Ερωτηματολόγιο Δρομέων –

Αποτελέσματα & Στατιστική Επεξεργασία

1. Περίληψη - Πηγές και διαδικασίες που χρησιμοποιήθηκαν για την άντληση πληροφοριών

Στο παρακάτω άρθρο παρουσιάζουμε τα αποτελέσματα του ερωτηματολογίου που δημιουργήσαμε σχετικά με θέματα που αφορούν τους δρομείς. Στο αυτό κλήθηκαν να απαντήσουν οι δρομείς από όλη την Ελλάδα. Απάντησαν **συνολικά 481 δρομείς.**

Ευχαριστούμε τα μεγάλα δρομικά site που φιλοξένησαν το ερωτηματολόγιό μας και κυρίως όλους εσάς που το απαντήσατε. Προσπαθήσαμε να συμπεριλάβουμε στο μέτρο του δυνατού όλες τις ερωτήσεις που θεωρήσαμε σημαντικές. Σίγουρα υπήρχαν και ερωτήσεις που μας διέφυγαν (π.χ όπως πολύ σωστά ανέφερε κάποιος δρομέας ότι δεν περιλάβαμε ερωτήσεις για την ασφάλεια των αγώνων).

Το ερωτηματολόγιο υλοποιήθηκε ηλεκτρονικά στην αντίστοιχη υπηρεσία της google και μπορείτε να το βρείτε στο URL: https://goo.gl/forms/WbaNwrdIUp9hvLYu2 **Παραμένει ακόμα ανοιχτό, και όποιος επιθυμεί μπορεί να μπει στο παραπάνω link και να απαντήσει ώστε να πάρουμε ακόμα περισσότερες απαντήσεις.**

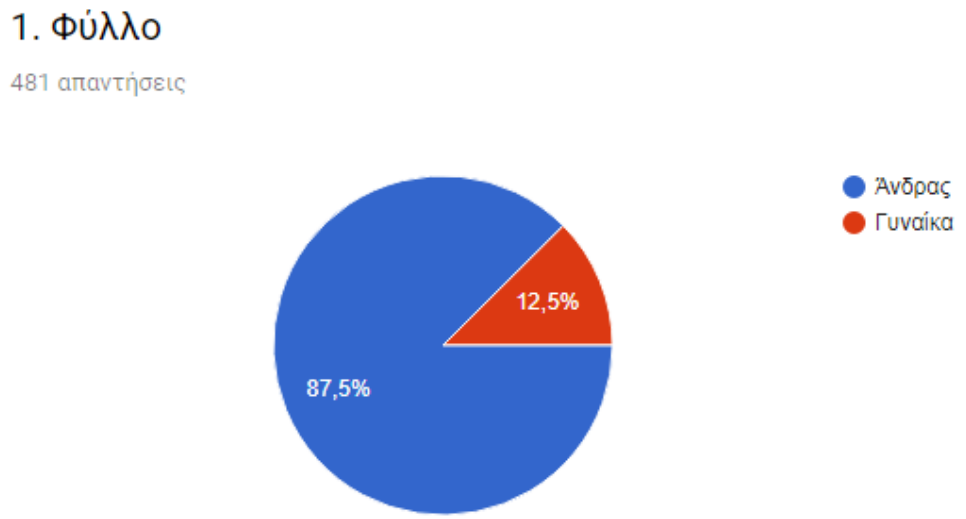
Στη συνέχεια παραθέτουμε τα κυριότερα αποτελέσματα της ερευνάς μας. Ευχαριστούμε

Γιώργος Πασχάλης

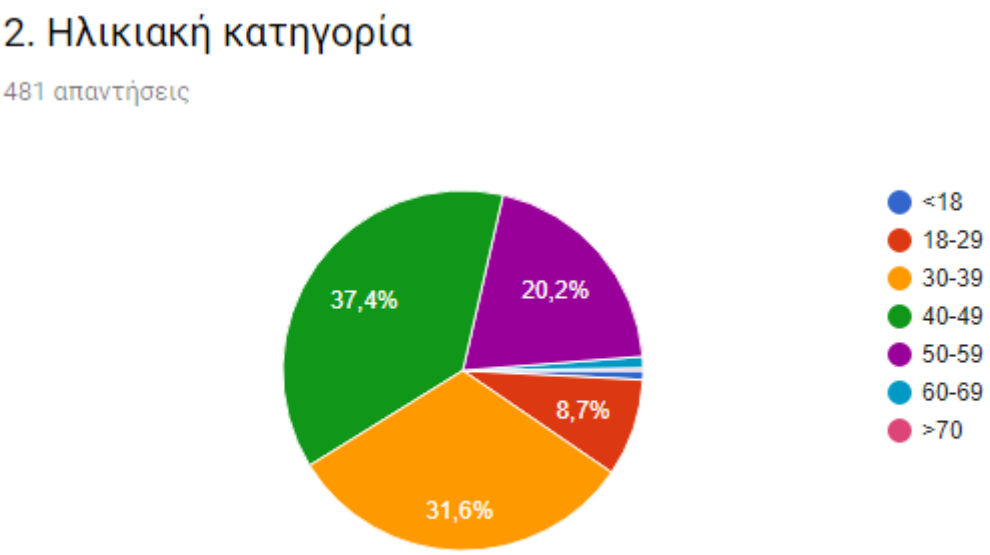
Καθηγητής Πληροφορικής, Δρομέας

Γιώργος Γεωργακόπουλος
Προγραμματιστής, Δρομέας

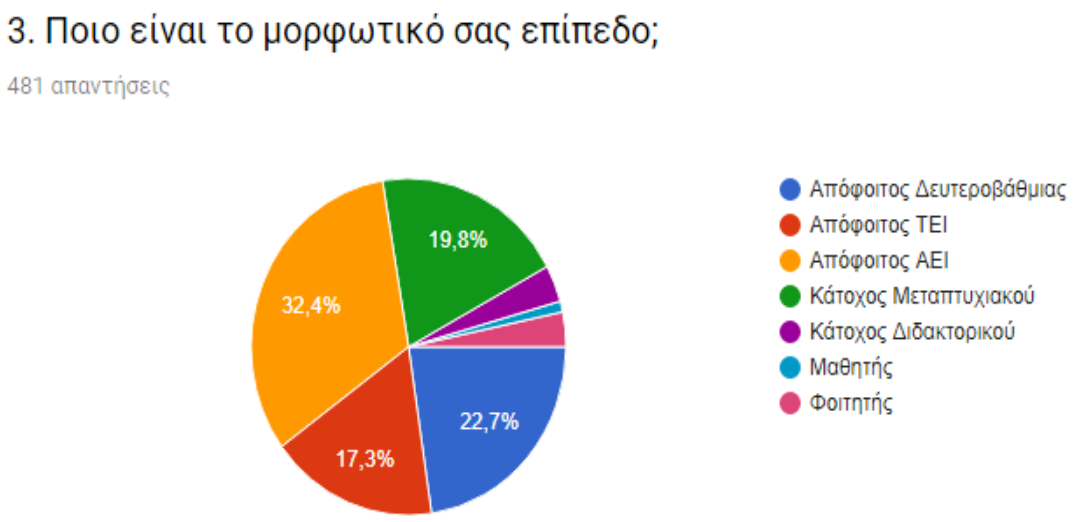
2. <u>Γραφήματα- Ανάλυση απαντήσεων</u>



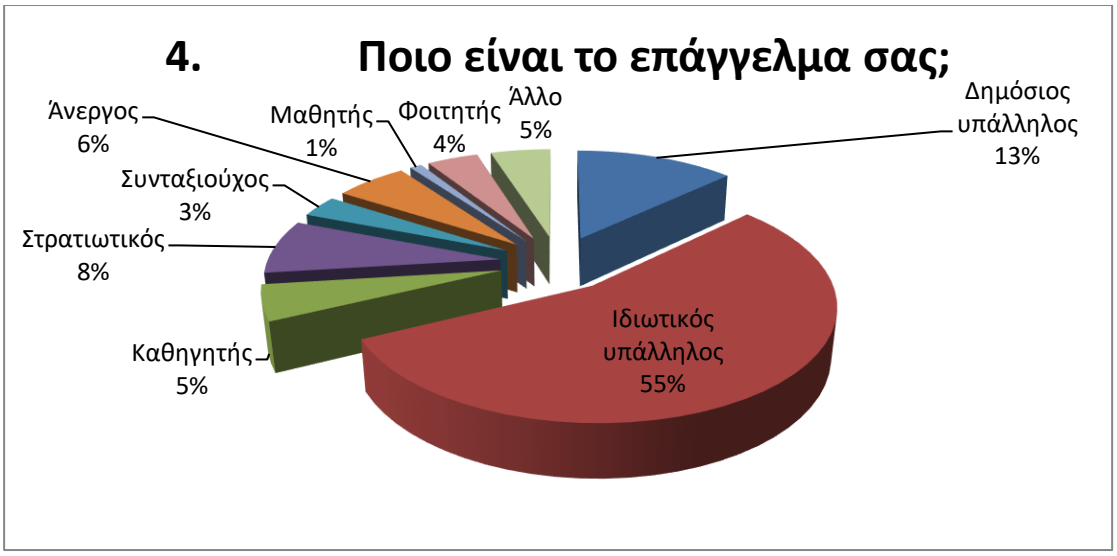
Σχεδόν οι 9 στους 10 δρομείς είναι άνδρες.



Οι περισσότεροι δρομείς (σχεδόν 70%) έχουν ηλικία 30-49 έτη.



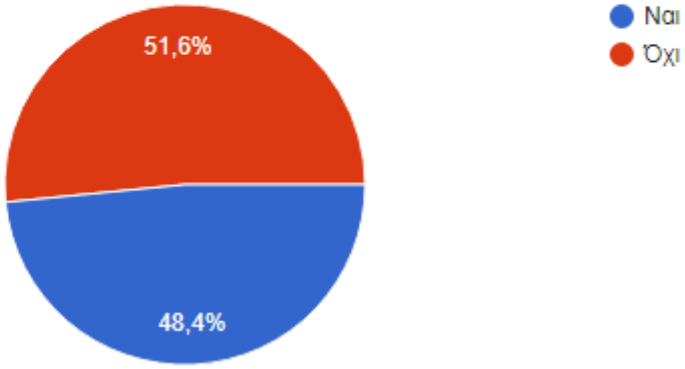
Το μορφωτικό επίπεδο των δρομέων κατανέμεται σχεδόν το ίδιο σε όλες τις κατηγορίες.



Περισσότεροι από τους μισούς δρομείς είναι ιδιωτικοί υπάλληλοι.

5. Είστε μέλος κάποιου συλλόγου;

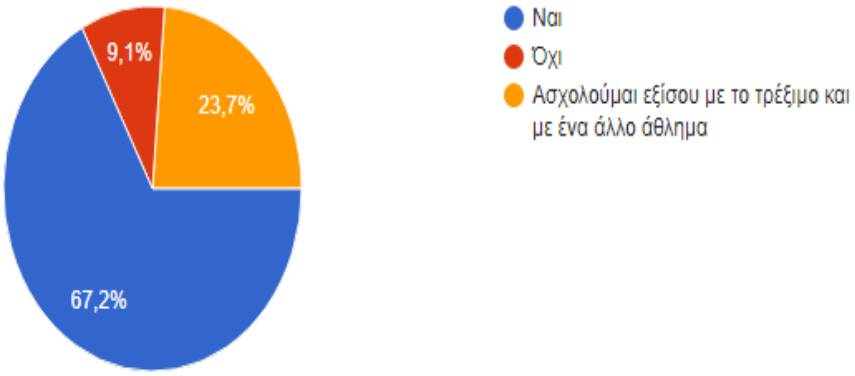
481 απαντήσεις



Οι μισοί δρομείς είναι μέλη κάποιου συλλόγου ενώ οι υπόλοιποι όχι.

6. Είναι το τρέξιμο το κύριο άθλημα με το οποίο ασχολείστε;

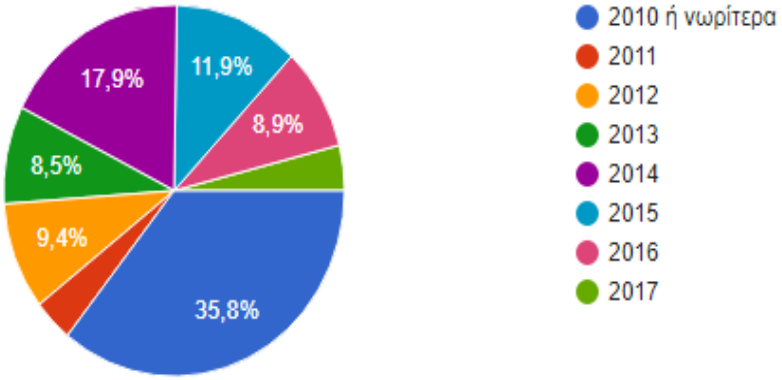
481 απαντήσεις



Οι πλειοψηφία των ερωτηθέντων έχουν ως κύριο άθλημα το τρέξιμο.

7. Πότε ξεκινήσατε να ασχολείστε με το τρέξιμο;

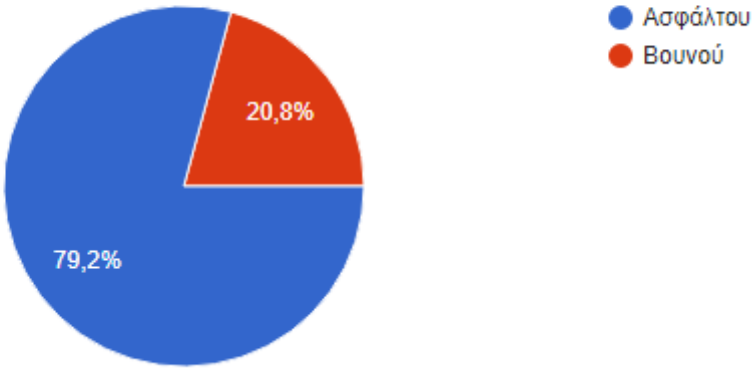
481 απαντήσεις



Περίπου το 1/3 των δρομέων τρέχουν από το 2010 ή νωρίτερα και οι υπόλοιποι είναι συμμετρικά κατανεμημένοι τα επόμενα χρόνια.

8. Τι αγώνες προτιμάτε;

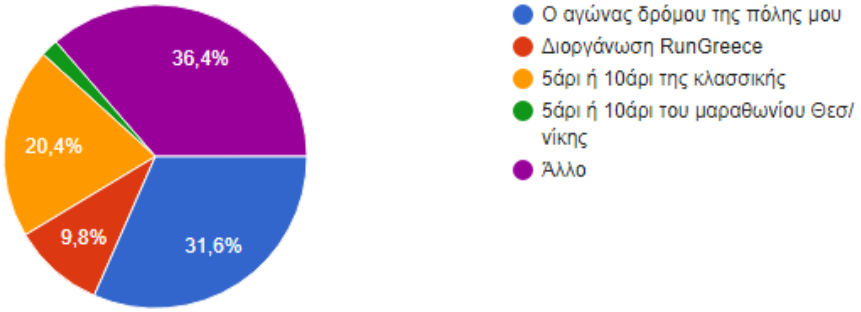
481 απαντήσεις



Η συντριπτική πλειοψηφία των δρομέων προτιμά τους αγώνες ασφάλτου.

9. Ποια ήταν η πρώτη διοργάνωση στην οποία τρέξατε;

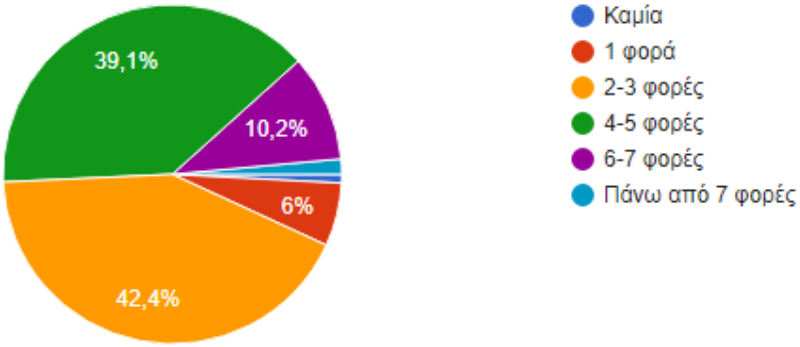
481 απαντήσεις



Περίπου 1/3 των ερωτηθέντων έτρεξαν πρώτη φορά σε αγώνα δρόμου της πόλης τους ενώ ένα 20% ξεκίνησε από το 5αρι ή το 10αρι της κλασσικής.

10. Πόσες ημέρες την εβδομάδα κάνετε προπόνηση;

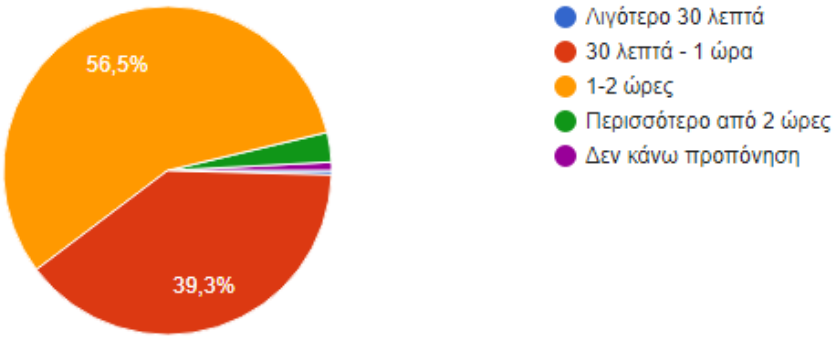
481 απαντήσεις



Οι περισσότεροι δρομείς κάνουν πολλές φορές την εβδομάδα προπόνηση με την πλειοψηφία (περίπου 80%) να κάνει 2-5 φορές.

11. Πόσο διαρκεί η προπόνησή σας;

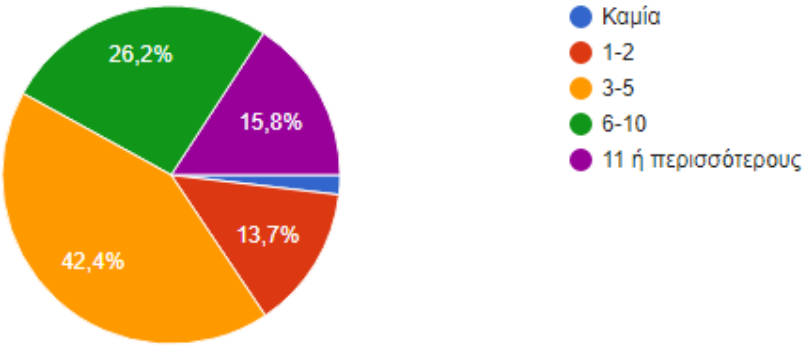
481 απαντήσεις



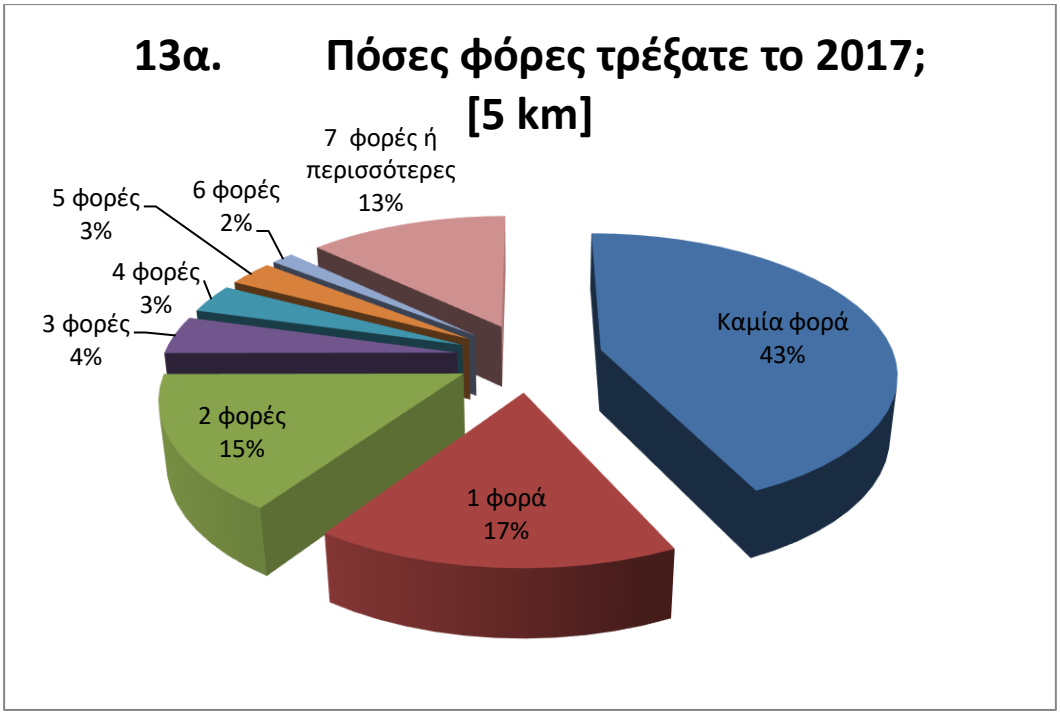
- Η πλειοψηφία προπονείται 1-2 ώρες κάθε φορά.

12. Πόσους αγώνες περίπου τρέξατε το έτος 2017;

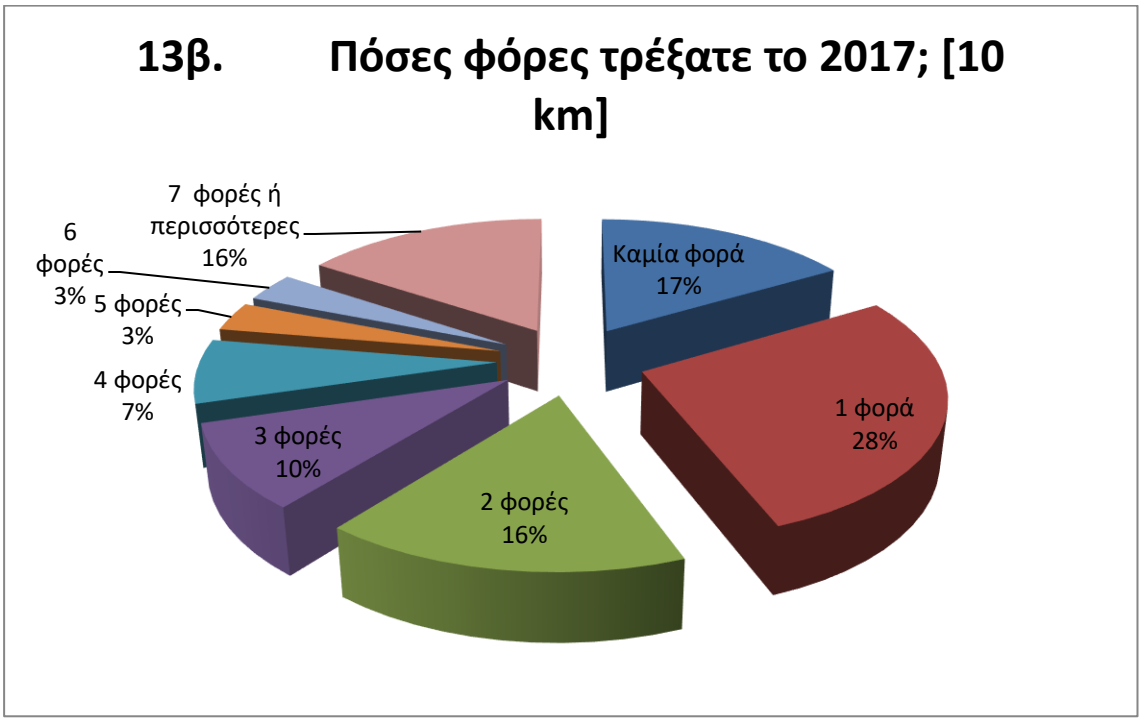
481 απαντήσεις



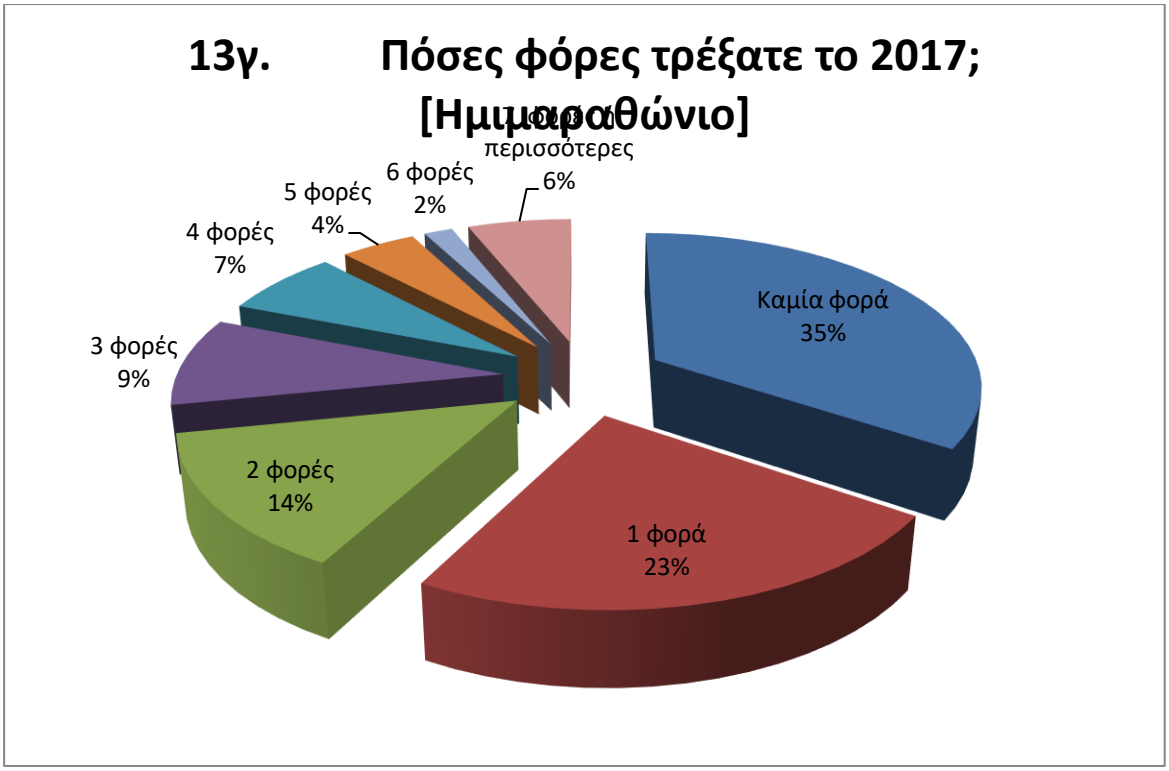
Η πλειοψηφία των δρομέων (42%) έτρεξαν 3-5 αγώνες το 2017, ενώ ένα πολύ σημαντικό ποσοστό 26% έτρεξε 6-10 αγώνες



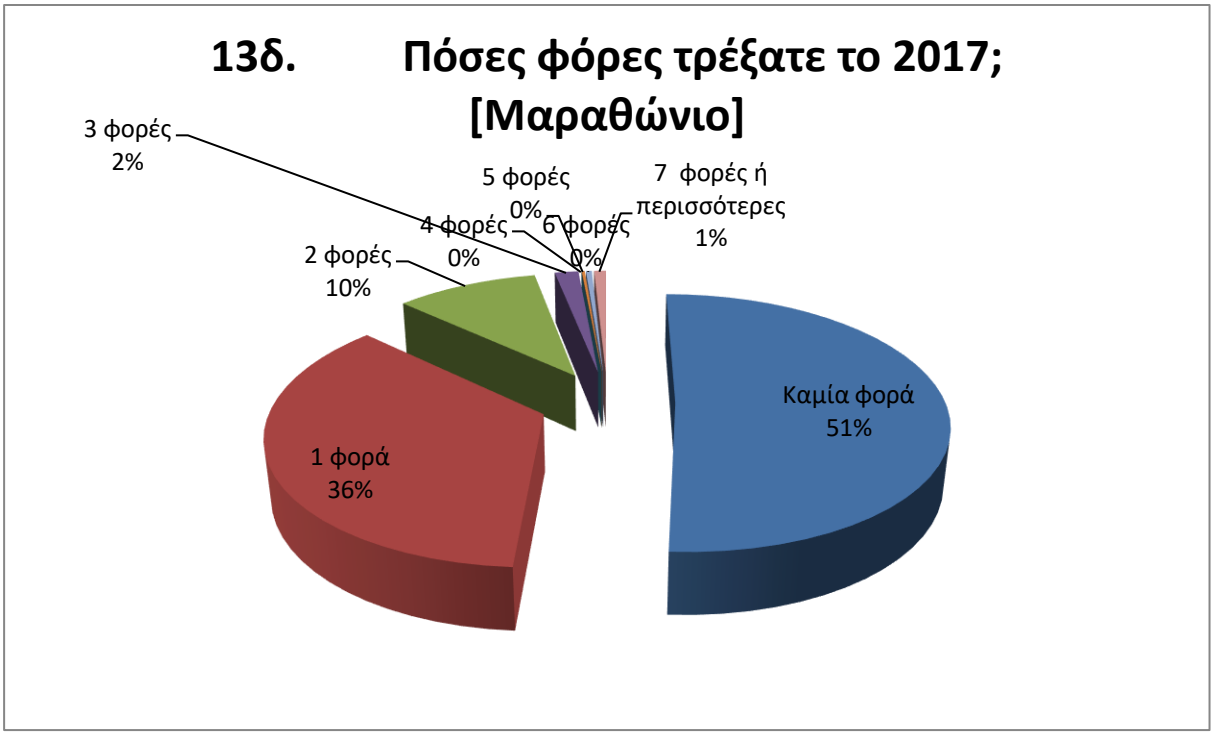
Το ποσοστό των δρομέων που συνήθως τρέχει 5Κμ είναι μικρότερο από 20%. Σχεδόν οι μισοί δρομείς δεν έτρεξαν καθόλου 5Κμ το 2017 (πιθανώς επειδή το θεωρούσαν μικρή απόσταση).



Στην κατηγορία αυτή τα ποσοστά είνα μοιρασμένα.Πάνω από το 80% των δρομέων έχουν τρέξει τουλάχιστον ένα 10άρι. Αρκετοί είναι αυτοί που το 10άρι είναι ο κύριος αγώνας τρεξίματος που επιλέγουν.



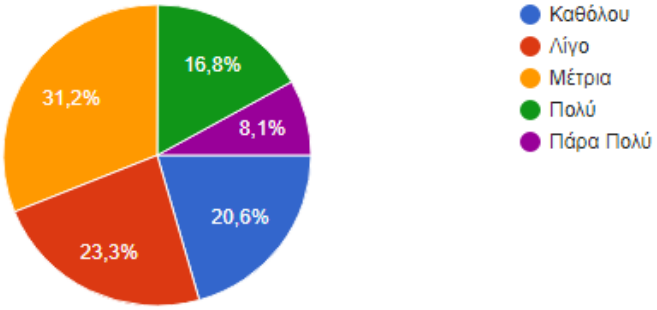
Σχεδόν τα 2/3 των δρομέων επιλέγουν να τρέξουν τουλάχιστον 1 φορά το χρόνο ημι-μαραθώνιο. Λίγο περισσότεροι από το 10% τρέχουν περισσότερους από 5 ημι-μαραθωνίους το χρόνο.



Ο Μαραθώνιος είναι ο βασικός στόχος και τους περισσότερους έμπειρους δρομείς. Σχεδόν οι μισοί δρομείς τρέχουν τουλάχιστον ένα μαραθώνιο το χρόνο.

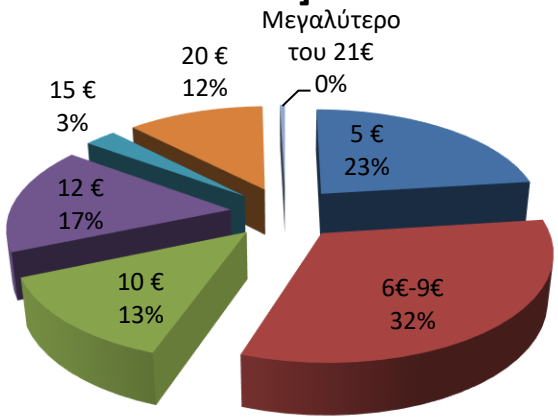
14. Πόσο σημαντικό θεωρείται ένας αγώνας να έχει στις παροχές του Τεχνικό T-Shirt (το οποίο αυξάνει το κόστος συμμετοχής περίπου 5€);

481 απαντήσεις



Ένα μεγάλο ποσοστό των ερωτηθέντων θεωρούν ότι δεν είναι πολύ σημαντική η παροχή του T-Shirt.

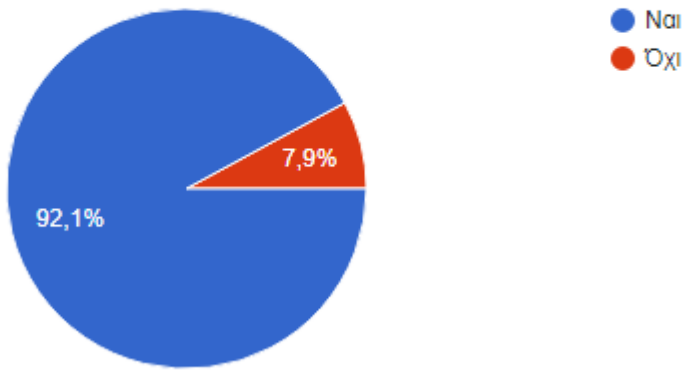
15. Ποιο είναι το μέγιστο κόστος συμμετοχής που θα πληρώνατε για να συμμετάσχετε σε ένα αγώνα (ο αγώνας παρέχει Τεχνικό T-Shirt που προσθέτει περίπου 5€ στο συνολικό ποσό); [5 km]



Οι περισσότεροι δρομείς θεωρούν λογικό ποσό συνδρομής για έναν αγώνα τα 5-9€. Ένα 30% δεν θα είχε πρόβλημα και για 10-12€ (προφανώς αν συνοδεύεται ο αγώνας από αντίστοιχες παροχές).

16. Θεωρείτε απαραίτητη την ύπαρξη ιστοσελίδας των διοργανώσεων;

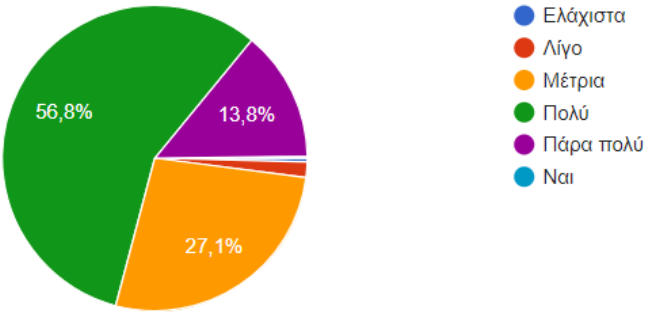
481 απαντήσεις



Η ιστοσελίδα αγώνα θεωρείται απαραίτητη σε κάθε διοργάνωση.

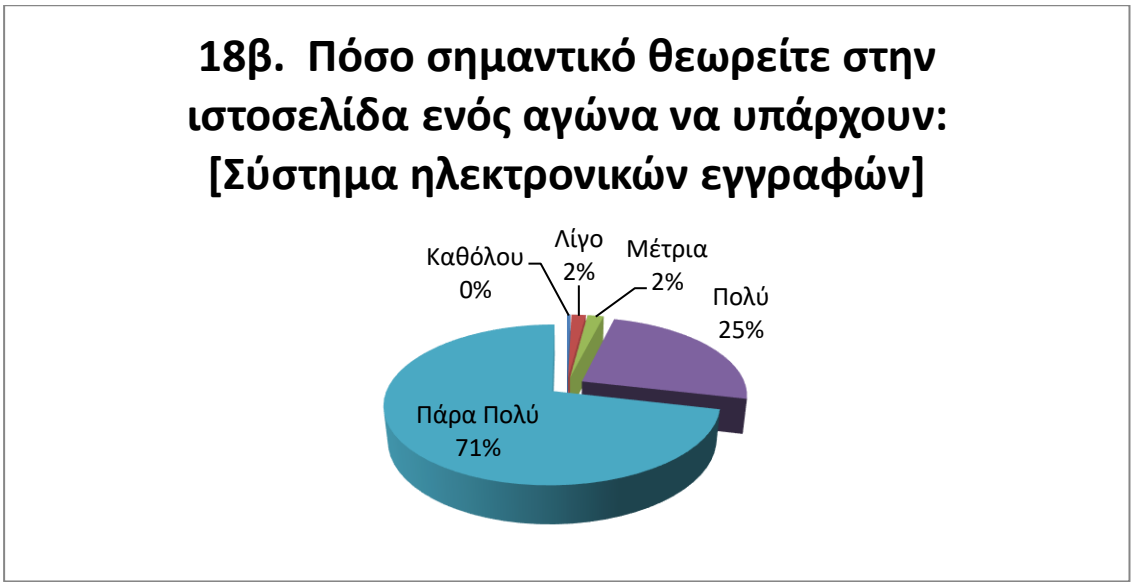
17. Πόσο ευχαριστημένοι είστε από την υπάρχουσα οργάνωση των αγώνων σε ότι αφορά τον τομέα της τεχνολογικής υποστήριξης; (ιστοσελίδα, χρονομέτρηση, αποτελέσματα κλπ)

491 απαντήσεις



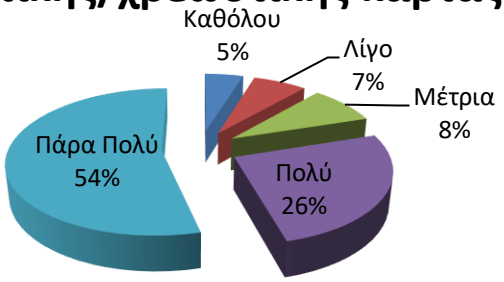
Οι περισσότεροι είναι αρκετά ευχαριστημένοι, υπάρχει όμως ένα σημαντικό ποσοστό περίπου 30% που δεν είναι ιδιαίτερα ευχαριστημένο. Αυτό γίνεται πιθανώς, επειδή πολλές ιστοσελίδες δημιουργούνται από εταιρίες, οι οποίες αφού τις κατασκευάζουν δεν ασχολούνται με τη συνεχή ενημέρωσή τους. Οι διοργανωτές συνήθως δεν ξέρουν - μπορούν να ενημερώσουν μόνοι τους την ιστοσελίδα του αγώνα.

Είναι απολύτως βασικό (και λογικό) στην ιστοσελίδα του αγώνα να υπάρχει αναρτημένη η προκήρυξη.



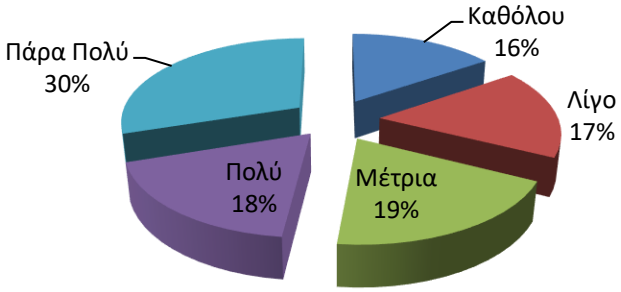
Ακόμα πιο σημαντικό θεωρούν οι δρομείς να υπάρχει στην ιστοσελίδα του αγώνα Σύστημα ηλεκτρονικών πληρωμών.

18γ. Πόσο σημαντικό θεωρείτε στην ιστοσελίδα ενός αγώνα να υπάρχουν: [Πληρωμή αντιτίμου συμμετοχής μέσω πιστωτικής/χρεωστικής κάρτας]



Οι πιστωτικές κάρτες έχουν μπει στη ζωή μας! Ένα ποσοστό περίπου 80% θέλει να υπάρχει η δυνατότητα πληρωμής του αντίτιμου συμμετοχής με πιστωτική κάρτα.

18δ. Πόσο σημαντικό θεωρείτε στην ιστοσελίδα ενός αγώνα να υπάρχουν: [Πληρωμή αντιτίμου συμμετοχής μέσω PayPal]

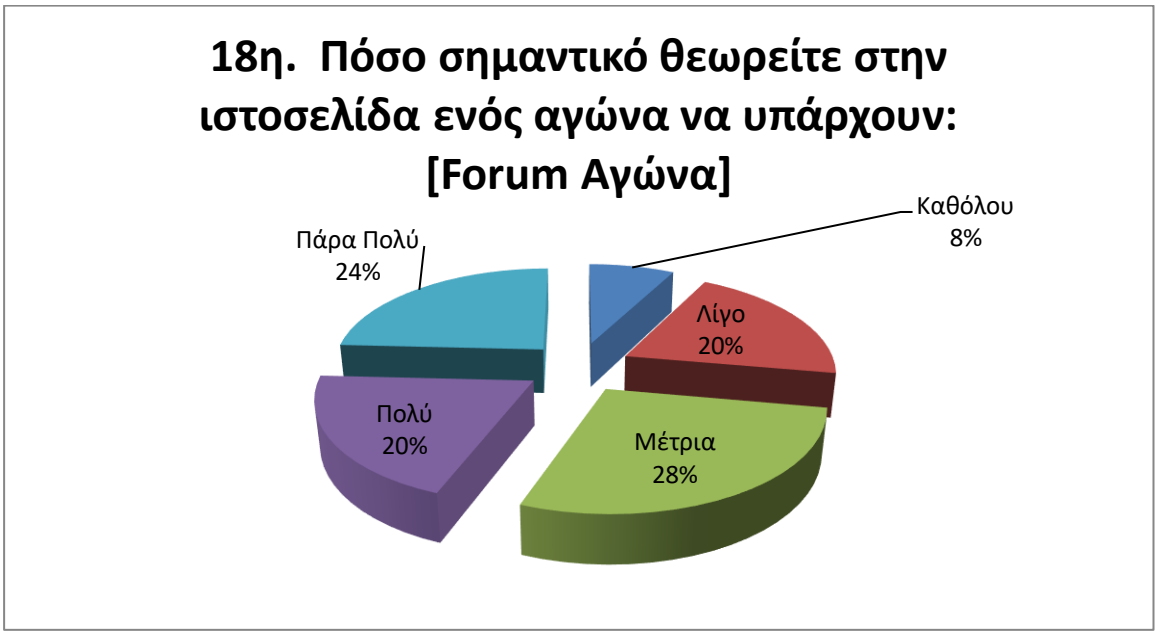


Περίπου οι μισοί δρομείς θέλουν να υπάρχει η δυνατότητα πληρωμής του αντίτιμου συμμετοχής με Paypal.

Οι περισσότεροι δρομείς θέλουν να βλέπουν τους συμμετέχοντες στον κάθε αγώνα. Όσοι διεκδικούν τις πρώτες θέσεις των κατηγοριών, μπορούν έτσι να δουν και τον ανταγωνισμό για τα μετάλλια.

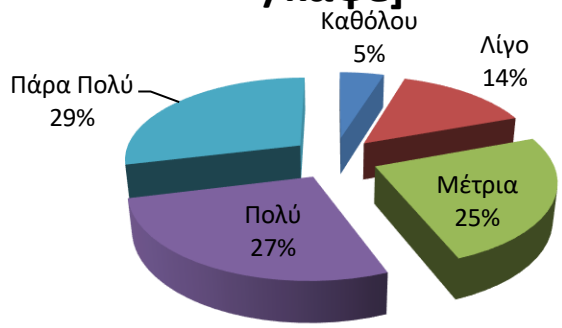
Σχεδόν όλοι οι δρομείς ενδιαφέρονται για τις ανακοινώσεις του αγώνα, ώστε να μπορούν να ενημερώνονται για ότι νέο υπάρχει από την οργανωτική επιτροπή.

Πάνω από ένα 90% των δρομέων θέλουν να ξέρουν τις διαδρομές και τα υψομετρικά τους, ώστε να μπορούν να υπολογίσουν το ρυθμό με τον οποίο θα τρέξουν.



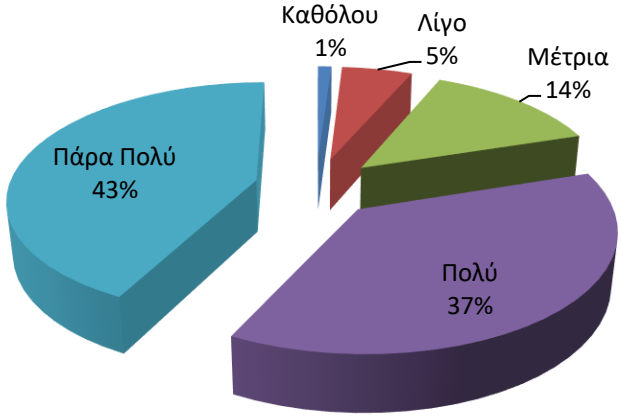
Στην ερώτηση αυτή οι απαντήσεις είναι μοιρασμένες. 3 στους 4 δρομείς ενδιαφέρονται από μέτρια ως πάρα πολύ για την ύπαρξη forum μέσω του οποίου θα μπορούν να ανταλλάξουν απόψεις για τον συγκεκριμένο αγώνα.

18θ. Πόσο σημαντικό θεωρείτε στην ιστοσελίδα ενός αγώνα να υπάρχουν: [Προσφορές Ξενοδοχείων/Εστιατορίων /καφέ]



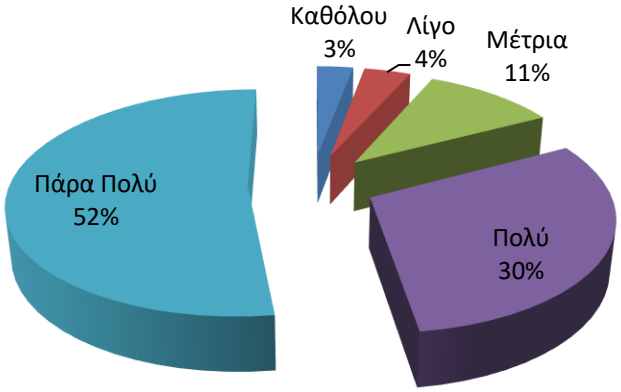
Και αυτή η παροχή από την ιστοσελίδα του αγώνα θεωρείται αρκετά σημαντική σε 4 στους 5 δρομείς. Λογικό, αφού στο συνολικό ποσό που θα δαπανήσει κάποιος για να τρέξει έναν αγώνα, η διαμονή /φαγητό καταλαμβάνει το μεγαλύτερο μέρος.

18ι. Πόσο σημαντικό θεωρείτε στην ιστοσελίδα ενός αγώνα να υπάρχουν: [Δυνατότητα επικοινωνίας με διοργανωτές]



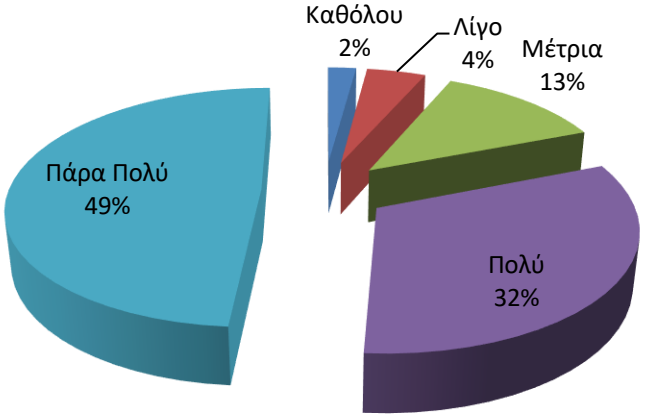
Το 80% των δρομέων θεωρεί όπως είναι φυσικό πολύ σημαντική τη δυνατότητα επικοινωνίας με τους διοργανωτές.

18κ. Πόσο σημαντικό θεωρείτε στην ιστοσελίδα ενός αγώνα να υπάρχουν: [Χρονομέτρηση με τσιπάκια (η οποία εννοείται αυξάνει το κόστος συμμετοχής)]

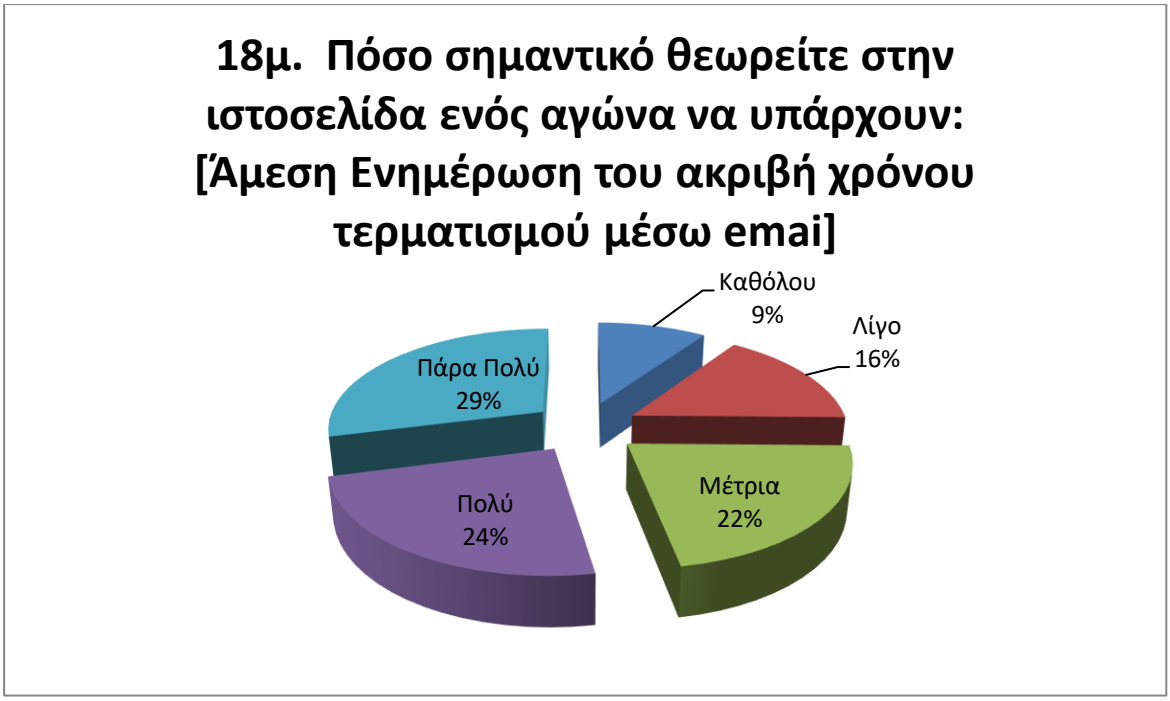


Το 80% περίπου των δρομέων θέλει την ακριβή χρονομέτρηση της επίδοσής τους που προσφέρουν τα τσιπάκια, παρόλο που αυτή αυξάνει το κόστος συμμετοχής 2-3€ ανά δρομέα.

18λ. Πόσο σημαντικό θεωρείτε στην ιστοσελίδα ενός αγώνα να υπάρχουν: [Άμεση Ανάρτηση αποτελεσμάτων αγώνων]



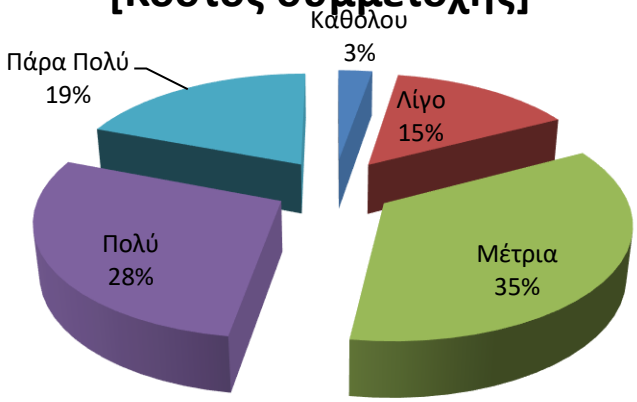
Σχεδόν όλοι οι δρομείς ψάχνουν αμέσως μετά τον αγώνα να δουν την επίδοσή τους στην ιστοσελίδα του αγώνα. Αυτό σε λίγους αγώνες επιτυγχάνεται, λόγω του ότι οι διοργανωτές δεν μπορούν συνήθως να ενημερώσουν οι ίδιοι την ιστοσελίδα του αγώνα τους.



4 στους 5 δρομείς θα προτιμούσαν να ενημερώνονται με email για την επίδοσή τους και τη θέση τους στον αγώνα.

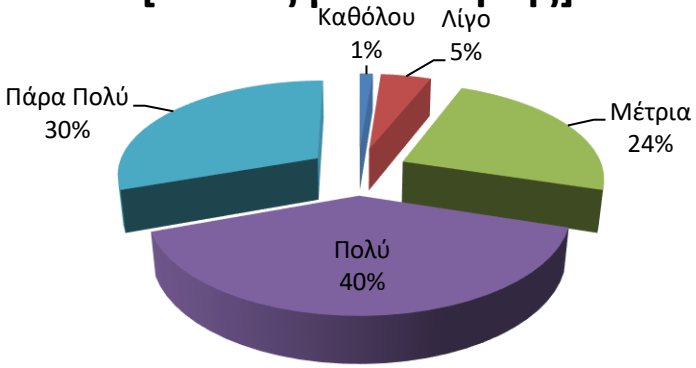
Σχεδόν όλοι οι δρομείς ψάχνουν για φωτογραφίες τους από τον αγώνα.

19α. Πόσο σημαντικά θεωρείτε τα παρακάτω κριτήρια για να επιλέξετε για να τρέξετε σε έναν αγώνα [Κόστος συμμετοχής]



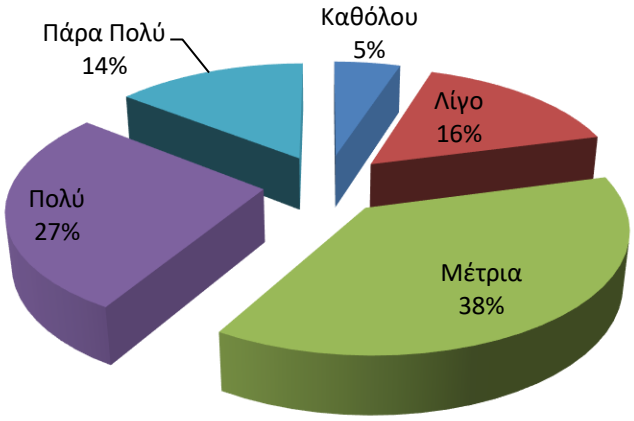
Το αντίτιμο συμμετοχής στον αγώνα είναι μια πολύ σημαντική παράμετρος για τους δρομείς. Οι μισοί το λαμβάνουν πολύ σοβαρά υπόψη, ενώ επιπλέον ένα 35% το λαμβάνει μετρίως υπόψη. Τέλος, σε ένα 20% δεν παίζει σημαντικό ρόλο.

19β. Πόσο σημαντικά θεωρείτε τα παρακάτω κριτήρια για να επιλέξετε για να τρέξετε σε έναν αγώνα [Κόστος μετακίνησης]



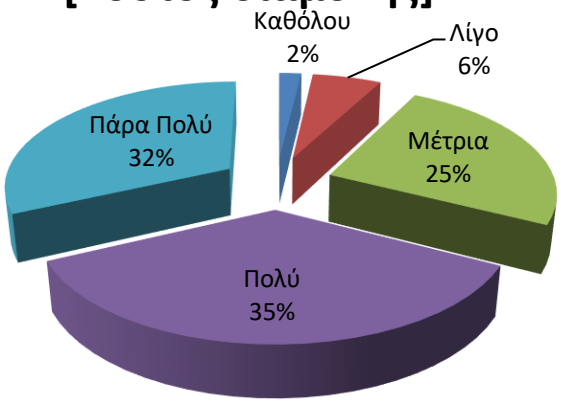
Το κόστος μετακίνησης στον τόπο του αγώνα επηράζει όλους σχεδόν τους συμμετέχοντες του αγώνα.

19γ. Πόσο σημαντικά θεωρείτε τα παρακάτω κριτήρια για να επιλέξετε για να τρέξετε σε έναν αγώνα [Υπαρξη Οργανωμένης Ιστοσελίδας]



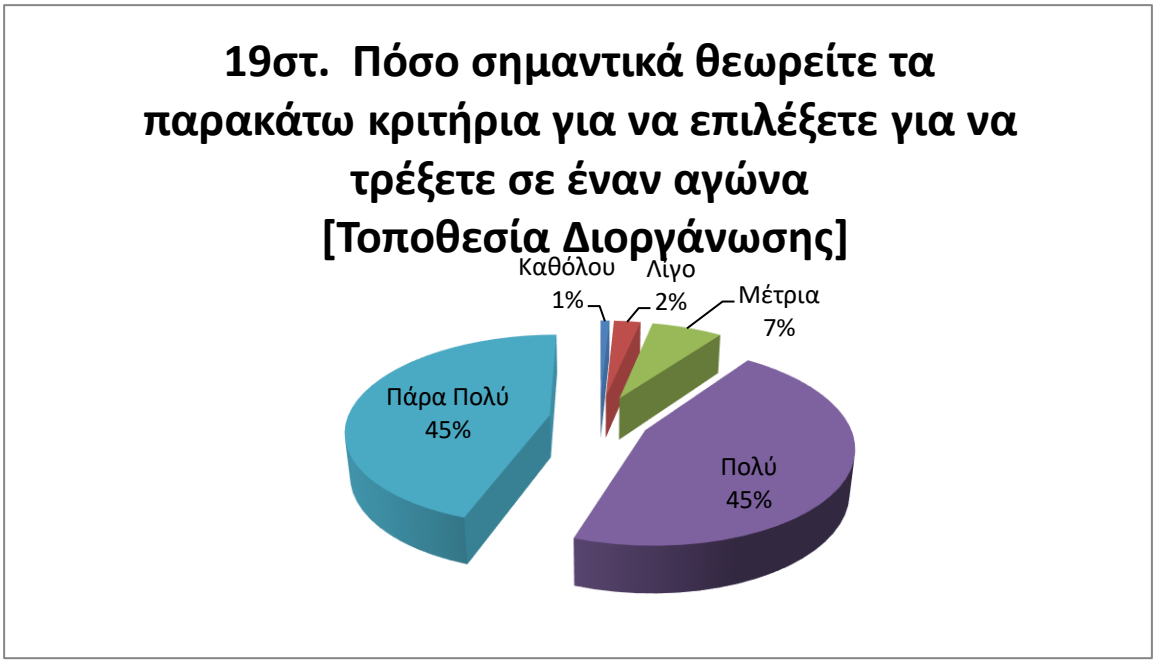
Η ύπαρξη ιστοσελίδας επηρεάζει το σε μεγάλο βαθμό ένα 40% των δρομέων, δεν αποτελεί όμως το κύριο κριτήριο επιλογής ενός αγώνα.

19δ. Πόσο σημαντικά θεωρείτε τα παρακάτω κριτήρια για να επιλέξετε για να τρέξετε σε έναν αγώνα [Κόστος διαμονής]

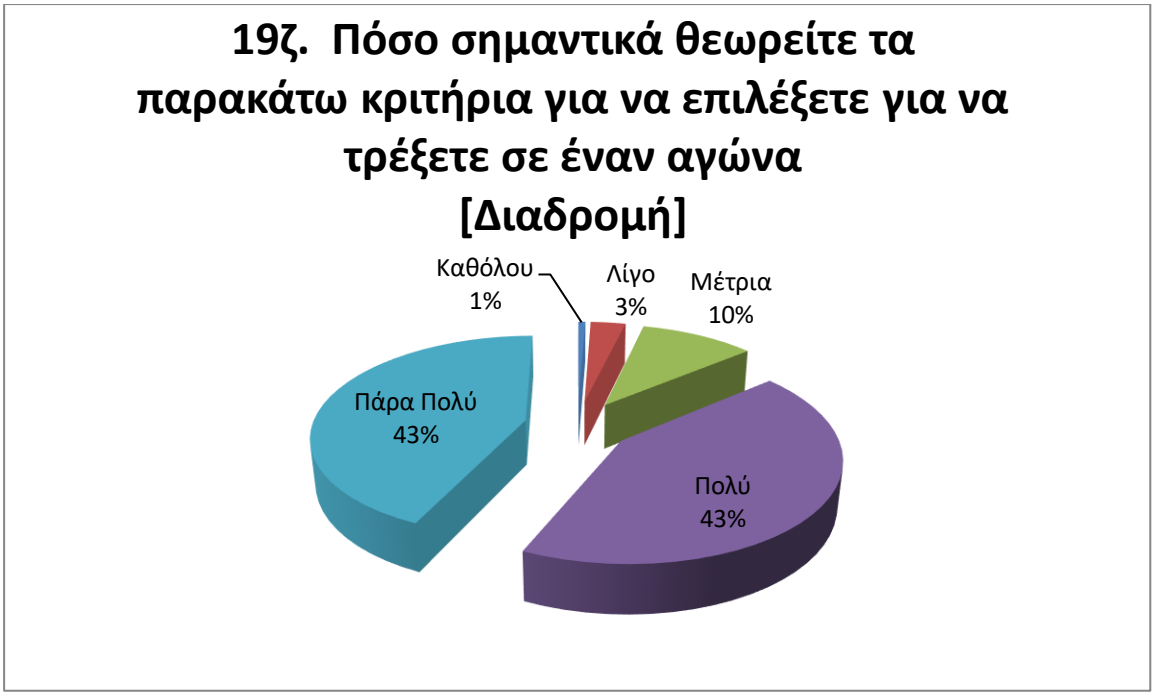


Το κόστος διαμονής στον τόπο του αγώνα θεωρείται πολύ σημαντικό έξοδο για όλους σχεδόν τους δρομείς. Γι' αυτό το λόγο εκτιμάται πολύ η ύπαρξη προσφορών διαμονής.

Για τους περισσότερους δρομείς οι παροχές ενός αγώνα αποτελούν ένα πολύ σημαντικό κριτήριο για την επιλογή του.



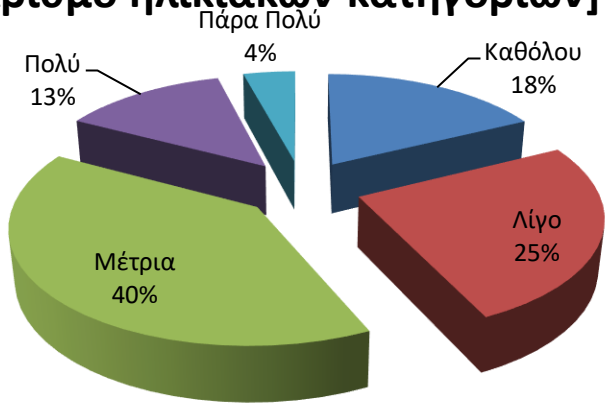
Η τοποθεσία της διοργάνωσης είναι από τα βασικότερα κριτήρια επιλογής ενός αγώνα για όλους σχεδόν τους δρομείς.



Πολύ σημαντική για όλους είναι και η διαδρομή του αγώνα.

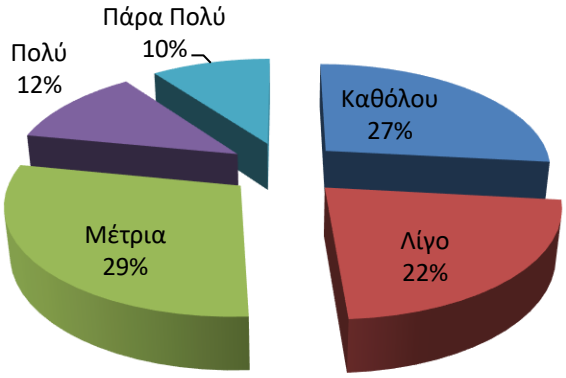
Η διαφήμιση ενός αγώνα επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό το 85% των δρομέων!

19θ. Πόσο σημαντικά θεωρείτε τα παρακάτω κριτήρια για να επιλέξετε για να τρέξετε σε έναν αγώνα [Αριθμό ηλικιακών κατηγοριών]



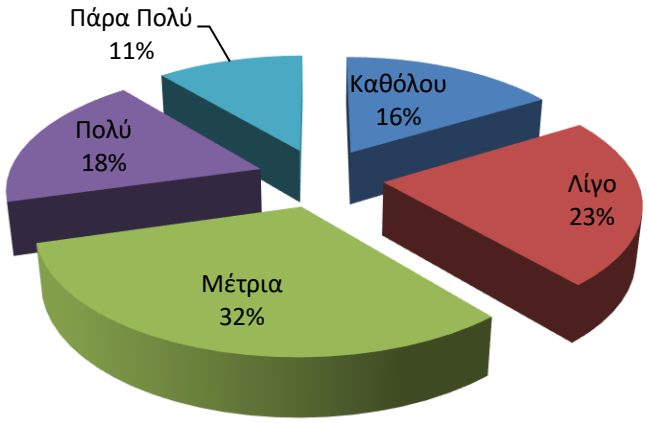
Περισσότεροι από τους μισούς δρομείς ενδιαφέρονται για την ύπαρξη ηλικιακών κατηγοριών στις βραβεύσεις ενός αγώνα ώστε να αυξηθούν οι πιθανότητές τους να πάρουν κάποιο μετάλλιο.

19ι. Πόσο σημαντικά θεωρείτε τα παρακάτω κριτήρια για να επιλέξετε για να τρέξετε σε έναν αγώνα [Δώρα για τους συμμετέχοντες]



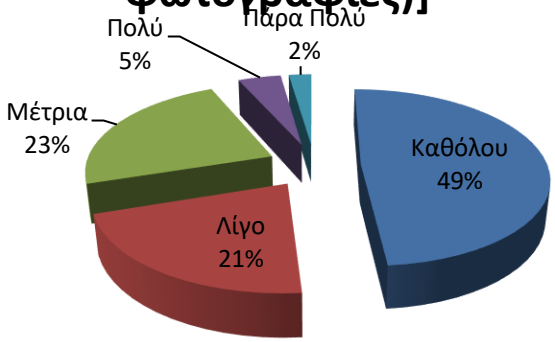
Μόνο ένα 22% θεωρεί τα δώρα από χορηγούς σημαντικό παράγοντα για την επιλογή ενός αγώνα.

19κ. Πόσο σημαντικά θεωρείτε τα παρακάτω κριτήρια για να επιλέξετε για να τρέξετε σε έναν αγώνα [Συμμετοχή επωνύμων δρομέων]



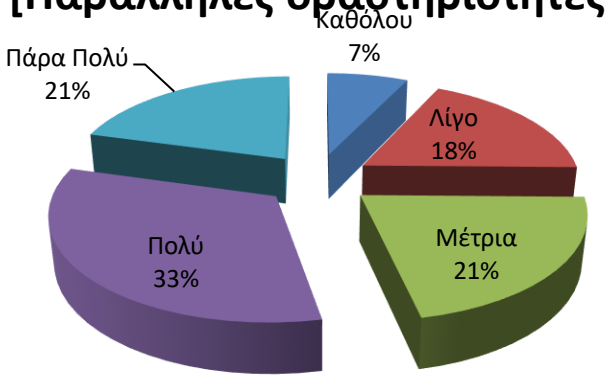
Η πρόσκληση σε επώνυμους δρομείς ενδιαφέρει πολύ περίπου 1 στους 3 συμμετέχοντες ενός αγώνα.

19λ. Πόσο σημαντικά θεωρείτε τα παρακάτω κριτήρια για να επιλέξετε για να τρέξετε σε έναν αγώνα [Υπηρεσίες προς τους συμμετέχοντες (π.χ. φωτογραφίες)]



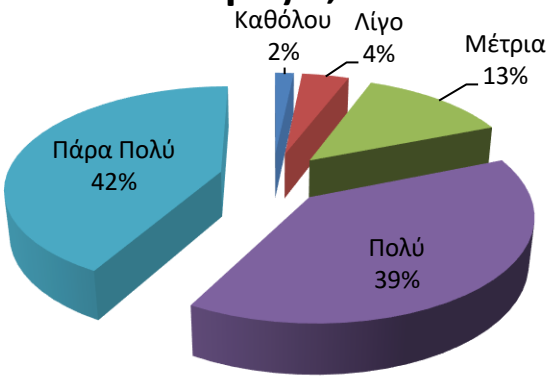
Σχεδόν όλοι οι δρομείς επιλέγουν να τρέξουν σε ένα αγώνα ακόμα και αν δεν είναι εξασφαλισμένη η φωτογράφιση τους.

19μ. Πόσο σημαντικά θεωρείτε τα παρακάτω κριτήρια για να επιλέξετε για να τρέξετε σε έναν αγώνα [Παράλληλες δραστηριότητες]



Περισσότεροι από τους μισούς δρομείς ενδιαφέρονται πολύ για παράλληλες δραστηριότητες σε ένα αγώνα

19ν. Πόσο σας ενδιαφέρει η δυνατότητα να βλέπετε με ευκολία όλα τα αποτελέσματα όλων των αγώνων που έχετε τρέξει;



Όλοι οι δρομείς θα ήθελαν να έχουν κάπου συγκεντρωτικά όλα αποτελέσματά τους για τους αγώνες που έχουν τρέξει.

3 Άλλες παρατηρήσεις δρομέων.

Ακολουθούν παρατηρήσεις διαφόρων δρομέων στο ερωτηματολόγιο, ακριβώς όπως τοις διατύπωσαν:

- Ηλεκτρονικά αναμνηστικά διπλώματα με χρόνο από την διοργάνωση για τον κάθε δρομέα και εύκολη δυνατότητα εκτύπωσης.
- Σε μεγάλους αγώνες (χιλιομετρικά, δυσκολίας, φήμης) να παρέχεται σταδιακά στους αγωνιζόμενους κατά την παραλαβή του πακέτου συμμετοχής καρδιολογικός έλεγχος (ακουστική, πίεση ακόμα και καρδιογράφημα).
- Οι αγώνες πρέπει να είναι δωρεάν.
- Σε κάποιες διοργανώσεις, ακόμη και μεγάλες, τα αναμνηστικά μετάλλια είναι κάκιστης ποιότητας και κακόγουστου σχεδιασμού. Επίσης τα σημεία ενυδάτωσης είναι σε πολλούς αγώνες λάθος. Τέλος πολλοί αγώνες καθυστερούν να αρχίσουν σε σχέση με την καθορισμένη ώρα έναρξης, με αποτέλεσμα εκτός από την αναμονή και την απώλεια της προθέρμανσης.
- Οι αγώνες στην επαρχία είναι πολύ πιο ενδιαφέροντες από τους αντίστοιχους εντός Αθήνας! Στην επαρχία η φιλοξενία είναι αλλιώτικη και είσαι 100% σίγουρος για την υποδοχή, τις παροχές και το φυσικό περιβάλλον που θα αντιμετωπίσεις! Στην Αθήνα οι αγώνες είναι τίμιοι αλλά κατά την γνώμη μου επαρχία>Αθήνα!
- Είναι πολύ σημαντικό το κόστος συμμετοχής σε κάθε διοργάνωση γιατί πολύς κόσμος δεν έχει τη δυνατότητα πλέον να ανταπεξέλθει οικονομικά και ειδικά για αγώνες μακριά από τον τόπο διαμονής του.
- Θεωρώ πολύ σημαντικό στοιχείο την ασφάλεια του αγώνα.
- Απαραίτητη παρουσία ασθενοφόρου, ιατρού και διασωστών στους αγώνες.
- Πρέπει να μειωθεί το κόστος συμμετοχής των αγώνων, εφόσον παντού υπάρχουν χορηγοί. Το t- shirt, που πολλές φορές δεν είναι και τεχνικό να πωλείται πάντα ξεχωριστά. Αθλητικό εξοπλισμό έχουμε όλοι και οι περισσότεροι μάλιστα συμμετέχουμε με τις φανέλες των συλλόγων μας.
- Το κόστος συμμετοχής να επιστρέψει στα 5€ (εκτός μαραθωνίων), όπως και η συνδρομή στους συλλόγους.
- 1. Να κλείνουν οι δρόμοι ώστε να υπάρχει ασφάλεια στους δρομείς
  2. Να υπάρχει ενημέρωση των κατοίκων μέρες πριν τον αγώνα,
  3. Κατά τη διάρκεια του αγώνα ενημέρωση των οδηγών για εναλλακτικές διαδρομές,
  4. Ευκολία για την παραλαβή συμμετοχής και όχι ατελείωτες ουρές.

- Σημαντικό να τηρείτε η ώρα έναρξης και σε περίπτωση μεγάλης συμμετοχής να συμπληρώνονται μπλοκ εκκίνησης με βάση αρχεία παλαιότερων ετών με χρόνους-επιδόσεις.
- τροφοδοσία υγρών ηλεκτρολυτών στη διάρκεια του αγώνα, χιλιομετρικές ενδείξεις, παλμό από το κοινό.
- Θα ήθελα περισσότερους αγώνες κοντά στην πόλη μου ή στην πόλη μου την ίδια [Πάτρα].
- Σωστή τροφοδοσία.
- Σεβασμό στην φύση που μας παρέχεται δωρεάν να τρέχουμε.
- Σημαντική για συμμετοχή σε αγώνα η ύπαρξη αναμνηστικού μεταλλίου.
- Πρέπει οι προσφερόμενες παροχές να ανταποκρίνονται στο αντίτιμο συμμετοχής.
- Σημαντικό ρόλο παίζει η καλή σήμανση του αγώνα (βουνού), η οποία όμως μετά τον αγώνα καλό είναι να μην παραμένει, εκτός εάν αποτελεί ταυτόχρονα και ορειβατικό μονοπάτι η διαδρομή. Στην περίπτωση αυτή, που η σήμανση παραμένει και μετά τον αγώνα, καλό είναι το ταμπελάκι να αναφέρει και το όνομα του αγώνα (π.χ. Αριστοτέλειο μονοπάτι 10,5km).
- Οι αγώνες τρεξίματος όπως έχουν γίνει τώρα, θα έπρεπε να δίνουν περισσότερη προσοχή στους ερασιτέχνες δρομείς και όχι στους πρωτοκλασάτους των πρωταθλήματος στίβου (κίνητρο για όσους δεν αθλούνται.
- προέχει η ασφάλεια των αθλητών ,επίσης εάν ανέβει το επίπεδο των παροχών θα ανέβει το νούμερο και το επίπεδο των αθλητών.
- συχνό πρόβλημα είναι η σήμανση στη διαδρομή και οι χιλιομετρικές ενδείξεις και οι υψομετρικές διάφορες ώστε ο αθλητής να μπορεί να κατανείμει τις δυνάμεις του και να αποφεύγεται ο κίνδυνος διαφυγής του από τη διαδρομή. Επίσης για τις διαδρομές ορεινού τρεξίματος χρειάζεται πιο υπεύθυνη οργάνωση για την ασφάλεια των αθλητών.
- Κάποτε τρέχαμε για το κέφι μας σε αγώνες λαϊκούς και το διασκεδάζαμε. Τελευταία οι αγώνες κατάντησαν ένα εμπορεύσιμο είδος που ο κάθε φορέας προσβλέπει σε ένα εύκολο κέρδος και μια διαφήμιση εκμεταλλευόμενος τα χρήματα των δρομέων και την αγάπη τους για το τρέξιμο. Αυτοδιαφήμιση χωρίς κόστος με χρήματα άλλων μόνο οι λαϊκοί αγώνες το κατάφεραν. Τελευταία λοιπόν τρέχω για μένα γιατί δεν το διασκεδάζω όπως παλιά και δεν θέλω να αισθάνομαι ότι με εκμεταλλεύονται. Όποιος σύλλογος ή φορέας θέλει να κάνει αγώνα ας τον χρηματοδοτήσει με τις εισφορές των μελών του. Αν δεν μπορεί ας μη το κάνει.
- Το τρέξιμο είναι αρμονία ΠΝΕΥΜΑ-ΣΩΜΑ-ΨΥΧΗ και ΑΠΟΛΥΤΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ!
- Η ασφάλεια των αγώνων (γιατρός, ασθενοφόρο, διασώστες, ειδική σήμανση) είναι πολύ σοβαρό θέμα και δεν το αναφέρατε πουθενά.

- Οι απαντήσεις που έδωσα εξ ανάγκης στις ερωτήσεις 13 & 15 προέκυψαν από το ότι συμμετέχω αποκλειστικά σε αγώνες υπεραπόστασης που δεν συμπεριλαμβάνονται στη λίστα ερωτήσεων. Το σύνηθες κόστος στους αγώνες που συμμετέχω είναι 50 ευρώ για παροχή 24ωρης υποστήριξης.
- Νερό σε πολλά σημεία!
- Οι δρομείς και εν γένει όλοι οι πολίτες χρειαζόμαστε ασφαλείς διαδρομές για προπόνηση και περπάτημα, ποδήλατο, βόλτα Αυτή είναι η σημαντικότερη έλλειψη που υπάρχει. Τα στάδια δεν επαρκούν και φυσικά δεν είναι χώρος βόλτας.
- Να υπάρχουν περισσότερες δυνατότητες πληρωμής.
- Θα προτιμούσα σε αγώνες μεγάλων αποστάσεων όπως ο μαραθώνιος ή ημιμαραθώνιος να σταματήσουν να δίνουν μπλουζάκια.
- Αν είναι να προσφέρει κάποια διοργάνωση δώρο στους μαραθωνοδρόμους θα προτιμούσα καπελάκι ή φουλάρι ή σε τσαντούλα ένα σνακ.
- Τα μπλουζάκια να δίνονται σε αυτούς που τρέχουν μικρότερες αποστάσεις 5 ή 10 χμ, γιατί αυτοί συνήθως είναι καινούργιοι δρομείς, δεν έχουν πολλά τεχνικά μπλουζάκια και θέλουν ένα δωράκι για κίνητρο να ξανατρέξουν.
- Δεν θα ξεχάσω το δώρο που μου έδωσαν στον ημιμαραθώνιο Καλαμπάκα-Τρίκαλα πρόπερσι το 2015 (ήταν ένα σκοινάκι για το χέρι με 2 χάντρες που έγραφαν 21 χμ) το φορούσα μέχρι το καλοκαίρι που τελικά χάλασε.
- Ας είναι περισσότερο ευρηματικοί οι διοργανωτές....
- Εάν γίνεις μέλος running team, μιας εταιρίας σπόνσορα, δεν πληρώνεις συμμετοχή, τα t- shirt τις περισσότερες φορες είναι κακής ποιότητας, οι μπανάνες είναι καλό δωράκι. Το καλύτερο δώρο, ...στον αγώνα Καλαμπάκας- Τρίκαλα, μια σακούλα να μαζεύεις αντικείμενα ανακύκλωσης.... Τα τσιράκια , πολλές φορες δε λειτουργούν σωστά από τα υγρά κ' νερά , η τη βροχή.... Οι αγώνες μέσα σε 3 -4 χρόνια έχουν αλλάξει, σπόνσορες, μεγαλύτερη συμμετοχή αθλητών, η χρήση τεχνολογίας, εμπορευματοποίηση των αγώνων δηλ. μια μεγάλη μπισνα.....