

## **Brooks schijnt licht op hoe de Europese loper zich voelt over hardlopen in het donker.**

*Feiten en cijfers over hardlopen in het donker  
- volgens Europese lopers*

Brooks Running, expert op het gebied van hardloopschoeisel en -kleding, heeft de nieuwste update van hun Run Visible-collectie gelanceerd, die hardlopers meer tijd geeft om te lopen. Maar wat vinden lopers van lopen voor- of nadat de zon ondergaat? Op basis van antwoorden van 3.639 lopers uit 7 landen, kwamen we tot de volgende inzichten.

### **1. Waarom lopen in het donker?**

Redenen waarom mensen in het donker lopen, zijn onder andere omdat de straten stiller zijn als het donker is (44%), omdat het de enige vrije tijd is die ze hebben (39%) en omdat het hen meer ontspanning biedt (32%).

### **2. Waarom NIET lopen in het donker?**

Redenen om NIET in het donker te lopen, zijn onder meer dat lopers bang zijn voor hun eigen veiligheid als ze in het donker buiten zijn (56%), omdat ze bang zijn dat ze niet zichtbaar genoeg zullen zijn voor anderen, inclusief auto's (34%), omdat het ofwel te vroeg ofwel te laat op de dag is om te lopen (25%) of omdat ze bang zijn in het donker (16%).

- Bijna 4 op de 10 vrouwen (39%) loopt nooit in het donker vergeleken met 23% van de mannen, vooral omdat vrouwen bang zijn voor hun eigen veiligheid (69%) en omdat ze niet zichtbaar zijn voor auto's (29%)

### **3. Hoe vaak lopen mensen in het donker?**

34% van de lopers loopt slechts af en toe in het donker, 22% loopt alleen in het donker als ze samen met iemand kunnen lopen, 7% loopt regelmatig in het donker, 1% loopt altijd in het donker. 31% van de lopers loopt echter nooit in het donker.

### **4. Veiligheid en in het donker lopen**

De helft van de lopers heeft wel eens een onveilige situatie meegemaakt tijdens het lopen in het donker, omdat ze niet goed zichtbaar waren. Daarom wil 81% van de lopers altijd extra voorzorgsmaatregelen nemen om ervoor te zorgen dat ze gezien worden. 74% van de lopers zou vaker in het donker rennen als ze over de juiste uitrusting zouden beschikken waarmee ze gezien kunnen worden in het verkeer

### **5. Opmerkelijke verschillen tussen landen**

Lopers uit Duitsland en Nederland lopen het vaakst in het donker. Slechts 20% van de Duitse lopers en 21% van de Nederlandse lopers loopt nooit in het donker. In Frankrijk lopen lopers het minst vaak in het donker: 43% loopt nooit in het donker. In Spanje neemt bijna elke loper veiligheidsmaatregelen om zichtbaar te zijn: 97%. Dat is logisch, want in Spanje hebben de meeste lopers tijdens het lopen in het donker een onveilige situatie ervaren omdat ze niet zichtbaar genoeg waren (59%).

#### **Perscontact Brooks:**

Caitlin Stoel  
caitlin.stoel@brooksrrunning.com  
+31 6 303 400 50



### **Loop zichtbaar**

De Brooks Run Visible-collectie bestaat uit kleding, schoenen en accessoires, waarmee mensen op tot wel 180 meter afstand vanuit bewegende voertuigen herkend kunnen worden als loper. De Run Visible-collectie van Brooks is speciaal ontworpen om mensen niet alleen zichtbaar te maken, maar ze ook herkenbaar te maken als loper dankzij de designkenmerken van Brooks. De collectie is gemaakt met innovatief retro-reflecterend materiaal op cruciale bewegingszones om lopers zichtbaar te laten zijn als de zon onder is en het hen mogelijk te maken meer kilometers te lopen in het donker.

### **Perscontact Brooks:**

Caitlin Stoel  
caitlin.stoel@brooksrunning.com  
+31 6 303 400 50