



La variopinta fauna runner y sus diferentes formas de correr

Los diferentes 'estilos' de correr

Por [Ricard Fernández](#) 20-11-2013

Confucio dijo: *“La naturaleza hace que los hombres nos parezcamos unos a otros y nos juntemos; la educación hace que seamos diferentes y que nos alejemos”* ... si esta frase la adaptamos al mundo del running podríamos decir que: **“los runners nos parecemos unos a otros y nos juntamos; el estilo hace que seamos diferentes y que unos corran más que otros”**. Y es que basta fijarse un poco en ver cómo corre la gente y darse cuenta de lo variopinta que es la fauna runera en cuanto a su peculiar forma de desplazarse. Aquí ponemos algunos ejemplos de estilos. Hay algunos incluso que combinan varios de ellos. Y, por cierto, aunque el artículo esté escrito en masculino, sirve para ambos sexos. Las corredoras no os salváis, que también hay cada una...

¿Con qué estilo te sientes identificado?

El trote cochinerero: Es el estilo propio de aquel corredor que se desplaza lentamente con pasos cortos, brazos inmóviles, con los codos echados hacia atrás y los puños cerrados a la altura del sobaco, espalda arqueada, culo y barriga fuera (incluso hay ocasiones en las que se le ve el ombligo por debajo de la camiseta) mientras levanta rodillas dando saltitos cuál árbitro de fútbol que se dirige al punto de penalti para indicar la pena máxima.

El estiloso: Se asemeja a un velocista en cuanto a su postura, aunque su ritmo no suele ir acorde con sus gestos ostentosos. Espalda recta, zancada larga, levantando mucha rodilla y tocando con el talón en el trasero, movimientos bruscos de brazos acompañados con las palmas de las manos abiertas a lo “Hijo del Viento”. Normalmente la expresión de la cara, con el ceño fruncido, denota sensación de velocidad. Además, va vestido con prendas de compresión de última generación de arriba abajo.

El cachas “inflao”: El exceso de musculatura, exclusivamente en el tronco superior y brazos, provoca que sus desproporcionadas piernecillas se vean arqueadas e inestables mientras intenta desplazar litros de ácido láctico

acumulados en su cuerpo. Los brazos apenas se pueden mover e intenta impulsarse a trompicones, como si fuera un bloque de cemento. Las venas del cuello y la sien muestran el esfuerzo que está realizando.

El pasitos: El que avanza lento pero seguro, tiquitiquí... moviendo rápidamente sus pies en pasos muy cortos, sin que el resto del cuerpo parezca siquiera inmutarse. Como si fuera corriendo encima de unas brasas a lo fakir. Parece que no, pero avanza a buen ritmo. Incluso llegar a desesperar de lo rápido y constante que puede ser.

El patas: Este me recuerda a esa lagartija que corre por encima del agua. Sólo se ven piernas. Suele ser alguien muy alto y delgado. Sonríe mientras corre.

El puntitas: El corredor que parece que no quiere molestar. Como si fueran las 4 de la mañana y acabara de llegar de borrachera recorriendo el pasillo de su casa para llegar a la habitación rápidamente sin hacer ruido. Ha leído un par de artículos de técnica en alguna web, corre de puntillas y va dando saltitos. Suele ir con la espalda curvada hacia adelante y tiene unos gemelos muy desarrollados (también doloridos cuando acaba).

El zapatones: A éste lo oímos venir de 5 manzanas más allá. Pisa con toda la planta del pie y con toda la fuerza que puede. Corre destartado y con los hombros encogidos (debe ser del impacto contra el suelo). Suele llevar cara de loco, va muy sudado, rojo y jadea mucho.

El jinete: Es un estilo de correr que se complementaría perfectamente si le pusiéramos un caballo debajo, ya que va con las piernas abiertas a lo Lucky Luke! Donde él pasa no crece la hierba. No querría ser su musculatura. ¡Pisando duro como el acero!

El barrigón: Aquí es una cuestión de físico, ves venir a una barriga con piernecillas. Toda una vida invertida en cervezas y comilonas bien tiene su recompensa. Normalmente su estilo se combina con camiseta de algodón de propaganda. "Vive la noche" es el slogan predominante en éstas.

El patascagás: Es de por sí un estilo de alguien con un cuerpo difícil de ver, sin pinta de atleta, aunque eso no implica que corra lento. Su centro de gravedad se sitúa a ras de suelo y más que correr parece que se arrastra con las piernas arqueadas a más no poder. Espalda y cabeza echada hacia atrás, suele ser alguien que se esfuerza por encima de sus posibilidades y que lleva el jeto totalmente descompuesto.

El tó tieso: Ese personaje es una fusión de vértebras en movimiento, suele correr erguido como si acabara de meter los dedos en el enchufe, de pies a cabeza es un bloque. Su filosofía en la vida es no acabar con chepa jamás. Antes muerto que curvado. Di que sí!

El robot: cuando nos referimos a robot no vemos exactamente al redondito y chiquitín R2-D2, que se desplaza sobre ruedas sino a su inseparable y dorado

amigo R3-PO. Vamos, que tiene menos flexibilidad que un clic de Playmobil.

El avestruz o ave zancuda: Suele correr separando mucho las piernas y su cuello se va alargando y encogiendo al unísono con el vaivén de sus piernas. Acostumbra a extender los brazos hacia los lados como si fuera a emprender el vuelo por momentos.

El sifón. O también denominado el estilo llama: Muchos conocerán a la llama como un mamífero que escupe cuando se siente nervioso o amenazado. Pues bien, este tipo de corredor suele expulsar una media de cuarto de litro cada 200 metros por diferentes lugares de su organismo, ya sea nariz o boca (lo reduciremos en nariz y boca solamente, queremos que sigas leyendo).

El sincuello: Éste, al contrario del 'tó tieso', va encogido y con las orejas pegadas a los hombros para que se le aguanten mejor los auriculares .

No sabemos el por qué pero la mayoría de los sincuello corren con los brazos en jarra.

El destartalao: Al más puro estilo Phoebe (chica rubia de la serie Friends) por Central Park. Moviendo piernas y brazos completamente descompasado. Son difíciles de ver porque duran muy poco corriendo.

El doraimond: Más que verle, se le escucha correr, porque lleva un montón de víveres en el bolsillo, llaves u otros objetos... ¿sabéis el sonido que emite Santa Claus cuando llega en su trineo? Pues más o menos...

El pseudoKilian: Es aquel que se flipa corriendo por la montaña... ha visto la película Summits o my Life varias veces y sale a correr haciendo esos por los caminos de tierra y dando saltitos en las bajadas, cuál cabra montesa.

La princesa: Éste tiene un correr delicado, con gestos lo más afeminados posibles, donde ante todo prima el glamour. Lo importante es ir perfectamente conjuntado, no pisar charcos y evitar sudar. Nada que ver tiene el sexo (hombre o mujer) del corredor. Un caniche corriendo al lado es un complemento perfecto.

El Gebresselassie: Ésta sería la perfección en el arte de correr. Una técnica depurada con movimientos acompasados, potencia de tobillos y una zancada de una belleza plástica infinita. **En el fondo, todos nos vemos así. Sin embargo, lo más probable es que nuestro estilo se asemeje más a uno de los mencionados anteriormente.**