

# Sporten en bewegen in Groningen

Sport en bewegen dragen bij aan de (positieve) gezondheid van mensen. De komende jaren ligt er zowel beleidsmatig als strategisch een sterke focus op sport en bewegen. Met behulp van het panel zijn de ervaringen van Groningers over hun sport- en beweeggedrag inzichtelijk gemaakt. De onderstaande bevindingen komen uit de uitvraag over sport en bewegen die in december 2022 is gehouden onder leden van het Groninger Panel. De vragenlijst is verstuurd naar 6.791 panelleden en uiteindelijk hebben 2.259 Groningers de vragenlijst ingevuld.

## Leeftijd van respondenten



■ 18-64 jaar ■ 65 en ouder

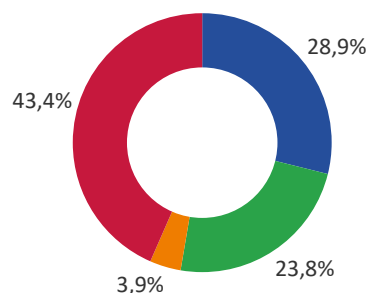
## Samenvatting

Uit de resultaten die worden gepresenteerd in dit feitenblad blijkt dat iets meer dan de helft van de panelleden in de 12 maanden die vooraf gingen aan de uitvraag gesport hebben. De voornaamste redenen waarom ze sporten zijn omdat het hen een goede conditie/meer spierkracht en/of een goede/betere gezondheid oplevert. Redenen waarom panelleden aangeven niet te sporten zijn het hebben van andere leuke bezigheden en/of blessures of lichamelijke klachten. Uit de resultaten blijkt ook dat een groot deel van de respondenten in de openbare ruimte sport. Belangrijke aspecten bij het sporten in de openbare ruimte zijn de aanwezigheid van vrijliggende fiets- of wandelpaden, dat er weinig verkeer is en dat de openbare ruimte goed onderhouden is. De openbare ruimte zou (nog) aantrekkelijker gemaakt kunnen worden om in te sporten en bewegen door verbeteren van infrastructuur en/of het aanleggen van gemarkeerde ommetjes of routes. wonen. De uitkomsten van dit onderzoek geven inzicht in het sport- en beweeggedrag van Groningers en kan handvaten bieden voor toekomstig beleid op dit gebied.

## Bewegen in het dagelijks leven

Een op de drie (29%) van de respondenten heeft aangegeven te sporten bij een sportvereniging of sportaanbieder. Bijna een kwart (24%) sport wel, maar niet bij een vereniging of sportaanbieder. Een klein deel (4%) is in de 12 maanden voorafgaand aan de vragenlijst gestopt met sporten en meer dan vier op de tien (43%) geeft aan helemaal niet gesport te hebben in deze periode. Meer dan de helft (55%) van de 18 tot 64-jarigen heeft in de afgelopen 12 maanden gesport, vier op de tien (40%) heeft niet gesport. Het percentage respondenten dat in de 12 maanden voorafgaand aan de vragenlijst niet heeft gesport ligt iets hoger onder 65-plussers, bijna de helft (47%) van deze groep heeft niet gesport. Iets meer dan de helft (51%) heeft wel gesport en is niet gestopt met sporten.

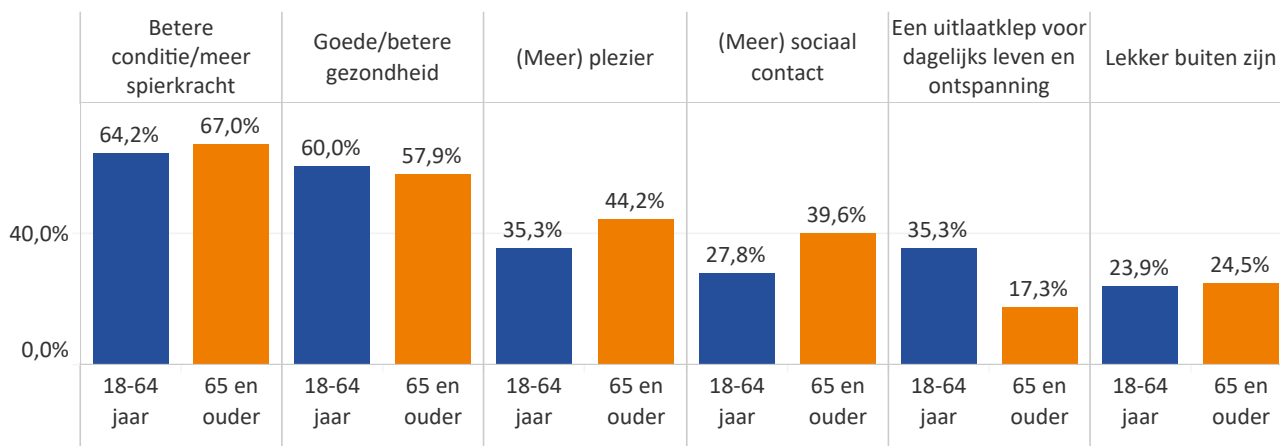
## Heeft u in de afgelopen 12 maanden gesport?



■ Ja, ik sport bij een sportvereniging of sportaanbieder  
■ Ja, ik sport, maar niet bij een vereniging of sportaanbieder  
■ Ja, maar ik ben in de afgelopen 12 maanden gestopt met sporten  
■ Nee, ik heb de afgelopen 12 maanden helemaal niet gesport

De voornaamste reden waarom respondenten aangeven te sporten is omdat het hen een betere conditie en/of meer spierkracht oplevert (66%). Verder geeft bijna zes op de tien (59%) aan dat het sporten hen een goede/betere gezondheid oplevert. Andere redenen die relatief vaak genoemd worden door de respondenten zijn dat sporten hen (meer) plezier (40%) en/of (meer) sociaal contact (34%) oplevert. Opvallend is dat de redenen om te sporten op enkele vlakken verschillen wanneer gekeken wordt naar specifieke leeftijdsgroepen. 18 tot 64-jarigen geven relatief vaak aan te sporten omdat het voor hen een uitlaatklep is voor dagelijks leven. 65-plussers geven daarentegen aan dat het sporten hen (meer) plezier en/of (meer) sociaal contact oplevert.

### Wat leveren sportieve activiteiten u op?\*

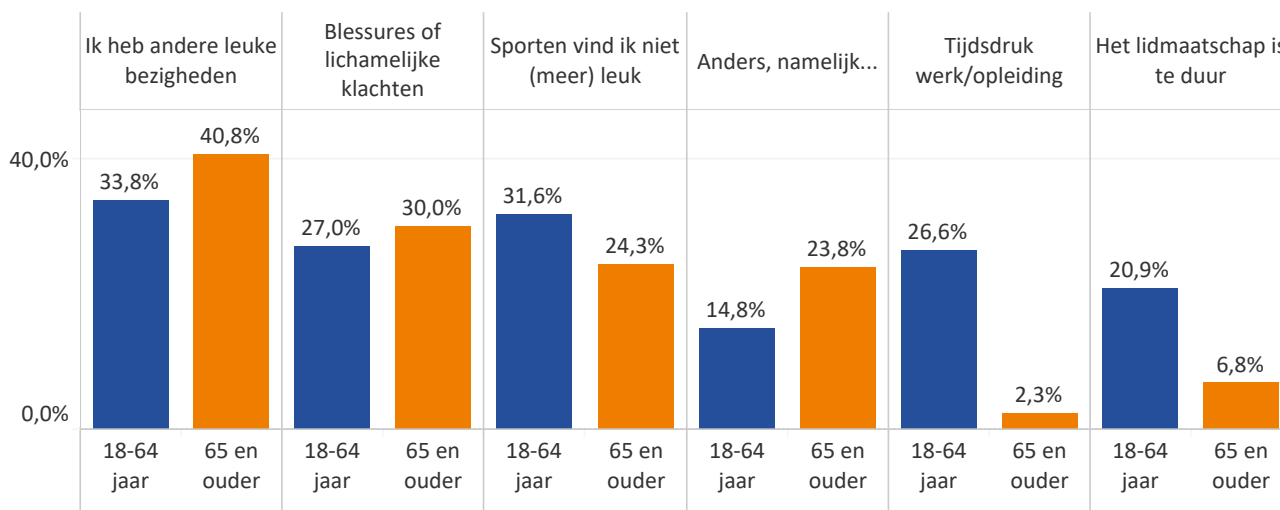


### "Sporten levert een bijdrage aan mijn lichamelijk en geestelijk evenwicht"

Respondenten die aan hebben gegeven niet te hebben gesport in de 12 maanden voorafgaand aan de vragenlijst is gevraagd naar de redenen waarom ze niet gesport hebben. De reden die het vaakst genoemd wordt is het hebben van andere leuke bezigheden (38%). Verder heeft bijna drie op de tien (28%) niet gesport vanwege blessures of lichamelijke klachten en een iets kleinere groep (27%) geeft aan niet gesport te hebben omdat ze sporten niet (meer) leuk vinden. 18 tot 64 jarigen geven relatief vaak aan niet te sporten vanwege tijdsdruk door werk/opleiding en/of omdat ze het lidmaatschap van een vereniging te duur vinden. Deze vragenlijst is afgenomen tijdens de coronapandemie en voor relatief veel 65-plussers was corona een reden om niet te sporten.

### "Ik beweeg in mijn dagelijks leven meer dan voldoende. Actief sporten is daarmee overbodig"

### Wat zijn de voornaamste redenen waarom u in de afgelopen 12 maanden niet gesport heeft?\*

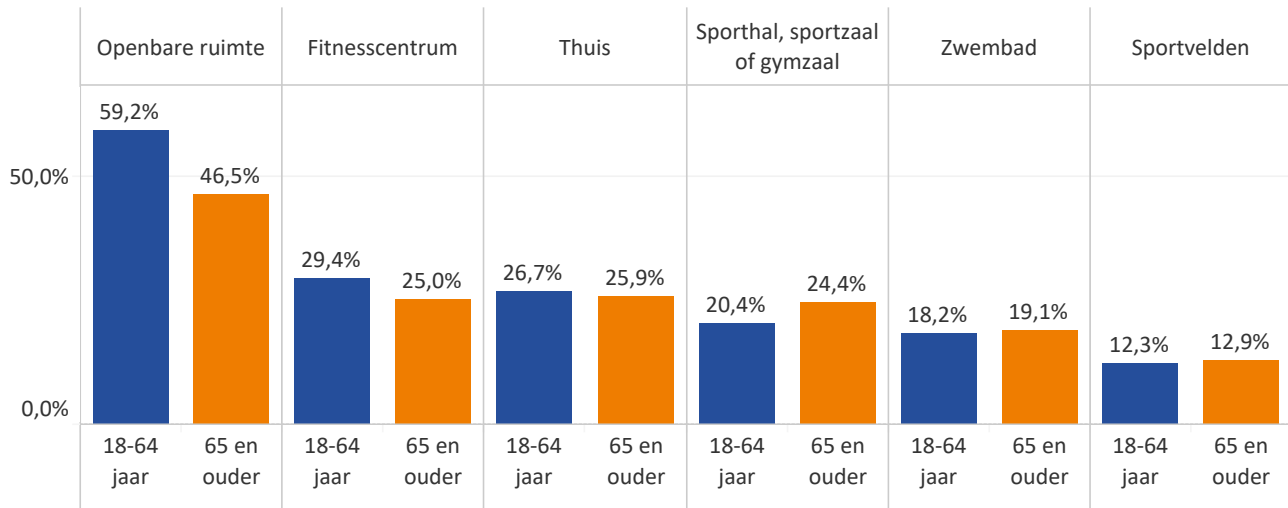


## Sportvoorzieningen

Meer dan zes op de tien (62%) van de respondenten die in de 12 maanden voorafgaand aan de vragenlijst heeft gesport geeft aan dit ongebonden (alleen, ongeorganiseerd) te doen. Drie op de tien (31%) sport (ook) in verenigingsverband en bijna een kwart (23%) sport (ook) in commercieel verband.

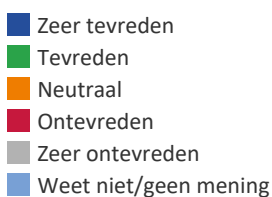
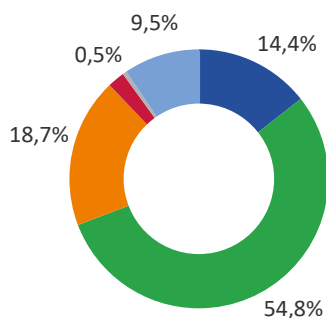
Verreweg de meeste respondenten (53%) geven aan sportieve activiteiten te hebben gedaan in de openbare ruimte. Andere locaties waar respondenten sportieve activiteiten hebben gedaan zijn het fitnesscentrum (27%), thuis (26%), sporthal, sporthal of gymzaal (23%). De locaties waar respondenten aangeven sportieve activiteiten te hebben gedaan zijn nagenoeg gelijk wat betreft 18 tot 64-jarigen en 65-plussers.

### Waar heeft u in de afgelopen 12 maanden sportieve activiteiten gedaan?\*



## Sporten in de openbare ruimte

### In hoeverre bent u tevreden met de sport- en beweegmogelijkheden in uw buurt?

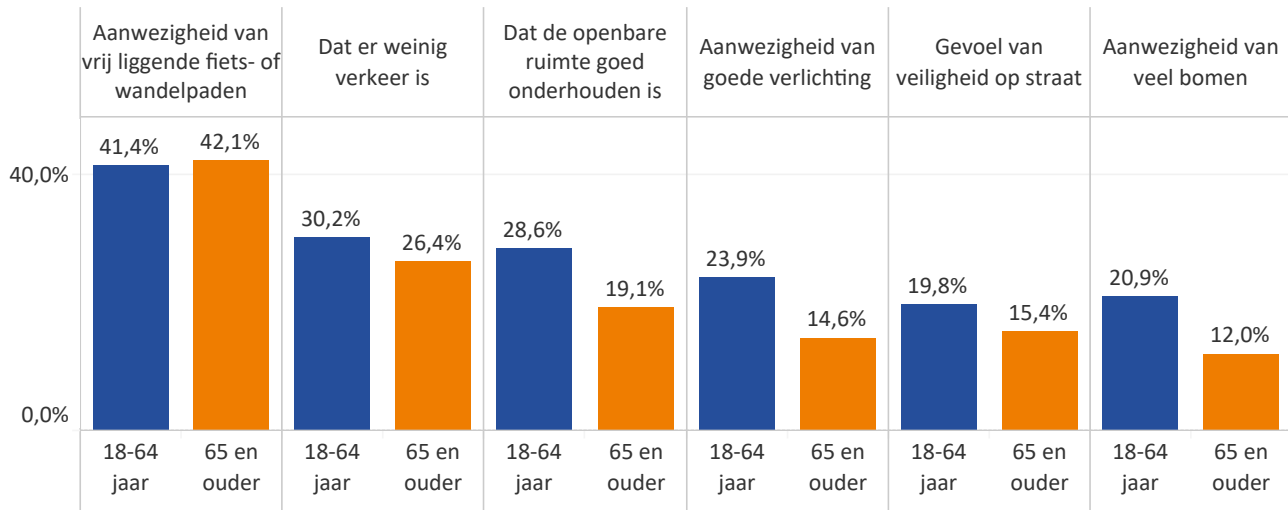


Zoals hierboven wordt beschreven is de openbare ruimte de plek waar respondenten het vaakst sportieve activiteiten doen. Twee op de tien (20%) van de respondenten die in de 12 maanden voorafgaand aan de vragenlijst hebben gesport geeft aan dagelijks te sporten in de openbare ruimte. Hier bovenop geeft bijna de helft (45%) aan minimaal één keer in de week in de openbare ruimte te sporten.

Over het algemeen zijn respondenten (zeer) tevreden met de sport- en beweegmogelijkheden in de buurt, bijna 7 op de tien (69%) van de respondenten geeft namelijk aan (zeer) tevreden te zijn. Slechts 3 procent is (zeer) ontevreden met de sport- en beweegmogelijkheden in de buurt. Naar de specifieke leeftijdsgroepen gekeken valt op dat er bijna geen verschil zit tussen de mate waarin 18 tot 64-jarigen en 65-plussers tevreden zijn met de sport- en beweegmogelijkheden in de buurt.

Aangezien de openbare ruimte een plek is waar vaak gesport wordt is het belangrijk om deze ruimte aantrekkelijk te maken en te houden. Respondenten geven aan dat zij de aanwezigheid van vrijliggende fiets- of wandelpaden het belangrijkste aspect vinden bij het sporten en bewegen in de openbare ruimte (42%). Aspecten die ook vaak genoemd worden zijn dat er weinig verkeer is (28%) en dat de openbare ruimte goed onderhouden is (24%). 18 tot 64-jarigen vinden de aanwezigheid van goede verlichting en veel bomen relatief belangrijk, net als het gevoel van veiligheid op straat. 65-plussers geven daarentegen relatief vaak aan dat ze het belangrijk vinden dat er sport- en beweegactiviteiten georganiseerd worden.

### Wat vindt u de belangrijkste aspecten bij sporten en bewegen in de openbare ruimte?\*



Naast de belangrijkste aspecten bij sporten en bewegen in de openbare ruimte zijn respondenten ook gevraagd naar de aspecten die de buurt (nog) aantrekkelijker kunnen maken om te sport en bewegen. Meer dan eenderde (36%) van de respondenten geeft aan dat de buurt aantrekkelijker gemaakt kan worden door het verbeteren van infrastructuur, zoals het verbeteren van de kwaliteit van het wegdek. Een ander aspect dat relatief vaak genoemd wordt is gemarkeerde ommetjes of routes aanleggen (33%).

***"Ik vind het belangrijk dat er goede mogelijkheden zijn om buiten de bebouwde kom een leuk rondje te kunnen hardlopen of wandelen"***

## Verantwoording

Voor dit onderzoek is een online enquête afgenomen, uitgevoerd door Sociaal Planbureau Groningen onder de leden van het Groninger Panel. Dit panel is samengesteld op basis van schriftelijke werving en maakt geen gebruik van zelfaanmeldingen. Het gaat om een steekproef van personen van 18 jaar en ouder wonend in de provincie Groningen. De respondenten ontvangen geen vergoedingen. De data die is weergegeven in dit feitenblad is gewogen op basis van leeftijd, opleidingsniveau en gemeente.

Omdat in de GGD Gezondheidsmonitor en de Sportmonitor Groningen leeftijd wordt onderverdeeld in 18 tot 64-jarigen en 65-plussers is deze onderverdeling ook gebruikt in dit feitenblad.

Wilt u meer informatie over Sportmonitor Groningen? Klik dan hier

\*Respondenten konden meerdere antwoorden geven op deze vraag



provincie  
groningen



Huis voor de Sport  
Groningen