

Según Strava, el Esquí Alpino y el Fitness se postulan como los deportes con mayor crecimiento en el 2022



Los **deportes al aire libre** seguidos de aquellos que tienen que ver con el **Fitness**, son los que han adquirido un mayor número de adeptos durante el año 2022, según el informe realizado por **Strava: El Año Deportivo 2022**. La tendencia a realizar deporte en el ambiente natural, ha provocado que el Esquí Alpino (318%), seguido del Snowboarding (180%) y la Escalada (95%), hayan sido los deportes que más han crecido durante el último año.

Además, también ha habido un importante incremento en el número de practicantes de actividades que tienen que ver con el fitness, como el entrenamiento con pesas (52%) o la realización de cardio en la elíptica (48%). Asimismo, la natación también se ha incrementado un 41%.

Por último, el número de personas que ha incrementado la práctica del running, y en concreto aquellos que realizan maratones ha crecido sustancialmente en España, en comparación con años anteriores

Fuente: Strava vía CMDsport.

Link to Original article: <https://www.valgo.es//w/valgo/34180/blog?elem=293690>