

## Quanto costa correre in Italia...

Scritto da Marco Raffaelli

Venerdì 18 Novembre 2011 22:37 -

---

Quello che stiamo vivendo è il momento più difficile dell'economia Italiana. A noi non resta che fare attenzione ai nostri portafogli e cercare di spendere bene anche per le solite passioni. A tal fine abbiamo fatto una piccola indagine su quanto costa correre in Italia. Venne fatta anche nel 2009, e il soggetto di riferimento è sempre un uomo di 40 anni, sposato con due figli, un posto di lavoro, vive a Roma e dedica il suo tempo libero al podismo, ha un buon passo e chiude una mezza in 1h28'. Le scelte per i suoi acquisti passano dal negozio di fiducia specializzato, al grande centro commerciale, fino alle offerte sui siti specializzati per viaggi e tempo libero.

Fa parte di una società dilettantistica e partecipa al campionato sociale in cui vi sono in programma 29 gare, tutte nel Lazio. Cerca di approfittare delle scadenze più economiche, in particolare per le gare più lunghe.

Iniziamo con le gare: 29 nella sua regione

Num. NOME GARA KM COSTO

1 Corri alla Befana 10 10

2 Trofeo Lidense 15 8

3 La corsa di Miguel 10 10

4 Tre Comuni 23 13

5 Giro del lago di Bracciano 34 18

## Quanto costa correre in Italia...

Scritto da Marco Raffaelli

Venerdì 18 Novembre 2011 22:37 -

---

6 Roma - Ostia 21 25

7 Maratona di Roma (Speciale) 42 40

8 Vola Ciampino 10 10

9 Granai Run 10 12

10 Roma Appia Run 13 10

11 Campus (Speciale) 10 4

12 24X1 ora (quantità) 10

13 Race for the cure 5 13

14 Formula Run cup 10 10

15 Campagnano 10 10

16 Jennesina 11 10

17 Maratonina di Poggio Mirteto 10 10

## Quanto costa correre in Italia...

Scritto da Marco Raffaelli

Venerdì 18 Novembre 2011 22:37 -

---

18 Corriroma (quantità) 10 12

19 Mezza del lago di Vico 21 16

20 12X1 ora (quantità) 10

21 Trofeo Uva Italia (Speciale) 10 10

22 Mezza dei Castelli Romani 21 12

23 Maratonina delle Castagne 10 10

24 Corsa dei Santi 10 12

25 Mezza di Fiumicino 21 12

26 Corriamo al Tiburtino 10 10

27 Monterosi Run 10 10

28 Trial dei due Laghi 21 15

## Quanto costa correre in Italia...

Scritto da Marco Raffaelli

Venerdì 18 Novembre 2011 22:37 -

---

29 Best Woman 10 11

Totale        363 euro

Con i suoi i compagni di squadra prende parte ad una mini trasferta fuori regione. Con largo anticipo prenota un volo con la compagnia di bandiera. Partenza sabato pomeriggio, rientro domenica sera:

80 € • volo A/R con una compagnia italiana • prenotato 2 mesi prima

40 € • albergo camera doppia, divisa con un amico, servizio di prima colazione

50 € • il costo del pettorale

40 € • tra la cena del sabato e pranzo domenica: totale 210€

Passiamo alla trasferta che in molti non rinunciano ad avere nel curriculum. La Maratona di NY. La lista degli italiani in gara ha riconfermato il gruppo azzurro come il più grande degli stranieri. Dal 2010 al 2011 ecco i dati: Gli italiani iscritti a NY 2011 sono stati 3764 di cui 317 romani. Gli italiani iscritti a NY 2010 erano 3936 di cui 293 romani. C'è stato un calo globale di 172 unità. Roma è cresciuta numericamente, a dispetto del momento difficile. Per andare a correre a NY, Boston, o anche a Londra in molti fanno dei sacrifici, non solo fisici ovviamente. Rinunci a più di una cosa, fai la formichina per un periodo, racimoli quanto serve e ti lasci un margine per arrivare fino in fondo. E' la politica del maratoneta, anche nella vita di tutti i giorni. Non siamo gente da beni al sole, siamo lavoratori che per una volta l'anno lasciano da parte sbattimenti e nevrosi da bollette appese al frigorifero di casa e corrono nel mondo. 5/6 giorni di assoluta goduria. Ma siamo anche quelli che, una volta tornati a casa, rimettiamo i piedi per terra, timbriamo i cartellini, alziamo le serrande dei negozi e riapriamo le porte degli uffici. Ovviamente controllando se ci sono nuovi pagamenti da fare... L'Italia sta vivendo uno dei momenti economici peggiori della sua storia dal secondo dopoguerra, ma di chi è la colpa? A quanto ancora dobbiamo rinunciare? Io credo che realizzare piccoli grandi sogni come NY è una sorta di consolazione, rifugio, coccola di vita, chiamatela come volete. Nel farlo non chiediamo niente

## Quanto costa correre in Italia...

Scritto da Marco Raffaelli

Venerdì 18 Novembre 2011 22:37 -

---

a nessuno, non togliamo niente a nessuno. Il passo, se fatto in proporzione alla gamba, non ti fa cadere, e sono certo ti porta fino alla finish line.

Il costo della trasferta è di un pacchetto standard Classic di 6 notti

Trasferta all'estero: •New York City Marathon 6 notti•

Viaggio con• il pacchetto all inclusive dei Tour Operator• (cat. Classic 6 notti)

1.234 €• pacchetto base: volo, più albergo sulla 49° street••

Aggiungere:

300 €• pettorale

60 €• Prenotazione

319 € Tasse aeroportuali

€ 70 €• Passaporto nuovo

Totale: 1.983 €

Veniamo all'abbigliamento

## Quanto costa correre in Italia...

Scritto da Marco Raffaelli

Venerdì 18 Novembre 2011 22:37 -

---

### •Scarpe e Abbigliamento:• •

Un atleta che partecipa a 30 gare si allena con una frequenza tale da consumare 2 paia di scarpe. Quindi in un anno acquista 2 per l'allenamento e un paio per la gara. Scarpa per allenamento e per gara:

Scarpe:

Scarpe per allenamento 90 € + 80 €

la seconda 120 €

Totale scarpe 290 €•

Ovviamente non compra tutto nuovo ogni anno, ma solo alcuni pezzi come ad esempio una Giacca Pioggia: 60 € - Completino nuovo estivo: 30 € - Maglia termica invernale: 80 €

Totale abbigliamento 170 €

Libri• e riviste di settore in abbonamento o non in un anno : 50 €•

Iscrizione gruppo di appartenenza (incluso tesserino Fidal) 60 €

Ha deciso di comprare un GPS: 145 €•

## Quanto costa correre in Italia...

Scritto da Marco Raffaelli

Venerdì 18 Novembre 2011 22:37 -

---

Spesa annuale per gli integratori 40 €

Ciclo di massaggi: 2 volte al mese per un anno: 500 euro

Visita medica annuale 60 €•

Molte delle spese elencate non sono fondamentali per la pratica sportiva, ma ormai da podisti nel nuovo millennio ci piace affrontare, perché i gusti cambiano, i prodotti si adeguano alle nuove necessità. 30 anni fa molte delle spese da noi elencate non erano nemmeno prevedibili. Tutto cambia e i mutamenti segnano il passo delle nostre attività, che siano ludiche o per lavoro, le nuove tecnologie ci portano a nuove comodità, piccoli vizi che fanno la differenza, in gara e in allenamento.

Il Totale delle spese che il nostro podista potrà affrontare in un anno è di: 3.870 Euro