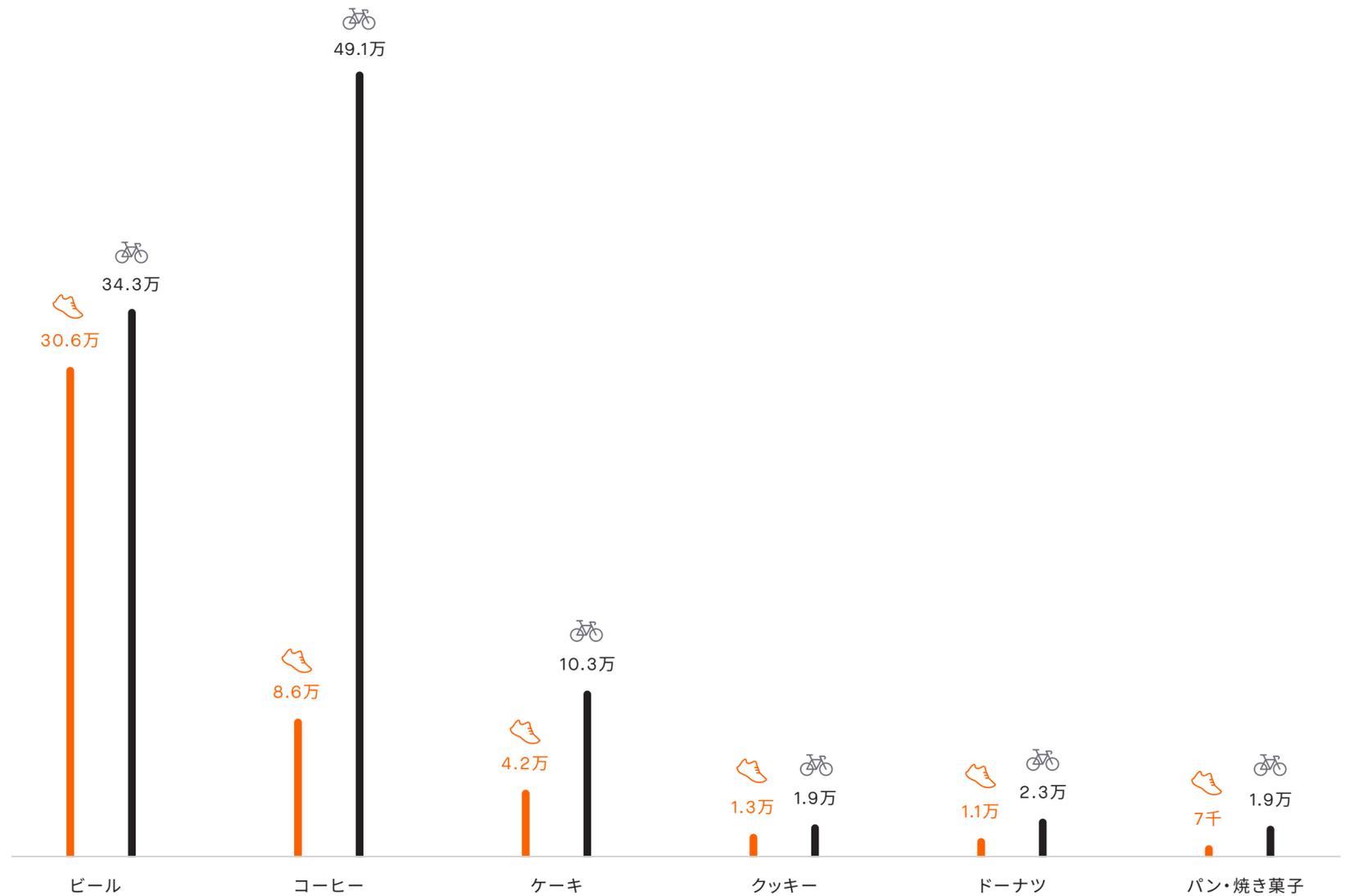
1. ビール
2. コーヒー
3. ケーキ
4. クッキー
5. ドーナツ
6. パン・焼き菓子

サイクリング

1. コーヒー
2. ビール
3. ケーキ
4. ドーナツ
5. クッキー
6. パン・焼き菓子

アクティビティのタイトルに最も使われるフード

● ランナー ● サイクリスト



Commuting

サイクリングやランニングは自由な時間にだけ行うアクティビティではなく、移動手段としてもどんどん広がっています。

03

- 21 **Commuting Overview**
- 22 **Commuting Global**
- 23 **Commuting Ride US**
- 24 **Commuting Run US**

Commuting Overview

渋滞、交通費、排気ガスーこの苦しみを止め、自力で移動することを選ぶアスリートがどんどん増えています。

🌐 全世界

👟 Run



距離 (中央値) **6.6 km**

CO2 相当量 **5960万 kgのCO₂**

🚲 Ride



距離 (中央値) **14.5 km**

CO2 相当量 **6億6010万 kgのCO₂**

🇯🇵 日本

👟 Run



距離 (中央値) **7.0 km**

CO2 相当量 **100万 kgのCO₂**

🚲 Ride



距離 (中央値) **14.0 km**

CO2 相当量 **1340万 kgのCO₂**

Commuting Global

Run

Global Run

通勤者 350万人

通勤者の1週間あたりの平均通勤アクティビティ数

 国別

 日本	1.79
 イギリスとアイルランド	1.55
 アメリカ	1.44
 ドイツ	1.41
 ブラジル	1.38
 スペイン	1.36
 フランス	1.35

 日本

北海道	2.10
東北	1.91
近畿	1.81
関東	1.79
九州	1.77
中部	1.75
中国	1.74
四国	1.62

Ride

Global Ride

通勤者 550万人

通勤者の1週間あたりの平均通勤アクティビティ数

 国別

 イギリスとアイルランド	3.29
 ドイツ	2.88
 日本	2.84
 アメリカ	2.43
 フランス	2.21
 ブラジル	1.93
 スペイン	1.59

 日本

関東	2.90
近畿	2.90
九州	2.87
北海道	2.80
中国	2.73
中部	2.71
四国	2.67
東北	2.44

Commuting Ride Japan

🚲 前年比

九州	+55.6%
東北	+52.1%
中国	+51.6%
北海道	+51.5%
四国	+47.8%
中部	+47.0%
関東	+44.6%
近畿	+42.9%

🚲 通勤距離 (中央値 km)



Commuting Run Japan

👟 前年比

四国	+105.1%
近畿	+90.9%
北海道	+88.8%
中国	+88.2%
中部	+79.3%
東北	+74.7%
関東	+74.2%
九州	+71.6%

👟 通勤距離 (中央値 km)



Run & Ride Totals

アスリート一人ひとりが作り出す大きなコミュニティ。
今年一年間の総合データを見てみましょう。

04

26 Ride

31 Run



Ride Totals



全世界

総ライド数	2億8750万
前年比	+21.9%
1人あたりの平均アクティビティ数	34.2
1秒間に投稿されるアクティビティ数	9.11



日本

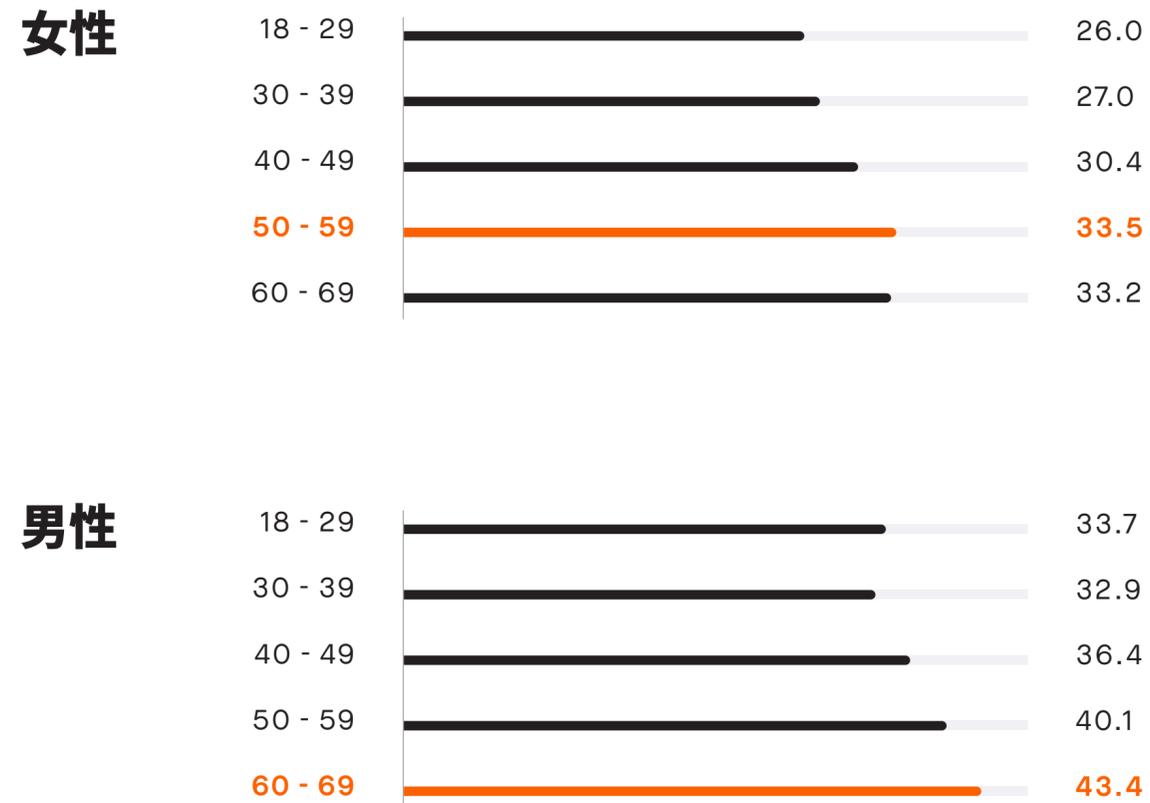
総ライド数	450万
前年比	+19.2%
1人あたりの平均アクティビティ数	39.7

🚲 Ride Totals 距離

🌐 全世界

総距離 **85億 km**
1ライドあたりの平均距離 **35.2 km**

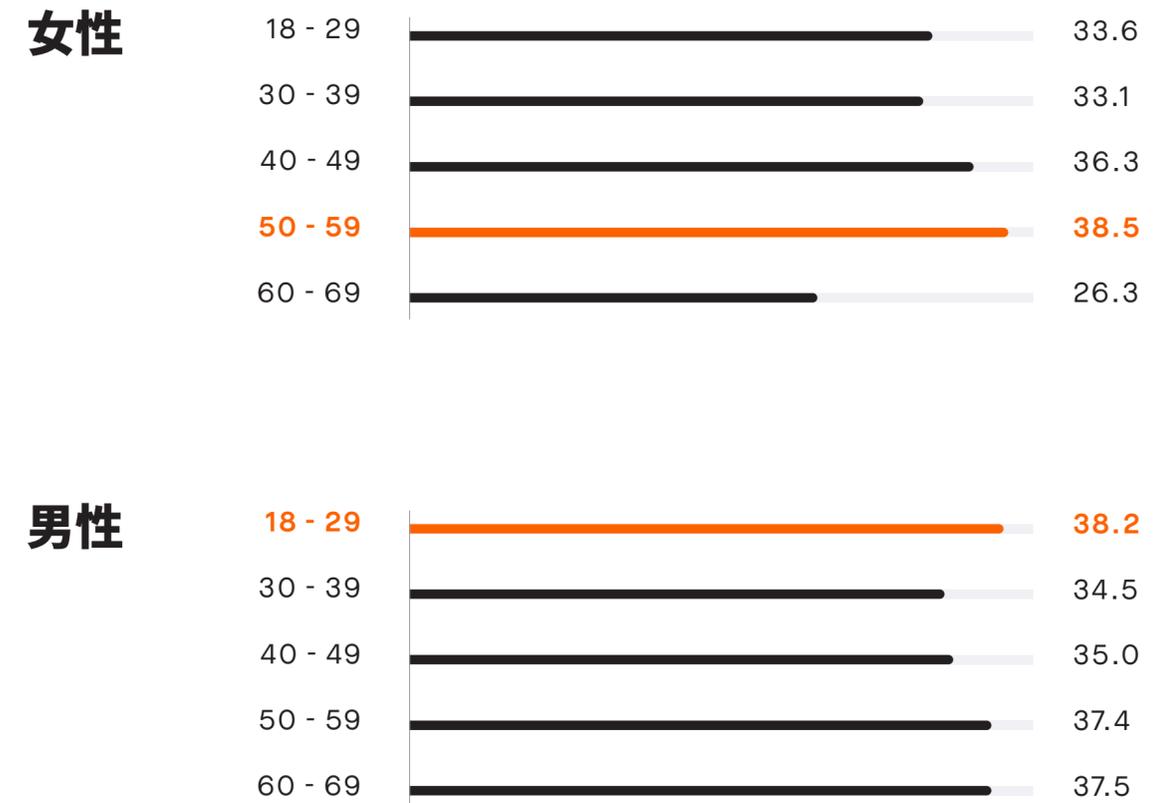
平均距離、年齢別・男女別



🇯🇵 日本

総距離 **1億6200万 km**
1ライドあたりの平均距離 **35.9 km**

平均距離、年齢別・男女別



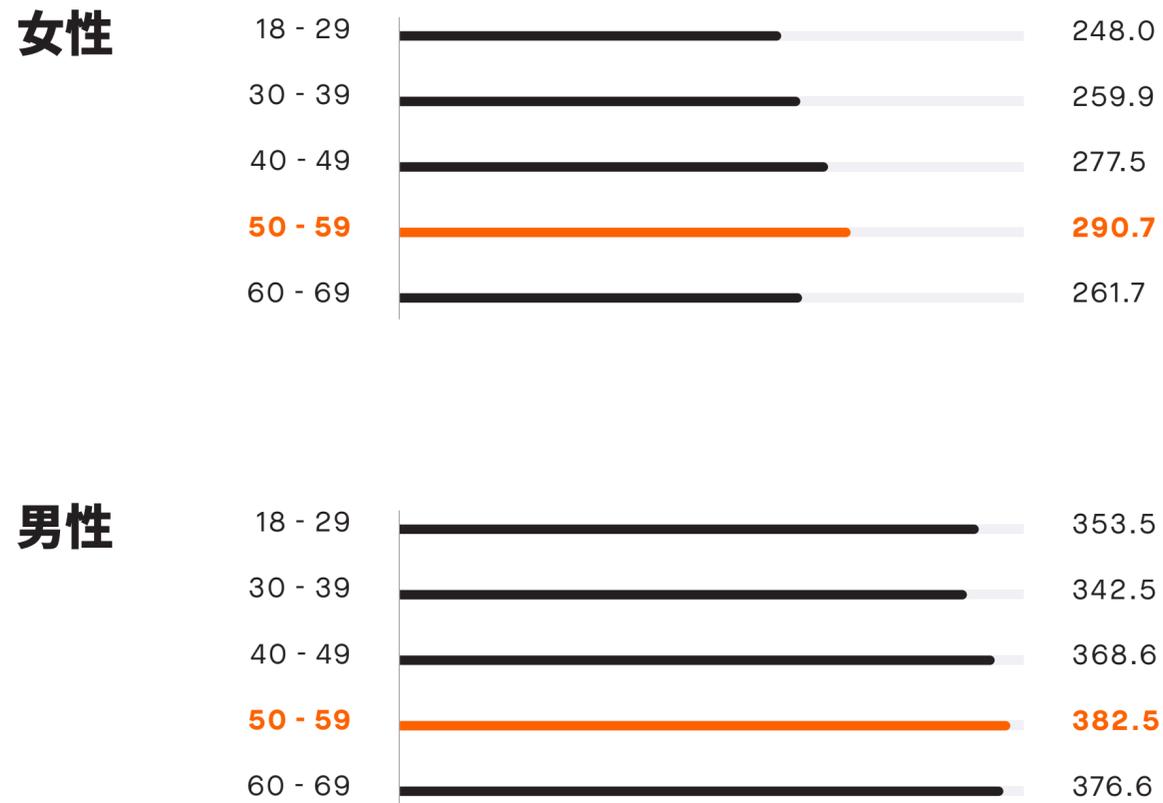
🚲 Ride Totals 獲得高度

🌐 全世界

総獲得高度 **861億 m**

1ライドあたりの平均獲得高度 **350.6 m**

平均獲得高度(メートル)、年齢別・男女別

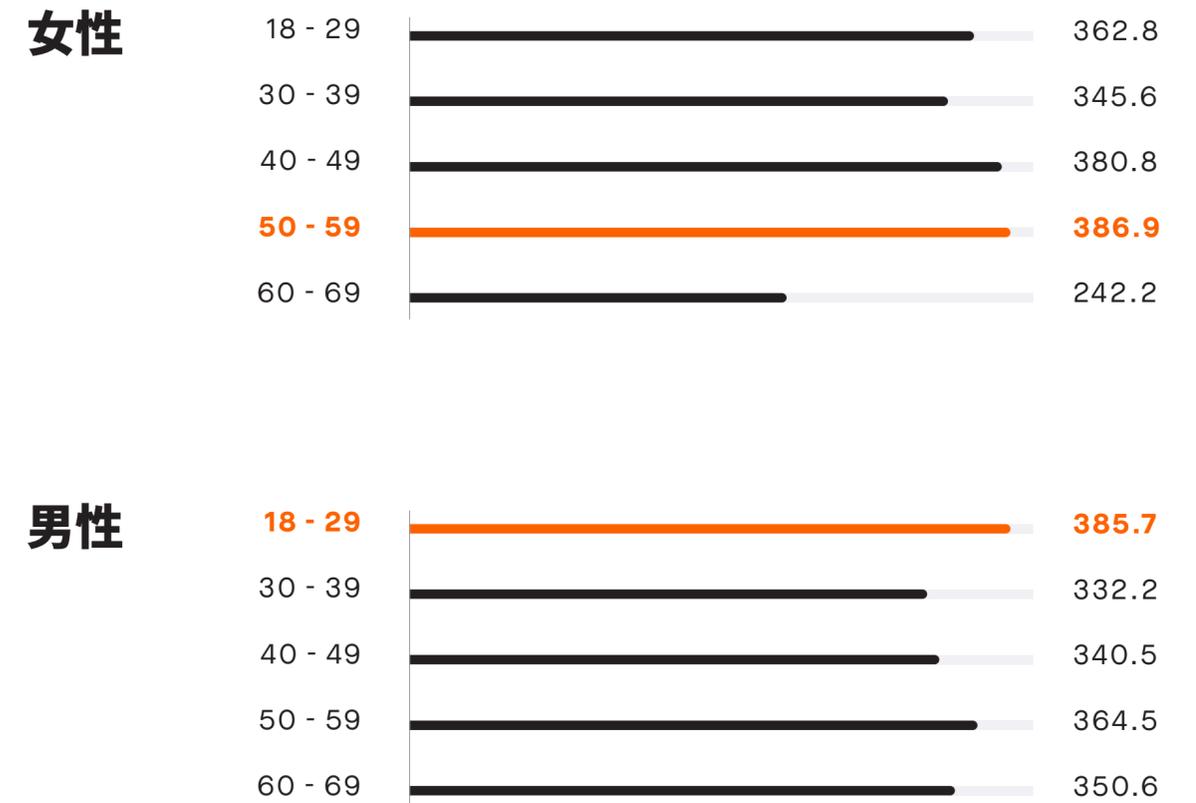


🇯🇵 日本

総獲得高度 **16億 m**

1ライドあたりの平均獲得高度 **348.0 m**

平均獲得高度(メートル)、年齢別・男女別



🚲 Ride Totals スピードと移動時間

🚲 スピード

🌐 全世界	平均スピード	21.7 km/h
	女性	19.5 km/h
	男性	22.0 km/h

🇯🇵 日本	平均スピード	21.2 km/h
	女性	18.9 km/h
	男性	22.4 km/h

🕒 移動時間

🌐 全世界	1ライドあたりの平均移動時間	1:37:36
	女性	1:30:28
	男性	1:38:37

🇯🇵 日本	1ライドあたりの平均移動時間	1:40:39
	女性	1:50:49
	男性	1:37:36

🚲 Ride Totals レースなど

🌐 全世界

レース参加

(レースアクティビティを投稿したアスリート)

女性	+2.8%
前年比	-1.3%
男性	+5.3%
前年比	+1.1%

センチュリー (160km 以上の)
ライド完走件数

19.42万

平均速度、曜日別

	AVG KM/H
月曜日	21.57
火曜日	22.18
水曜日	21.99
木曜日	22.03
金曜日	21.61
土曜日	21.55
日曜日	21.39

🇯🇵 日本

レース参加

(レースアクティビティを投稿したアスリート)

女性	+2.4%
前年比	+10.0%
男性	+4.9%
前年比	+6.7%

センチュリー (160km 以上の)
ライド完走件数

5600

平均速度、曜日別

	AVG KM/H
月曜日	21.89
火曜日	22.2
水曜日	22.27
木曜日	22.32
金曜日	21.98
土曜日	22.2
日曜日	22.21



Run Totals



全世界

総ラン数	2億4070万
前年比	+46.2%
1人あたりの平均ラン数	30.1
1秒間に投稿されるアクティビティ数	7.6



日本

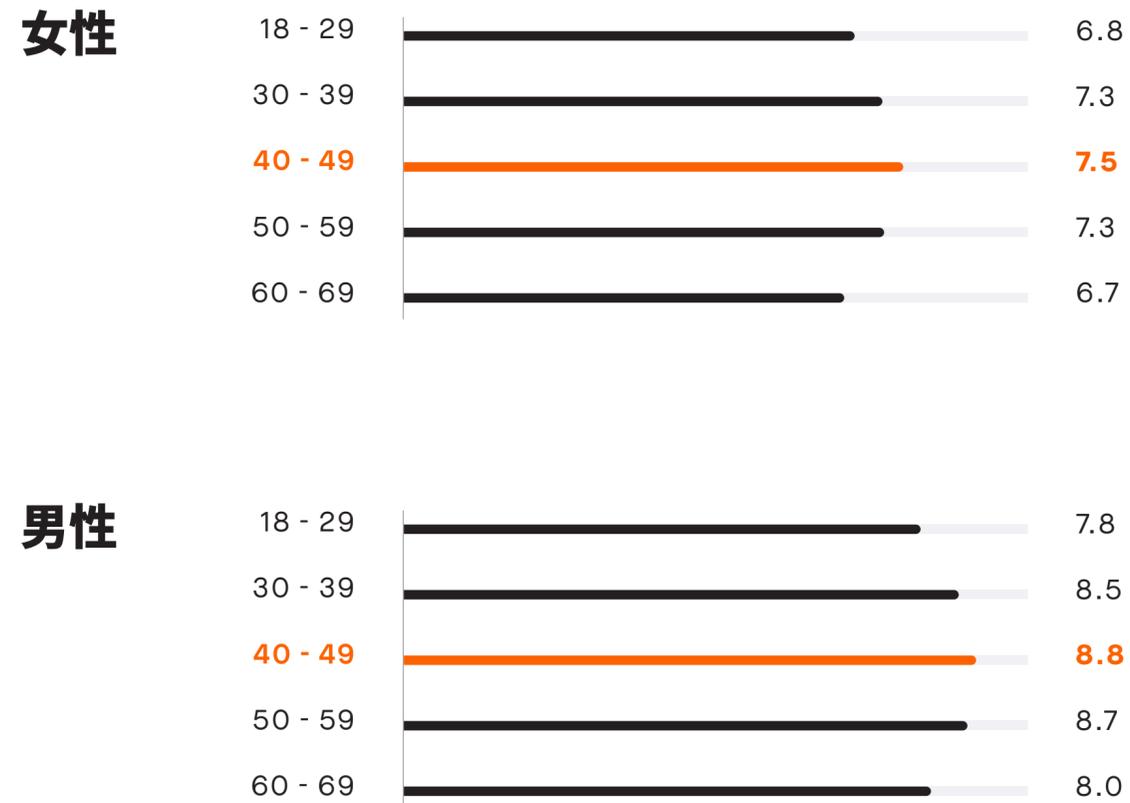
総ラン数	230万
前年比	+48.7%
1人あたりの平均ラン数	35.1

👟 Run Totals 距離

🌐 全世界

総距離 **15億2050万 km**
1ランあたりの平均距離 **8.2 km**

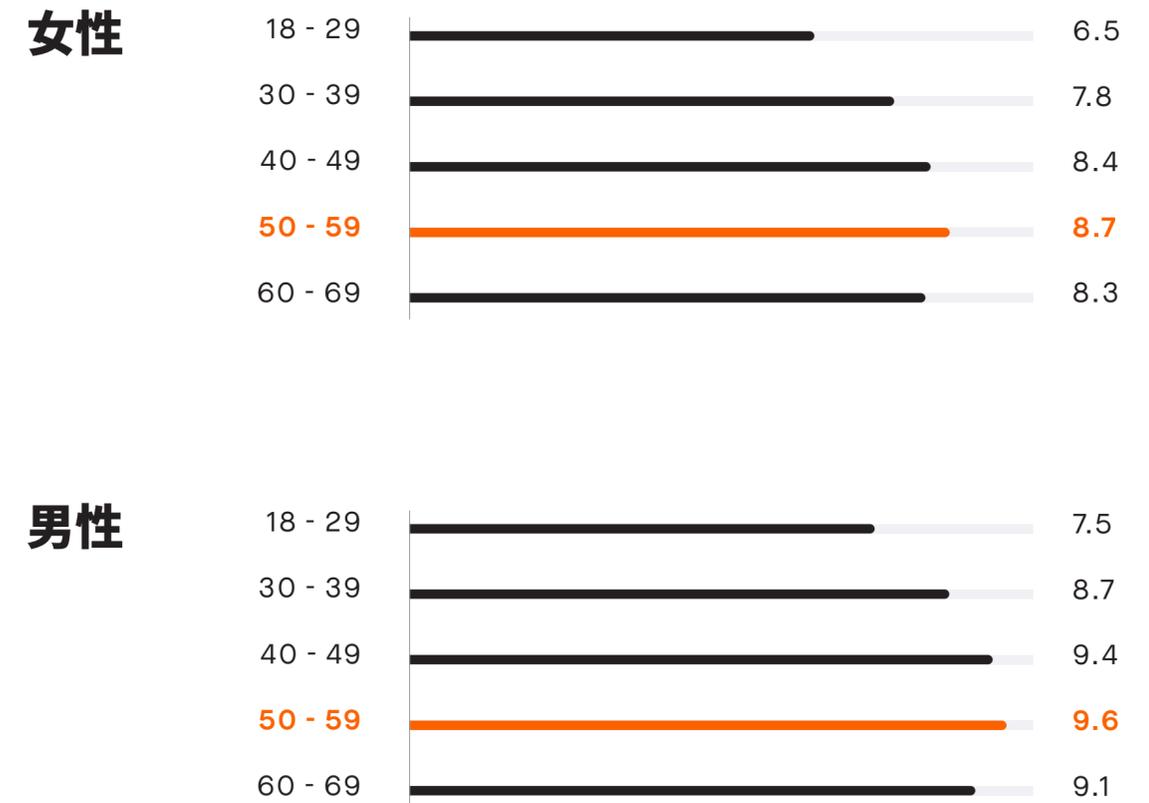
平均距離、年齢別・男女別



🇯🇵 日本

総距離 **2090万 km**
1ランあたりの平均距離 **9.0 km**

平均距離、年齢別・男女別

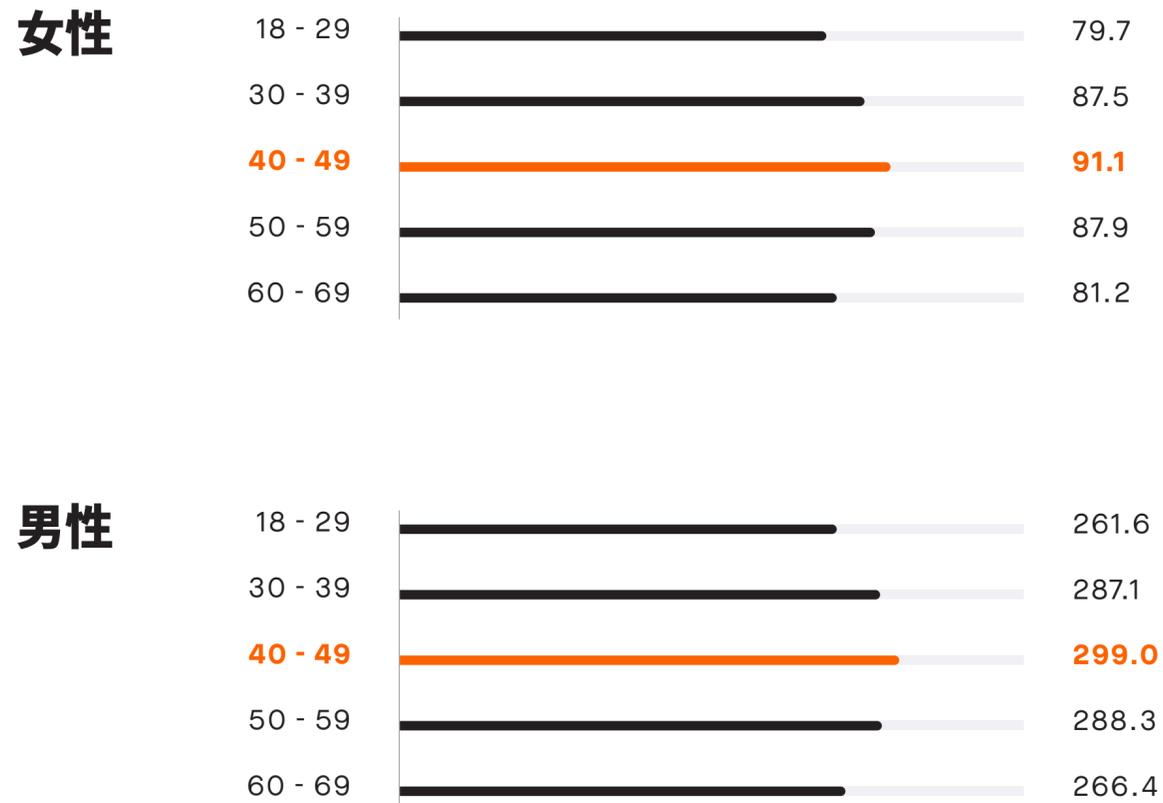


👟 Run Totals 獲得高度

🌐 全世界

総獲得高度 **167億 m**
1ランあたりの平均獲得高度 **82.8 m**

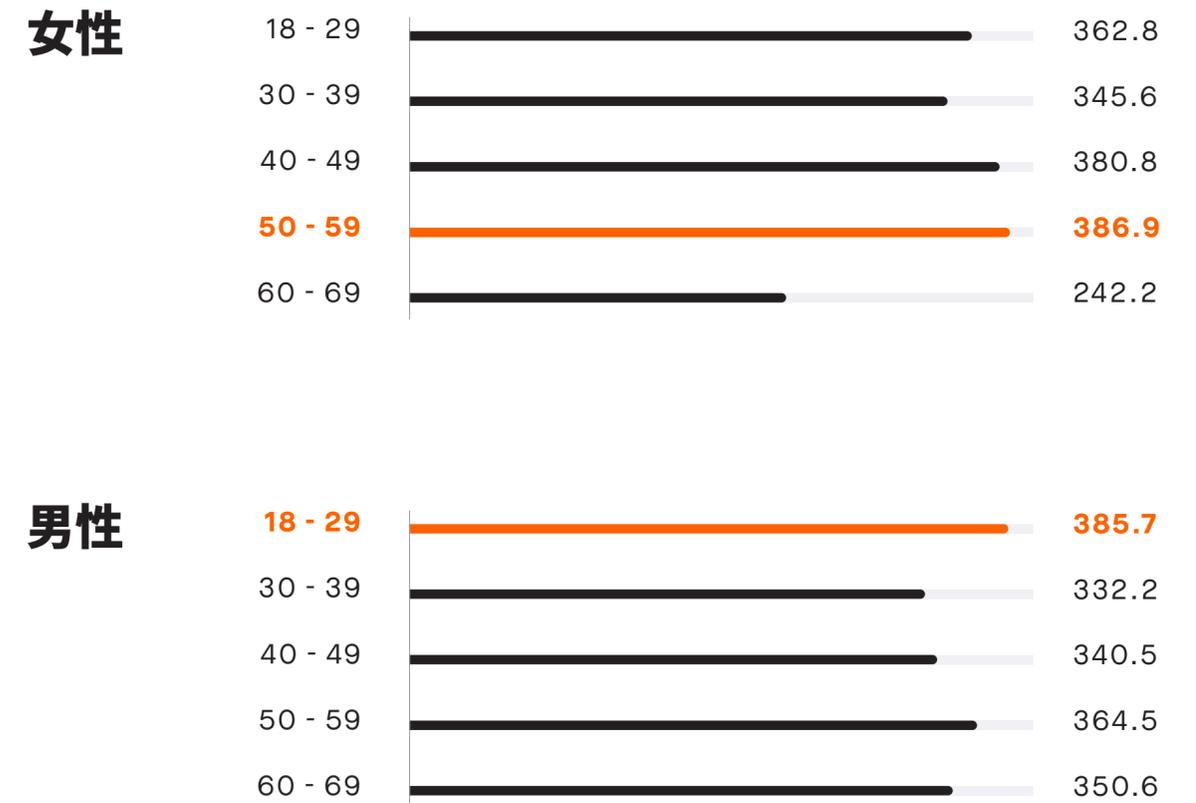
平均獲得高度(メートル)、年齢別・男女別



🇯🇵 日本

総獲得高度 **2億 m**
1ランあたりの平均獲得高度 **97.1 m**

平均獲得高度(メートル)、年齢別・男女別



 **Run Totals** スピートと移動時間 **スピード**

 全世界	平均キロペース (分)	0:06:29
	女性	0:06:46
	男性	0:06:09

 日本	平均キロペース (分)	0:06:32
	女性	0:06:49
	男性	0:06:17

 **移動時間**

 全世界	平均移動時間	0:49:49
	女性	0:48:48
	男性	0:50:49

 日本	平均移動時間	0:54:41
	女性	0:54:00
	男性	0:54:23

 **Run Totals** レースなど

 **全世界**

レース参加

(レースアクティビティを投稿したアスリート)

女性 前年比	+10.5% +10.1%
男性 前年比	+11.8% +6.1%

マラソン完走件数

88.57万

平均速度、曜日別

	AVG MIN/KM
月曜日	6:34
火曜日	6:24
水曜日	6:27
木曜日	6:25
金曜日	6:28
土曜日	6:30
日曜日	6:34

 **日本**

レース参加

(レースアクティビティを投稿したアスリート)

女性 前年比	+6.1% +43.8%
男性 前年比	+8.1% +13.8%

マラソン完走件数

2.99万

平均速度、曜日別

	AVG MIN/KM
月曜日	6:30
火曜日	6:21
水曜日	6:16
木曜日	6:19
金曜日	6:21
土曜日	6:29
日曜日	6:29

Stravaは世界中のアスリートのアクティブライフを応援し、スポーツコミュニティの発展に貢献できるよう、今後も進化を続けていきます。取材やデータのリクエストなど、お気軽にお問い合わせください。2019年もどうぞよろしくお願いいたします。

strava@ozma.co.jp