

Malchrowicz-Moško Ewa, Poczta Joanna. Sports activity of the inhabitants of rural areas - motives for participation in a mass race event on the example of the Poznań Half Marathon. Journal of Education, Health and Sport. 2017;7(5):329-340. eISSN 2391-8306. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.580935>  
<http://ojs.ukw.edu.pl/index.php/johs/article/view/4466>  
<https://pbn.nauka.gov.pl/sedno-webapp/works/818597>

The journal has had 7 points in Ministry of Science and Higher Education parametric evaluation. Part B item 1223 (26.01.2017).  
1223 Journal of Education, Health and Sport eISSN 2391-8306 7

© The Author (s) 2017;

This article is published with open access at Licensee Open Journal Systems of Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz, Poland  
Open Access. This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Noncommercial License which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited. This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted, non commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited.  
This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted, non commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited.  
The authors declare that there is no conflict of interests regarding the publication of this paper.  
Received: 01.05.2017. Revised: 06.05.2017. Accepted: 18.05.2017.

## **Aktywność sportowa mieszkańców obszarów wiejskich – motywy udziału w masowej imprezie biegowej na przykładzie Półmaratonu Poznańskiego**

**Ewa Malchrowicz-Moško, Joanna Poczta**

**Katedra Humanistycznych Podstaw Turystyki i Rekreacji  
Wydział Turystyki i Rekreacji AWF Poznań**

dr Ewa Malchrowicz-Moško  
dr Joanna Poczta  
Katedra Humanistycznych Podstaw Turystyki i Rekreacji  
Wydział Turystyki i Rekreacji AWF Poznań

### **Streszczenie**

Artykuł jest rezultatem badań przeprowadzonych podczas 6. Półmaratonu w Poznaniu. Jego celem jest poznanie motywacji udziału w poznańskim półmaratonie wśród mieszkańców obszarów wiejskich, aktywnych uczestników biegu.

Są oni przedmiotem analizy badawczej. Podstawę teoretyczną opracowania stanowi przegląd literatury dotyczący motywów udziału w masowych imprezach biegowych.

Podział Freyer'a i Gross'a, którzy wśród motywów uczestnictwa w wydarzeniach sportowych wyróżnili cztery typy orientacji, stanowił podstawę opracowania autorskiego kwestionariusza badania motywów uczestnictwa w wydarzeniach biegowych. Kwestionariusz posłużył jako narzędzie badawcze i umożliwił zebranie danych.

**Słowa kluczowe: półmaraton, motywy udziału w masowej imprezie biegowej, mieszkańcy**

**obszarów wiejskich**

**Sports activity of the inhabitants of rural areas - motives for participation in a mass running event on the example of the Poznań Half Marathon**

**Ewa Malchrowicz-Moško, Joanna Poczta**

**Department of Humanist Foundations of Tourism and Recreation  
Faculty of Tourism and Recreation AWF Poznan**

**Dr. Ewa Malchrowicz-Moško  
Dr. Joanna Poczta  
Department of Humanities Tourism and Recreation  
Department of Tourism and Recreation AWF Poznan**

**Summary**

This article is the result of research conducted during the 6<sup>th</sup> Half Marathon in Poznan. Its purpose is to know the motivation of participation in Poznan half-marathon among the inhabitants of rural areas, active participants in the race.

They are the subject of research analysis. Theoretical basis of the study is a review of the literature on motives of participation in mass running events.

The division of Freyer and Gross, who among the motifs of participation in sporting events, distinguished four types of orientation, was the basis for the development of the author's questionnaire survey of motives for participation in running events. The questionnaire served as a research tool and enabled the collection of data.

**Key words: half marathon, motifs of participation in a running event, inhabitants of rural areas**

## **Wprowadzenie**

W Polsce bieganie i udział w masowych imprezach biegowych takich jak maratony i półmaratony stały się bardzo popularne. Liczba organizowanych imprez oraz zawodników biorących w nich udział zaczęła rosnać w widoczny sposób od około 2000 roku. W naszym kraju rokrocznie odbywa się więcej niż 15 dużych imprez maratonowych. To liczba jedynie tych, w których startujących liczy się w tysiącach. Obserwowany trend skłania do zastanowienia się, jakie motywy kierują osobami biorącymi udział w biegach maratońskich, zwłaszcza, że w kontekście życia codziennego zarówno treningi, jak i samo bieganie maratonów są swego rodzaju luksusem (trzeba móc sobie na to pozwolić – i czasowo, i zdrowotnie). Treningi biegowe są też wysoce wyczerpujące, a osoby zaangażowane w ten sport istotnie wykraczają poza przedział formy, w jakiej według WHO powinien być zdrowy człowiek<sup>1</sup>.

Wpływ na to, w jaki sposób korzystamy z czasu wolnego ma m.in. poziom wykształcenia oraz miejsce zamieszkania, jednak na społecznej mapie Polski widoczne są istotne różnice w zakresie form jego spędzania. Największe dysproporcje zaobserwowano między mieszkańcami obszarów wiejskich a mieszkańcami miast, zwłaszcza dużych liczących powyżej 500 tysięcy osób. W czasie wolnym około 1/8 mieszkańców Polski nigdy nie odpoczywa na świeżym powietrzu, ani nie uprawia sportu. Duże znaczenie ma miejsce zamieszkania – mieszkańcy wsi wypoczywają w ten aktywny sposób zdecydowanie rzadziej (Szukiełojć-Bieńkuńska 2011), chociaż mają ku temu zdecydowanie lepsze warunki przestrzenne i krajoznawczo-przyrodnicze. Obszary wiejskie są szczególnie atrakcyjne dla mieszkańców dużych miejscowości miejskich. Przyciągają spokojem, przyrodą, zapewniają odpoczynek od gwaru i pośpiechu. Stanowią niejednokrotnie formę ucieczki i zapewniają możliwość wyciszenia. Okazuje się jednak, że w drugą stronę – duże aglomeracje miejskie również mogą stanowić atrakcję dla mieszkańców obszarów wiejskich. Są oni uczestnikami ruchu turystycznego, a nawet wpływają na rozwój turystyki sportowej. Potwierdziły to badania przeprowadzone podczas półmaratonu w Poznaniu, który skupia uczestników zamieszkałych na obszarach wiejskich. W związku z tym celem artykułu jest zbadanie motywacji udziału w poznańskim półmaratonie wśród mieszkańców obszarów wiejskich.

---

<sup>1</sup> Dybała M., Polska adaptacja Kwestionariusza motywów biegaczy do biegania, ROZPRAWY NAUKOWE, AWF we Wrocławiu, 2013.

## Motywacje do udziału w imprezach biegowych – podstawy teoretyczne przeprowadzonych badań

Badania na temat motywacji do biegania, udziału w wydarzeniach biegowych, głównie w maratonach na Zachodzie są prowadzone od ponad trzydziestu lat. Na przykład autorzy:

- Curtis i McTeer<sup>2</sup> za pomocą metody zdań niedokończonych, na podstawie udzielanych odpowiedzi ustalili, że do głównych powodów brania udziału w maratonach należą: osiągnięcie własnych celów, wpływ innych oraz dobrobyt psychiczny;

- Summers i współautorzy<sup>3</sup> (stosując tę samą metodę) zbadali trzy przyczyny uczestnictwa w maratonach, określili częstotliwość ich występowania, połączyli w kategorie na podstawie podobieństwa treści i okazało się, że najczęściej wymieniano osiągnięcie własnych celów, test własnej wartości, sprawność fizyczną i wpływ innych;

- Johnsgård<sup>4</sup> przy użyciu kwestionariusza ankietowego badał główne motywy biegania i jego respondenci podali: sprawność fizyczną, kontrolę nastrojów oraz obraz siebie;

- Clough i współautorzy<sup>5</sup> również pytali maratończyków o powody biegania i za pomocą analizy czynnikowej określili sześć czynników według siły wpływu: wyzwanie, forma/zdrowie, dobrostan, wyzwanie, czynniki społeczne, status oraz uzależnienie.

Zaczęły pojawiać się także autorskie narzędzia badania czynników skłaniających do biegania w maratonach:

- Gill i Deeter zastosowali Sport Orientation Questionnaire (SoQ), mierzący orientację na osiągnięcia w sporcie<sup>6</sup>,

- Marlow i Crowne stworzyli kwestionariusz Marlow Crowne Social Desirability Scale (MCSd), będący skalą poszukiwania aprobaty społecznej<sup>7</sup>,

- Carmack i Martens wykorzystali Attentional Focussing Questionnaire (aFQ),

---

<sup>2</sup> Curtis J., McTeer W., The motivation for running, Canadian Runner, 1981, 1, 18–19.

<sup>3</sup> Summers J.J., Machin V.J., Sargent G.I., Psychosocial factors related to marathon running, Journal of Sport Psychology, 1983, 5, 314–331; Summers J.J., Sargent G.I., Levey A.J., Murray K.D., Middle aged, non elite marathon runners: a profile, Perceptual and Motor Skills, 1982, 54, 963–969.

<sup>4</sup> Johnsgård K., The motivation of the long distance runner: i, Journal of Sports Medicine, 1985, 25, 135–139; Johnsgård K., The motivation of the long distance runner: ii, Journal of Sports Medicine, 1985, 25, 140–143.

<sup>5</sup> Clough P.J., Sheper J., Maugha R., Motives for participation in recreational running, Journal of Leisure Research, 1989, 21, 297–309.

<sup>6</sup> Gill D.L., Deeter T.E., Development of the sport orientation questionnaire, Research Quarterly for Exercise and Sport, 1988, 59, 191–202.

<sup>7</sup> Crowne D.P., Marlowe D., A new scale of social desirability independent of psychopathology, Journal of Consulting Psychology, 1960, 24, 349–354.

mierzący asocjacyjną/dysocjacyjną orientację uwagi w sporcie<sup>8</sup>,

- Masters i współautorzy<sup>9</sup> opracowali kwestionariusz “The Motivations of Marathoners Scales (MoMS)”, mierzący motywy maratończyków do biegania maratonów;

- M. Dybała<sup>10</sup> podjął się zaadaptowania tego narzędzia do warunków polskich, w których nigdy wcześniej nie było ono stosowane, uznając je za najbardziej profesjonalne pod względem psychometrycznym i treściowym. Na ostateczną wersję polskiej adaptacji instrumentu złożyło się dziewięć skal: ogólna orientacja zdrowotna, troska o wagę, afiliacja, uznanie, współzawodnictwo, osiągnięcie celów osobistych, psychologiczne radzenie sobie, samoocena, sens życia. Kwestionariusz został skrócony głównie w obszarze motywów psychologicznych;

- Freyer i Gross<sup>11</sup> wśród motywów uczestnictwa w wydarzeniach sportowych wyróżnili cztery zasadnicze typy orientacji: a) orientację społeczną, nastawioną na relacje odwiedzających względem siebie; b) orientację rzeczową, odnoszącą się w istocie do samych wydarzeń sportowych oraz ich specyfiki; c) orientację na wynik, wywołaną potrzebą identyfikacji z sukcesem, a w przypadku porażki, okazywaniem współczucia i solidarności; d) orientację na emocjonalne doznania, najczęściej pozytywne, w postaci na przykład odprężenia, będącego rodzajem rekompensaty za ponoszone trudy życia codziennego<sup>12</sup>.

Podział Freyer’a i Gross’a stanowił podstawę opracowania autorskiego kwestionariusza badania motywów uczestnictwa w wydarzeniach biegowych. Kwestionariusz został zastosowany podczas poznańskiego półmaratonu.

## WYNIKI BADAŃ EMPIRYCZNYCH:

### Charakterystyka socjo-demograficzna respondentów – mieszkańców obszarów wiejskich biorących udział w półmaratonie w Poznaniu

W badaniach wzięło udział **110 biegaczy** zamieszkujących obszary wiejskie, czynnych uczestników Półmaratonu, turystów sportowych. Ponad połowę stanowili mężczyźni: 57,3%, a 42,7% stanowiły kobiety.

---

<sup>8</sup> Carmack M.A., Martens R., Measuring commitment to running: a survey of runners’ attitudes and mental states, *Journal of Sport Psychology*, 1979, 1, 25–42.

<sup>9</sup> Masters K.S., Ogles B.M., Jolton J.A., The development of an instrument to Measure Motivation for Marathon running: The Motivation of Marathoners Scales (MoMS), *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 1993, 64 (2), 134–143; Carmack M.A., Martens R., Measuring commitment to running: a survey of runners’ attitudes and mental states, *Journal of Sport Psychology*, 1979, 1, 25–42; Masters K.S., Lambert M.J., The relation between cognitive coping strategies, reasons for running, injury, and performance of marathon runners, *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1989, 11, 161–170.

<sup>10</sup> M. Dybała, Polska adaptacja Kwestionariusza motywów biegaczy do biegania, *ROZPRAWY NAUKOWE, AWF we Wrocławiu*, 2013.

<sup>11</sup> Freyer W., Gross S. (red.), *Tourismus und Sport-Events*, FIT Forschungsinstitut für Tourismus, Dresden 2002.

<sup>12</sup> Tamże.

**Tabela 1. Płeć respondentów**

Płeć	Liczba	Procent
mężczyzna	63	57,3
kobieta	47	42,7

Źródło: Opracowanie własne na podstawie przeprowadzonych badań, n=110.

Wiek badanych biegaczy to głównie wiek produktywny: w 44,5% osoby w wieku 19-25 lat, 32,7% osoby w wieku 36-35 lat, 10,9% osoby w wieku 36-50 lat. Osoby w wieku 51-70 lat stanowiły 10% uczestników.

**Tabela 2. Wiek respondentów**

Wiek	Liczba	Procent
do 18 lat	2	1,8
19-25 lat	49	44,5
26-35 lat	36	32,7
36-50 lat	12	10,9
51-70 lat	11	10,0

Źródło: Opracowanie własne na podstawie przeprowadzonych badań, n=110.

Wykształcenie mieszkańców wsi biegnących w 6. Poznań Półmaratonie to w 30,9% wykształcenie wyższe, w 38,2% średnie i w 25,5% wyższe zawodowe.

**Tabela 3. Wykształcenie badanych osób**

Wykształcenie	Liczba	Procent
podstawowe	0	0,0
zawodowe	6	5,5
średnie	42	38,2
niepełne wyższe	28	25,5
wyższe	34	30,9

Źródło: Opracowanie własne na podstawie przeprowadzonych badań, n=110.

Sytuacja zawodowa badanych jest bardzo dobra ponieważ ponad 45% uczestników to osoby czynne zawodowo, ponad 33% to osoby studiujące (ponadto emeryci: 8,2%, bezrobotni: 7,3%).

**Tabela 4. Sytuacja zawodowa ankietowanych**

Sytuacja zawodowa	Liczba	Procent
uczeń	6	5,5
student	37	33,6
czynny zawodowo	50	45,5
bezrobotny	8	7,3
emeryt lub rencista	9	8,2

*Źródło: Opracowanie własne na podstawie przeprowadzonych badań, n=110.*

### **Badanie motywów uczestnictwa w półmaratonie – podział Freyer’a i Gross’a**

Badania przeprowadzone podczas 6. Poznań Półmaratonu metodą sondażu diagnostycznego za pomocą techniki wywiadu standaryzowanego dotyczyły 110 biegaczy-turystów sportowych. Próba została dobrana w sposób zapewniający dobrą reprezentatywność uzyskanych wyników. Zastosowano schemat losowania prostego bez zwracania. Przy określaniu liczebności wykorzystano informacje od organizatorów na temat spodziewanej liczby uczestników imprezy. W obliczeniach skorzystano z wzoru na wielkość próby przy populacji skończonej. Kierowano się założeniem, by maksymalny błąd oszacowania ( $e$ ) przy 95% poziomie ufności nie przekroczył 4%. Poznań Półmaraton to jedna z najważniejszych imprez biegowych z zakresu sportu masowego w Polsce, w której uczestniczyli sportowcy zarówno amatorzy, jak i wyczynowcy. Impreza ma charakter międzynarodowy. Imprezy biegowe mają w Poznaniu długie tradycje, a region ten jest już w powszechnej opinii kojarzony z tą dyscypliną sportu.

Podział motywów Freyer’a i Gross’a stanowił podstawę opracowania autorskiego kwestionariusza badania motywów uczestnictwa w wydarzeniach biegowych. Kwestionariusz został zastosowany podczas poznańskiego półmaratonu. Zgodnie z nim badano:

- a) orientację społeczną, nastawioną na relacje odwiedzających względem siebie;
- b) orientację rzeczową, odnoszącą się w istocie do samych wydarzeń sportowych oraz ich specyfiki;
- c) orientację na wynik, wywołaną potrzebą identyfikacji z sukcesem, a w przypadku porażki, okazywaniem współczucia i solidarności;
- d) orientację na emocjonalne doznania, najczęściej pozytywne, w postaci na przykład odprężenia, będącego rodzajem rekompensaty za ponoszone trudy życia codziennego<sup>13</sup>.

---

<sup>13</sup> Freyer W., Gross S. (red.), *Tourismus und Sport-Events*, FIT Forschungsinstitut für Tourismus, Dresden 2002.

Wyniki przeprowadzonych badań zaprezentowane poniżej pokazują istotność określonych motywów. Na przykład w grupie pierwszej najważniejsza była chęć poczucia jedności i integracji z innymi ludźmi. Tak wskazało ponad 50 % badanych.

**Tabela 5. Motywy w zakresie orientacji społecznej (Grupa A)**

	<b>Liczba</b>	<b>Procent</b>
chęć poczucia jedności i integracji z innymi ludźmi	58	52,7
przynależność do subkultury biegaczy/rolkarzy/wózkarzy	30	27,3
chęć zdobycia uznania w oczach innych	28	25,5
chęć poczucia równości podczas wyścigu	26	23,6
panująca moda – udział w imprezach sportowych jest obecnie modny	11	10,0
żaden z wymienionych w tej grupie motywów	26	23,6

*Źródło: Opracowanie własne na podstawie przeprowadzonych badań, n=110.*

Przynależność do subkultury biegaczy została wymieniona przez niespełna 30% badanych, podobnie jak potrzeba uznania. Okazało się również, że wśród motywów w zakresie orientacji na przeżycia to właśnie chęć przeżywania silnych emocji, które wiążą się ze startem wygrywa.

W tym przypadku ponad 70% badanych biegaczy jest tego zdania. Dopiero na drugim miejscu występują takie motywy jak atmosfera, nastrój imprezy oraz potrzeba dobrej zabawy (45%).

**Tabela 6. Motywy w zakresie orientacji na przeżycia (Grupa B)**

	<b>Liczba</b>	<b>Procent</b>
chęć przeżycia silnych emocji związanych ze startem	79	71,8
chęć poczucia niezwykłego nastroju panującego podczas całej imprezy	50	45,5
chęć dobrej zabawy	50	45,5
chęć oderwania się od codzienności	29	26,4
chęć miłego spędzenia czasu wolnego/rozrywki	28	25,5
chęć wyrażenia radości np. z powodu wygranej/sukcesu	19	17,3
przyciąga mnie atrakcyjność miasta, w którym impreza się odbywa	9	8,2
żaden z wymienionych w tej grupie motywów	4	3,6

*Źródło: Opracowanie własne na podstawie przeprowadzonych badań, n=110.*

Motywy zawarte w grupie C – w zakresie orientacji rzeczowej wykazały, że chęć rozwijania pasji jest najważniejszą. Wskazało ją prawie 70% badanych.



**Tabela 7. Motywy w zakresie orientacji rzeczowej (Grupa C)**

	<b>Liczba</b>	<b>Procent</b>
chęć rozwijania pasji	76	69,1
przyciąga mnie atrakcyjność części sportowej półmaratonu	31	28,2
przyciąga mnie atrakcyjność bogatego programu imprez towarzyszących	14	12,7
żaden z wymienionych w tej grupie motywów	22	20,0

*Źródło: Opracowanie własne na podstawie przeprowadzonych badań, n=110.*

Pośród motywów z grupy D, najczęściej zaznaczanym był ten dotyczący chęci sprawdzenia samego siebie. Wynik jest na poziomie 70% wskazań.

**Tabela 8. Motywy w zakresie orientacji na wynik (Grupa D)**

	<b>Liczba</b>	<b>Procent</b>
chęć sprawdzenia siebie	77	70,0
chęć osiągnięcia wyznaczonego sobie celu	69	62,7
chęć udziału w rywalizacji sportowej	34	30,9
chęć wygranej	8	7,3
wysoka (międzynarodowa) ranga tej imprezy sportowej	7	6,4
żaden z wymienionych w tej grupie motywów	7	6,4

*Źródło: Opracowanie własne na podstawie przeprowadzonych badań, n=110.*

W przypadku jeszcze innych motywów na pierwszym miejscu, o najwyższym wyniku pośród wszystkich pozostałych motywów z wszystkich grup to: **chęć utrzymania kondycji fizycznej i zdrowia**. Ten motyw wskazało prawie **91%** badanych biegaczy.

**Tabela 9. Inne motywy udziału w badanym półmaratonie**

	<b>Liczba</b>	<b>Procent</b>
chęć utrzymania dobrej kondycji fizycznej/zdrowia	100	90,9
jeszcze inne motywy	4	3,6

*Źródło: Opracowanie własne na podstawie przeprowadzonych badań, n=110.*

Respondenci zostali poproszeni o wskazanie, która grupa motywów jest dla nich najważniejsza.

**Tabela 10. Grupa motywów o największym znaczeniu dla respondentów**

	Liczba	Procent
grupa A	26	23,6
grupa B	31	28,2
grupa C	14	12,7
grupa D	43	39,1
grupa E	30	27,3

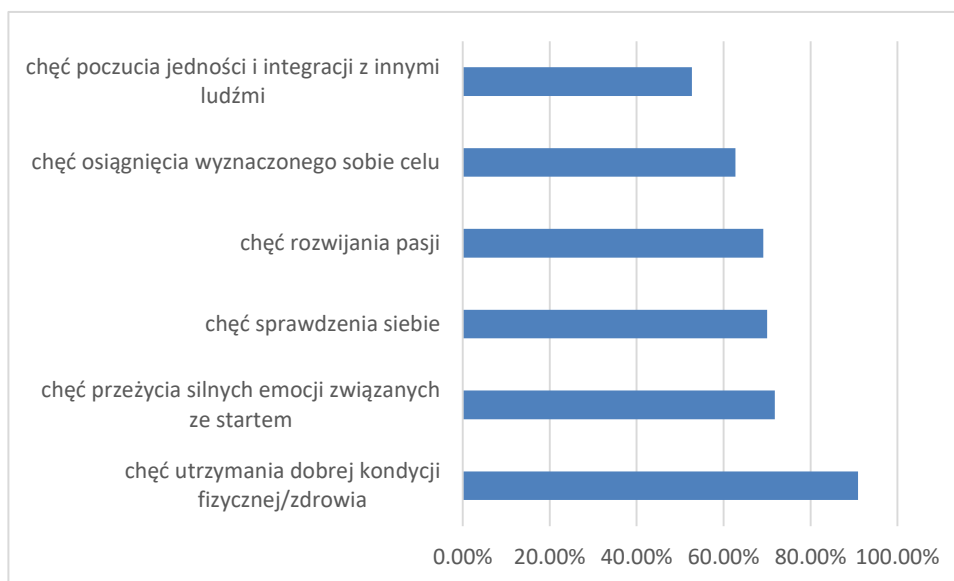
*Źródło: Opracowanie własne na podstawie przeprowadzonych badań, n=110.*

Najwięcej wskazań uzyskała grupa D - określająca orientację na emocjonalne doznania, najczęściej silne i pozytywne, w postaci odprężenia, będącego rodzajem rekompensaty za ponoszone trudy życia codziennego. Motywacje należące do tej grupy czyli: chęć sprawdzenia siebie, osiągnięcia wyznaczonego celu, udziału w rywalizacji sportowej, wygranej, udział w imprezie o wysokiej randze stanowią największe znaczenie dla badanej grupy uczestników biegu. To bardzo dobra informacja dla organizatorów takich wydarzeń. Okazuje się, że prestiż imprezy, duża ilość zawodników mają dla turystów istotne znaczenie.

### **Podsumowanie i wnioski końcowe**

Z przeprowadzonych badań wynika, że mieszkańcy obszarów wiejskich również stawiają na aktywność fizyczną i podążają za modą, jaką jest bieganie oraz udział w masowych imprezach biegowych. Badania wykazały duże znaczenie psychologicznego oraz społecznego oddziaływania na uczestnika imprez biegowych. Oddziaływanie to ma znaczenie często istotniejsze, niż tylko chęć utrzymania zdrowia i kondycji fizycznej poprzez udział w biegu. Poniższy wykres obrazuje wyniki wszystkich najistotniejszych wskazań z badanych grup motywacji do udziału w półmaratonie. Aspekt zdrowotny jest na ważnym miejscu, jednak emocje przeżywane podczas biegu, pasja wynikająca z biegania oraz osiągnięcie celu, sprawdzenie siebie oraz radość wynikająca z kontaktu z innymi biegaczami to kolejne bardzo ważne czynniki skłaniające do udziału w biegu.

**Wykres 1. Najważniejsze motywacje z poszczególnych grup motywów:**



*Źródło: Opracowanie własne na podstawie przeprowadzonych badań, n=110.*

Sport jako główny element kultury fizycznej jest w stanie pobudzić i zaangażować emocjonalnie duże grupy ludzi, całe środowiska i społeczności. Jest czynnikiem integrującym uczestników, zawodników, kibiców, turystów i mieszkańców. Uczestnicy wydarzeń sportowych – zarówno rywalizujący ze sobą zawodnicy, jak też ci będący tylko obserwatorami, podnoszą prestiż imprezy. Ich udział ma wpływ na dowartościowanie zawodników, danej społeczności lokalnej, rozwijanie i podtrzymywanie tradycji sportowo-rekreacyjnych, a także propagowanie kultury fizycznej.

### **Bibliografia:**

- Carmack M.A., Martens R., Measuring commitment to running: a survey of runners' attitudes and mental states, *Journal of Sport Psychology*, 1979, 1, 25–42.
- Clough P.J., Sheper J., Maugha R., Motives for participation in recreational running, *Journal of Leisure Research*, 1989, 21, 297–309.
- Crowne D.P., Marlowe D., A new scale of social desirability independent of psychopathology, *Journal of Consulting Psychology*, 1960, 24, 349– 354.
- Curtis J., McTeer W., The motivation for running, *Cannadian Runner*, 1981, 1, 18–19.
- Dybała M., Polska adaptacja Kwestionariusza motywów biegaczy do biegania MOMs, *Rozprawy Naukowe, AWF we Wrocławiu*, 2013.

- Freyer W., Gross S. (red.), *Tourismus und Sport-Events*, FIT Forschungsinstitut für Tourismus, Dresden 2002.
- Gill D. L., Deeter T.E., Development of the sport orientation questionnaire, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 1988, 59, 191–202.
- Johnsgård K., The motivation of the long distance runner: i, *Journal of Sports Medicine*, 1985, 25, 135–139; Johnsgård K., The motivation of the long distance runner: ii, *Journal of Sports Medicine*, 1985, 25, 140–143.
- Masters K.S., Ogles B.M., Jolton J.A., The development of an instrument to Measure Motivation for Marathon running: The Motivation of Marathoners Scales (MoMS), *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 1993, 64 (2), 134–143.
- Carmack M.A., Martens R., Measuring commitment to running: a survey of runners' attitudes and mental states, *Journal of Sport Psychology*, 1979, 1, 25–42.
- Masters K.S., Lambert M.J., The relation between cognitive coping strategies, reasons for running, injury, and performance of marathon runners, *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1989, 11, 161–170.
- Summers J.J., Machin V.J., Sargent G.I., Psychosocial factors related to marathon running, *Journal of Sport Psychology*, 1983, 5, 314–331.
- Summers J.J., Sargent G.I., Levey A.J., Murray K.D., Middle aged, non elite marathon runners: a profile, *Perceptual and Motor Skills*, 1982, 54, 963– 969.