



ZERO RUNNER®

LARRY SCHMIDT

CORRENDO COM ZERO IMPACTO



Munido pelo talento e apaixonado pela competição, Larry Schmidt está no seu 45º ano como atleta de resistência e corredor. Hoje, a corrida já não é apenas um esporte, mas um estilo de vida, uma rede social e um vício familiar.

Começando a sua carreira no atletismo em 1969 como um estudante do segundo ano do ensino médio especializado em 1.600 metros, Larry correu cross country e pista na Universidade de Wisconsin - LaCrosse, onde participou de duas competições da Divisão 3 de Cross Country Nacional. Ele correu sua primeira maratona - Pavo Nurmi - em 1971, aos 18 anos.

Ao casar-se, Larry parou de correr para dedicar-se à sua família e carreira profissional. Após 13 anos, Larry teve uma "revelação", e em outubro de 1988 ele prometeu a Deus que iria usar o dom de correr para o resto de sua vida. Com excesso de peso e fora de forma, ele começou correndo lentamente 1/2 milha e caminhando 1/2 milha.

Larry logo viciou-se em corridas, começando com 5Ks e 10Ks, e completou sua segunda maratona na "Grandma's Marathon", em 1992, onde classificou-se para a Maratona de Boston, que ele correu em 1993. Até o momento, ele completou a Maratona de Boston cinco vezes.

Mas isso não era suficiente. Um grupo local de treinamento apresentou a Larry as corridas de montanha de 50 milhas, e a curiosidade tomou

conta, já que ele "não podia acreditar que alguém iria ou poderia correr tão longe". De fato, Larry fez sua primeira corrida de 50 milhas em 1995. Com as 50 milhas alcançadas, Larry então desafiou-se às ultramaratonas. No total, ele já completou 17 ultramaratonas, das quais 3 foram corridas de 100 milhas.

À procura de um nova meta para conquistar, Larry realizou o seu primeiro Triathlon do Ironman em Madison, Wisconsin, em 2004. Em 2006, ele competiu e terminou o Campeonato Mundial de Ironman em Kona, Havaí, e já completou um total de seis competições de Ironman.

Infelizmente, Larry desenvolveu osteoartrite em seu quadril direito, convivendo com a dor até 2008, quando ele fez uma cirurgia de recapeamento do quadril, e como ele mesmo disse: "Eu passei de um finalista à ser aquele que, de vez em quando, era o último corredor a cruzar a linha de chegada". Mas isso não o parou, e ele ainda compete regularmente.

Larry experimentou o Zero Runner pela primeira vez na Exposição da Maratona de Boston em abril de 2014, onde correu sem dores por 30 minutos na máquina.

Ele estava emocionado, pois aquilo lhe permitiu correr como fazia antes de sua lesão no quadril - e ele voltou para outra corrida mais tarde naquele dia. Ele agora usa o Zero Runner em sua casa, treinando para corridas e continuar seu estilo de vida como atleta de resistência. Sua mais longa corrida no Zero é de 05h30min, cobrindo 33 milhas sem nenhuma dor em seu quadril reparado cirurgicamente.

Uma lição que Larry diz ter aprendido ao longo de sua carreira duradoura em corridas: é fundamental combinar exercícios para ajudar a reduzir o risco de lesões e melhorar o desempenho geral. O Zero Runner é agora uma parte importante do seu sistema de combinação de exercícios.

Hoje, Larry já completou 82 maratonas, com objetivo de 100. Sua esposa, Judy (39 maratonas), e todos os seus quatro filhos e suas respectivas famílias competem em corridas, maratonas e ultramaratonas e seguem o impressionante estilo de vida de atletas de resistência.

Larry está disponível como uma fonte para qualquer pessoa interessada em aprender mais sobre os benefícios alcançados com o Zero-Impact Running™.

Larry Schmidt • Lschmidt@octanefitness.com

ZERORUNNER.COM.BR

Octane
FITNESS



Assista ao vídeo depoimento da Maratona de Boston apresentando Larry.