

#YEARINSPORT

2018

STRAVA
Ano no esporte

36 milhões de atletas

195 países

10,7 bilhões km

Os esportes unem o planeta e o Strava é o lugar onde esta conexão é feita para mais de 36 milhões de pessoas em todo o mundo. Ao carregar mais de 15 milhões de atividades por semana, os membros do Strava documentam, homenageiam e celebram o que significa ser um atleta. Não se trata apenas de resultados – é sobre o esforço e as relações que tornam alcançar estas metas possível.

32

tipos de esportes

15 mil

atividades carregadas
por semana

20

uploads por segundo

Todos os dados neste documento foram coletados entre 01/10/2017 e 30/09/2018

Índice

01 Comunidade & Aspecto Social

- 4 O ano das QOM
- 5 Kudos
- 6 Clubes
- 7 Segmentos
- 8 Atividades de grupo
- 11 Fotos
- 12 Emoji

02 Tendências

- 14 Dias Mais Ativos do Ano
- 15 Tendências por Gênero
- 16 Tendências Multiesporte
- 17 Definição de Metas
- 18 Exercícios Indoor
- 19 Comidas ao Redor do Mundo

03 Deslocamentos ao Trabalho

- 21 Deslocamentos ao Trabalho: Perspectiva Geral
- 22 Deslocamentos ao Trabalho: Global
- 23 Deslocamentos ao Trabalho em Bicicleta: Brasil
- 24 Deslocamentos ao Trabalho Correndo: Brasil

04 Ciclismo & Corrida: Totais Anuais

- 26 Ciclismo
- 31 Corrida

Contato

Comunidade & Aspecto Social

Aventuras para encontrar inspiração, apoio para se movimentar, espírito esportivo para continuar avançando – pertencer a uma comunidade motiva os atletas.

01

- 4 O ano das QOM
- 5 Kudos
- 6 Clubes
- 7 Segmentos
- 8 Atividades de grupo
- 11 Fotos
- 12 Emoji

O ano das QOM*



Strava Speed Project

Dez mulheres passaram de completas desconhecidas a um grupo fortemente unido durante os 547 km de um revezamento de 41 horas de Los Angeles até Las Vegas. Sua força e apoio mútuo mostrou o melhor do esporte.



Larissa Connors

Larissa Connors defendeu sua coroa na exaustiva prova de mountain bike Leadville Trail 100, terminando quase meia hora antes da competidora que levou o segundo lugar.

A força de Sophie na UTMB

Nossa melhor foto do ano, sob qualquer ângulo: Sophie Power se esforçando ao máximo e desafiando as regras na Ultra-Trail du Mont-Blanc.

* Queen of the Mountain / Rainha da Montanha

Kudos

São como cumprimentos digitais – e os atletas Strava deram mais de 3,6 bilhões deles este ano.



KUDOS DADOS NO MUNDO

3.603.479.590



KUDOS DADOS NO BRASIL

511.402.532

Clubes

Os atletas podem escolher entre mais de 250.000 clubes, e aqueles que encontraram o seu tendem a ser muito mais ativos.

TOP 5 CLUBES

-  **The Strava Club**
157K membros
-  **GCN**
81K membros
-  **Lululemon Global Run Free**
56K membros
-  **Zwift**
53K membros
-  **1000 km in 2018**
53K membros

MEMBROS DE UM CLUBE:

88,7

média de atividades
caregadas

Os atletas que participam de um clube publicaram **3 vezes** mais atividades do que os que não fazem parte de um.

NÃO MEMBROS
DE UM CLUBE:

25,2

média de atividades
caregadas

Segmentos

Novos segmentos criados

2.800.522

 **762.777**

 **1.923.521**

Global



 CORRIDA: SEGMENTO MAIS POPULAR / 5 KM OU MAIS

98.503 tentativas

Prospect Park 5k – North Start

Brooklyn, New York, US



 CICLISMO: SEGMENTO MAIS POPULAR / ELEVÇÃO DE 150 M OU MAIS

492.520 tentativas

Box Hill – Junction to Island

Dorking, United Kingdom

Brasil



 CORRIDA: SEGMENTO MAIS POPULAR / 5 KM OU MAIS

40.740 tentativas

5k > Boteco Praia > Mercado Peixe > Feira BM

Fortaleza, Ceará, Brasil



 CICLISMO: SEGMENTO MAIS POPULAR / ELEVÇÃO DE 150 M OU MAIS

281.484 tentativas

Mesa do Imperador - Trecho 01

Rio de Janeiro, Brasil

Atividades em Grupo Tempo & Distância

O tempo voa quando atletas se unem na vida real. Atletas que treinam juntos tendem a carregar atividades mais longas.

🕒 DURAÇÃO MÉDIA (TODOS OS ESPORTES)

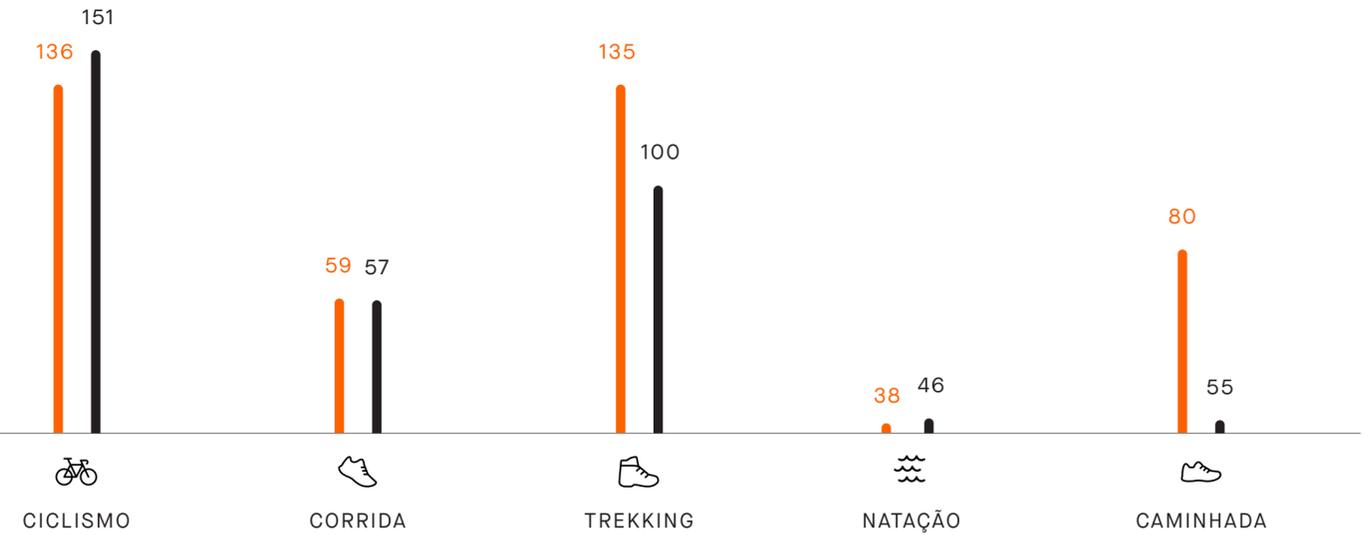
+10,2%

📍 DISTÂNCIA MÉDIA (TODOS OS ESPORTES)

+21,4%

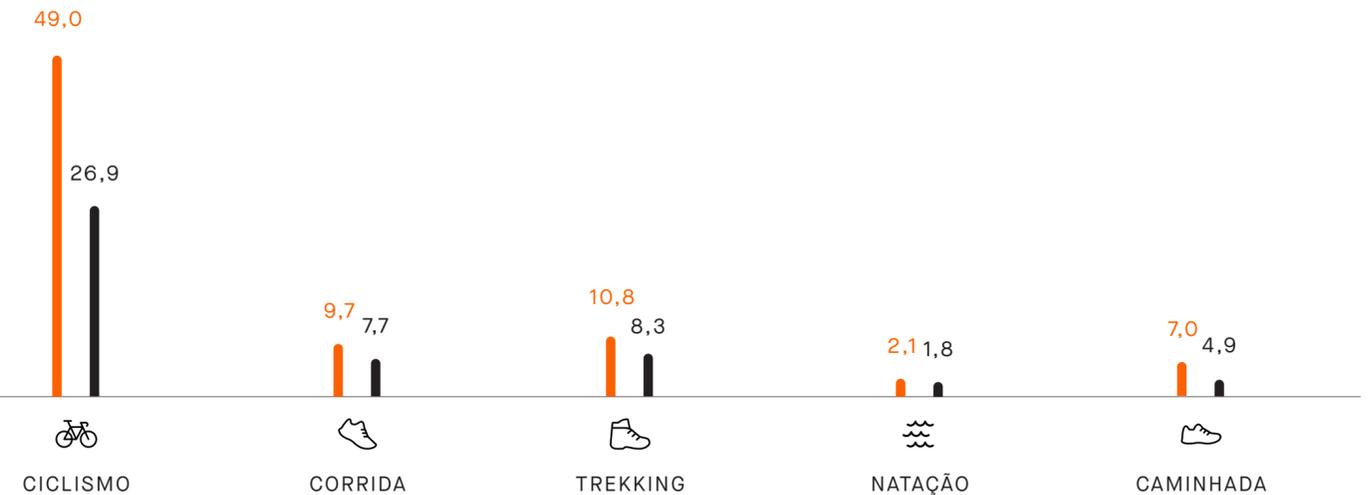
TOP 5 ESPORTES MÉDIA DE MINUTOS

● ATIVIDADES DE GRUPO
● ATIVIDADES SOZINHO



TOP 5 ESPORTES MÉDIA DE QUILOMETROS

● ATIVIDADES DE GRUPO
● ATIVIDADES SOZINHO



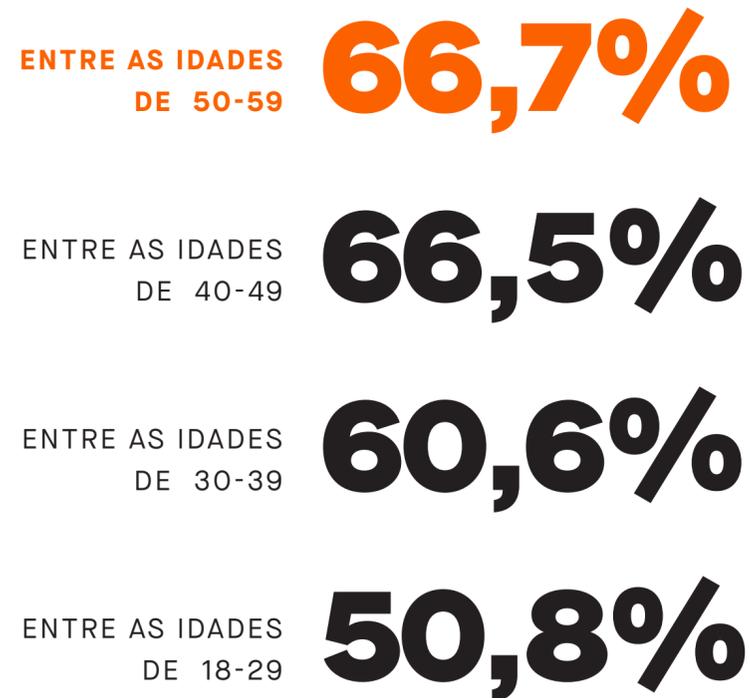
Atividades em Grupo Demografia

Se os esportes fossem um concurso de popularidade, os homens com mais de 50 anos no Reino Unido provavelmente receberiam o primeiro prêmio.

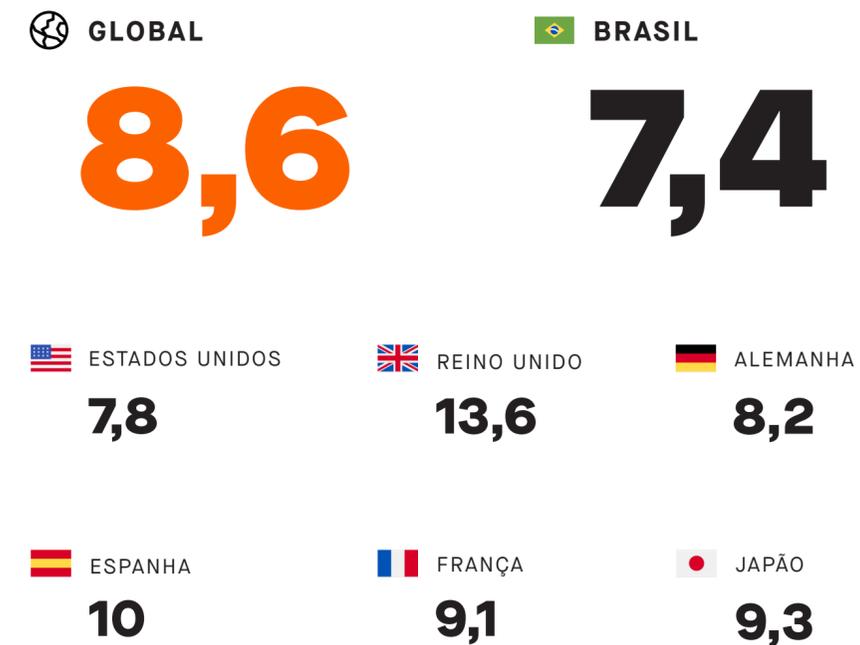
ATLETAS QUE CARREGARAM ATIVIDADES DE GRUPO

61,5%
dos homens

57,7%
das mulheres

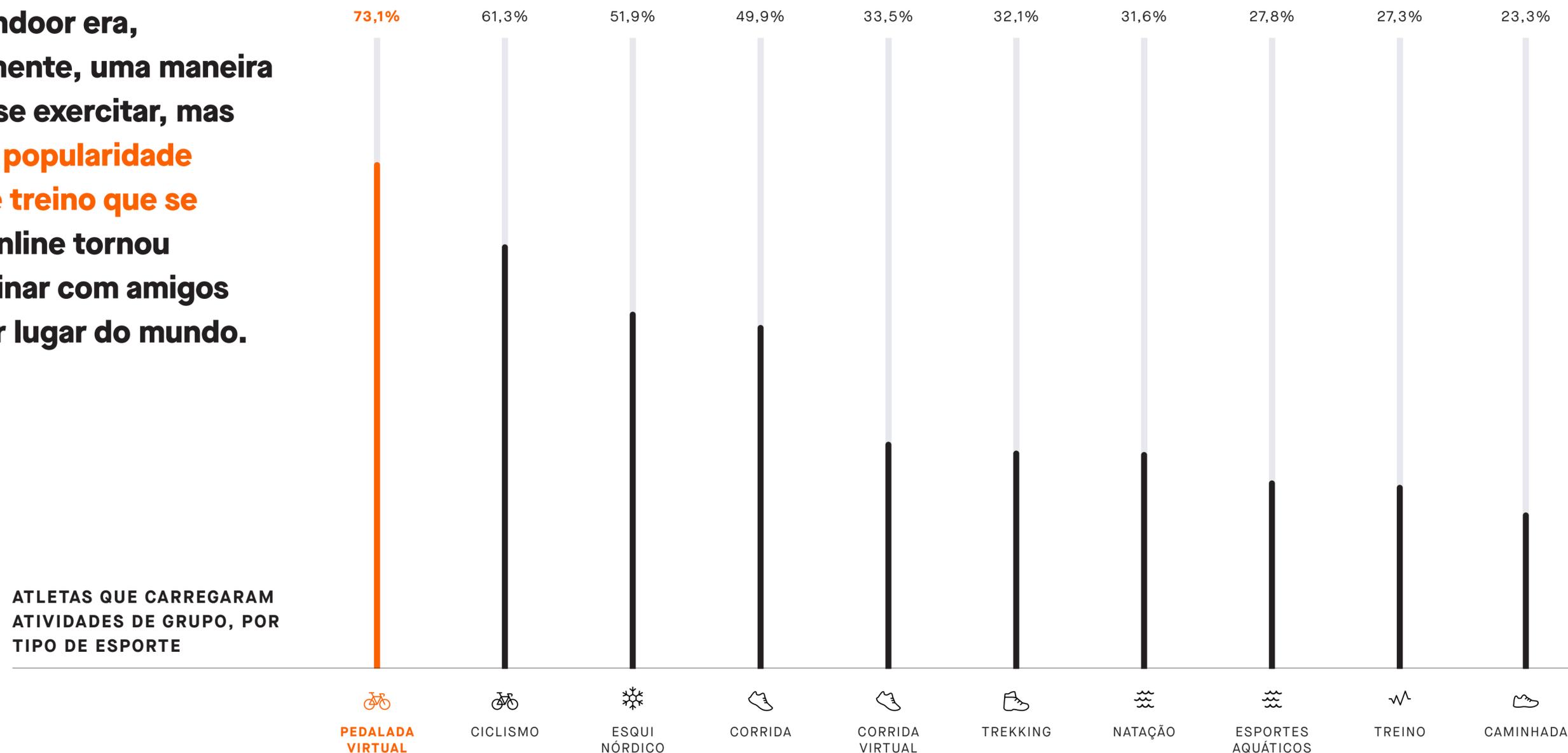


NÚMERO DE MEMBROS DOS GRUPOS



Atividades em Grupo Tipo de Esporte

O ciclismo indoor era, tradicionalmente, uma maneira solitária de se exercitar, mas a crescente popularidade dos rolos de treino que se conectam online tornou possível treinar com amigos em qualquer lugar do mundo.



Fotos

Pare, cheire as rosas e tire algumas fotos. Em média, as atividades com fotos recebem mais que o dobro de kudos do que as atividades sem elas.

ATIVIDADE COM FOTOS QUE RECEBEU MAIS KUDOS EM 2018



Chris Froome
Tour of Britain Stage 3

👍 17,986



ATIVIDADES COM FOTOS POR ESPORTE

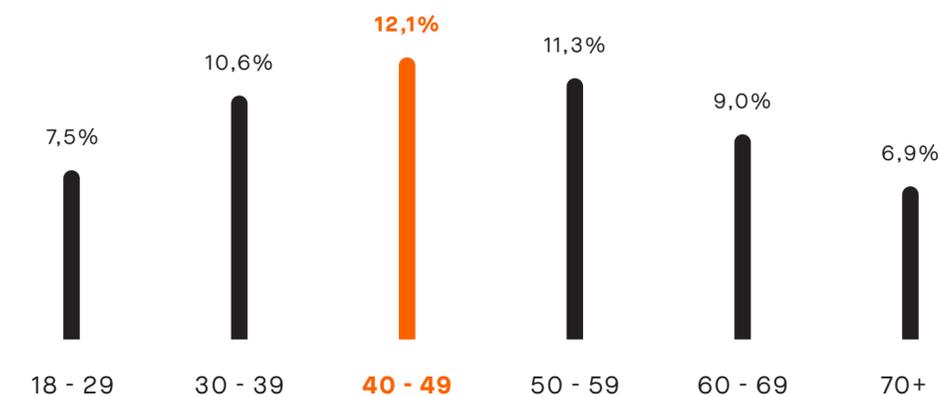
32% Corrida na Neve

25% Esqui de montanha

9% Ciclismo

6% Corrida

ATIVIDADES COM FOTOS POR FAIXA ETÁRIA



ATIVIDADES COM FOTOS POR GÊNERO

11,1% das mulheres

9,9% dos homens

Emoji

Quando é difícil encontrar a palavra certa, o emoji vai direto ao ponto, e os dados sugerem que os nossos atletas pensam que eles são 🙌.

MAIS POPULARES POR PAÍS

-  Austrália
Canadá
Alemanha
Rússia
África do Sul
Tailândia
Estados Unidos
Reino Unido
-  Bélgica
França
Holanda
-  Portugal
Espanha
-  Brasil
Colômbia
México
-  Itália
-  Japão
-  Índia
-  Coreia do Sul

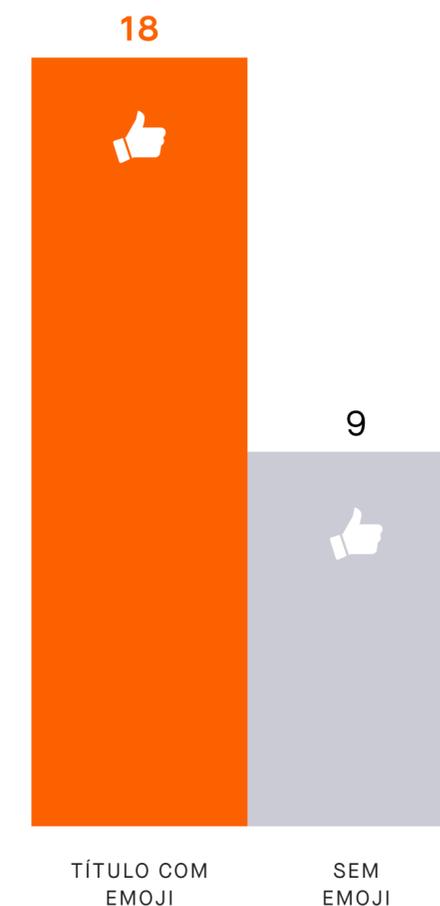
MAIS POPULARES POR ESPORTE

-  Corrida
-  Ciclismo
-  Trekking
-  Treino de força
-  Caminhada
-  Skate
-  Natação
-  Futebol
-  Esportes aquáticos
-  Corrida na neve

KUDOS ❤️ EMOJI

Em média, as atividades recebem o dobro da quantidade de kudos quando têm emoji no título.

ATIVIDADES COM KUDOS



Tendências

Onde, quando e o que foi popular entre os atletas este ano.

2022

- 14 **Dias Mais Ativos do Ano**
- 15 **Tendências por Gênero**
- 16 **Tendências Multiesporte**
- 17 **Definição de Metas**
- 18 **Exercícios Indoor**
- 19 **Comidas ao Redor do Mundo**

Dias Mais Ativos do Ano

Coincidentemente, os dias mais ativos do ano no Brasil são feriados nacionais.

Global

	DATA	DIA DA SEMANA	ATIVIDADES
Todos os esportes	6 Maio	Domingo	2,1M
Ciclismo	6 Maio	Domingo	1,2M
Corrida	16 Setembro	Sábado	766,1K

Brasil

	DATA	DIA DA SEMANA	ATIVIDADES
Todos os esportes	31 Maio	Quinta-feira	170,6K
Ciclismo	31 Maio	Quinta-feira	119,9K
Corrida	1 Maio	Terça-feira	45K

ESTADOS UNIDOS

23 Novembro
170K ATIVIDADES

14 Julho
222,1K ATIVIDADES

REINO UNIDO

13 Janeiro
142,4K ATIVIDADES

26 Junho
181,3K ATIVIDADES

ALEMANHA

6 Maio
37K ATIVIDADES

6 Maio
82,8K ATIVIDADES

FRANÇA

30 Setembro
70,6K ATIVIDADES

9 Setembro
82,2K ATIVIDADES

ESPANHA

31 Dezembro
43,6K ATIVIDADES

15 Abril
80,9K ATIVIDADES

JAPÃO

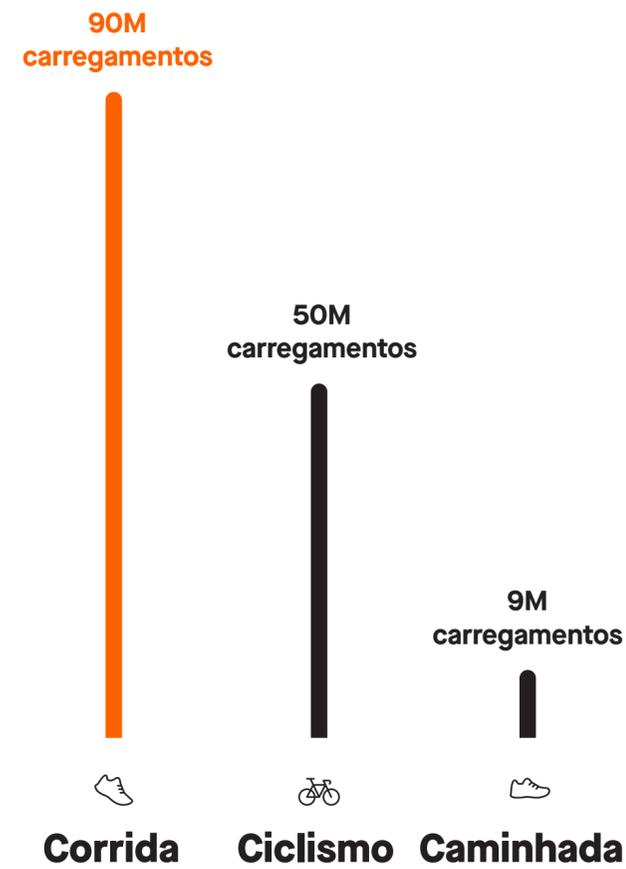
16 Setembro
10,6K ATIVIDADES

20 Maio
29,6K ATIVIDADES

Tendências por Gênero Global

Mulheres

TOP 3 ESPORTES



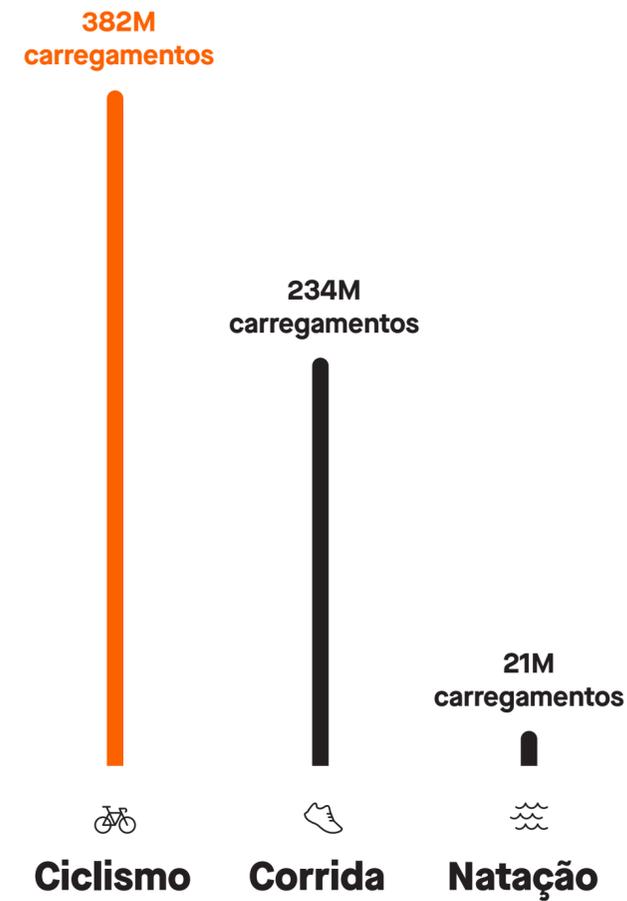
TOP 3 TIPOS DE PROVA DE CORRIDA



Meia maratona	38,1%
Maratona	24,7%
10 km	21,4%
Outros	15,8%

Homens

TOP 3 ESPORTES



TOP 3 TIPOS DE PROVA DE CORRIDA

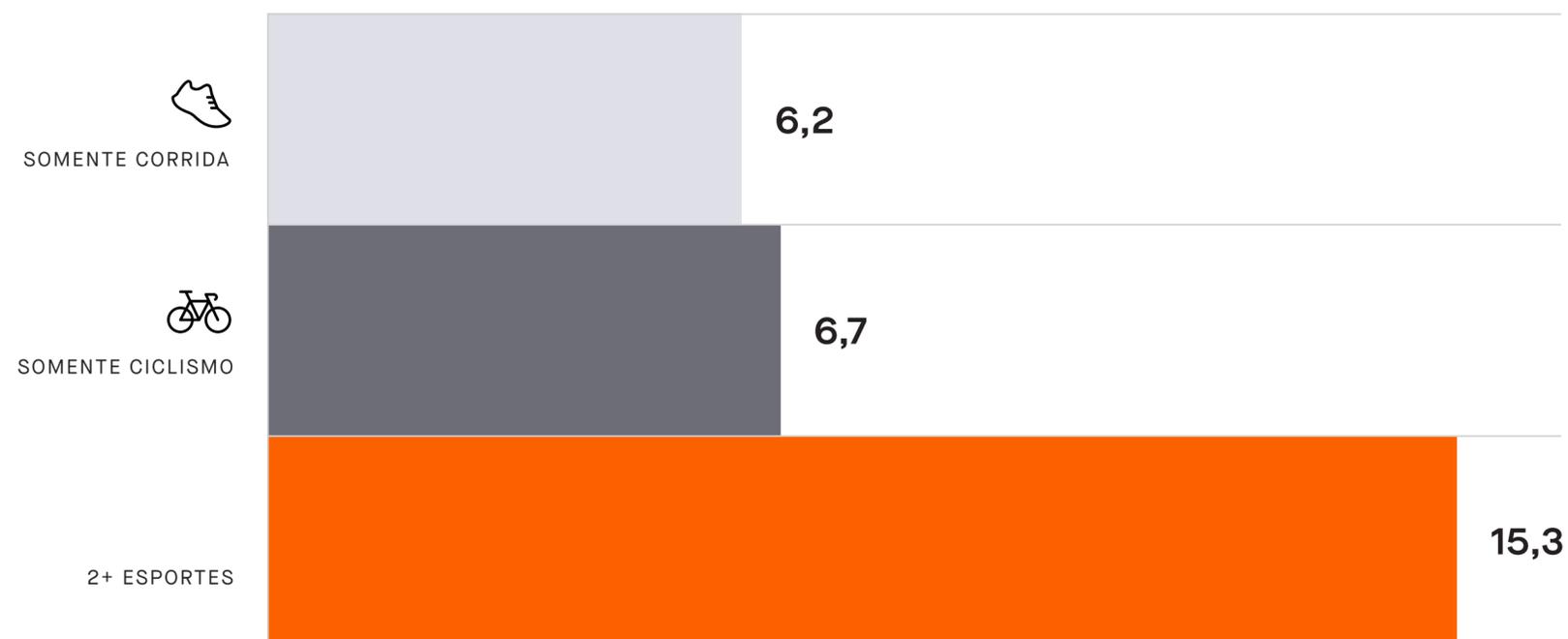


Meia maratona	36,8%
Maratona	32,4%
10 km	17,1%
Outros	14,5%

Tendências Multiesporte

Atletas que praticam mais de um esporte não dividem seus treinos, eles os **duplicam**.

MÉDIA DE CARREGAMENTOS DE ATIVIDADE POR MÊS



Definição de Metas

Plano para o sucesso - os atletas que estabelecem metas são mais propensos a permanecer ativos durante todo o ano.

Aumento mediano nos carregamentos 6 meses após a definição de uma meta anual

 **Ciclismo +15,1%**

 **Natação +15,1%**

 **Corrida +14,2%**

 Atletas ainda ativos 6 meses depois de definir uma meta de **distância**

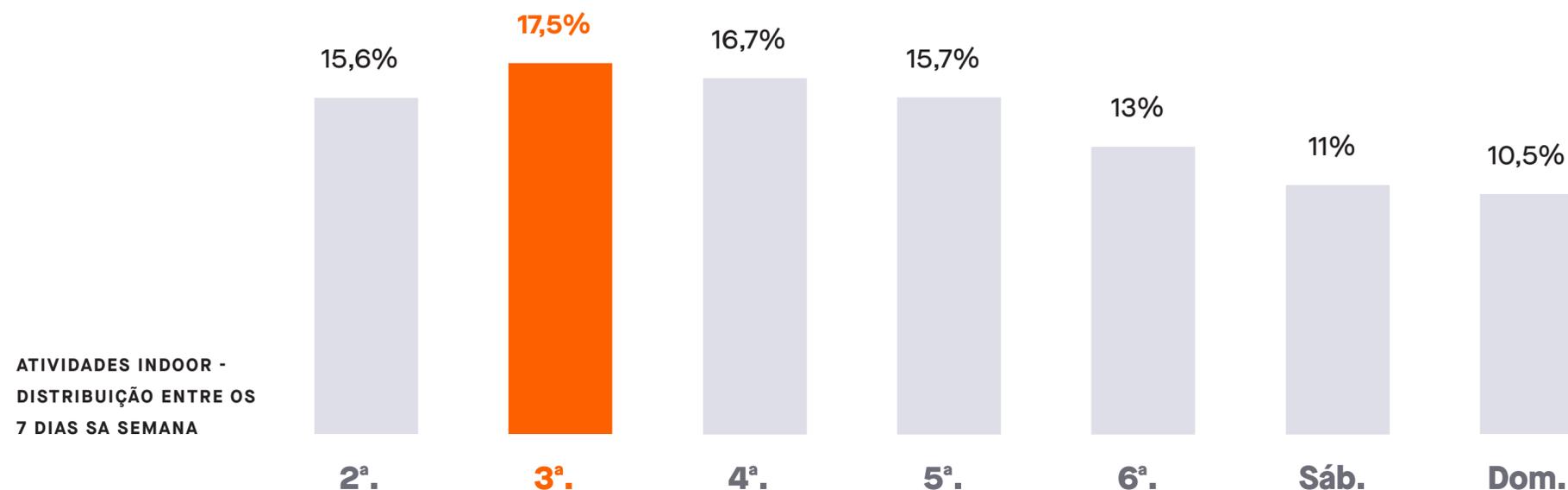


 Atletas ainda ativos 6 meses depois de definir uma meta de **tempo**

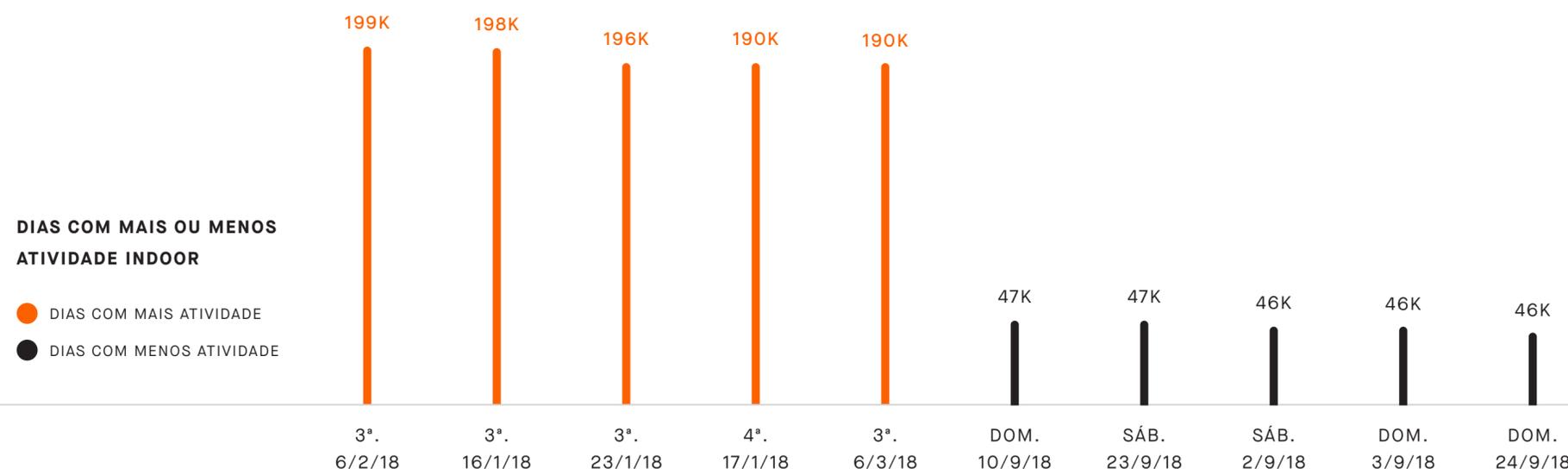


Exercícios Indoor

A semana de trabalho é o momento mais popular para atividades indoor, mas os carregamentos diminuem conforme o fim de semana se aproxima.



A terça-feira é o dia mais popular para as atividades indoor.



Comidas ao Redor do Mundo

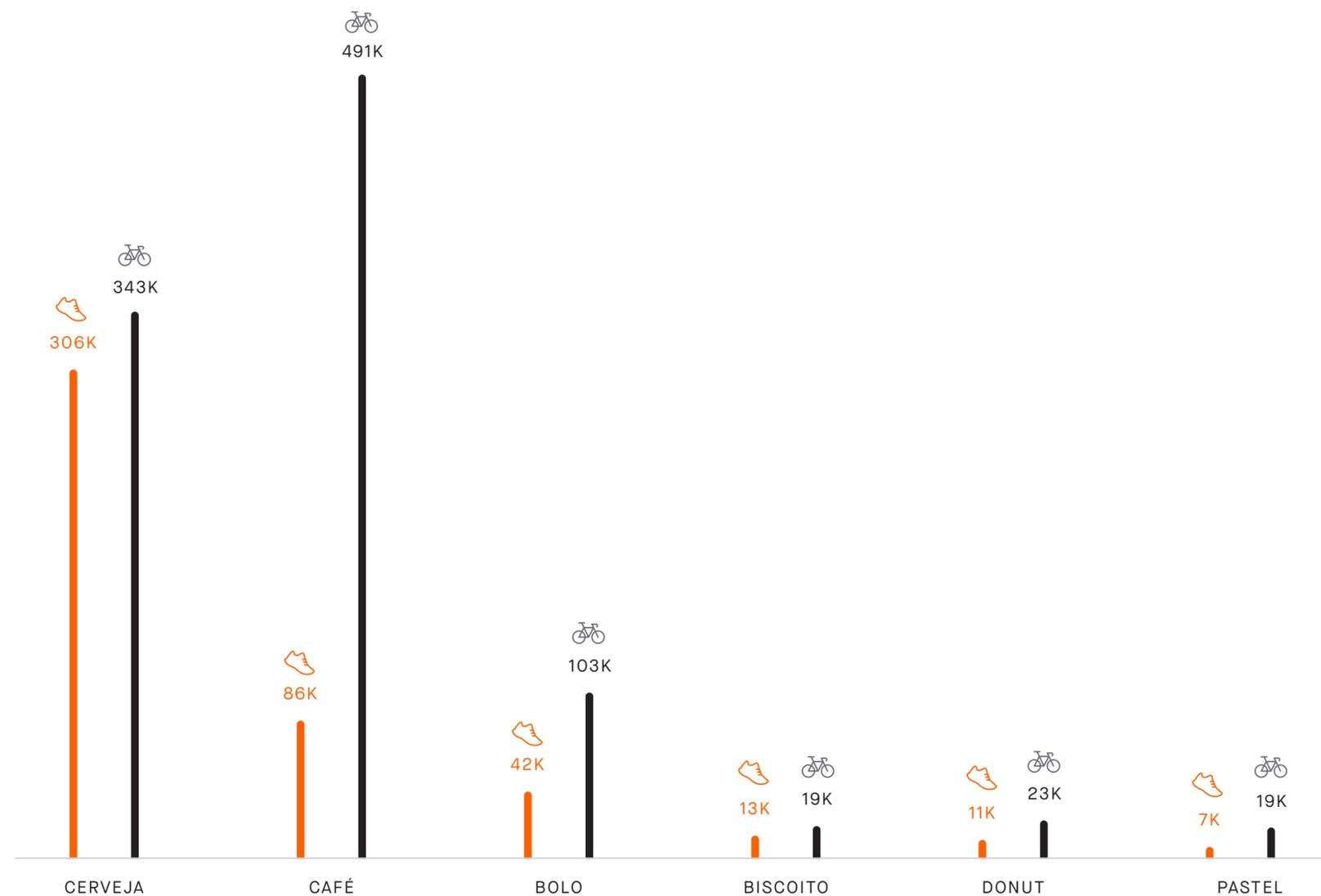
A maior parte dos ciclistas e corredores curtem uma cervejinha gelada, mas quando se trata de café, os ciclistas são 5 vezes mais viciados.

COMIDAS POPULARES EM TÍTULOS DE ATIVIDADE

- | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Corrida |  Ciclismo |
| 1. Cerveja | 1. Café |
| 2. Café | 2. Cerveja |
| 3. Bolo | 3. Bolo |
| 4. Biscoito | 4. Donut |
| 5. Donut | 5. Biscoito |
| 6. Pastel | 6. Pastel |

COMIDAS POPULARES EM TÍTULOS DE ATIVIDADE

● CORREDORES ● CICLISTAS



Deslocamentos ao Trabalho

Ir de bicicleta ou correr não são somente atividades para o tempo livre, mas também opções para se deslocar de casa ao trabalho. E elas estão em crescimento, pois podem ajudar os atletas a economizar tempo.

03

- 21 **Deslocamentos ao Trabalho: Perspectiva Geral**
- 22 **Deslocamentos ao Trabalho: Global**
- 23 **Deslocamentos ao Trabalho em Bicicleta: Brasil**
- 24 **Deslocamentos ao Trabalho Correndo: Brasil**

Deslocamentos ao Trabalho Perspectiva Geral

Trânsito, preço dos combustíveis, emissões de carbono – cada vez mais e mais atletas estão “estacionando” estes problemas e indo ao trabalho com a força de suas pernas.

Global

Corrida

NÚMERO DE TRAJETOS CASA - TRABALHO

2018 **21.781.323**

2017 **12.813.125**

CRESCIMENTO EM RELAÇÃO AO ANO ANTERIOR

+70,0%

DISTÂNCIA
MEDIANA

6,6 km

COMPENSAÇÃO NAS
EMISSÕES DE CARBONO

59,6 milhões kg CO₂

Ciclismo

NÚMERO DE TRAJETOS CASA - TRABALHO

2018 **84.604.361**

2017 **59.260.923**

CRESCIMENTO EM RELAÇÃO AO ANO ANTERIOR

+42,8%

DISTÂNCIA
MEDIANA

14,5 km

COMPENSAÇÃO NAS
EMISSÕES DE CARBONO

660,1 milhões kg CO₂

Brasil

Corrida

NÚMERO DE TRAJETOS CASA - TRABALHO

2018 **1.405.416**

2017 **722.209**

CRESCIMENTO EM RELAÇÃO AO ANO ANTERIOR

+94,6%

DISTÂNCIA
MEDIANA

5,8 km

COMPENSAÇÃO NAS
EMISSÕES DE CARBONO

2,9 milhões kg CO₂

Ciclismo

NÚMERO DE TRAJETOS CASA - TRABALHO

2018 **5.452.649**

2017 **3.201.766**

CRESCIMENTO EM RELAÇÃO AO ANO ANTERIOR

+70,3%

DISTÂNCIA
MEDIANA

15,8 km

COMPENSAÇÃO NAS
EMISSÕES DE CARBONO

34,9 milhões kg CO₂

Deslocamentos ao Trabalho Global

Corrida

Corrida - Global **3,5 milhões de pessoas**

MÉDIA DE VIAGENS SEMANAIS POR PESSOA

 POR PAÍS

 Japão	1,79
 Reino Unido + Irlanda	1,55
 EUA	1,44
 Alemanha	1,41
 Brasil	1,38
 Espanha	1,36
 França	1,35

 BRASIL

Sergipe	1,42
Paraná	1,42
São Paulo	1,41
Maranhão	1,41
Rio de Janeiro	1,40
Paraíba	1,39
Minas Gerais	1,39
Distrito Federal	1,39
Tocantins	1,38
Rio Grande do Sul	1,38

Ciclismo

Ciclismo - Global **5,5 milhões de pessoas**

MÉDIA DE VIAGENS SEMANAIS POR PESSOA

 POR PAÍS

 Reino Unido + Irlanda	3,29
 Alemanha	2,88
 Japão	2,84
 EUA	2,43
 França	2,21
 Brasil	1,93
 Espanha	1,59

 BRASIL

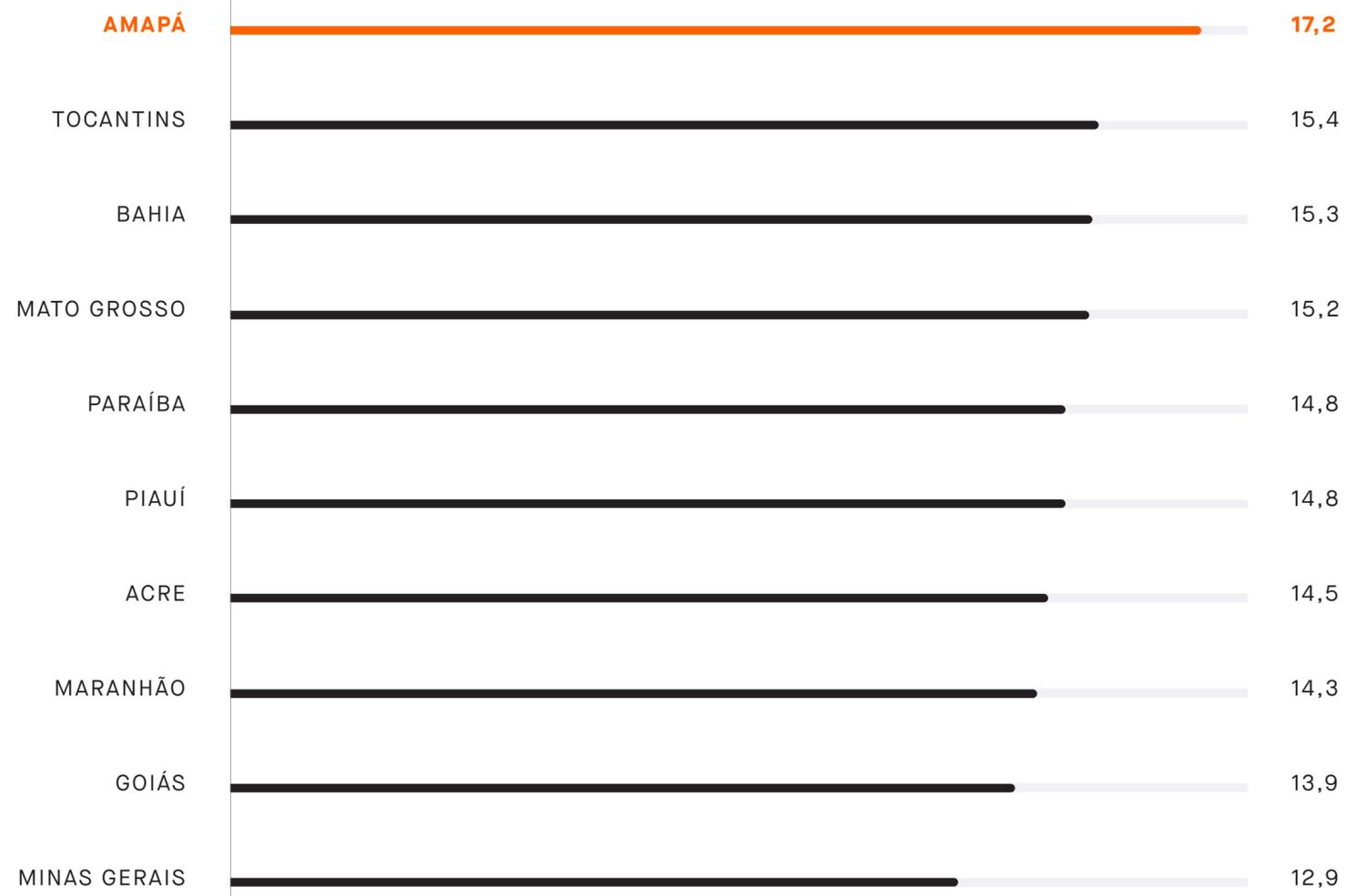
Distrito Federal	2,16
Ceará	2,14
Paraná	2,13
São Paulo	2,11
Amazonas	2,09
Pernambuco	2,09
Espírito Santo	2,02
Sergipe	1,97
Rio de Janeiro	1,97
Santa Catarina	1,87

Deslocamentos ao Trabalho em Bicicleta Brasil

 Crescimento comparado ao ano anterior

Sergipe	101,3%
Maranhão	94,6%
Rondônia	91,4%
Mato Grosso	91,3%
Bahia	90,2%
Pernambuco	87,4%
Piauí	84,4%
Ceará	82,6%
Rio Grande do Sul	82,2%
Mato Grosso do Sul	81,1%

 Deslocamento mediano mais longo (km)



Deslocamentos ao Trabalho Correndo Brasil

 Crescimento comparado ao ano anterior

Amapá	230,7%
Acre	174,5%
Alagoas	167,7%
Pernambuco	165,4%
Tocantins	158,1%
Maranhão	149,1%
Pará	145,5%
Piauí	133,4%
Paraíba	127,1%
Rio Grande do Norte	125,3%

 Deslocamento mediano mais longo (km)



Ciclismo & Corrida: Totais Anuais

Todo atleta está conectado a algo maior. Veja como os números refletem este esforço constante.

04

26 Ciclismo

31 Corrida



Totais Ciclismo



Global

Pedaladas totais	240,7 milhões
Aumento comparado ao ano anterior	19%
Média de pedaladas por atleta	34,2
Carregamentos por segundo	9,11



Brasil

Pedaladas totais	19,4 milhões
Aumento comparado ao ano anterior	32,38%
Média de pedaladas por atleta	21,8

 **Totais Ciclismo** Distância

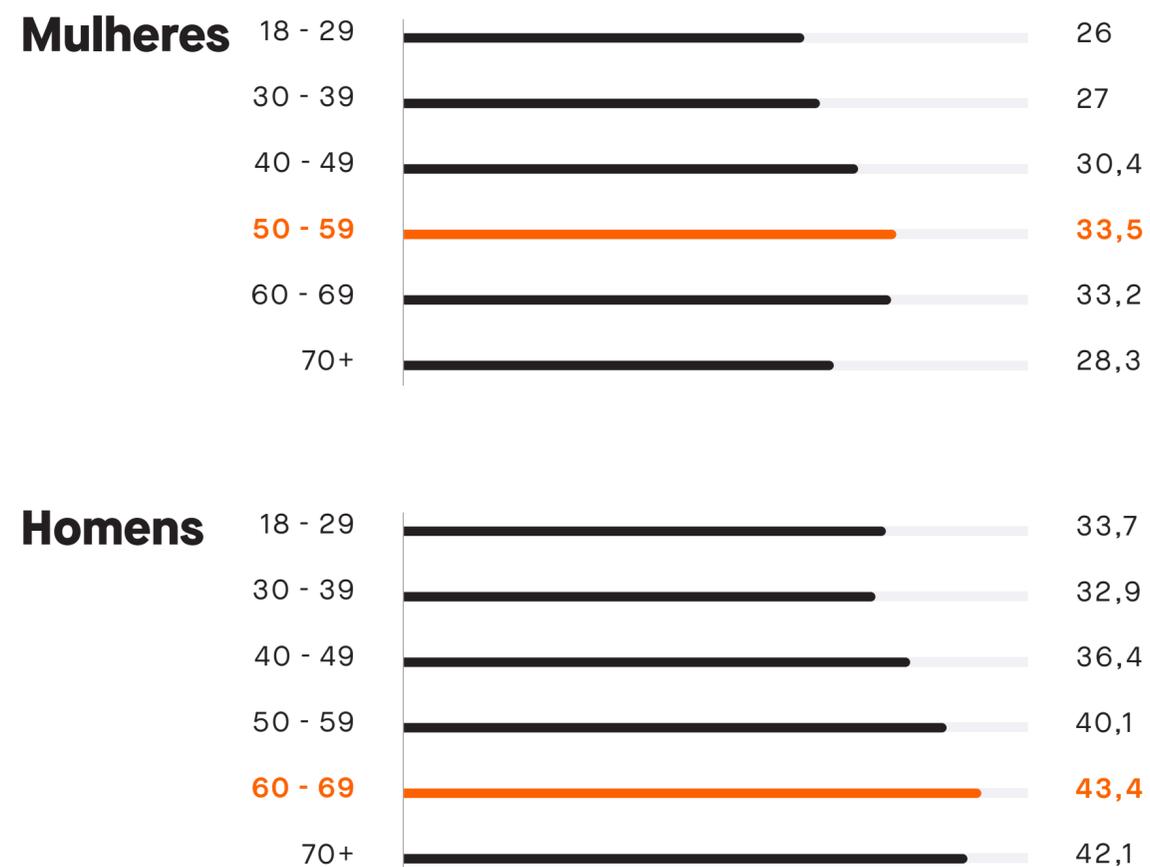
 **Global**

Distância total 8,5 bilhões km
Distância média por pedalada 35,2 km

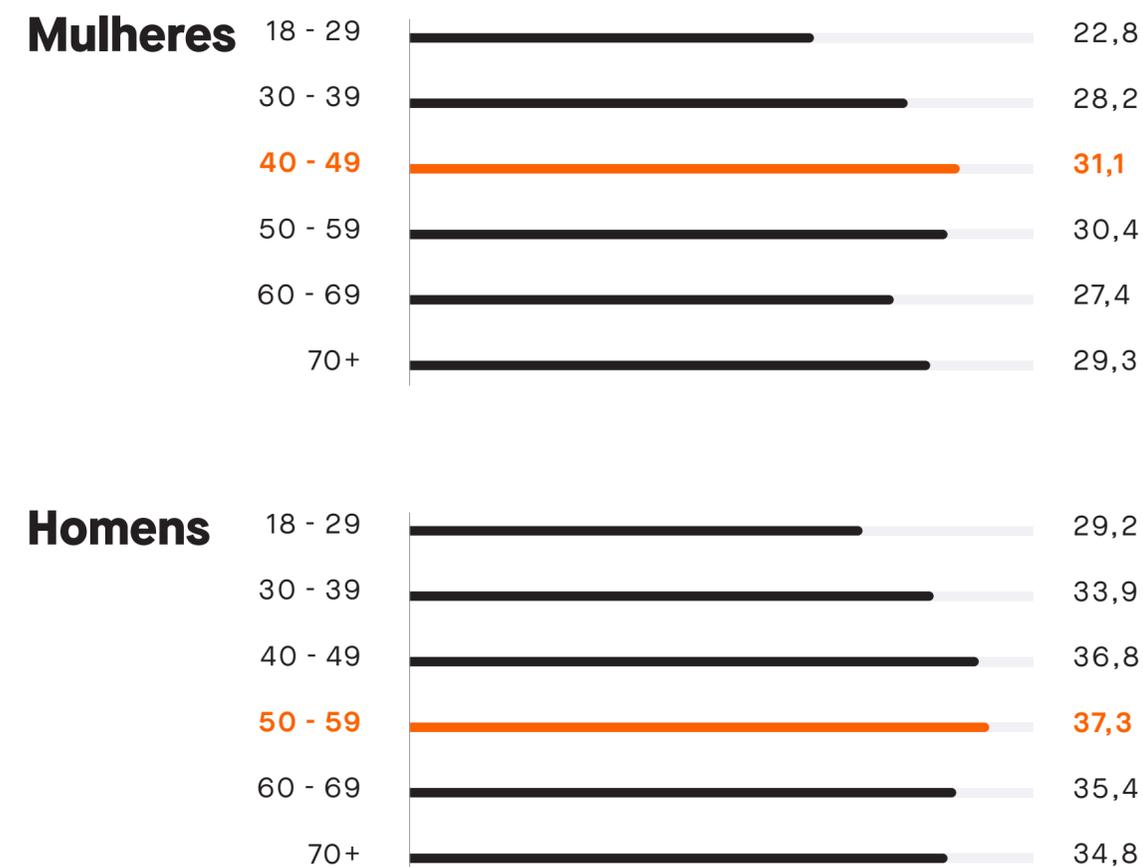
 **Brasil**

Distância total 641,5 milhões km
Distância média por pedalada 33,1 km

Distância média (quilômetros) por faixa etária e gênero



Distância média (quilômetros) por faixa etária e gênero



🚲 Totais Ciclismo Elevação

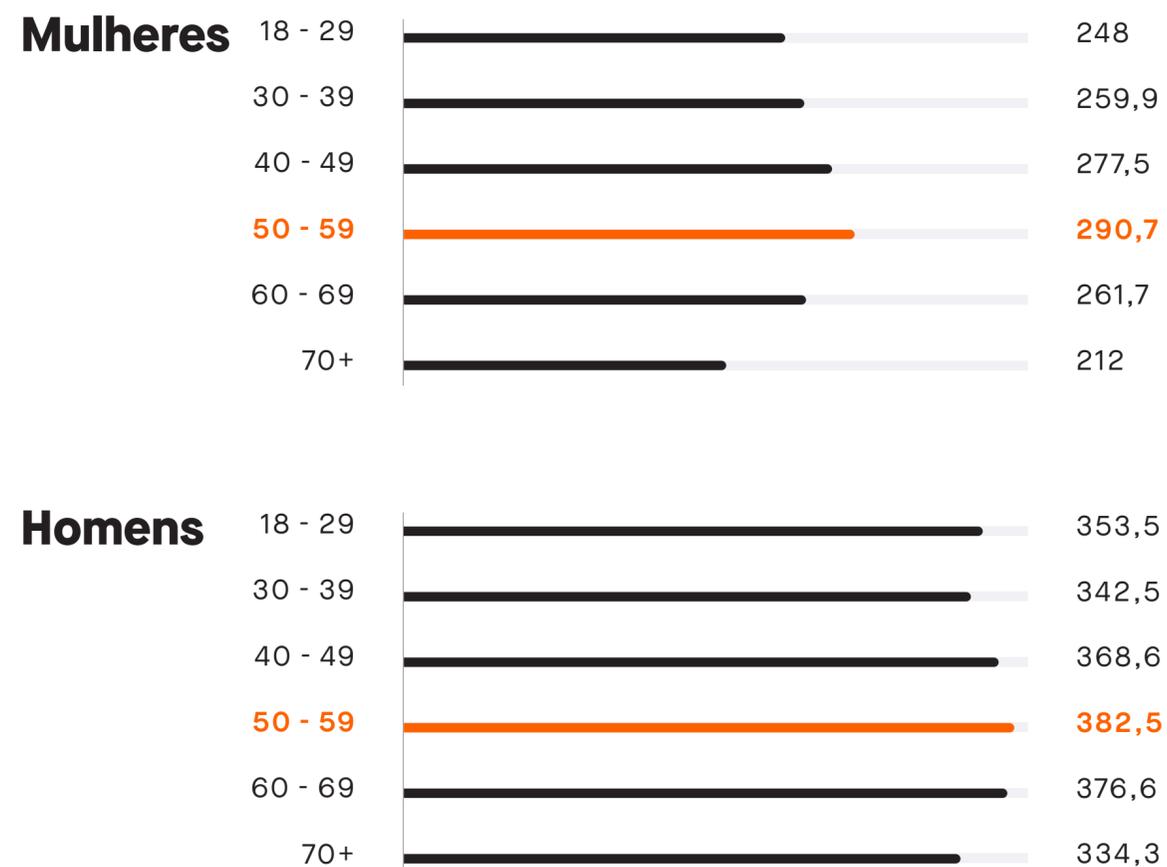
🌐 Global

Elevação total **86,1 bilhões m**
Elevação média por pedalada **350,6 m**

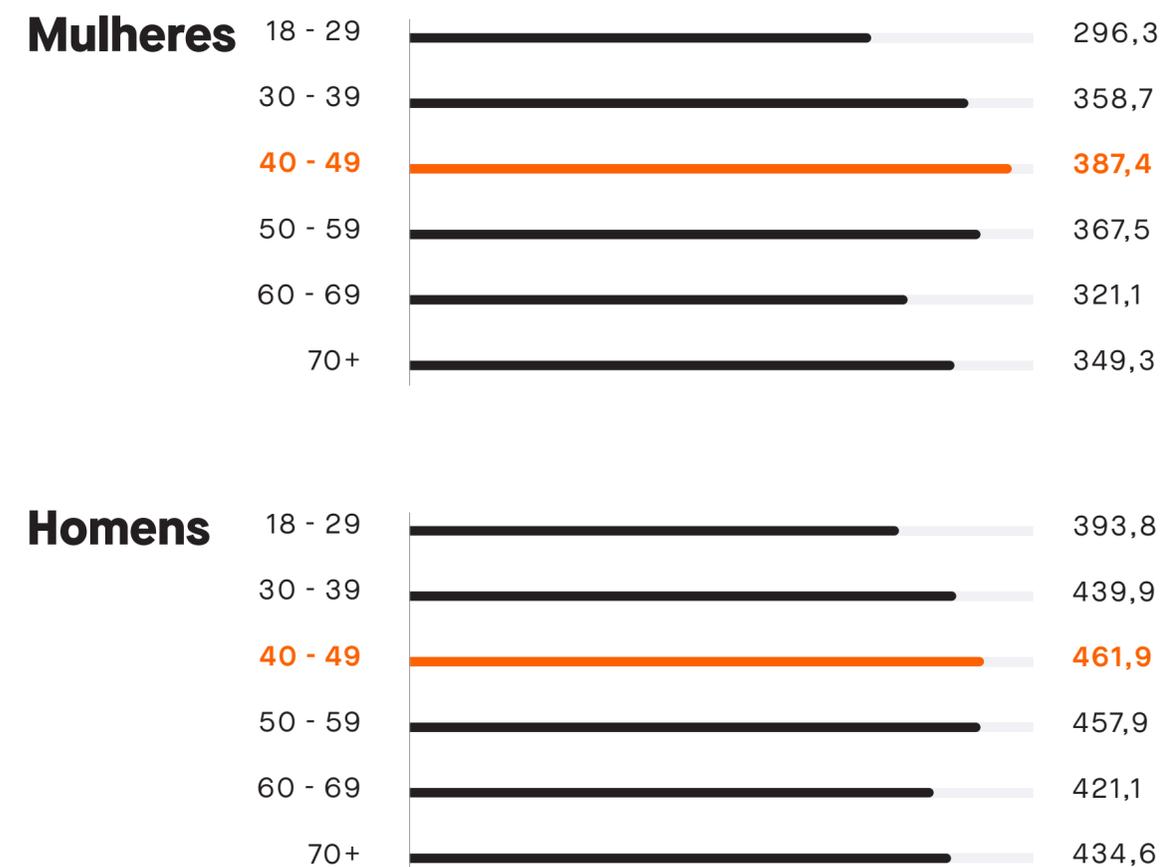
🇧🇷 Brasil

Elevação total **8,3 bilhões m**
Elevação média por pedalada **426,7 m**

Ganho de elevação médio (metros) por faixa etária e gênero



Ganho de elevação médio (metros) por faixa etária e gênero



Totais Ciclismo Velocidade & Duração

Velocidade

 Global	Velocidade média	21,7 km/h
	Mulheres	19,5 km/h
	Homens	22,0 km/h

 Brasil	Velocidade média	19,6 km/h
	Mulheres	16,8 km/h
	Homens	20,1 km/h

Duração

 Global	Duração média por pedalada	1:37:36
	Mulheres	1:30:28
	Homens	1:38:37

 Brasil	Duração média por pedalada	1:46:45
	Mulheres	1:44:43
	Homens	1:46:45

Totais Ciclismo Provas & Dias Mais Rápidos

Global

DIA DA SEMANA	MÉDIA DE KM/H
Segunda-feira	21,57 km/h
Terça-feira	22,18 km/h
Quarta-feira	21,99 km/h
Quinta-feira	22,03 km/h
Sexta-feira	21,61 km/h
Sábado	21,55 km/h
Domingo	21,39 km/h

Brasil

DIA DA SEMANA	MÉDIA DE KM/H
Segunda-feira	19,39 km/h
Terça-feira	20,29 km/h
Quarta-feira	19,78 km/h
Quinta-feira	20,20 km/h
Sexta-feira	19,49 km/h
Sábado	19,33 km/h
Domingo	18,83 km/h



Totais Corrida



Global

Corridas totais	196,6 milhões
Crescimento em relação ao ano anterior	44,6%
Média de corridas por atleta	30,1
Carregamentos por segundo	7,6



Brasil

Corridas totais	11,1 milhões
Crescimento em relação ao ano anterior	55,9%
Média de corridas por atleta	14,2

 **Totais Corrida** Distância

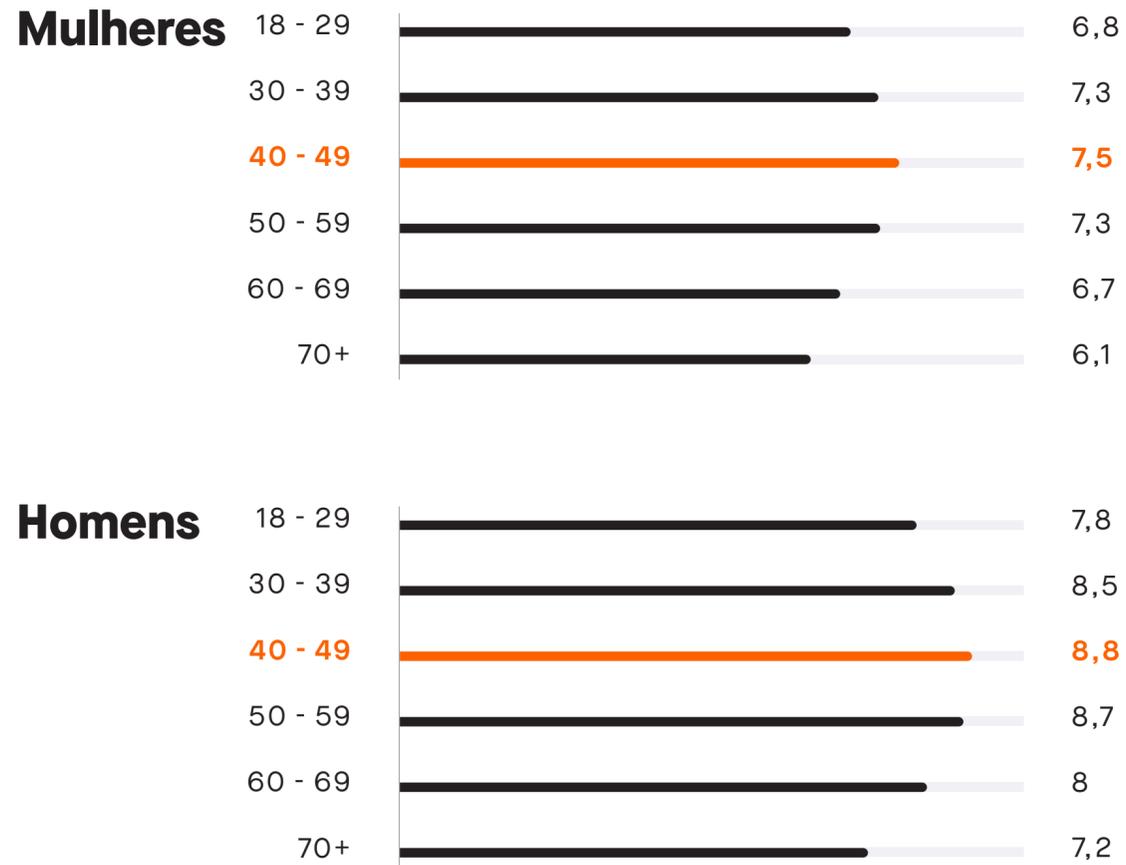
 **Global**

Distância total 1,5 bilhões km
Distância média por corrida 8,2 km

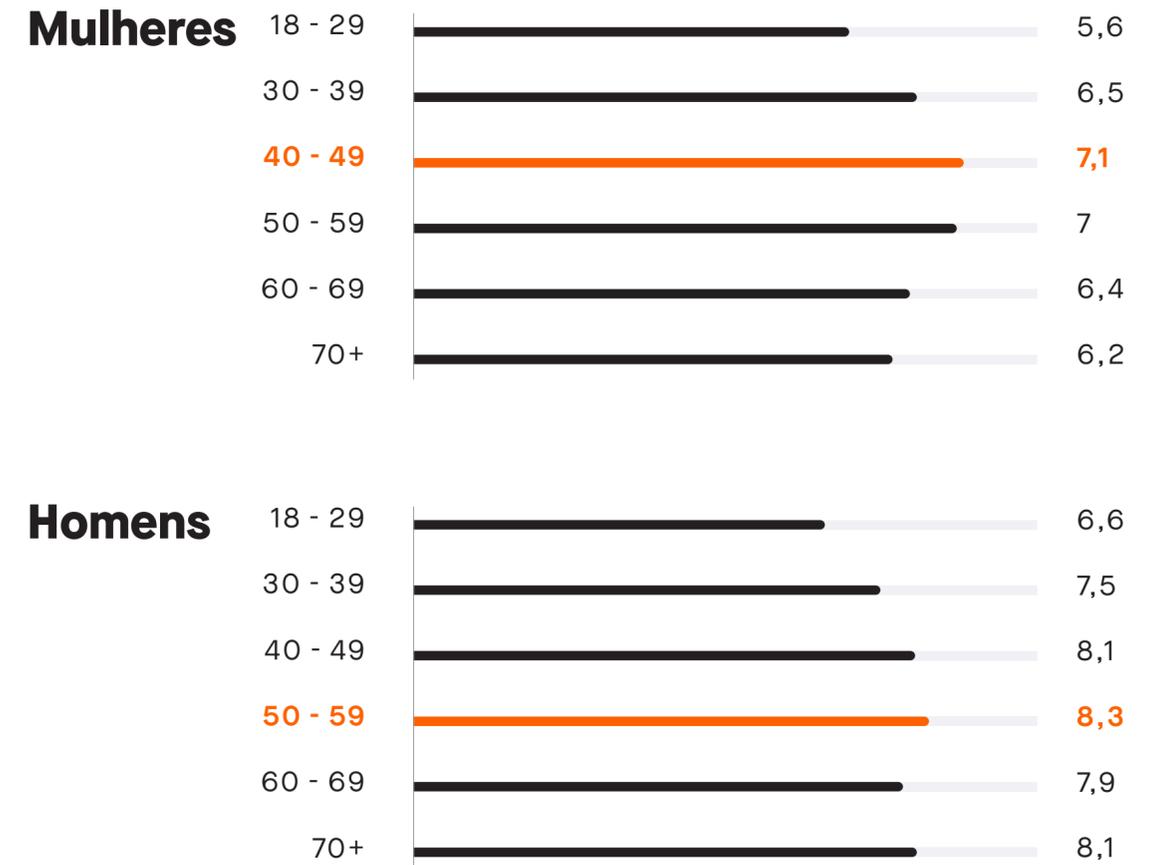
 **Brasil**

Distância total 80,9 milhões km
Distância média por corrida 7,3 km

Distância média (quilômetros) por faixa etária e gênero



Distância média (quilômetros) por faixa etária e gênero

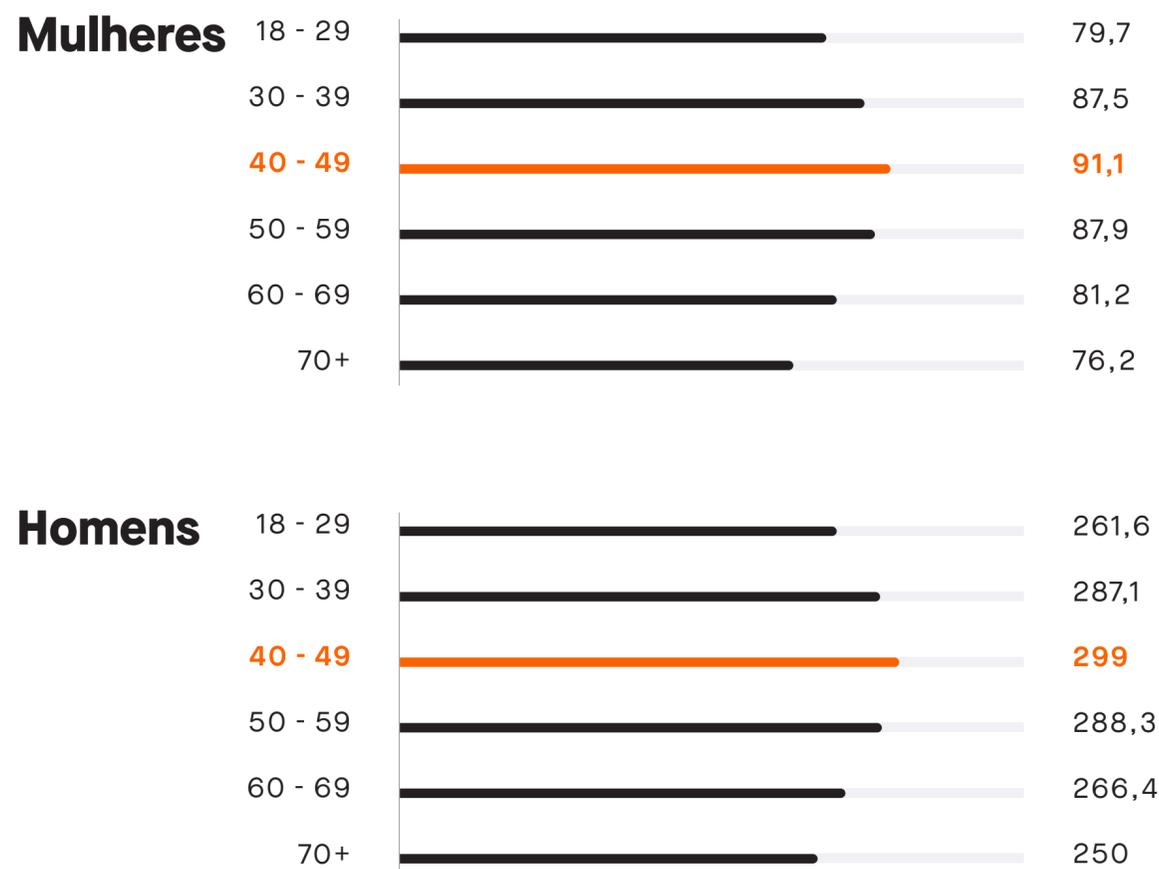


 **Totais Corrida Elevação**

 **Global**

Elevação total 16,7 bilhões m
Elevação média por corrida 82,8 m

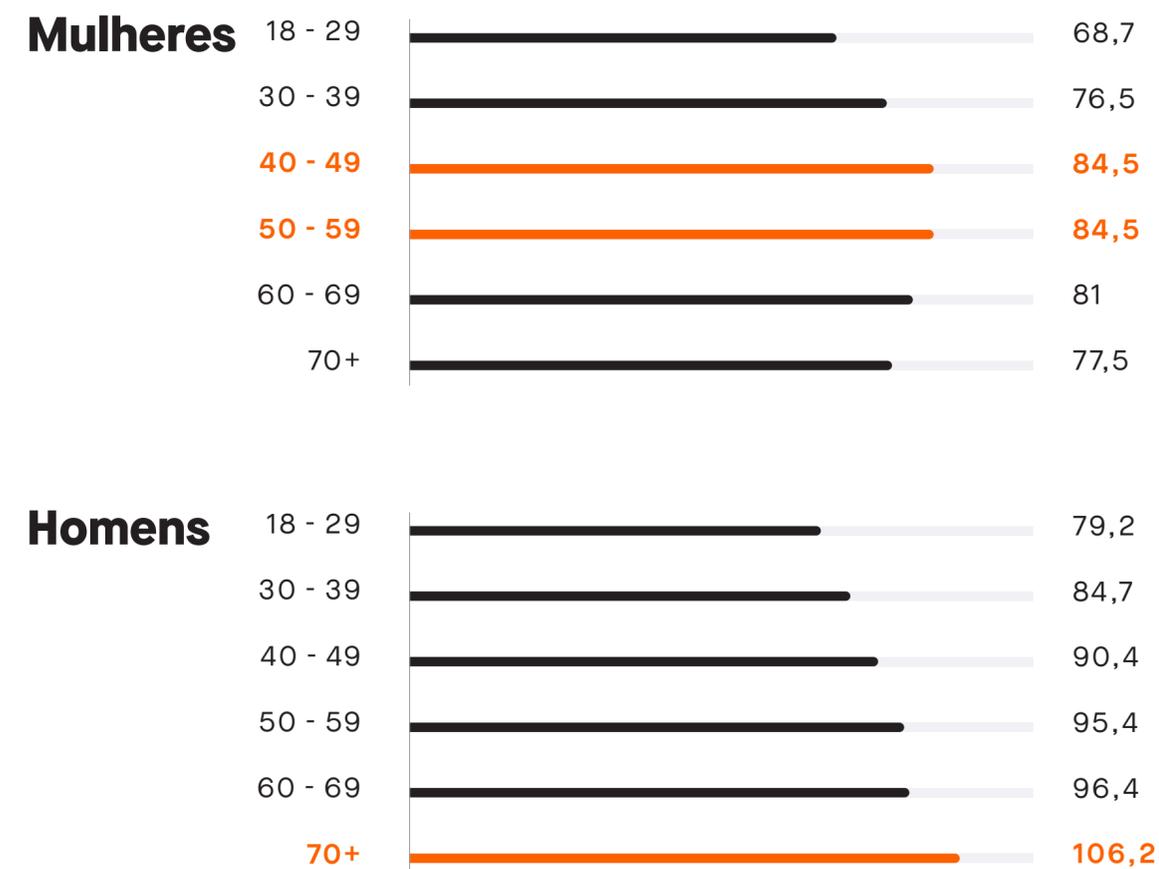
Ganho de elevação médio (metros) por faixa etária e gênero



 **Brasil**

Elevação total 900 milhões m
Elevação média por corrida 84 m

Ganho de elevação médio (metros) por faixa etária e gênero



Totais Corrida Velocidade & Duração

Velocidade

 Global	Velocidade média	0:06:29
	Mulheres	0:06:46
	Homens	0:06:09

 Brasil	Velocidade média	0:06:34
	Mulheres	0:07:02
	Homens	0:06:12

Duração

 Global	Duração média por corrida	0:49:49
	Mulheres	0:48:48
	Homens	0:50:49

 Brasil	Duração média por corrida	0:48:48
	Mulheres	0:48:48
	Homens	0:48:48

 **Totais Corrida** Provas & Dias Mais Rápidos **Global**

DIA DA SEMANA

MÉDIA DE MIN/KM

Segunda-feira **6:34 min/km****Terça-feira** **6:24 min/km****Quarta-feira** **6:27 min/km****Quinta-feira** **6:25 min/km****Sexta-feira** **6:28 min/km****Sábado** **6:30 min/km****Domingo** **6:34 min/km** **Brasil**

DIA DA SEMANA

MÉDIA DE MIN/KM

Segunda-feira **6:49 min/km****Terça-feira** **6:36 min/km****Quarta-feira** **6:36 min/km****Quinta-feira** **6:32 min/km****Sexta-feira** **6:38 min/km****Sábado** **6:28 min/km****Domingo** **6:21 min/km**

Em 2019, o Strava quer permanecer como parte integral da vida dos atletas em todo o mundo e continuar contribuindo para fortalecer a comunidade esportiva. Para perguntas, solicitações de dados e outras consultas de imprensa, entre em contato conosco.

danielle.lima@mediaguide.com.br

luis.garcia@mediaguide.com.br