

El running como uno de los 4 ejes estratégicos del patrocinio deportivo de CaixaBank

Reyes Estévez entrena a empleados y clientes de CaixaBank en Girona para afrontar una carrera de diferentes distancias

- **Reyes Estévez ha ofrecido una masterclass teórico-práctica dónde ha dado consejos para corredores aficionados al running sobre las cuestiones técnicas más importantes para preparar una carrera de diferentes distancias y, posteriormente, ha realizado un entrenamiento con cerca de 50 atletas por las calles de la ciudad de Girona.**
- **CaixaBank mantiene su apuesta por las pruebas populares atléticas más representativas del país, como son el Maratón de Lleida, el medio Maratón de Tarragona, la carrera urbana de Manresa, la carrera de Bomberos o Jean Bouin, entre otros.**
- **La presencia del medallista mundial de los 1.500 metros en Girona se produce en el marco de la entidad de fomentar hábitos saludables y promover el deporte a través de los equipos internos #runnersCaixaBank, formado por más de 3.000 personas.**

Girona, 9 de noviembre de 2023.

La oficina Store Santa Clara de CaixaBank en Girona ha acogido hoy una masterclass teórico-práctica para aficionados al running de la mano de Reyes Estévez, medallista mundial en la prueba de 1.500 metros en Atenas (1997) y Sevilla (1999). El exatleta internacional ha impartido una sesión teórica a más de 50 personas, entre empleados y clientes de la entidad, que han acudido a la charla gratuita organizada por CaixaBank.

En cuanto a la parte teórica, Estévez ha explicado técnicas de carrera y diferentes consejos para afrontar con garantías una carrera de diferentes distancias, con especial énfasis en las carreras urbanas 10k, las más multitudinarias del panorama atlético. Durante la explicación se ha puesto el foco en la importancia de un buen calentamiento previo a la carrera. Reyes Estévez aconseja dedicar 15 ó 20 minutos de carrera suave para calentar los músculos antes del inicio de la competición. En segundo lugar, el exatleta internacional ha puesto el foco en la visualización del recorrido antes de afrontar la carrera. A continuación, Estévez ha hecho especial énfasis en el uso de un buen calzado deportivo.

En este apartado, Estévez considera imprescindible encontrar una zapatilla que vaya en consonancia con el tipo de pisada y el peso corporal. Finalmente, el atleta ha entrado en aspectos más técnicos como la gestión del esfuerzo durante la carrera según el punto kilométrico, así como la importancia de la hidratación y la alimentación. Finalmente, Reyes ha hablado de la gestión de la motivación y las emociones.

Una vez finalizada la parte teórica, donde los asistentes han podido compartir con el medallista sus inquietudes y dudas, los 50 corredores amateurs han realizado un entrenamiento de una hora dirigido por Reyes Estévez por las calles de Girona. El grupo ha recorrido el casco antiguo pasando por el Pont de Pedra, la Catedral y todos los lugares históricos de la ciudad. A la finalización del entrenamiento, el grupo ha realizado estiramientos y ha concluido la jornada con una foto general.

La presencia del medallista mundial de los 1.500 metros en Girona se produce en el marco de la entidad de fomentar hábitos saludables y promover el deporte, especialmente a través de los equipos internos #runnersCaixaBank, formado por más de 3.000 personas.

El running como elemento de implicación territorial

CaixaBank mantiene una estrecha vinculación con el territorio de influencia y cuenta con una vocación de entidad próxima con el cliente, que se traduce en el patrocinio local como estrategia adecuada para generar notoriedad. Por este motivo, la entidad financiera mantiene su apuesta por las principales pruebas populares atléticas más representativas del panorama nacional con las cuales comparte valores como el esfuerzo, el espíritu de superación y la perseverancia.

La entidad es patrocinadora principal de cerca de 50 pruebas atléticas tradicionales como el Maratón de Lleida, el medio Maratón de Tarragona, la carrera urbana de Manresa, la carrera de Bomberos o Jean Bouin, entre otros.

Con la mirada puesta a dinamizar y colaborar con el territorio de influencia, CaixaBank promueve activamente acciones de activación en los prolegómenos de las pruebas, en algunas ocasiones vinculadas al embajador de marca Reyes Estévez, al mismo tiempo que incentiva la participación y facilita los medios económicos oportunos para disputar cada competición.

Esta implicación con el deporte de la entidad se ha materializado en la formación de un gran número de equipos internos de #runnersCaixaBank. Este grupo de atletas, que cuenta con más de 3.000 inscritos, llevan en todo el territorio los valores inherentes al deporte, que también forman parte de la cultura de CaixaBank.