

老外为什么那么爱跑步? 跑步时有哪些偏好? 欧美女子跑步最爱穿工字形文胸

6月3日,是美国的全国跑步日,美国权威调查机构 Wakefield Research 特意公布了一份关于跑步的最新调查报告。这份调查针对18岁以上的1000名美国人、1000名加拿大人以及1000名德国人跑者,他们都是一周起码跑步锻炼一次的爱好者,调查了他们对于跑步有关事项的偏好。得到的一些答案可能会让你大吃一惊!看看你是不是和他们一样,或者你有不一样的偏好呢?

穿什么很重要

62%的美国妹子都喜欢穿短裤出来跑步,只有8%会选择穿不穿内衣裤跑步。相对于比较开放的美国人,偏保守的德国人则有72%的人会选择穿长裤跑步。当然最开放的还要数加拿大人,11%的加拿大妹子选择“真空”去跑步。

在运动文胸方面,工字形显然是妹子们的最爱,有47%的人会选择使用这款,背后交叉式占了39%,而前扣式则占了14%。

而跑者对于跑鞋的热爱也是越来越深,74%的受访者表示,如果这辈子的剩下时光只能穿一双鞋的话,他们会选择一双跑鞋。

你幸福吗?

跑步是否让你的夫妻生活更幸福?41%的跑者认为,跑步有助于他们和另一半的性生活,这也是他们坚持跑步的原因;而



关注郑运动
我们会送给你惊喜哦

35%的跑者则认为跑步前的拉伸甚至可以提高跑步状态。

跑者的爱好

53%的跑者认为跑步时最不能缺少的就是音乐,也难怪在跑步的时候你经常可以看到头戴耳机帅气奔跑的帅男靓女;排名第二的则是口袋,占18%,现在出去跑步,没有口袋装一点现金和手机可不行;排名第三位的反而是袜子,占13%。

跑步伴侣

虽然科技在跑者世界里占

据了越来越大的比重,但是说到跑步伴侣大部分的人还是比较喜欢肩并肩一起出汗的朋友。32%的美国人还是愿意和朋友一起跑,接下来就是24%的人选择科技产品,20%的跑者带上萌宠。

跑步中最痛苦的事

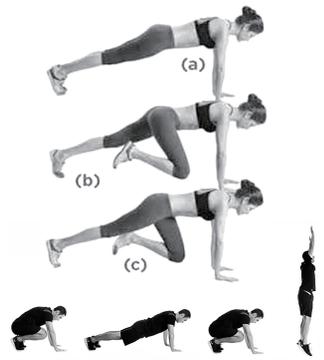
很多跑者在跑步中遇到最大的问题就是水泡,43%的跑者认为脚底出现水泡是他们最大的难题;相对的32%的人认为在跑步过程中找不到厕所是最痛苦的事情;另外,14%的人认为皮肤发炎会给他们带来很大的困扰。

去哪儿跑

47%的人比较喜欢在户外跑步,而在户外跑步的地点选择上,有27%的人最想去美国的大峡谷跑步,而中国的万里长城也获得了23%的支持率,在所有最期待的地点选项中排名第三。

而遇到糟糕的天气,大多数跑者也还是会坚持去跑步,43%的人说会转到健身房里的跑步机上完成当天的跑量。和美国跑友(29%)以及加拿大跑友(28%)相比,52%的德国人无论天气如何,都会选择去户外跑步。林冉

只有1分钟也可以练一会



很多人会常常觉得没有时间运动健身,其实哪怕只有1分钟的训练时间,也可以充分利用,它不会消耗你的卡路里,但能够让你力量增强、线条更好。有总比没有好,不是吗?

动作1 登山者 俯卧撑起姿势,用左膝去找你的胸部,回位,换右腿。在1分钟之内尽可能地快速切换。

动作2 Burpees Burpees 是一种新兴的、能在卧室进行的运动,效果非常惊人。以站立姿势开始,深蹲,双手放在地面,双脚向后跳跃,呈俯卧撑姿势,做一个俯卧撑,然后跳起,恢复蹲坐姿势,然后跳起,呈站立姿势。一分钟之内尽量做到最多。

分类信息 省会都市第一资讯平台 优惠发布各类信息,市内上门办理!

◆(总部)电话:0371-56722588
地址:文化路与优胜南路交叉口国奥商务 2510A 室
◆(西区)电话:13526506733 60100518
地址:陇海西路与文化宫路北 50 米路东金昇文具店
◆(东区)电话:56568143
地址:心怡路与榆林南路交叉口向西 100 米路北文化产业园大厦 709
◆通过 QQ 办理:295312877

代办公点电话
高新区 18538270500 东风路 65779550 ● 巩义 13849115050
经开区 13393704990 东明路 66330030 ● 新郑 13525566346
华山路 15515818705 北环 18236969049 ● 登封 13938274990
鑫苑花园 13598812173 文化路 13603716282 ● 中牟 15838137362
王府井百货 13323852365 二七区 13007606901 ● 荥阳 67321771
南阳路北环 13526725115 西大街 13523557167
二七升龙广场 13298140066

郑州文通广告有限公司
招内勤 2名
业务人员若干名
咨询电话:56722588 15937128115
地址:文化路与优胜南路交叉口国奥商务 2510A

寻求合作伙伴
我公司在大学路和南五环交叉口西 600 多米处,现有 6800 多平方米 6 层毛坯楼,12 幢欧式别墅,30 多亩孔雀湖水、30 亩采摘果园、120 多亩农田和养殖,并近期拟建 6 幢 36000 平方米养老公寓,有合作意向者请电话联系。
电话:0371-55673932

综合信息
★ 零首付购房,办卡 13027711150
★ 刷卡 0 费用 POS 机 18695818889
★ 还养刷免费提额办卡 86565596
★ 大额现房抵押贷款 18625551333
★ 银行房贷按揭房贷 18790268413
★ 代办大额信用卡 10-100 万,下卡快。15237135498 许经理
★ 专业砸墙铲地板砖瓷片
常 15838281635 www.czc18.com

婚姻医院
★ 63871550 婚查定位、专拆外遇

律师服务
★ 金牌婚查定位找人快速要账 10 年经验 13213205050

讨债专家
十年经验 86169619

法律服务
★ 调查取证找人、清欠 88887977
要账 1551555552

股票期货配资资金批发
招代理 15890105875

您放心的正规专业公司汽车贷款
成数高,灵活,拒绝高息费用,我们用效率竭诚为您服务。近期有优惠活动,欢迎垂询 15638519505

房贷车贷各种贷款
18137827376 13140108080

胜龙收账
图事成 13523525159
收账 0371-87555444

讨债清债婚查取证
成功收费 18538729110

民间借贷
凭身份证户口本当场放款
56758851 15936288707

定位找人
专业要账 成功后收费
欢迎各地市加盟共赢!
东区:13623849099
北区:15136244333
南区:13298418000

财恒通投资
1-50 万,凭本市身份证贷款咨询,无需抵押,当天放款,无前期费用。
电话:18039501287
地址:大学路长江路南 300 米黄金海岸海悦雅居

房屋出售
正南海棠湾小区 3 套房屋(59.44 平米两室,91.42 平米一套),电话 18803716660

要帐专家 十年经验
18236960246 15093197631

诚信帮收欠款
小额当天 大额三天
办理各种经济纠纷
婚查 跟踪 取证 15290407567

全国讨债
诚信事成收费 15003893303

家政服务
★ 巾帼保姆护理清洁 67712338
★ 东方保姆月嫂护理 67957397

社保代理
★ 养老统筹·大龄补缴 13523501658
★ 疑难社保咨询 13939011368
★ 养老补缴,大龄补办 13643826629

厂房租售
★ 整院 2640m² 售 18137181911
★ 江山路二万平方厂 13903718234

其他租转
宾馆客房商务出租
可长期租住,办公用品,培训,车托等致四街与经二路交叉口
65932793,13503820023 张科长,18695815731 靳先生

商铺租售
上街厂地 紫荆尚都
出租 办公出租
电话:60103052

疏通钻孔
★ 通下水道抽化粪池 88882273

印刷包装
★ 名片 2 元 ● 彩页 1 毛 60959005

家电维修
★ 厂家专修空调彩电 61255536
★ 专业车移修收空调 13137127325

招聘求职
★ 聘汽车维修师傅 13703826153
★ 3000 聘助理 18503871666

旧货回收
★ 饭店蛋糕房馒头 18790292973
★ 收空调电脑打印机 13253649028

综合信息
★ 专办公司代理记账 13683810072
★ 疑难公司快办 18539276916
★ 投资金融疑难专办 13503711111
★ 工商许可代办 18937148688
★ 免费注册公司 17737318986
★ 专业代理记账

民间借贷 1-200 万
当天放款 18736083239

代办大额信用卡(5-50)前期无费用
下卡快,可提额,当面送卡 17093671787

银行无抵押贷款
1-100 万,无抵押,无担保
王主任:18838295811

万金房产贷款
三日放款,综合月息低
垫还到期银行贷款
4000887076 13526405371

急用钱
凭身份证户口本当场办理
正规公司 信誉第一
56762661 15188328139

汽车服务
★ 求购轿车,越野车 13017683055

汽车租赁
★ 朋友租车郑东新区 66831616

网站建设
★ √300 当天用全套 13598809660

防水治漏
★ 诚信防水 13598843088 保质保量
★ 专业不砸砖防水 15239935027

咨询代理
★ 专办公司代理记账 13683810072
★ 疑难公司快办 18539276916
★ 投资金融疑难专办 13503711111
★ 工商许可代办 18937148688
★ 免费注册公司 17737318986
★ 专业代理记账

个人征婚
★ 女 42 觅稳定收入男 13733848992
★ 女 40 觅有责任心男 13733848979
★ 女 35 觅偶男为伴 13543291197
★ 女 51 离异无负担 15537182623
★ 女 29 无孩寻男圆梦 15000723768
★ 女 52 觅偶现经寻一
★ 意成家女士为妻 15821585269

婚介服务
★ 热陈大姐真诚牵缘 86008072
★ 热红娘刘大姐 18939242210
★ 热信心连心单老师 55952245
★ 女 56 丧偶退休军医房宽 53638228
★ 单身女 50 保姆或夫妻 55026554
★ 女 61 未育退貌好 78 下 86095299
★ 女 46 厂长丧有房招婿 63395238
★ 女 57 丧偶退休善良 66335572
★ 热心刘大姐免费牵线 55613968

仟禧婚介
热 0371-55690114
线 18903830197
河南电视台指定金牌婚介

礼品、字画回收
收烟酒虫草 13673388830

家教
★ 阳光保质家教 66992211

教育培训
★ 郑州轻工业学校诚招招生代理
电话:18736002005

马来西亚城市理工大学欢迎您
招生咨询李先生 15516192666 www.cityu.edu.my

声明公告
★ 郑州铁路电务段劳动服务公司
组织机构代码证正副本丢失
声明作废
★ 郑州市中原区菜根香川菜店
税务登记证正本丢失
声明作废
★ 河南界岭房地产开发有限公司
营业执照正本丢失,注册号
410100000112933 声明作废
★ 郑州师范学院信息流学院
学生张雅昕学生证丢失,学号
105116042001 丢失,声明作废
★ 郑州市中原区菜根香川菜店
税务登记证正本丢失
声明作废
★ 郑州市中原区菜根香川菜店
税务登记证正本丢失
声明作废
★ 梁卫东,豫 AV9Z05,保单号
AZHZZ01ZH914B014486Y 发
票
遗失,特声明作废
★ 登封市中岳办大自然装饰材料
门市营业执照注册号 4101
85600262769 正本丢失
★ 豫 ATX996 出租车营运证号
08139 丢失,凌树旗服务资格
证号 56284、王华瑞服务资格
证号 57032 丢失,声明作废
★ 李静医师资格证丢失,证书
编号:2012411104114211987
06236128,声明作废

敬告
使用本栏目信息请供需双方认真核
实有关证明材料,签订有效法律合
同,谨慎投资。本栏目法律顾问:
13607651676 魏律师