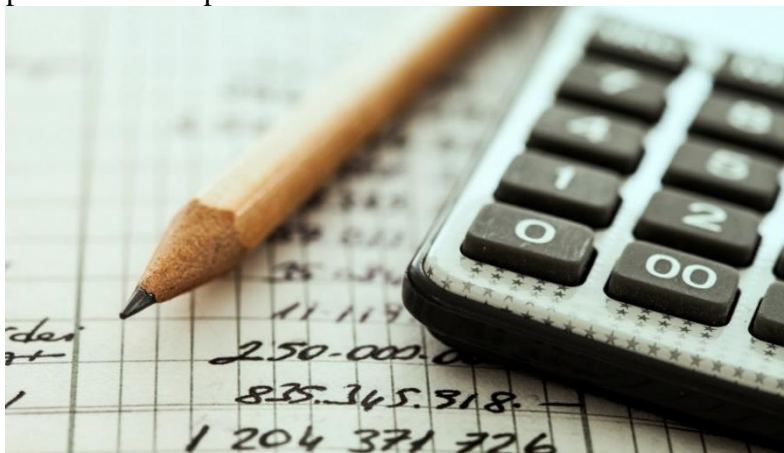


# ¿Cuánto cuesta ser runner?

Un informe de idealo.es nos revela el gasto medio de los corredores según sus pretensiones deportivas.



10/03/2017 - Pablo Vázquez

Son muchas las opiniones al respecto del coste que supone la afición por el running. La mayoría de ellas suele situarlo como un deporte muy barato, "no necesitas nada más que unas zapatillas y ganas para salir a quemar goma". Pero, ¿es cierto? ¿El running es un deporte barato? **¿Cuánto nos cuesta equiparnos para salir a correr?** Uno de los comparadores de precios más importantes de Europa, el portal idealo.es, ha elaborado un estudio en el que ha calculado los gastos a los que se enfrentan todos los amantes de la carrera a pie que deciden adueñarse de una equipación apta para salir a correr.

Según los datos revelados por los expertos de idealo.es, **un runner principiante ha de desembolsar una media de más de 100€**, exactamente 103,08€, para hacerse con un kit básico para correr. ¿En qué consistiría? En unos pantalones cortos, con un precio medio de 26,75€, unas zapatillas de correr que rondarían los 38,88€ y una camiseta de unos 27,45€.

No obstante, si miramos un poquito más allá, y nos centramos en **corredores que salen a practicar su deporte favorito entre dos y tres veces por semana, el gasto medio se dispara hasta los 584 euros**. Los costes se disparan un 566%. ¿El motivo? La inclusión en el estudio de otros ítems como son los guantes, pulseras de actividad y demás wearable, chaquetas cortavientos, camisetas interiores térmicas o los auriculares para escuchar música durante la carrera.

**Las cifras se elevan aún más entre los corredores más profesionales**, aquellos que salen a devorar kilómetros un mínimo de cinco veces por semana, con pretensiones más ambiciosas que los anteriores y, por tanto, unas necesidades más específicas. El coste de las zapatillas de amortiguación en este tramo sube hasta los 141 euros de media, con zapatillas de trail cercanas a los 76€ (75,97€ de media) y otras para entrenar de 102,58€. También se añaden gastos por relojes de running a un precio medio de 153,06€, frontales para competiciones nocturnas o entrenamientos en mitad de la noche, con un coste de 33,15€. En total, los expertos de idealo.es establecen el gasto medio de este tipo de **corredores más avanzados en los 1.278,61 euros**.

# TU EQUIPACIÓN PARA SUMARTE A LA FIEBRE DEL RUNNING



## TIPO DE CORREDOR

### AVANZADO (+ 4 veces por semana)

141,00 €	1x zapatillas con amortiguación
75,97 €	1x zapatillas trail
102,58 €	1x zapatillas para entrenar
77,30 €	5x calcetines deportivos
54,56 €	2x compresores
137,25 €	5x camisetas running
110,10 €	3x pantalones cortos
117,99 €	3x camisetas interiores técnicas
91,21 €	1x chaqueta cortavientos
107,40 €	2x mallas
33,15 €	1x lámpara frontal
25,55 €	1x guantes deportivos
153,06 €	1x reloj running
51,49 €	1x auriculares in-ear

1.278,61 € Equipación para corredores avanzados

### PRINCIPIANTE (1 vez por semana)

38,88 €	1x zapatillas running
36,75 €	1x pantalones cortos
27,45 €	1x camiseta running

103,08 € Equipación para corredores principiantes

### INTERMEDIO (2 - 3 veces por semana)

76,50 €	1x zapatillas running
30,92 €	2x calcetines deportivos
54,90 €	2x camisetas running
53,70 €	1x mallas
73,40 €	2x pantalones cortos
25,55 €	1x guantes deportivos
87,82 €	1x pulsera de actividad
91,21 €	1x chaqueta cortavientos
39,33 €	1x camiseta interior técnica
51,49 €	1x auriculares in-ear

584,82 € Equipación para corredores intermedios

Fuente: Precio medio de los productos en el [idealo.es](http://idealo.es). Marzo 2017.  
© Jacob Lund - stock.adobe.com

**idealo**