

HORSENSIANERNES FRITIDS- OG IDRÆTTSVANER 2024

Voksenundersøgelsen

Notat / April 2024



Frederik Jes Petersen



Idrættens
Analyseinstitut

HORSENSIANERNES FRITIDS- OG IDRÆTSVANER 2024

Titel

Horsensianernes fritids- og idrætsvaner 2024 – Voksenundersøgelsen

Forfatter

Frederik Jes Petersen

Rekvirent

Horsens Kommune

Layout

Idrættens Analyseinstitut

Forsidefoto

Horsens Kommune / Allan Ringgaard

Udgave

1. udgave, Aarhus, april 2024

Pris

Notatet kan downloades gratis på www.idan.dk

ISBN

978-87-94468-16-9 (pdf)

Udgiver

Idrættens Analyseinstitut

Frederiksgade 78B, 2.

DK-8000 Aarhus C

T: +45 3266 1030

E: idan@idan.dk

W: www.idan.dk

Gengivelse af dette notat er tilladt med tydelig kildehenvisning.

Indhold

Indledning.....	6
Opsummering og sammenligning.....	7
Generel fritidsdeltagelse	9
Det brede fritidsliv	9
Sport, motion og fysisk aktivitet	12
Valg af fritidsaktiviteter	16
Organisering	21
Faciliteter	24
Motiver og barrierer	32
Ikke-aktive voksne	36
Voksne, der normalt ikke dyrker en fritidsaktivitet	36
Voksne, der 'ikke for tiden' dyrker en fritidsaktivitet	37
Frivillighed.....	38
Motionstilbud	40
Metode.....	43

Indledning

Horsensianernes fritids- og idrætsvaner 2024 er en undersøgelse af fritidsvanerne blandt borgerne i Horsens Kommune, som kommunen har bedt Idrættens Analyseinstitut om at foretage. Fokus i undersøgelsen er det mangfoldige fritidsliv, men i nogle tilfælde undersøges specifikt sport og motion.

Undersøgelsen har til formål at give et bredt billede af borgernes tilknytning til og benyttelse af fritidslivet, herunder hvor mange borgere i Horsens Kommune der dyrker en fritidsaktivitet, hvilke aktiviteter de dyrker, hvordan aktiviteterne er organiseret, og hvilke faciliteter de benytter.

Derudover skal undersøgelsen sammenligne horsensianernes fritids- og idrætsvaner over tid. En lignende undersøgelse blev gennemført i 2017, og i 2019 indgik Horsens Kommune en visionsaftale med DIF og DGI i regi af 'Bevæg dig for livet', som har en ambition om, at 50 pct. af befolkningen skal være medlem af en idrætsforening, og 75 pct. af befolkningen skal være fysisk aktive i 2025. Denne undersøgelse er således en status på, i hvilket omfang ambitionerne er på vej til at blive indfriet.

Dette specifikke notat ser nærmere på de voksne borgere i kommunen, mens et lignende notat er udarbejdet for børnene.

Opsummering og sammenligning

Det følgende gennemgår udvalgte resultater for undersøgelsen og sammenligner dem med den tilsvarende undersøgelse af fritidsvaner i 2017. Det skal indledningsvist nævnes, at respondenter, der svarede 'ja, men ikke for tiden' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt en fritidsaktivitet', ikke fik spørgsmålene om, hvilke aktiviteter de havde dyrket inden for det seneste år i 2017¹. Det gjorde de imidlertid i denne undersøgelse.

Tabel 1 viser en oversigt over udvalgte fund i denne undersøgelse og undersøgelsen fra 2017. Tal markeret med grøn indikerer en fremgang siden 2017, mens tal markeret med orange indikerer en tilbagegang.

Tabel 1: Sammenligning med horsensianernes fritidsvaner i 2017 på udvalgte parametre

		2017	2024
Generel fritidsdeltagelse	Dyrker normalt en fritidsaktivitet	64	61
	Dyrker mindst én fritidsaktivitet	83	93
Type af fritidsaktiviteter	Styrketræning	30	35
	Løb	22	24
	Gå- og vandreture ²	19	60
	Svømning	13	15
	Gymnastik	9	6
	Anden fitness- og motionstræning ³	6	21
	Yoga/pilates/afspænding	6	14
Organisering	Forening/klub	60	51
	Privat/kommerciel	32	38
	På egen hånd	72	90

Andelene for 'generel fritidsdeltagelse' og 'fritidsaktiviteter' er udregnet blandt *alle respondenter*, mens 'organisering' er udregnet blandt dem, der har *dyrket mindst én fritidsaktivitet* inden for det seneste år. Tallene er fremhævet med farve, hvis forskellen i procentpoint er +/- 4 procentpoint sammenlignet med 2017.

Når man sammenligner på de centrale parametre i 'Bevæg dig for livet'-indsatsen, ses det, at den generelle fritidsdeltagelse ('Dyrker du normalt en fritidsaktivitet?') ligger på samme niveau som i 2017. Andelen, der dyrker mindst én fritidsaktivitet, er steget til 93 pct., og det skyldes til en vis grad fremgangen i gå- og vandreture. Andelen er 88 pct., hvis aktiviteten ikke medregnes. Derudover er ordet 'regelmæssig' udeladt fra spørgsmålet 'Hvad har du dyrket eller gået til i din fritid det seneste år?', og det var ikke tilfældet i 2017. Et test-survey har imidlertid vist, at det ikke rykker nævneværdigt på resultaterne (Rask et al., 2022⁴).

¹ Det skyldes en fejl i spørgeskemaet

² I 2017 hed kategorien 'vandreture' og i 2024 hed den 'gå- og vandreture'

³ I 2017 hed kategorien 'andre former for fitness' og under kategorien 'fitness' kunne respondenterne vælge 'Aerobic/HIIT/pump/Zumba e.l.', styrketræning og spinning/kondicykel. I 2024 er 'crossfit' tilføjet under fitnesskategorien, aerobic mm. indgik under 'anden fitness- og motionstræning'. 8 pct. dyrkede aerobic mm. i 2017.

⁴ Rask, S., Petersen, F., Hansen, K. & Eske, M. (2022). Danskernes motions- og sportsvaner 2020. Aarhus: Idrættens Analyseinstitut.

Det andet parameter i 'Bevæg dig for livet'-indsatsen omhandler organiseringsformen, dvs. i hvilken sammenhæng aktiviteterne dyrkes i. Her ses en nedgang i andelen af fritidsaktive (dem, der har dyrket mindst én fritidsaktivitet inden for det seneste år), der dyrker en aktivitet i foreningsregi (fra 60 pct. i 2017 til 51 pct. i 2024). Andelen er 52 pct., hvis man fraregner dem, der svarer 'ja, men ikke for tiden' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt en fritidsaktivitet'. Omvendt er der flere, der dyrker en fritidsaktivitet i privat/kommercielt regi (32 pct. i 2017 mod 38 pct. i 2024), og flere, der dyrker en fritidsaktivitet på egen hånd (72 pct. mod 90 pct.).

I øvrigt fremgår det af tabellen, at gå- og vandreture, fitnessaktiviteter og yoga har set fremgang siden 2017.

Generel fritidsdeltagelse

Notatets første afsnit gennemgår horsensianernes fritids- og idrætsvaner på et overordnet niveau. Først undersøges det brede fritidsliv, hvor alle fritidsaktiviteter er medregnet, hvorefter der fokuseres mere specifikt på sport, motion og fysisk aktivitet.

Det brede fritidsliv

Tabel 2 viser, hvor mange horsensianere der opfatter sig selv som fritidsaktive ud fra spørgsmålet 'Dyrker du normalt en fritidsaktivitet?', hvor 61 pct. svarer 'ja' til spørgsmålet. Andelen af fritidsaktive er større blandt mænd (64 pct.) end kvinder (58 pct.) og mere fremtrædende med alderen, hvor 69 pct. af de ældste horsensianere er fritidsaktive. En tilsvarende alderstendens fremgik i undersøgelsen fra 2017.

Sammenlignet med 2017 er der ikke forskel på, hvor mange horsensianere der samlet set er fritidsaktive. På landsplan spørges udelukkende til sports- og motionsaktivitet ud fra spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport eller motion?', og i 2020 var 57 pct. af den voksne befolkning idrætsaktive (Rask et al., 2022).

Tabel 2: Andel, der normalt dyrker en fritidsaktivitet (pct.)

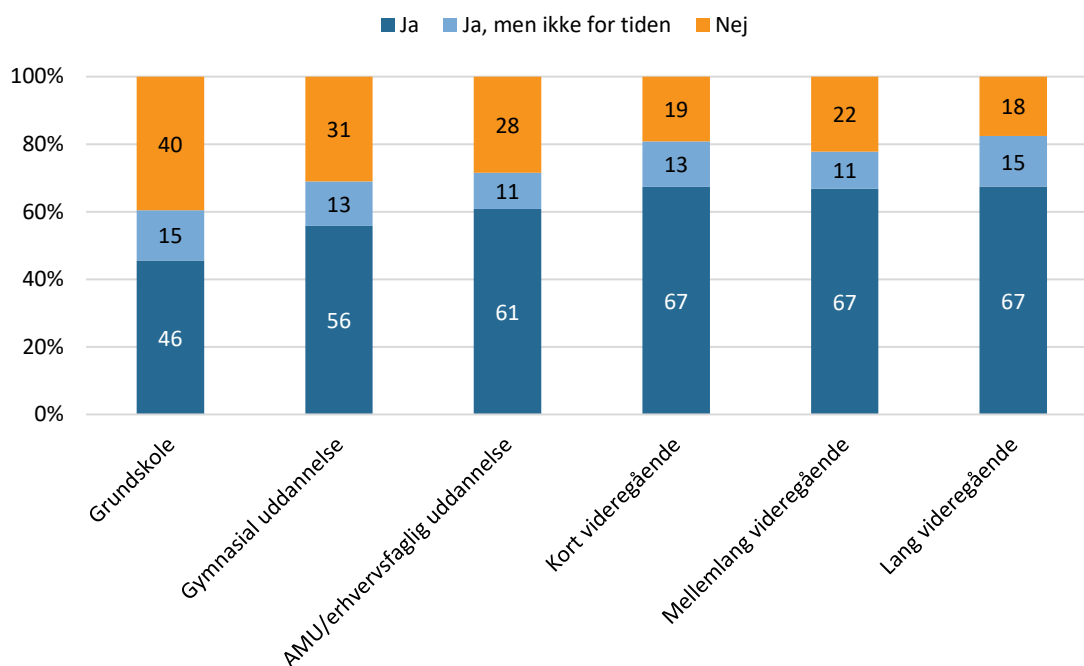
	Total	Køn		Alder						
		Mænd	Kvinder	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70 år+
Ja	61	64	58	51	49	59	62	63	67	69
Ja, men ikke for tiden	13	12	14	15	14	16	18	11	11	8
Nej	26	23	28	34	36	25	20	26	22	23

Tabellen viser andelen, der normalt dyrker en fritidsaktivitet, ud fra spørgsmålet 'Dyrker du normalt en fritidsaktivitet?'. Total og fordelt på køn og alder (n=1.977).

I den anden ende af skalaen er kvinder og de yngste aldersgrupper (16-29 år) mere tilbøjelige til at svare 'nej' til spørgsmålet om, hvorvidt de 'normalt dyrker en fritidsaktivitet'.

Når man ser på andelen af fritidsaktive i forhold til deres højest gennemførte uddannelsesniveau, ses samme slagside som i 2017 (se figur 1): Jo højere uddannelsesniveau, desto større tilbøjelighed til at være fritidsaktiv. Der er imidlertid ingen forskel blandt personer med en videregående uddannelse, hvor fritidsaktiviteten ligger på 67 pct., uanset om den videregående uddannelse er kort, mellemlang eller lang.

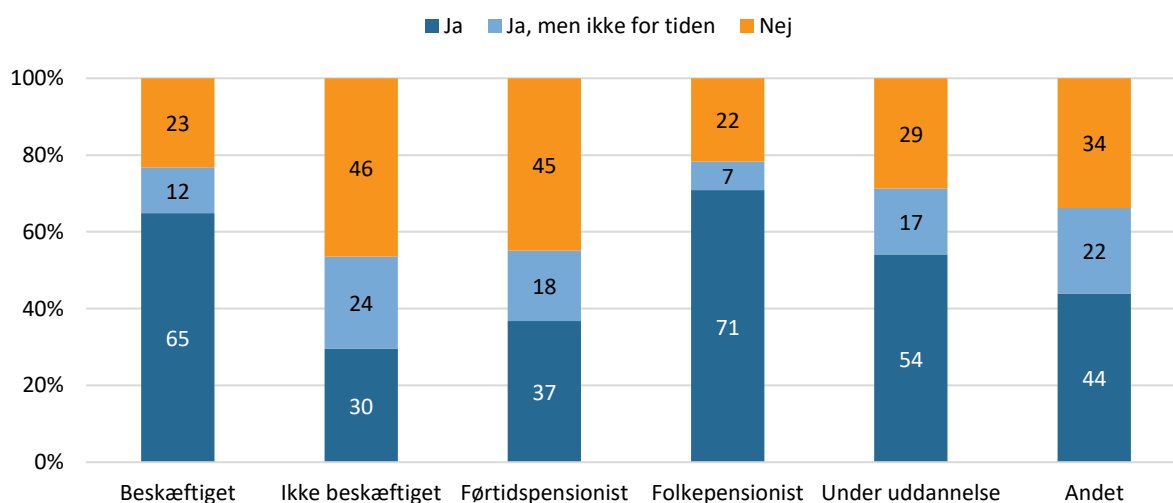
Figur 1: Andel, der normalt dyrker en fritidsaktivitet, på tværs af uddannelsesniveau (pct.)



Figuren viser andelen, der normalt dyrker en fritidsaktivitet, ud fra spørgsmålet 'Dyrker du normalt en fritidsaktivitet?'. Fordelt på højest gennemførte uddannelse. Respondenter under uddannelse er ikke medregnet (n=1.889).

Figur 2 viser sammenhængen mellem hovedbeskæftigelse og fordelingen på spørgsmålet 'Dyrker du normalt en fritidsaktivitet?'. Førtidspensionister samt dem, der står uden for arbejdsmarkedet (orlov, kontanthjælp, dagpenge), er klart mindre fritidsaktive end de øvrige grupper. Her angiver hhv. 37 pct. og 30 pct., at de normalt dyrker en fritidsaktivitet, mens andelen er 65 pct. blandt horsensianere i beskæftigelse.

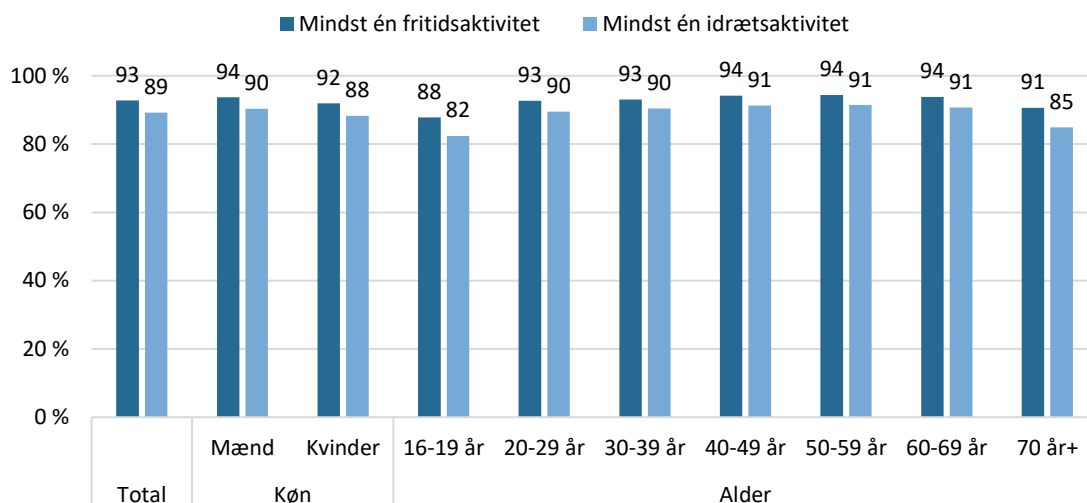
Figur 2: Andel, der normalt dyrker en fritidsaktivitet, på tværs af hovedbeskæftigelse (pct.)



Figuren viser andelen, der normalt dyrker en fritidsaktivitet, ud fra spørgsmålet 'Dyrker du normalt en fritidsaktivitet?'. Fordelt på hovedbeskæftigelse (n=1.977).

Et andet mål for generel deltagelse er, hvor mange der dyrker mindst én fritidsaktivitet. Horsensianerne er blevet præsenteret for en lang liste med aktiviteter, og de er således kategoriseret som aktive, hvis de har dyrket mindst én aktivitet i løbet af det seneste år. Ud fra denne tilgang er 93 pct. fritidsaktive (se figur 3).

Figur 3: Andel, der dyrker mindst én fritidsaktivitet og idrætsaktivitet (pct.)



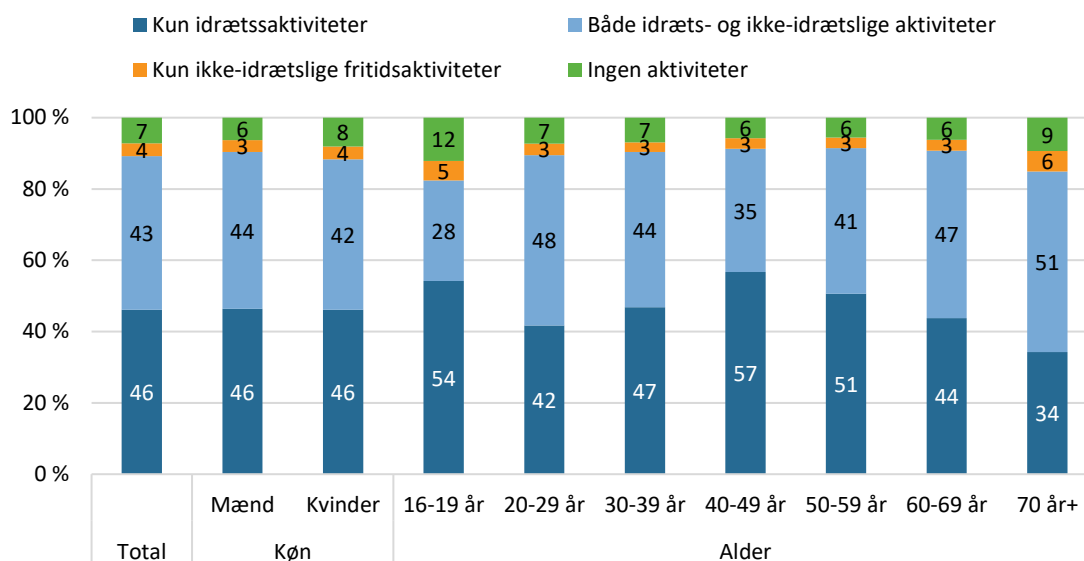
Figuren viser andelen, som har angivet, at de har dyrket minimum én fritidsaktivitet og minimum én idrætsaktivitet det seneste år. Total og fordelt på køn og alder (n=1.977)

I løbet af rapporten refereres til 'fritidsaktiviteter' som den mangfoldige vifte af aktiviteter, man kan dyrke i fritiden. 'Idrætsaktiviteter' er derimod alle de sports- og motionsaktiviteter, der ikke indgår i kategorien 'ikke-idrætslige aktiviteter' (se boks 1 i afsnittet 'valg af fritidsaktiviteter'). Figur 3 indikerer, at der kun er små forskelle i, hvor mange der har dyrket mindst én aktivitet afhængigt af, om man kigger på alle fritidsaktiviteter eller specifikt på idrætsaktiviteter.

Figur 4 dykker længere ned i forholdet mellem idrætsaktiviteter og aktiviteter, der ikke er idræt. Figuren viser, at næsten halvdelen udelukkende dyrker idrætsaktiviteter⁵, mens to ud af fem kombinerer ikke-idrætslige aktiviteter med idrætsaktiviteter. Ganske få dyrker udelukkende ikke-idrætslige aktiviteter (4 pct.) og slet ingen aktiviteter (7 pct.).

⁵ I 2017 var der en del flere, der udelukkende dyrkede idrætsaktiviteter, og det kan skyldes forskelle i, hvordan idrætsaktiviteter og ikke-idrætslige aktiviteter kategoriseres på tværs af de to undersøgelser.

Figur 4: Kombinationer af idrætsaktiviteter og ikke-idrætslige fritidsaktiviteter (pct.)



Figuren viser andelen, som dyrker mindst én aktivitet inden for idræt, øvrige aktiviteter eller begge. Total og fordelt på køn og alder (n=1.977).

Tabel 3 ser nærmere på, hvor lang tid de voksne horsensianere sammenlagt har dyrket deres fritidsaktiviteter. Den samme respondent kan befinde sig i flere kategorier, fordi de blev bedt om at vurdere deres aktivitetserfaring ud fra hver fritidsaktivitet, de har dyrket inden for det seneste år.

Tabel 3: Hvor lang tid voksne har dyrket deres fritidsaktiviteter (pct.)

	Total	Køn		Alder						
		Mænd	Kvinder	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70 år+
Under 1 år	24	22	27	45	41	31	26	18	17	6
1-2 år	37	37	36	62	53	41	44	30	24	18
3-4 år	38	38	38	45	54	49	36	35	30	22
5-10 år	47	48	47	44	51	57	51	45	39	40
Over 10 år	72	75	69	40	50	71	75	79	80	85

Tabellen viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor længe har du sammenlagt i dit liv dyrket din(e) fritidsaktivitet(er)?'. Andelen er baseret på dem, som har dyrket en fritidsaktivitet inden for det seneste år. Total og fordelt på køn og alder (n=1.835).

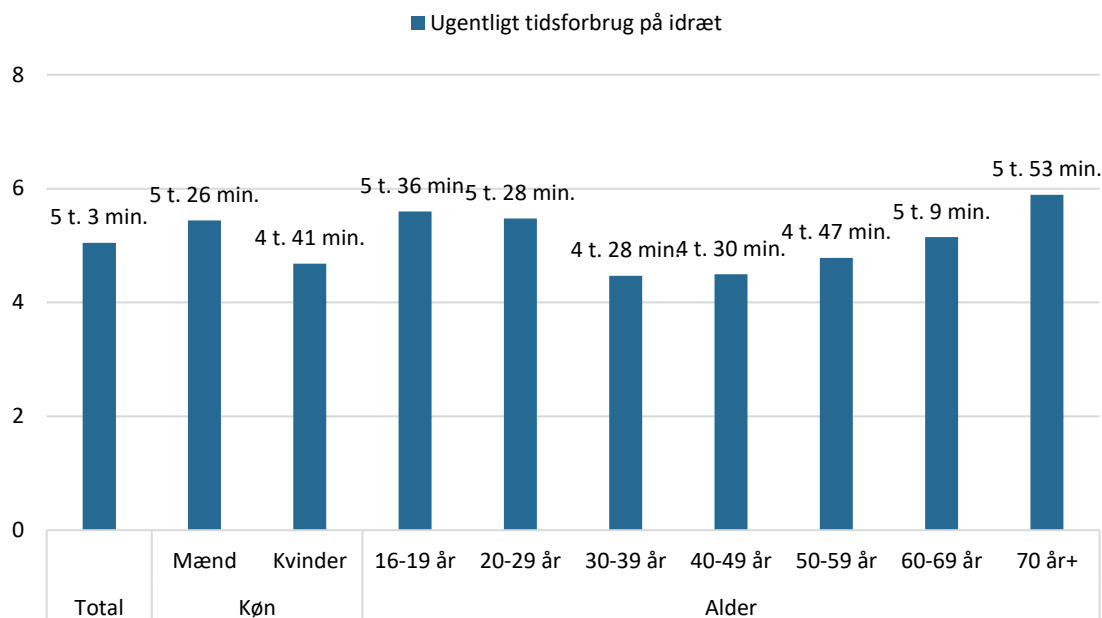
Det overordnede indtryk er, at de fleste fritidsaktive borgere har en lang historik med deres aktiviteter. 72 pct. har dyrket den samme fritidsaktivitet over ti år, og det er en tendens, der er mere fremtrædende med alderen.

Sport, motion og fysisk aktivitet

Hvor det ovenstående fokuserede på det brede fritidsliv, rettes fokus nu mere specifikt mod sport, motion og fysisk aktivitet. Figur 5 illustrerer, hvor lang tid fritidsaktive

horsensianere bruger på sport og motion i løbet af en uge. Det gennemsnitlige tidsforbrug ligger lige over fem timer, og det er næsten det samme som i 2017 (lige under fem timer).

Figur 5: Ugentligt tidsforbrug på sport og motion (gns.)



Figuren viser, hvor lang tid idrætsaktive horsensianere normalt bruger på sport og motion om ugen. 'idrætsaktive' forstås som dem, der har dyrket mindst én idrætsaktivitet inden for det seneste år. Respondenter, der har angivet mere end 37 timer ugentligt, er ekskluderet, mens respondenter med 0 timer er medtaget. En betydelig del af respondenterne har svaret 'ved ikke' (n=1.276).

Derudover viser figuren dels samme forskel mellem mænd og kvinder som i 2017, og dels en tilsvarende hængekøje på tværs af alder, hvor de yngste og ældste aldersgrupper bruger mest tid på sport og motion end de 30-69-årige.

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at voksne mellem 18-64 år er fysisk aktive mindst 30 minutter dagligt. Derfor er horsensianerne blevet spurgt ind til antallet af dage, hvor de har været fysisk aktive i mindst 30 minutter inden for den seneste uge.

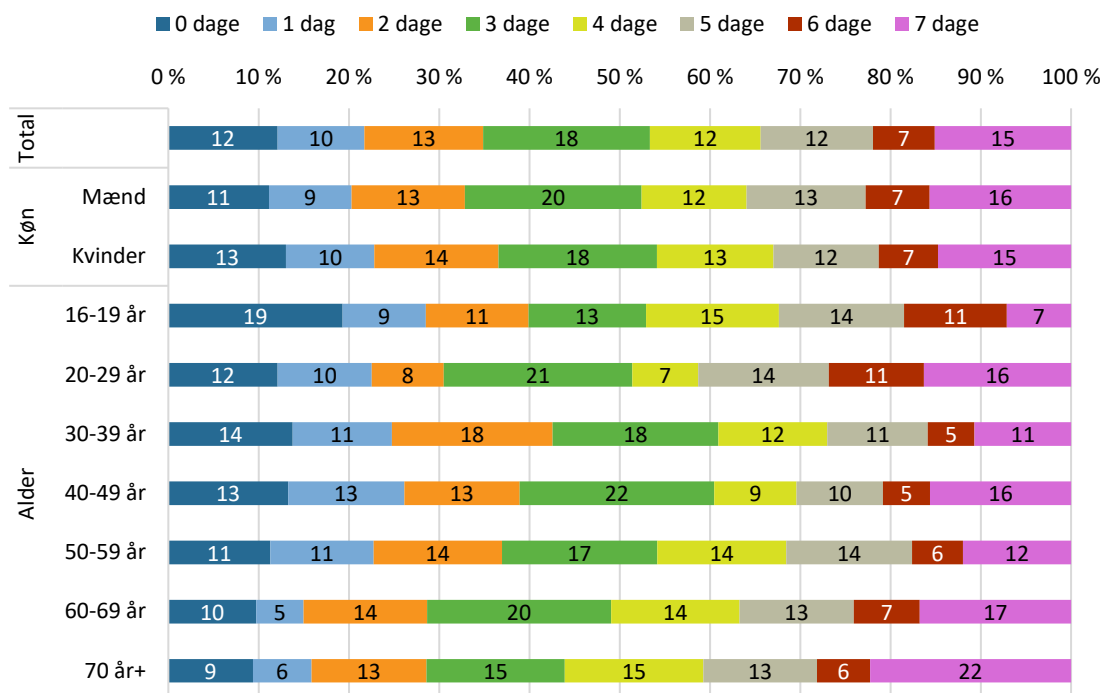
Figur 6 viser, hvor mange dage om ugen horsensianerne selv mener, de har været fysisk aktive. 'Fysisk aktivitet' blev præsenteret som 'enhver form for aktivitet, som får hjertet til at slå hurtigt og gør dig forpustet noget af tiden'. Indledningsvist skal det nævnes, at andre undersøgelser peger på, at spørgeskemadata er mindre valide til at måle fysisk aktivitet sammenlignet med f.eks. accelerometer⁶. Derudover er der blandt børn tegn på, at de undervurderer deres fysiske aktivitetsniveau⁷.

⁶ Ahrensberg, H., Toftager, M., Nørgaard, S. and Petersen, C.B., 2023. Fysisk aktivitet for voksne (18-64 år): Viden om forebyggelse og sundhed.

⁷ Toftager, M., Brønd, J.C., Roman, J.E.I., Kristensen, P.L., Damsgaard, M.T., Grøntved, A. and Madsen, K.R., 2024. Måling af fysisk aktivitet i Skolebørnsundersøgelsen.

Samlet set opfylder 15 pct. af de voksne borgere i Horsens Kommune Sundhedsstyrelsens anbefaling. Det er mindst udbredt blandt de 16-19-årige (7 pct.) og mest udbredt blandt de ældste horsensianere på 70+ år, der falder uden for Sundhedsstyrelsens målgruppe for fysisk aktivitet (22 pct.).

Figur 6: Fysisk aktivitet i løbet af en uge (pct.)

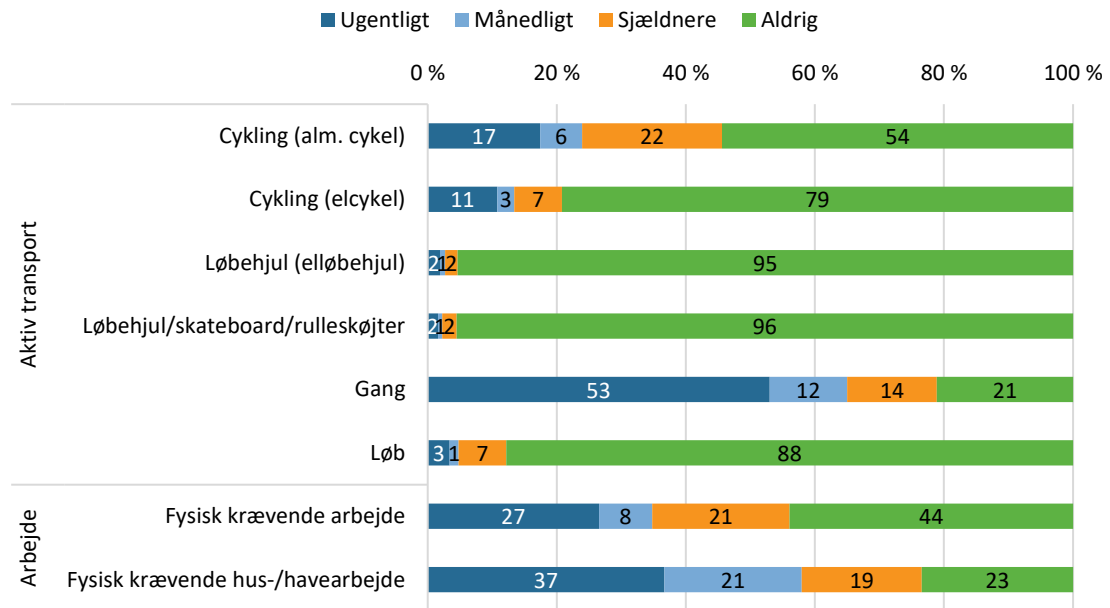


Figuren viser, hvor mange dage inden for den seneste uge voksne horsensianere har været fysisk aktive ud fra spørgsmålet 'Tænk på de sidste 7 dage. Hvor mange dage var du fysisk aktiv mindst 30 minutter? Fysisk aktivitet er enhver form for aktivitet, som får dit hjerte til at slå hurtigt og gør dig forpustet noget af tiden. Det kan f.eks. være sport, cykling til/fra arbejde mm.'. Fordelt på total, køn og alder (n=1.977).

Det er bemærkelsesværdigt, at kun 7 pct. af de 16-19-årige opfylder anbefalingen om 30 minutters fysisk aktivitet dagligt. I børneundersøgelsen fra dette projekt angav 13 pct. af de 13-15-årige, at de er fysisk aktive 60 minutter dagligt (i en tilsvarende syv dages periode). Der er altså en betydelig nedgang i den daglige fysiske aktivitet på tværs af de to aldersgrupper.

Endelig viser figur 7 fordelingen på forskellige aktive transportformer og fysisk krævende arbejde. De mest hyppige transportformer er cykling (alm. cykling) og gang, som hhv. 17 og 53 pct. anvender ugentligt. 11 pct. angiver, at de anvender elcykel som aktivt transportmiddel, og denne tendens er mere udbredt blandt kvinder (13 pct.), de 16-19-årige (14 pct.) og de 60-69-årige (18 pct.) (aldersforskellen er ikke vist her).

Figur 7: Aktiv transport og fysisk krævende arbejde (pct.)



Figuren viser, hvor ofte horsensianerne er aktive i andre sammenhænge end sport og motion, ud fra spørgsmålet 'Er du aktiv i nogen af disse sammenhænge i din hverdag?' (n=1.977).

Valg af fritidsaktiviteter

Det forrige afsnit gennemgik den generelle fritidsdeltagelse blandt horsensianerne. Dette afsnit ser nærmere på, hvilke fritidsaktiviteter de dyrker. Boks 1 illustrerer indledningsvist, hvilke overordnede aktivitetskategorier afsnittet arbejder med. Senere præsenteres tendenserne for alle enkeltstående fritidsaktiviteter.

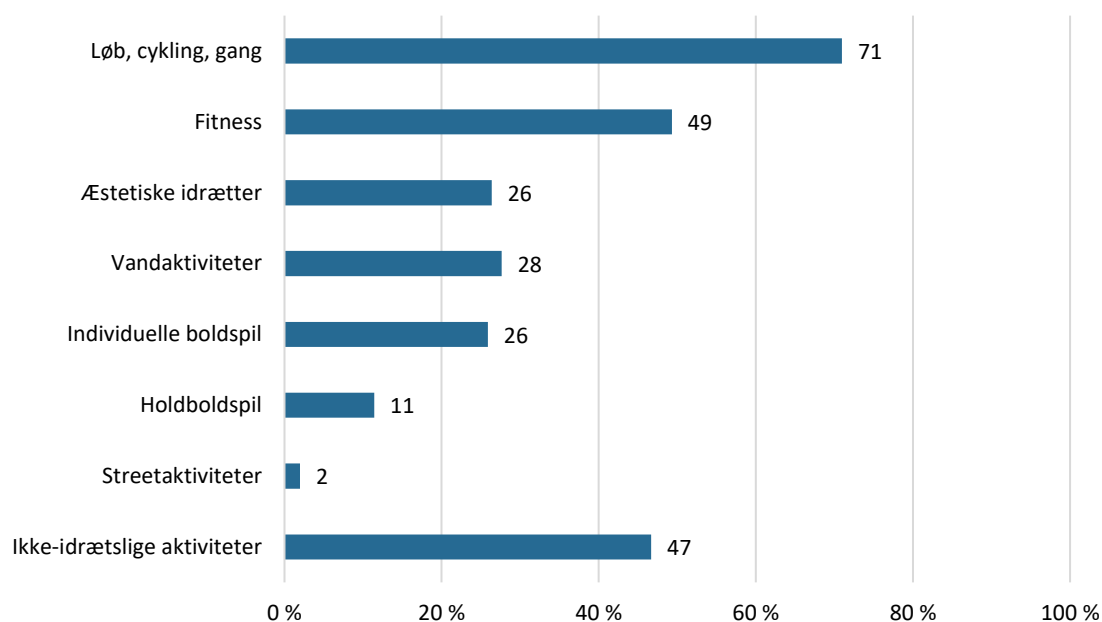
Boks 1: Aktiviteter, som indgår under de overordnede kategorier

Løb, cykling, gang:	Løb, orienteringsløb, gå- og vandreture, stavgang, landevejscykling, mountainbike/gravel bike/BMX, triatlon/duatlon
Fitness:	Styrketræning, spinning, crossfit, anden fitness- og motionstræning
Æstetiske idrætter:	Gymnastik, dans, ridning, yoga/pilates, kampsport, atletik, skøjteløb
Vandaktiviteter:	Svømning, open-water svømning, dykning, roning, kano/kajak, sejlsport, windsurfing/kitesurfing, vinterbadning, vandski/wakeboard, surfing/SUP, vandgymnastik/vandtræning
Individuelle boldspil:	Tennis, badminton, golf, bowling, petanque, billard, bordtennis, squash, padeltennis
Streetaktiviteter:	Skateboard/løbehjul/rulleskøjter, parkour
Holdboldspil:	Fodbold, håndbold, basketball, volleyball/beachvolley, hockey/floorball, amerikansk fodbold/rugby, baseball/softball, ishockey
Ikke-idrætslige aktiviteter:	Jagt, fiskeri, spejder/FDF, rollespil, tankesport, sang og musik, kreative aktiviteter, madlavning og gastronomi, sprog og kommunikation, øvrige kulturelle aktiviteter, religiøst foreningsarbejde, frivilligt socialt arbejde, politisk foreningsarbejde

I figur 8 er næsten alle enkeltstående fritidsaktiviteter opdelt på de overordnede aktivitetskategorier. Andelene afspejler, hvor mange der har dyrket mindst én af de enkeltstående fritidsaktiviteter tilhørende den overordnede kategori.

Løb, cykling og gang dominerer de voksnes aktivitetsbillede (71 pct.), efterfulgt af fitness (49 pct.) og aktiviteter, der ikke er idræt (47 pct.). Omkring en ud af fire har dyrket æstetiske idrætter, vandaktiviteter og individuelle boldspil, mens boldspil og streetaktiviteter rangerer som de mindst populære aktivitetskategorier (hhv. 11 pct. og 2 pct.).

Figur 8: Valg af overordnede aktivitetskategorier inden for det seneste år (pct.)



Figuren viser, hvilke overordnede aktivitetskategorier voksne horsensianere har dyrket inden for det seneste år ud fra spørgsmålet 'Hvilke former for fritidsaktiviteter har du dyrket regelmæssigt inden for de seneste 12 måneder?'. Fordelt på total (n=1.977).

På tværs af køn ses et klassisk mønster, hvor æstetiske idrætter tiltaler flere kvinder end mænd (38 pct. mod 13 pct.), og både individuelle boldspil og holdboldspil tiltaler i højere grad mænd (se tabel 4). De ikke-idrætslige fritidsaktiviteter dyrkes af færrest blandt de 16-19-årige (34 pct.) og 40-49-årige (37 pct.).

Tabel 4: Valg af overordnede aktivitetskategorier på tværs af køn og alder

	Køn		Alder						
	Mænd	Kvinder	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70 år+
Løb, cykling, gang	70	72	48	65	77	78	75	75	65
Fitness	51	47	51	59	56	54	47	42	37
Æstetiske idrætter	13	38	32	27	30	29	23	23	24
Vandaktiviteter	27	28	21	31	35	26	27	27	21
Individuelle boldspil	34	19	26	30	26	32	24	18	25
Holdboldspil	17	6	40	15	13	15	8	4	2
Streetaktiviteter	2	2	8	2	3	3	1	0	0
Ikke-idrætslige aktiviteter	47	46	34	51	46	37	44	50	56

Tabellen viser, hvilke overordnede aktivitetskategorier voksne horsensianere har dyrket inden for det seneste år, ud fra spørgsmålet 'Hvilke former for fritidsaktiviteter har du dyrket regelmæssigt inden for de seneste 12 måneder?'. Fordelt på køn og alder (n=1.977).

Tabel 5 indeholder en komplet oversigt over andelen, der dyrker de forskellige fritidsaktiviteter, som er inkluderet i undersøgelsen. Blandt de største aktiviteter i 2017 har der været en fremgang inden for styrketræning frem mod 2024 (fra 30 pct. til 35 pct.), gå- og vandreture (fra 19 pct. til 60 pct.) og yoga (fra 6 pct. til 14 pct.). Kategorien 'anden fitness- og motionstræning' har også set fremgang (fra 6 pct. til 21 pct.), men en delmængde af udviklingen skyldes formentlig, at aerobic mm. blev indlejret i denne kategori i 2024 (se fodnote 3 under tabel 1).

Tabel 5: Valg af fritidsaktiviteter inden for det seneste år (pct.)

	Total	Køn		Alder						
		Mænd	Kvinder	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70 år+
Gå- og vandreture ⁸	60	53	65	21	51	62	62	66	69	62
Styrketræning	35	40	31	48	50	40	37	31	25	23
Løb	24	27	21	33	27	40	38	20	9	5
Anden fitness- og motionstræning ⁹	21	14	28	9	19	22	25	21	24	21
Kreative aktiviteter ¹⁰	16	8	22	13	30	15	10	12	17	14
Svømning	15	16	15	13	21	24	13	15	11	10
Yoga/pilates/afspænding	14	5	21	12	15	18	16	14	13	7
Frivilligt socialt arbejde	12	9	14	2	10	9	9	12	15	19
Spinning/kondicykel	10	12	8	8	8	10	11	13	10	7
Padel	9	11	7	13	14	11	13	10	3	<1
Landevejscykling	8	13	4	7	7	11	6	10	11	7
Fiskeri	8	16	1	4	7	11	8	8	8	6
Øvrige kulturelle aktiviteter ¹¹	8	6	9	<1	6	5	4	7	11	15
Sang og musik ¹²	8	5	10	9	10	6	6	4	7	12
Mountainbike/gravel bike/BMX	8	14	2	14	8	11	9	8	6	<1
Badminton	7	10	4	9	6	10	8	5	5	6
Fodbold	7	12	3	23	11	8	9	4	2	1
Vinterbadning	7	5	8	2	8	11	9	8	4	3
Gymnastik	6	2	9	9	2	5	3	4	5	15
Dans	6	3	8	6	8	8	6	4	5	4
Esport	6	10	2	20	16	7	5	<1	<1	<1

⁸ Ikke som transport

⁹ F.eks. crosstrainer, aerobic, step, stram op, cirkeltræning, TRX, andre motionsøvelser

¹⁰ F.eks. tegning, maling, foto, keramik, trædrejning, håndarbejde, andet håndværk

¹¹ F.eks. kunst, historie, litteratur

¹² F.eks. kor, instrumentalundervisning

Golf	5	6	4	5	2	2	3	6	7	10
Crossfit	5	5	5	13	7	10	5	3	<1	<1
Bowling/keglespil	5	6	4	5	7	5	6	3	2	4
Tankesport ¹³	5	7	3	7	10	4	4	2	2	4
Sprog og kommunikation ¹⁴	5	5	4	5	9	7	4	2	4	2
Billard/pool	5	7	3	8	10	3	6	3	1	3
Åbent vand svømning	5	5	4	7	7	6	3	3	5	2
Vandgymnastik/vandtræning	4	1	7	<1	2	3	2	3	8	9
Skiløb/snowboard/rulleski	4	4	4	6	5	5	5	3	4	1
Madlavning og gastronomi ¹⁵	4	4	4	3	8	6	1	2	3	3
Dart	4	5	2	2	10	3	3	4	2	<1
Jagt	4	7	<1	4	<1	5	5	4	3	4
Surfing/Stand Up Paddle	3	3	3	<1	7	2	3	4	<1	<1
Kano/kajak	3	3	3	2	6	3	2	3	2	<1
Bordtennis	3	4	1	6	5	3	2	<1	2	2
Religiøst foreningsarbejde	2	2	3	5	2	2	1	2	3	3
Tennis	2	3	2	2	<1	4	4	1	1	2
Ridning	2	<1	3	5	3	3	3	2	1	<1
Basketball	2	4	<1	8	6	2	2	<1	<1	<1
Politisk foreningsarbejde	2	2	2	<1	<1	4	1	3	2	2
Volleyball/beachvolley	2	2	2	11	2	3	1	1	<1	<1
Spejder/FDF	2	2	2	4	2	1	4	3	<1	<1
Sejlsport	2	3	1	<1	2	1	1	3	3	2
Håndbold	2	1	2	5	<1	3	4	<1	<1	<1
Stavgang	2	1	2	2	2	<1	<1	1	2	4
Skydning/bueskydning	2	3	<1	2	<1	2	1	2	2	1
Kampsport ¹⁶	1	2	1	2	3	<1	3	<1	<1	<1
Dykning/fridykning/undervandsjagt	1	2	<1	2	4	<1	<1	2	<1	<1
Motorsport ¹⁷	1	2	<1	2	3	<1	2	<1	1	<1

¹³ F.eks. skak, poker

¹⁴ F.eks. sprogkurser, IT-undervisning

¹⁵ F.eks. madlavningskursus

¹⁶ F.eks. boksning, karate, aikido, taekwondo, judo, brydning, fægtning

¹⁷ F.eks. motocross, gokart

Atletik	1	2	<1	5	2	1	<1	<1	<1	<1
Petanque/ boule/bowls	1	1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	4
Orienteringsløb	<1	1	<1	2	2	1	<1	<1	<1	<1
Rulleskøjter	<1	<1	1	2	2	1	3	<1	<1	<1
Squash	<1	1	<1	<1	<1	<1	2	2	<1	<1
Roning	<1	<1	1	<1	2	<1	<1	1	2	<1
Multisport ¹⁸	<1	<1	1	2	2	1	<1	<1	<1	<1
Klatring/ bjergbestigning	<1	<1	<1	<1	<1	1	<1	1	<1	<1
Skøjteløb	<1	<1	1	3	<1	<1	<1	<1	<1	<1
Løbehjul	<1	<1	<1	2	<1	<1	<1	<1	<1	<1
Rollespil	<1	<1	<1	2	<1	<1	<1	<1	<1	<1
Skateboard/ waveboard	<1	<1	<1	2	<1	<1	<1	<1	<1	<1
Hockey/floorball	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	1	<1	<1
Windsurfing/ kitesurfing	<1	<1	<1	<1	2	<1	<1	<1	<1	<1
Handicapidræt	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1
Amerikansk fodbold/rugby	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1
Vandski/ wakeboard	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1
Triatlon/duatlon	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1
Ishockey	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1
Parkour	<1	<1	<1	2	<1	<1	<1	<1	<1	<1
Baseball/softball	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1

Tabellen viser, hvilke enkeltstående fritidsaktiviteter voksne horsensianere har dyrket inden for det seneste år ud fra spørgsmålet 'Hvilke former for fritidsaktiviteter har du dyrket regelmæssigt inden for de seneste 12 måneder?'. Fordelt på køn og alder (n=1977).

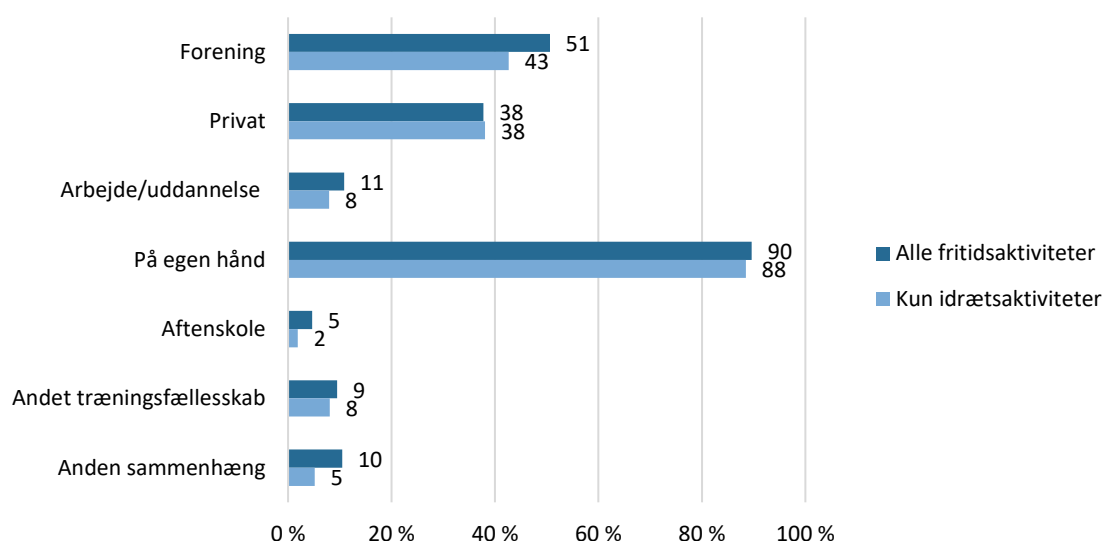
¹⁸ Hold hvor der dyrkes forskellige aktiviteter, f.eks. familieidrætshold

Organisering

Nu rettes blikket mod de sammenhænge, voksne horsensianerne dyrker deres aktiviteter i. Ét af de centrale parametre i indsatsen 'Bevæg dig for livet' er i den forbindelse, hvor mange der dyrker en aktivitet i en idrætsforening.

Figur 9 viser indledende, hvordan horsensianerne fordeler sig på forskellige organiseringsformer. Ud fra aktivitetslisten i tabel 5 blev respondenterne bedt om at vælge, i hvilken sammenhæng de har dyrket aktiviteten, og det var muligt at vælge flere. Figurens andele afspejler således, hvor mange der f.eks. har dyrket mindst én foreningsaktivitet i løbet af det seneste år.

Figur 9: Organisering af aktiviteter (pct.)



Figuren viser voksnes organiseringsformer inden for alle fritidsaktiviteter og inden for idrætsaktiviteter ud fra spørgsmålet 'I hvilken sammenhæng har du dyrket din(e) aktivitet(er)?'. Andelen er baseret på dem, der har dyrket hhv. mindst én fritidsaktivitet og mindst én idrætsaktivitet inden for det seneste år (n=1.835; n=1.760).

Figuren peger på, at 51 pct. dyrker en aktivitet i foreningsregi, og andelen er 43 pct., hvis der udelukkende kigges på idrætsaktiviteter¹⁹ (se boks 1). Sammenlignet med 2017 er der en tilbagegang i foreningsdeltagelsen på 9 procentpoint, når man kigger på alle fritidsaktiviteter (se tabel 1). Sammenlignet med landsplan, når man ser specifikt på sports- og motionsaktiviteter, er der lidt flere i Horsens Kommune, der dyrker foreningsidræt (Rask et al., 2022).

Figur 9 viser i øvrigt, at 38 pct. dyrker private/kommercielle aktiviteter og næsten alle dyrker aktiviteter på egen hånd (91 pct.). Begge tendenser er gået frem siden 2017. Den høje

¹⁹ Figurens population er aktive horsensianere. 'Aktiv' forstås som dem, der har dyrket mindst én fritids- eller idrætsaktivitet de seneste år. Hvis andelen i stedet udregnes blandt alle respondenter, er de respektive tal for foreningsdeltagelsen hhv. 43 pct. og 38 pct.

andel, der dyrker idræt på egen hånd, er ikke overraskende, eftersom udviklingen også er observeret på landsplan i 2020 (Rask et al., 2022) og i løbet af coronakrisen²⁰.

Tabel 6 opdeler organiseringsformerne på køn og alder, hvor der ses flere kendte mønstre, bl.a. at foreningsdeltagelsen er langt mindre blandt de 20-29-årige (38 pct.) end blandt de 16-19-årige (69 pct.), og det private/kommercielle regi er mere populært blandt de yngre end de ældre aldersgrupper.

Tabel 6: Organisering af fritidsaktiviteter på tværs af køn og alder (pct.)

	Køn		Alder						
	Mænd	Kvin-der	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70 år+
Forening/klub	52	49	69	38	46	51	53	48	59
Privat ²¹	35	40	42	46	41	45	34	31	28
Arbejde/uddannelse ²²	12	9	31	18	12	13	9	4	1
På egen hånd ²³	91	88	77	92	98	91	90	86	84
Aftenskole	2	7	0	3	3	4	5	8	7
Andet træningsfællesskab ²⁴	10	9	2	14	14	9	9	9	4
Anden sammenhæng ²⁵	7	13	2	6	5	5	6	18	27

Figuren viser voksnes organiseringsformer inden for alle fritidsaktiviteter og inden for idrætsaktiviteter ud fra spørgsmålet 'I hvilken sammenhæng har du dyrket din(e) aktivitet(er)?'. Andelen er baseret på dem, der har dyrket mindst én fritidsaktivitet inden for det seneste år. Fordelt på køn og alder (n=1.835).

Foruden den konkrete organiseringsform, er respondenterne også blevet spurgt ind til, hvem de normalt dyrker deres fritidsaktivitet med (se figur 10). Her angiver størstedelen (to ud af tre), at de dyrker mindst én fritidsaktivitet alene og med venner og bekendte. 44 pct. dyrker mindst én fritidsaktivitet med familien.

²⁰ <https://www.idan.dk/projekter/coronakrisens-effekt-paa-danskernes-idraetsvaner/>

²¹ F.eks. kommercielt fitnesscenter eller danseskole

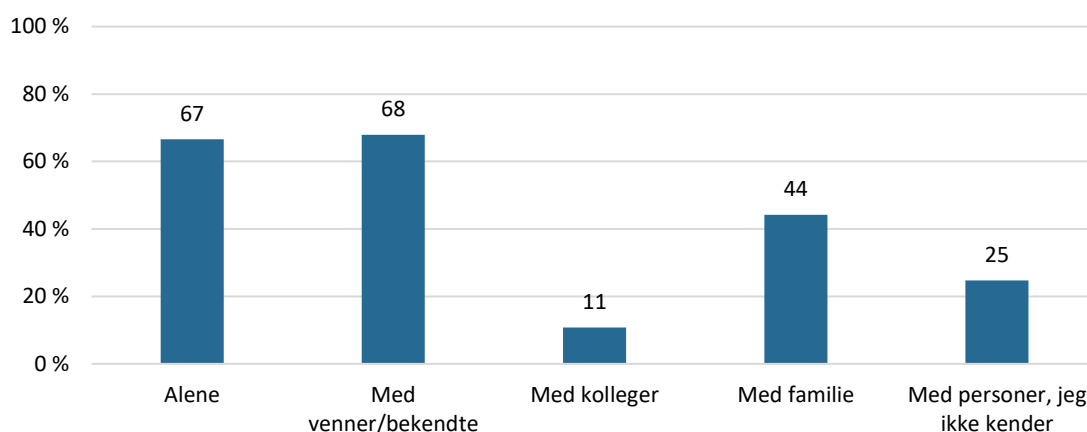
²² F.eks. firmaidræt

²³ Alene eller sammen med andre

²⁴ F.eks. organiseret gennem facebookgrupper

²⁵ F.eks. Ældre Sagen, kommunale tilbud

Figur 10: Hvem fritidsaktiviteter dyrkes med (pct.)



Figuren viser, hvem voksne horsensianere dyrker deres fritidsaktiviteter med, ud fra spørgsmålet 'Hvem dyrker du normalt dine fritidsaktivitet(er) sammen med?'. Andelen er baseret på dem, der har dyrket mindst én fritidsaktivitet inden for det seneste år (n=1.835).

De 16-19-årige og de 70-årige+ er de aldersgrupper, der er mindst tilbøjelige til at dyrke en fritidsaktivitet alene (se tabel 7). Det ældste segment er omvendt mere tilbøjelige til at dyrke en aktivitet med personer, de ikke kender, og på tværs af køn er det tilfældet for flere kvinder (28 pct.) end mænd (21 pct.).

Tabel 7: Hvem fritidsaktiviteter dyrkes med på tværs af køn og alder

	Køn		Alder						
	Mænd	Kvinder	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70 år+
Alene	65	68	55	74	77	75	72	64	43
Med venner/bekendte	70	66	79	77	60	71	67	62	65
Med kolleger	13	9	4	16	13	16	10	8	5
Med familie	44	44	24	41	50	52	51	43	36
Med personer, jeg ikke kender	21	28	21	21	17	28	23	31	31

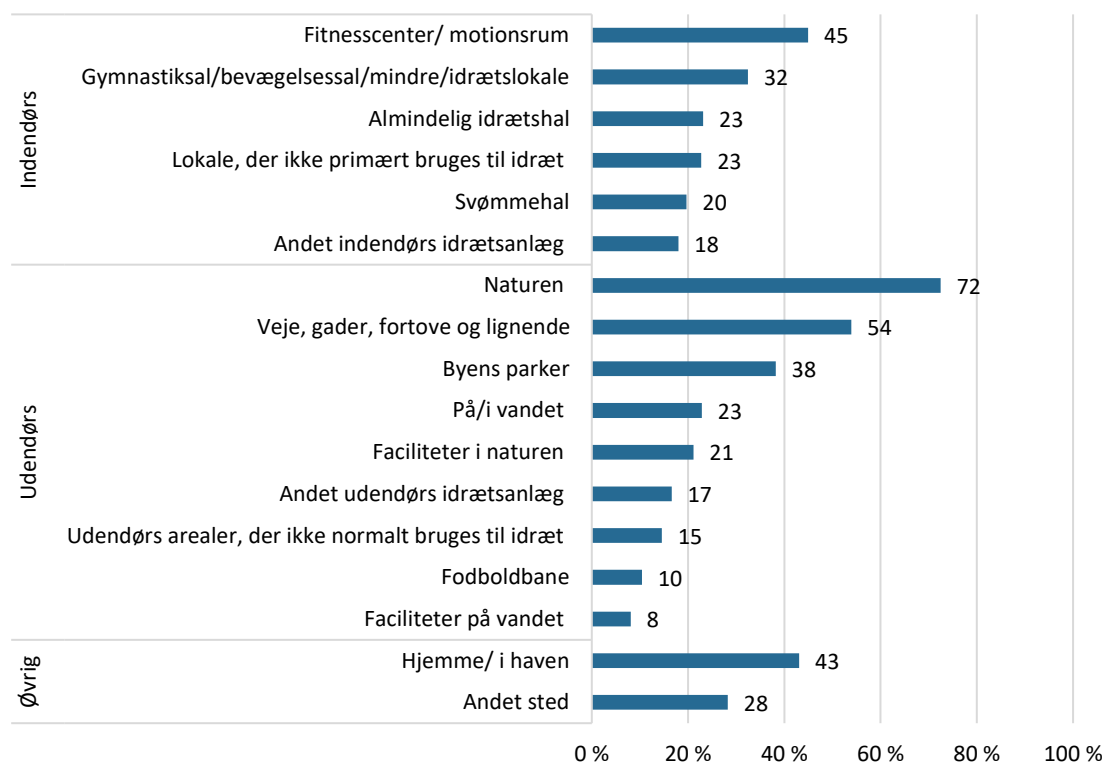
Tabellen viser, hvem voksne horsensianere dyrker deres fritidsaktiviteter med, ud fra spørgsmålet 'Hvem dyrker du normalt din(e) fritidsaktivitet(er) sammen med?'. Andelen er baseret på dem, der har dyrket mindst én fritidsaktivitet inden for det seneste år. Fordelt på køn og alder (n=1.835).

Faciliteter

Indtil videre har notatet set nærmere på den generelle fritidsdeltagelse, hvilke fritidsaktiviteter horsensianerne dyrker, og i hvilken sammenhæng de dyrker dem. I dette afsnit gennemgås tendenserne for, hvilke steder og faciliteter horsensianerne benytter, når de dyrker deres fritidsaktiviteter.

Figur 11 viser indledningsvist, hvor mange der har dyrket deres fritidsaktiviteter i forskellige steder og faciliteter. De mest udbredte indendørsfaciliteter er fitnesscentre (45 pct.) og de klassiske gymnastiksale mm. (32 pct.). Udendørs er den klart største ramme om fritidsaktiviteter naturen, der anvendes af 72 pct., efterfulgt af veje og gader (54 pct.) og byens parker (38 pct.). Tendenserne passer fint med et aktivitetsbillede, der primært domineres af løb, cykling og gang samt diverse fitnessaktiviteter (se figur 8).

Figur 11: Brug af steder og faciliteter til fritidsaktiviteter (pct.)



Figuren viser, hvilke steder og faciliteter horsensianerne har anvendt i forbindelse med deres fritidsaktiviteter ud fra spørgsmålet 'Hvor har du dyrket din(e) aktivitet(er)?'. Andelen er baseret på dem, der har dyrket mindst én fritidsaktivitet inden for det seneste år (n=1.835).

Horsensianernes brug af steder og faciliteter minder meget om landsplan i 2020 (Rask et al., 2022).

Tabel 8 opdeler brugen af steder og faciliteter på køn og alder. Tabellen peger på en række kønsforskelle, hvor bl.a. gymnastiksale, svømmehaller og lokaler, der ikke primært bruges

til idræt, bruges mere af kvinder, mens almindelige idrætshaller, fodboldbaner, udendørs arealer, der ikke normalt bruges til idræt, og faciliteter på vandet bruges mere af mænd.

Tabel 8: Brug af steder og faciliteter til fritidsaktiviteter på tværs af køn og alder (pct.)

	Køn		Alder						
	Mænd	Kvin-der	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70 år+
Fitnesscenter/ motionsrum	44	45	52	57	51	44	39	39	35
Gymnastiksal/ bevægelsessal/ mindre idrætslokale	29	36	40	37	33	35	27	29	30
Almindelig idrætshal	27	20	41	25	28	26	19	15	19
Lokale, der ikke primært bruges til idræt ²⁶	19	26	29	35	22	17	17	19	24
Svømmehal	17	22	12	26	25	16	17	17	18
Andet indendørs idrætsanlæg ²⁷	18	18	32	28	21	21	16	11	7
Naturen ²⁸	72	73	49	70	83	81	79	73	57
Veje, gader, fortove og lignende	51	56	38	59	63	66	55	53	34
Byens parker	35	41	21	47	47	42	36	37	26
På/i vandet ²⁹	25	21	20	30	30	20	23	21	14
Faciliteter i naturen ³⁰	25	17	24	36	27	25	18	15	5
Udendørs idræts- eller aktivitetsanlæg ³¹	19	14	32	20	16	18	15	12	13
Udendørs arealer, der ikke normalt bruges til idræt ³²	15	14	14	22	17	17	11	10	10
Fodboldbane	15	7	31	18	13	11	6	4	3
Faciliteter på vandet ³³	8	8	13	16	10	9	5	6	2
Hjemme/ i haven	43	43	44	59	57	47	37	34	23
Andet sted	29	28	25	28	27	28	29	32	27

Tabellen viser, hvilke steder og faciliteter horsensianerne har anvendt i forbindelse med deres fritidsaktiviteter ud fra spørgsmålet 'Hvor har du dyrket din(e) aktivitet(er)?'. Andelen er baseret på dem, der har dyrket mindst én fritidsaktivitet inden for det seneste år. Fordelt på køn og alder (n=1.835).

Horsensianerne er blevet spurgt til deres transporttid til de forskellige steder og faciliteter, de har brugt inden for det seneste år. Derudover har de forholdt sig til tre

²⁶ F.eks. skoler, institutioner, arbejdspladser, ældrecentre

²⁷ F.eks. skøjtehal, ridehal, skydekælder, skatehal, dansestudie, yogacenter, kampsportscenter

²⁸ F.eks. skov, strand

²⁹ F.eks. hav, sø, å, havn

³⁰ F.eks. mountainbikespor, orienteringsposter, langrendsløjper, ridestier

³¹ F.eks. tennisbane, beachvolleybane, golfbane, atletikanlæg, multibane, parkouranlæg

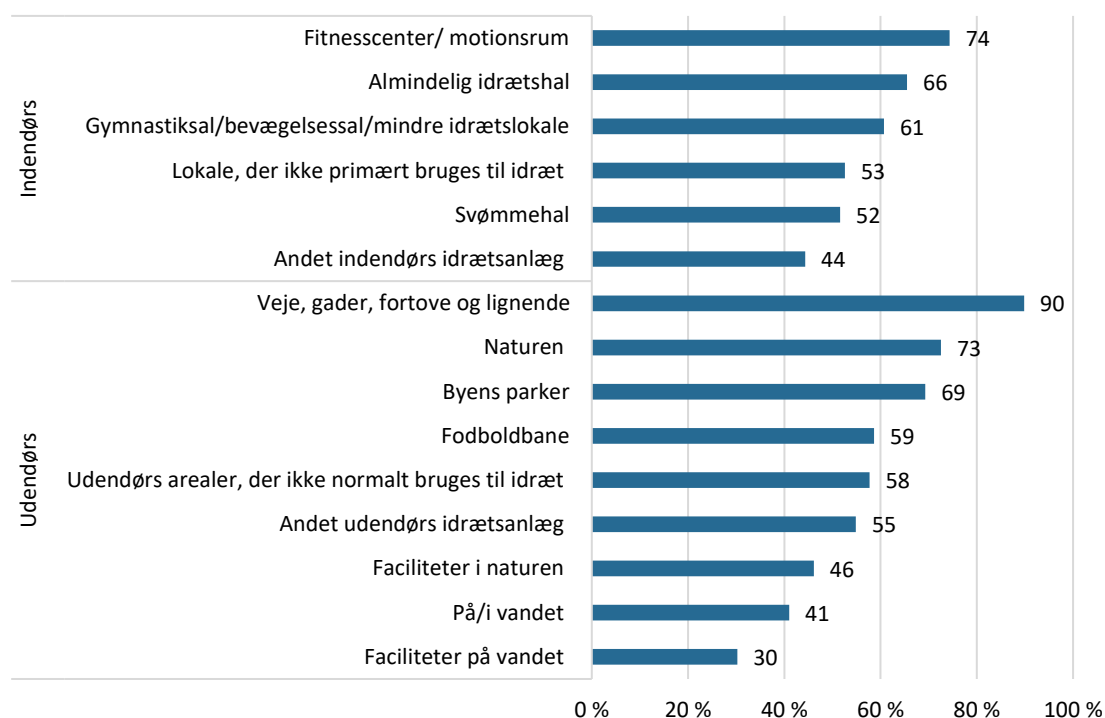
³² F.eks. ved skoler, institutioner, arbejdspladser, ældrecentre

³³ F.eks. havnebade, havesvømmebaner, kabelbaner

holdningsbaserede temaer, der alle omhandler fritidsfaciliteter: Holdning til transporttid, tilfredshed med faciliteter i nørrområdet og tilfredshed med omklædning og fællesområder i udvalgte faciliteter. Alt det er fokus i det følgende.

Figur 12 illustrerer først andelen, der har *under* 15 minutters transporttid til de forskellige steder og faciliteter. Fitnesscentre/motionsrum (74 pct.) og naturen (73 pct.) er de steder, hvor flest har under 15 minutters transporttid, mens faciliteter i naturen (46 pct.) og faciliteter på vandet (30 pct.) samt 'på/i vandet' (41 pct.) er stederne, hvor færrest har transporttid under 15 minutter.

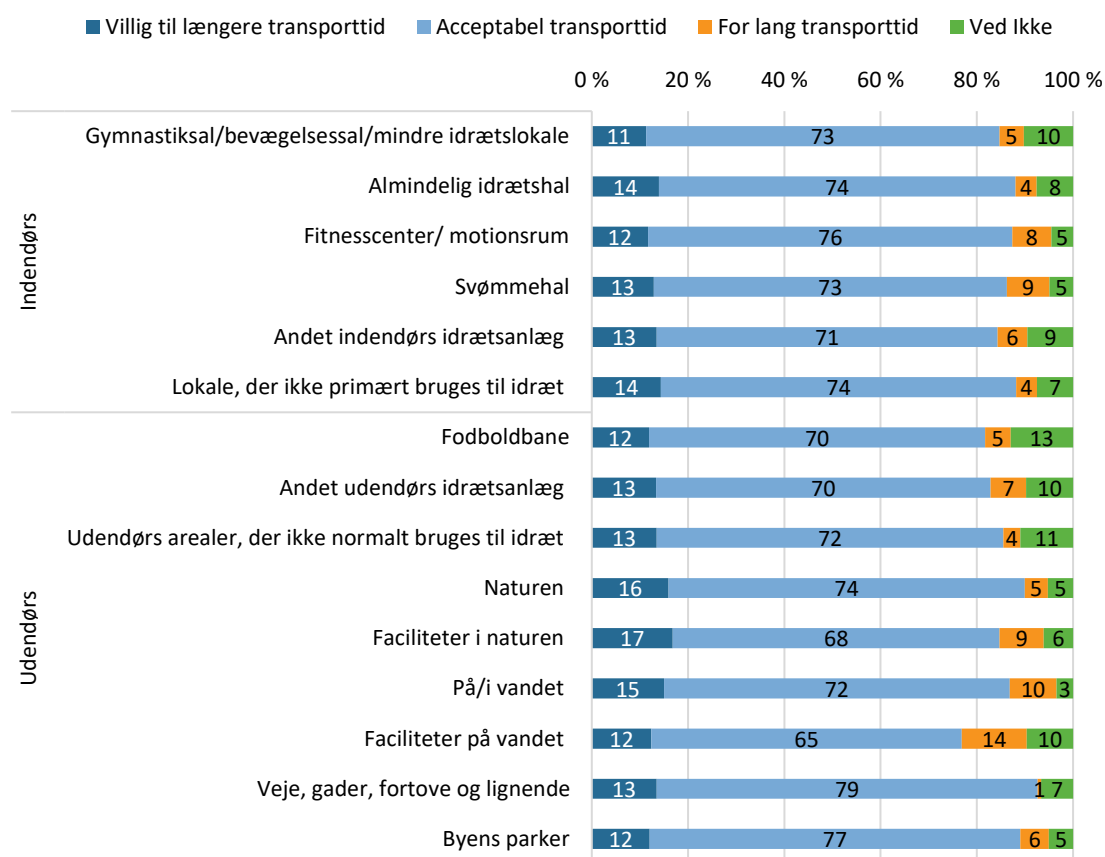
Figur 12: Andel, der har under 15 minutters transporttid til deres fritidsfaciliteter (pct.)



Figuren viser andelen af voksne horsensianere, som har under 15 minutter til udvalgte faciliteter. Andelen er baseret på dem, som angivet, at de dyrker en fritidsaktivitet i den enkelte facilitet.

De sidstnævnte kategorier er også dem, hvor flest erklærer, at transporttiden er for lang (se figur 13). Det overordnede indtryk er dog, at meget få horsensianere mener, at de har for langt til de steder og faciliteter, de bruger.

Figur 13: Holdning til transporttid (pct.)

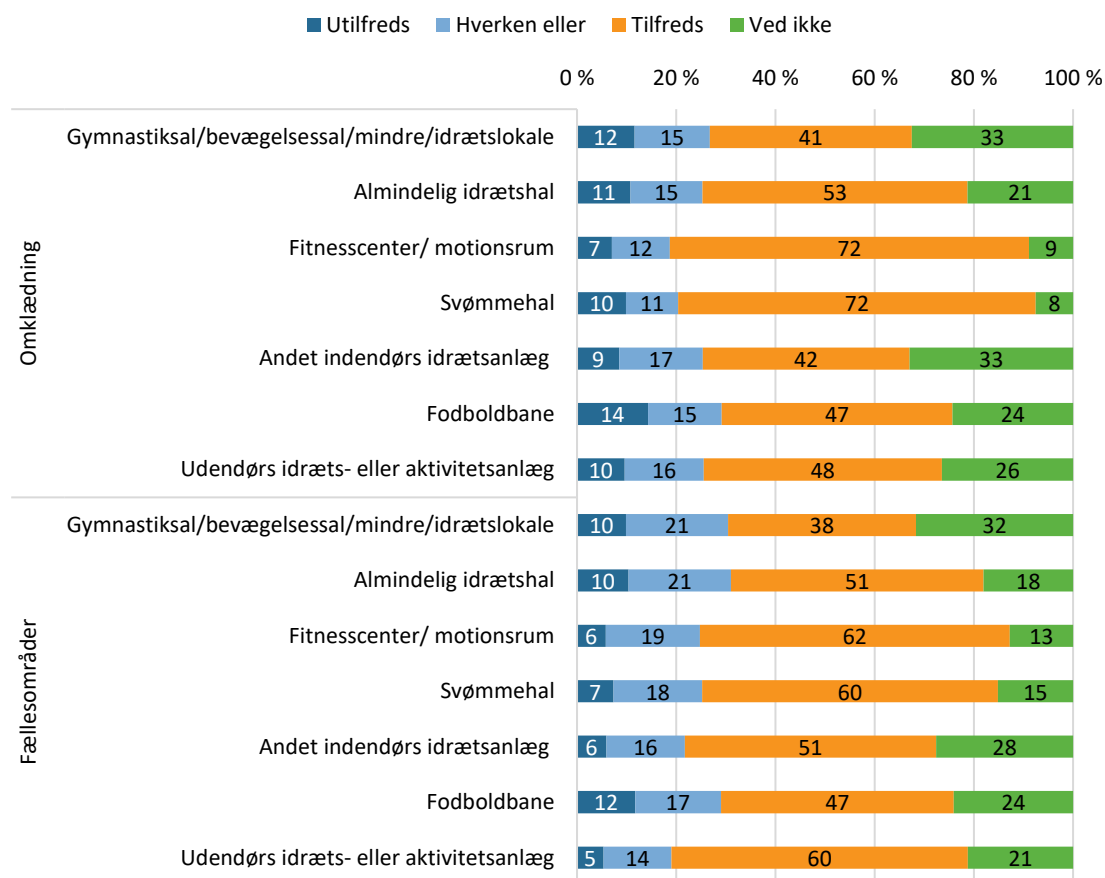


Figuren viser horsensianernes holdning til transporttid til den facilitet, de har anvendt i forbindelse med deres fritidsaktivitet ud fra spørgsmålet 'Hvad synes du om denne transporttid?'. Antallet af respondenter varierer dermed afhængigt af, hvor mange der har anvendt faciliteten.

Horsensianerne er for det andet blevet spurgt om deres tilfredshed med omklædningsfaciliteter og fællesområder til sociale aktiviteter i de faciliteter, de har anvendt inden for det seneste år. Figur 14 illustrerer, hvordan tilfredsheden fordeler sig på tværs af facilitetstyperne.

Som en indledende bemærkning er det værd at fremhæve, at der i flere tilfælde er mange, der svarer 'ved ikke', f.eks. ved gymnastiksale mm., hvor en ud af tre er uoplyst om deres holdning. Derudover er der stor variation i, hvor mange der svarer 'ved ikke', og derfor er der en vis usikkerhed ved at sammenligne på tværs af facilitetstyper, da det ikke vides, hvordan de uoplystes svar ville have fordelt sig.

Figur 14: Tilfredshed med omklædningsfaciliteter og fællesområder (pct.)



Figuren viser voksne horsensianeres tilfredshed med omklædning og fællesområder i de faciliteter, de har anvendt inden for det seneste år ud fra spørgsmålet 'I hvor høj grad er du tilfreds med omklædningsfaciliteterne/fællesområder i forbindelse med den benyttede facilitet?'. Andelen er således baseret på dem, der har anvendt den pågældende facilitet. Oprindeligt skulle respondenterne svare på en større skala: 'utilfreds' = 'slet ikke' og 'i ringe grad'; 'tilfreds' = 'i nogen grad' og 'i høj grad'.

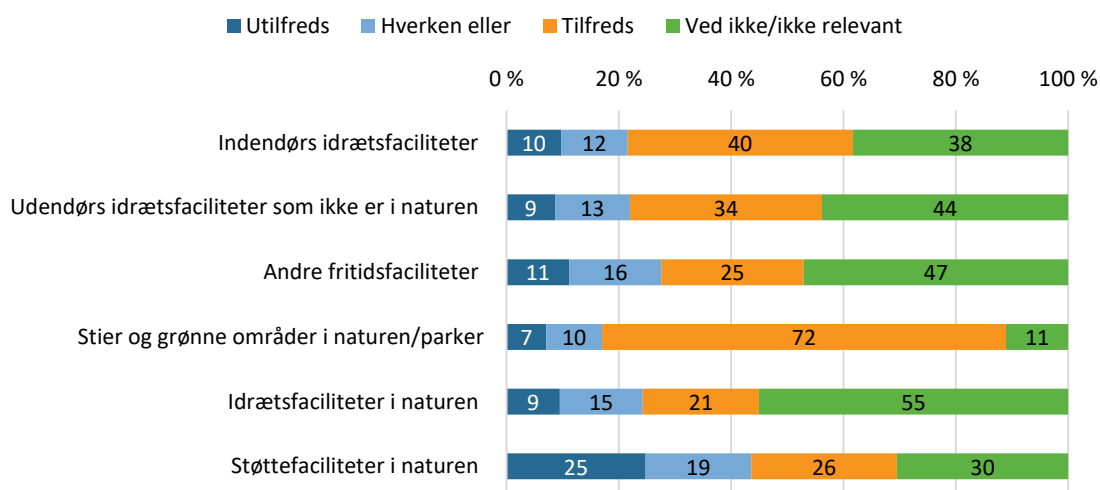
Det gennemgående indtryk er, at der er betydeligt flere tilfredse end utilfredse brugere. Når man kigger specifikt på omklædningsfaciliteter, er gymnastiksale mm. den facilitetstype, hvor færrest er tilfredse (41 pct.), mens der er flest tilfredse brugere ved fitnesscentre og svømmehaller (72 pct.). Det er dog også på tværs af disse facilitetstyper, at forskellen i andelen, der svarer 'ved ikke', er størst.

Et lignende mønster ses i kategorien 'fællesområder til sociale aktiviteter'. Fitnesscentre og svømmehaller har flest tilfredse brugere (hhv. 62 pct. og 60 pct.), mens gymnastiksale mm. har færrest (38 pct.). Derudover ses det, at brugerne i 'andet indendørs idrætsanlæg' og 'udendørs idræts- eller aktivitetsanlæg' er mere tilfredse med fællesområderne end omklædningsfaciliteterne (hhv. 9 og 12 procentpoint flere tilfredse brugere).

For det tredje har horsensianerne forholdt sig til deres overordnede tilfredshed med faciliteter i nærområdet, uanset deres generelle fritidsaktivitet og brug af faciliteter.

Figur 15 peger på en tilsvarende tendens som tidligere, nemlig at mange ikke er afklaret om deres holdning eller ikke finder den relevant. Den høje andel, der svarer 'ved ikke/ikke relevant', skal selvfølgelig ses i lyset af, at mange ikke har brugt den pågældende facilitets-type. Stier og grønne områder fremstår imidlertid som de steder, hvor flest er tilfredse (72 pct.), og det er også her, hvor færrest har svaret 'ved ikke/ikke relevant'.

Figur 15: Tilfredshed med fritidsfaciliteter i nærområdet (pct.)



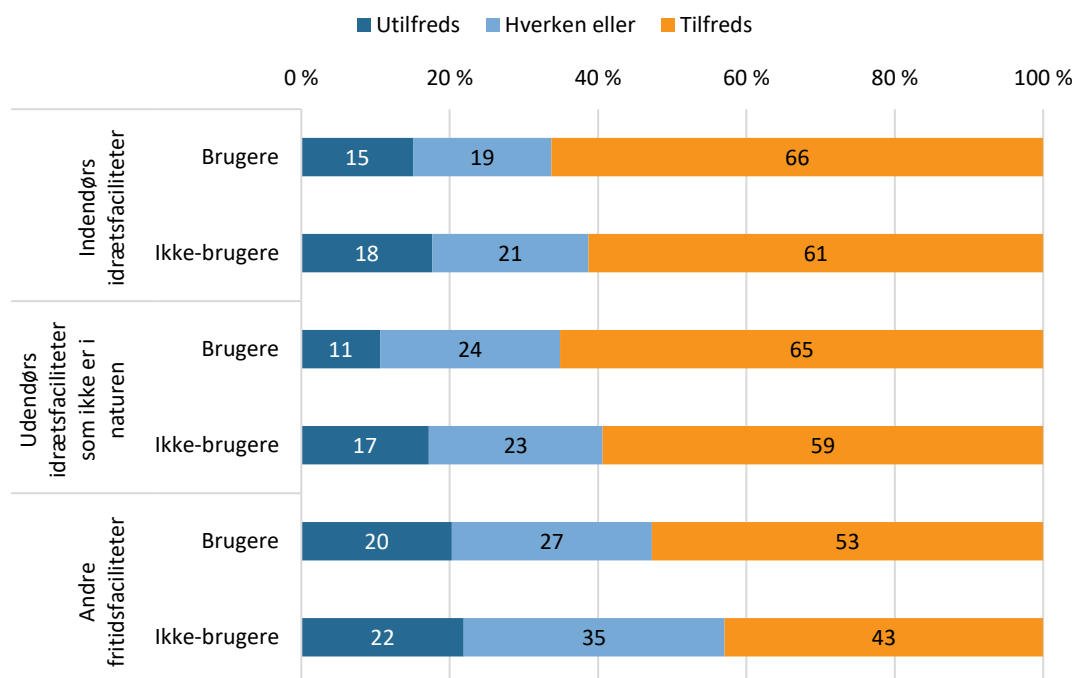
Figuren viser de voksne horsensianeres tilfredshed med fritidsfaciliteter i deres nærområde ud fra spørgsmålet 'I hvor høj grad er du tilfreds med følgende faciliteter i dit nærområde (også selvom du ikke dyrker idræt eller en fritidsaktivitet)' (n=1.977).

De følgende figurer forsøger at nuancere den ovenstående ved dels at opdele svarene ud fra de horsensianere, der har brugt den pågældende facilitetstype, og dem, der ikke har (ud fra listen i figur 11), og dels ved at frasortere 'ved ikke/ikke relevant'.

Blandt de faciliteter, der ikke er i naturen, er to ud af tre brugere overordnet tilfredse med indendørs og udendørs idrætsfaciliteter (se figur 16). I de udendørs idrætsfaciliteter er der en anelse flere blandt ikke-brugerne, der er utilfredse (17 pct.) sammenlignet med brugerne (11 pct.).

Inden for 'andre fritidsfaciliteter' er halvdelen af brugerne tilfredse, mens færre ikke-brugere er tilfredse (43 pct.).

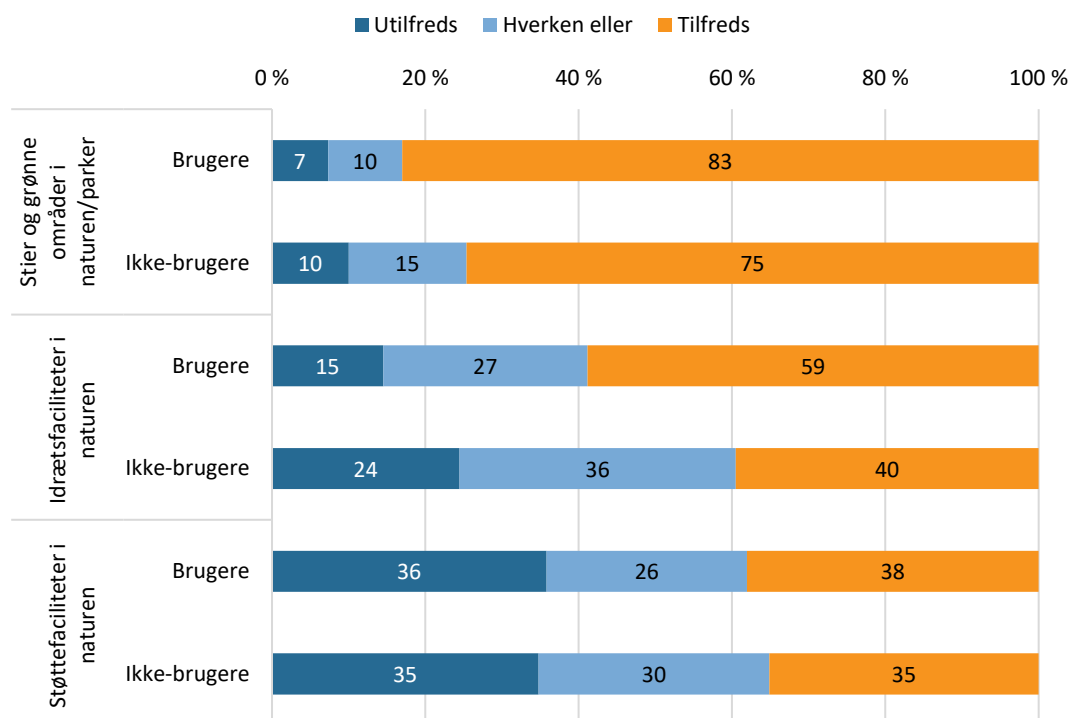
Figur 16: Tilfredshed med fritidsfaciliteter i nærområdet blandt brugere og ikke-brugere (pct.)



Figuren viser de voksne horsensianeres tilfredshed med udvalgte fritidsfaciliteter i deres nærområde ud fra spørgsmålet 'I hvor høj grad er du tilfreds med følgende faciliteter i dit nærområde (også selvom du ikke dyrker idræt eller en fritidsaktivitet)'. Fordelt på 'brugere' og 'ikke-brugere' ud fra den tidligere facilitetsliste, som fremgår af figur 11. Antallet af respondenter varierer således efter, hvor mange der har brugt eller ikke brugt mindst én af de tilhørende faciliteter inden for det seneste år.

Figur 17 viser den samme overordnede tilfreds med faciliteter i nærområdet som ovenstående, men nu er det i stedet blandt steder og faciliteter i naturen. Støttefaciliteter i naturen er den kategori, hvor flest erklærer sig utilfredse på tværs af alle facilitetstyper – godt en ud af tre er enten 'slet ikke' eller 'i ringe grad' tilfreds.

Figur 17: Tilfredshed med fritidsfaciliteter i nærområdet blandt brugere og ikke-brugere (pct.)



Figuren viser de voksne horsensianeres tilfredshed med udvalgte fritidsfaciliteter i deres nærområde ud fra spørgsmålet 'I hvor høj grad er du tilfreds med følgende faciliteter i dit nærområde (også selvom du ikke dyrker idræt eller en fritidsaktivitet)'. Fordelt på 'brugere' og 'ikke-brugere' ud fra den tidligere facilitetsliste, som fremgår af figur 11. Antallet af respondenter varierer således efter, hvor mange der har brugt eller ikke brugt mindst én af de tilhørende faciliteter inden for det seneste år.

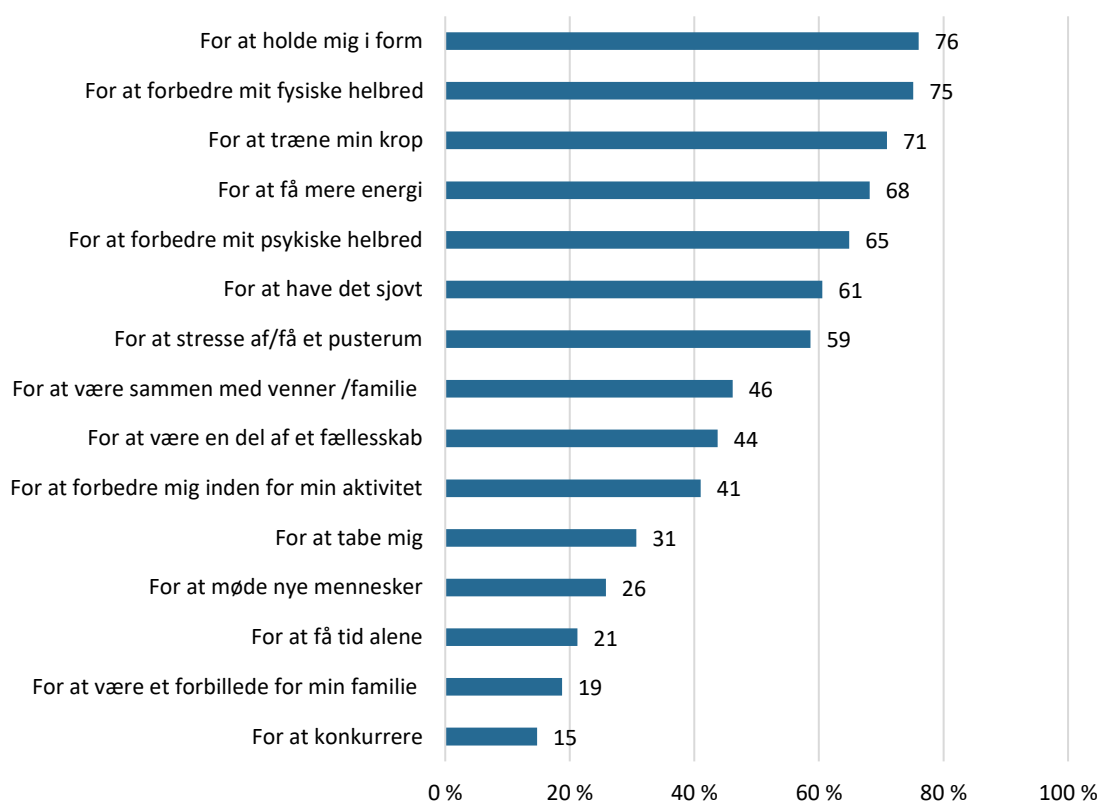
Omkring fire ud af fem er tilfredse med stier og grønne områder, og inden for idrætsfaciliteter i naturen – f.eks. mountainbikespor, ridestier mm. – ses den største uoverensstemmelse mellem brugere og ikke-brugere. 15 pct. af brugerne er utilfredse, mens det er tilfældet for 24 pct. af ikke-brugere – 59 pct. af brugerne er tilfredse mod 40 pct. af ikke-brugere.

Motiver og barrierer

Alle respondenter er blevet spurgt om, hvorfor de dyrker en fritidsaktivitet, og hvad der afholder dem fra at dyrke flere fritidsaktiviteter eller brug mere tid på deres aktiviteter. Dét er fokus for afsnittet her.

En væsentlig del af de voksne horsensianernes grunde til at dyrke fritidsaktiviteter beror på, at det forbedrer fysikken og at det giver energi og virker afstressende (i spændet mellem 68 og 76 pct.) (se figur 18). Meget få angiver konkurrence som en grund til at dyrke en fritidsaktivitet (15 pct.), men det er tilfældet for flere mænd (27 pct.) end kvinder (7 pct.).

Figur 18: Motiver at dyrke en fritidsaktivitet (pct.)

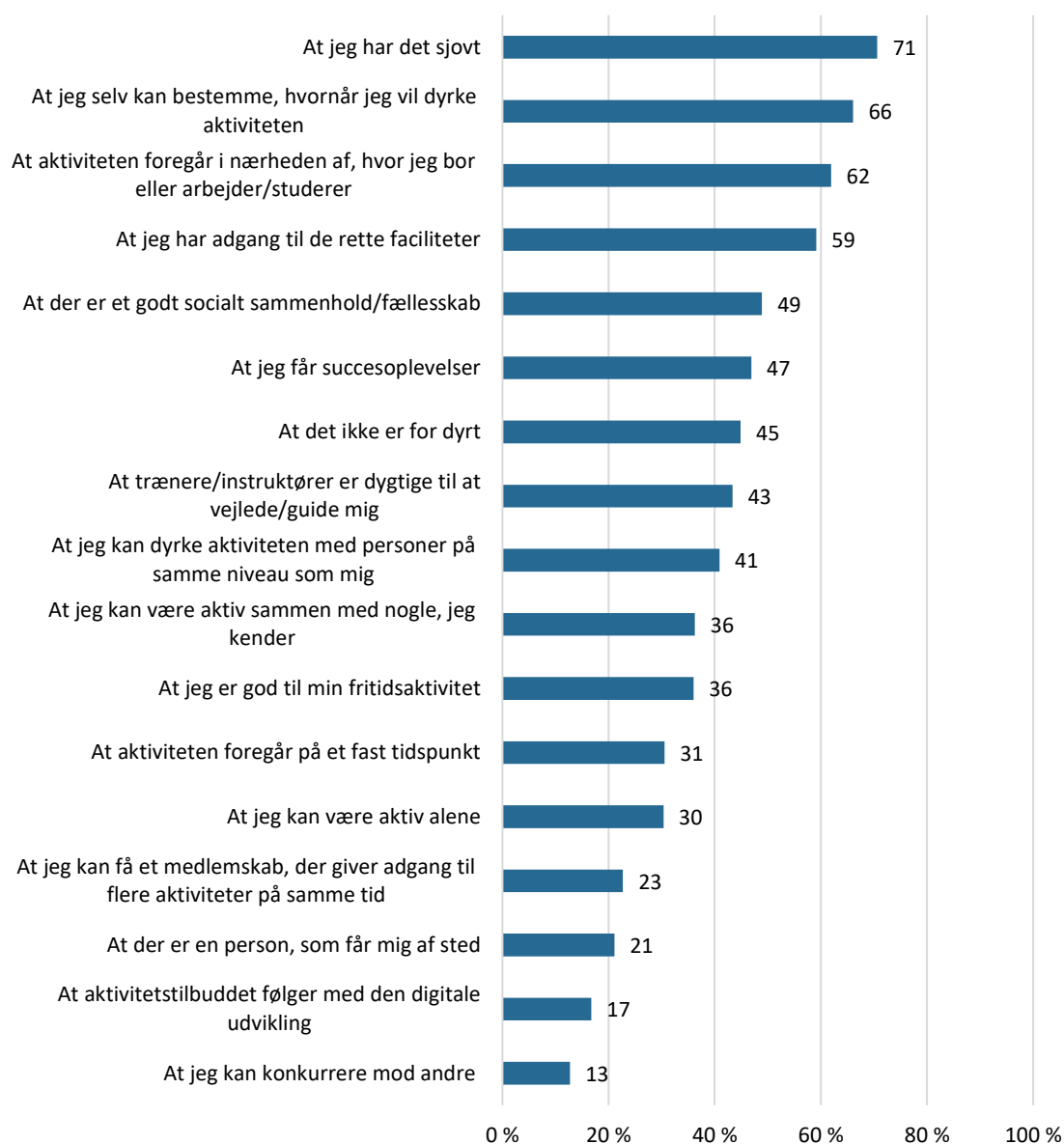


Figuren viser horsensianernes motiver for at dyrke en fritidsaktivitet ud fra spørgsmålet 'Hvorfor dyrker du en fritidsaktivitet?'. Andelen afspejler de respondenter, der enten sagde 'passer i høj grad' eller 'passer fuldstændigt' til udsagnet (n=1.977).

Figur 19 minder meget om den ovenstående, men i stedet handler det nu om vigtige forhold og rammebetingelser for at dyrke en fritidsaktivitet. Som det også var tilfældet i 2017, anser mange horsensianere fleksibilitet som ét af de væsentligste forhold (66 pct.). Derudover er det interessant, at klart flere fremhæver nærhed som et væsentligt forhold nu (62 pct.) end i 2017 (37 pct.)³⁴.

³⁴ I 2017 skulle respondenterne imidlertid ikke vurdere graden af væsentlighed på en fempunktsskala, men blot sætte kryds ud fra de forhold, de anså som vigtige.

Figur 19: Vigtige forhold, når voksne dyrker en fritidsaktivitet (pct.)



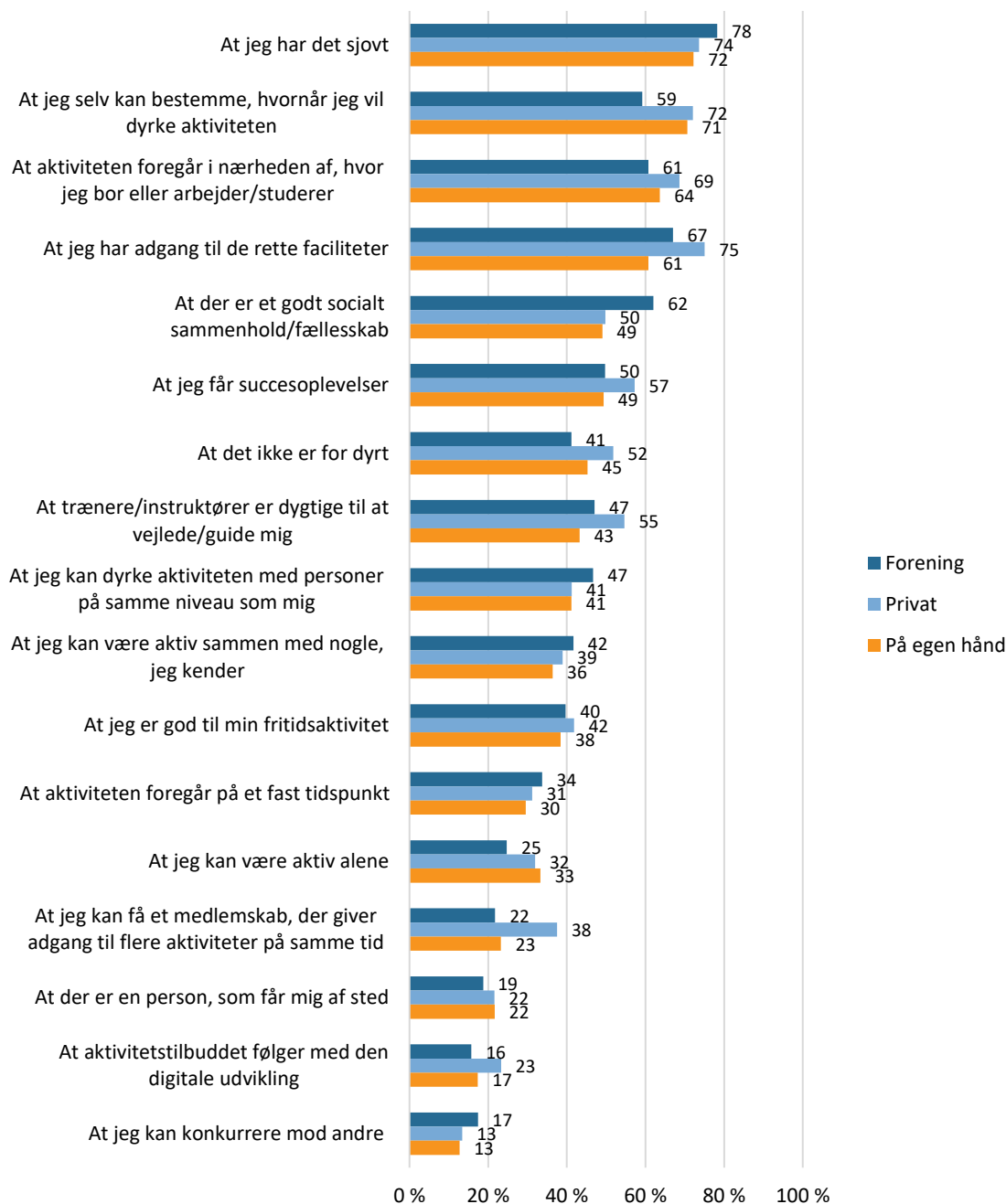
Figuren viser horsensianernes vigtige forhold for at dyrke en fritidsaktivitet ud fra spørgsmålet 'Hvilke forhold er vigtige for dig, når du dyrker en fritidsaktivitet?'. Andelen afspejler de respondenter, der enten sagde 'passer i høj grad' eller 'passer fuldstændigt' til udsagnet (n=1.977).

På tværs af køn er kvinder mere tilbøjelige til at fremhæve, at det ikke er for dyrt (52 mod 37 pct. mænd) samt trænerens/instruktørernes kompetence (55 mod 30 pct. mænd).

Der viser sig flere forskelle i de forhold, horsensianerne ser som væsentlige, når man sammenholder det med de sammenhænge, de dyrker deres fritidsaktiviteter i (se figur 20).

Fleksibilitet fylder mere blandt dem, der dyrker fritidsaktiviteter i privat/kommercielt regi og på egen hånd, sammenlignet med dem, der dyrker foreningsaktiviteter. Blandt folk, der dyrker fritidsaktiviteter indenfor det private regi, er der desuden flere, der ser et medlemskab med adgang til flere aktiviteter på samme tid som væsentligt.

Figur 20: Vigtige forhold, når voksne dyrker en fritidsaktivitet, på tværs af organiseringsformer (pct.)

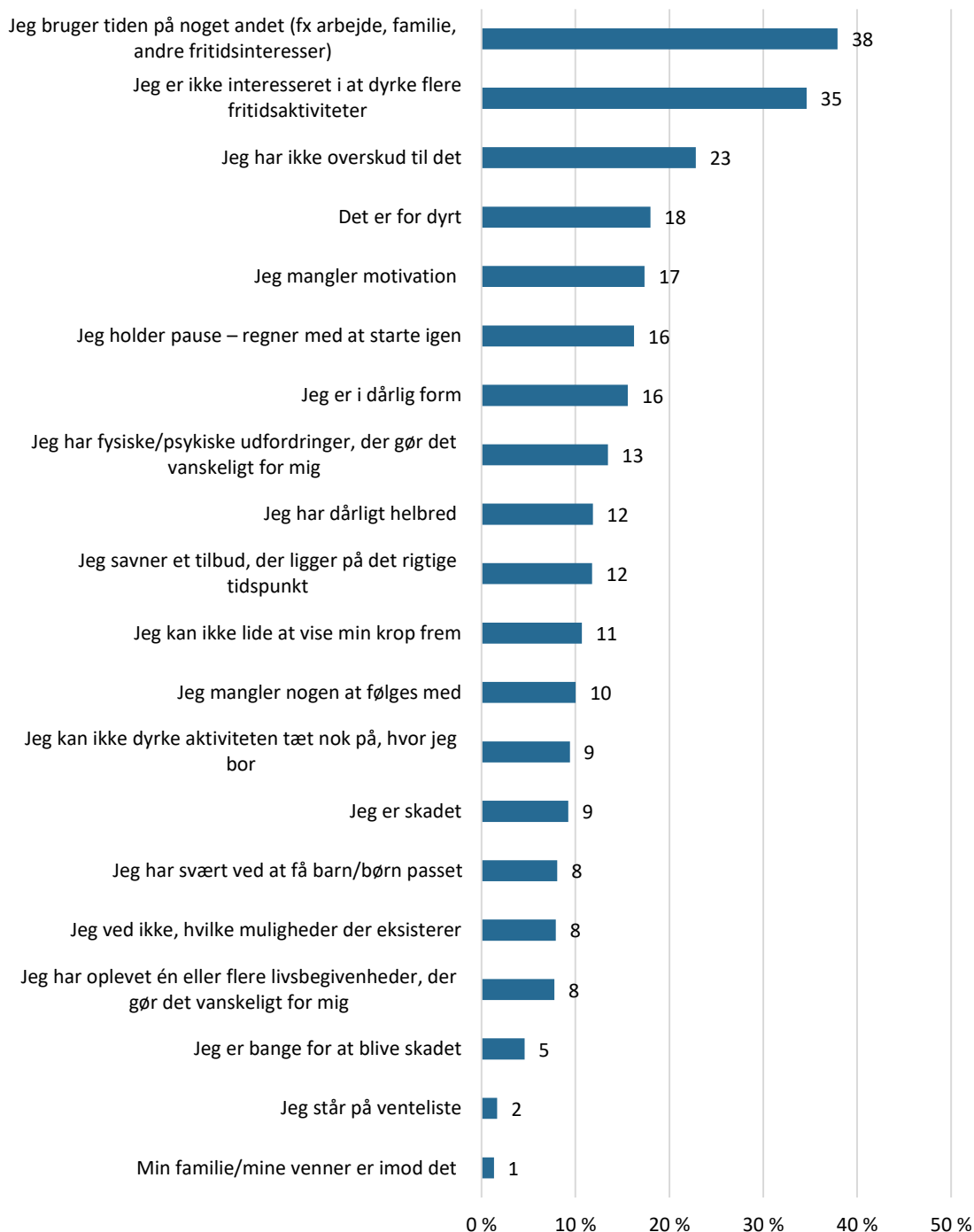


Figuren viser horsensianernes vigtige forhold for at dyrke en fritidsaktivitet ud fra spørgsmålet 'Hvilke forhold er vigtige for dig, når du dyrker en fritidsaktivitet?'. Andelen afspejler de respondenter, der enten sagde 'passer i høj grad' eller 'passer fuldstændigt' til udsagnet. Fordelt på organisering af fritidsaktiviteter (n=1.977).

Foreningsbrugere er omvendt mere tilbøjelige til at angive det sociale fællesskab som et vigtigt forhold sammenlignet med dem, der dyrker private/kommercielle aktiviteter og aktiviteter på egen hånd.

Nu rettes blikket i stedet mod barrierer for at dyrke flere fritidsaktiviteter eller bruge mere tid på fritidsaktiviteter (se figur 21). De klart største barrierer er manglende tid (38 pct.) og interesse (35 pct.), mens den tredjestørste barriere er manglende overskud (23 pct.).

Figur 21: Barrierer for at dyrke flere eller bruge mere tid på fritidsaktiviteter (pct.)



Figuren viser horsensianernes barrierer for at bruge mere tids på fritidsaktiviteter, end de gør nu, ud fra spørgsmålet 'Hvad afholder dig fra at dyrke en fritidsaktivitet, eller bruge mere tid på fritidsaktiviteter, end du gør nu?'. Andelen afspejler de respondenter, der enten sagde 'passer i høj grad' eller 'passer fuldstændigt' til udsagnet (n=1.977).

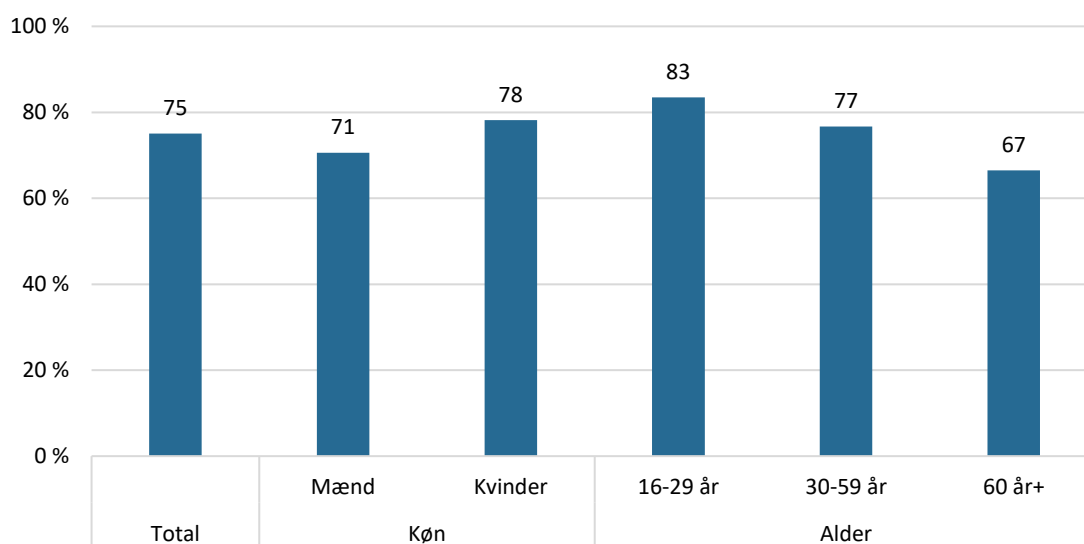
Ikke-aktive voksne

Afsnittet her ser nærmere på forskellige karakteristika blandt de horsensianere, der på nuværende tidspunkt ikke er fritidsaktive. De ikke-aktive defineres ud fra spørgsmålet 'Dyrker du normalt en fritidsaktivitet?' og består af dem, der svarer 'nej' og 'ja, men ikke for tiden'.

Voksne, der normalt ikke dyrker en fritidsaktivitet

Først er fokus på dem, der svarede 'nej' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt en fritidsaktivitet?'. Figur 22 viser, at tre ud af fire ikke-aktive tidligere har dyrket en fritidsaktivitet, og samtidig at andelen er en anelse højere blandt kvinder (78 pct.) end mænd (71 pct.) og er faldende med alderen.

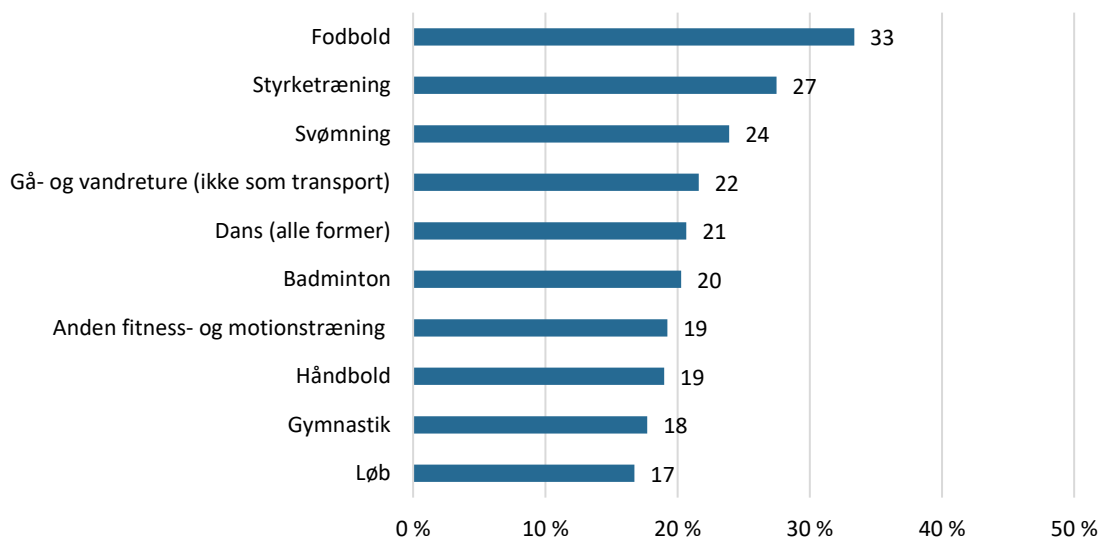
Figur 22: Andelen af de ikke-aktive, der tidligere har dyrket en fritidsaktivitet (pct.)



Figuren viser andelen af ikke-aktive horsensianere, der tidligere har dyrket en fritidsaktivitet ud fra spørgsmålet 'Har du tidligere i dit liv dyrket en fritidsaktivitet?'. Andelen er beregnet ud fra dem, der svarede 'nej' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt en fritidsaktivitet?'. Fordelt på total, køn og alder (n=142).

Figur 23 illustrerer de ti mest udbredte fritidsaktiviteter, de ikke-aktive tidligere har dyrket. Her rangerer fodbold, styrketræning og svømning som de mest udbredte aktiviteter.

Figur 23: De mest udbredte fritidsaktiviteter, ikke-aktive tidligere har dyrket (pct.)



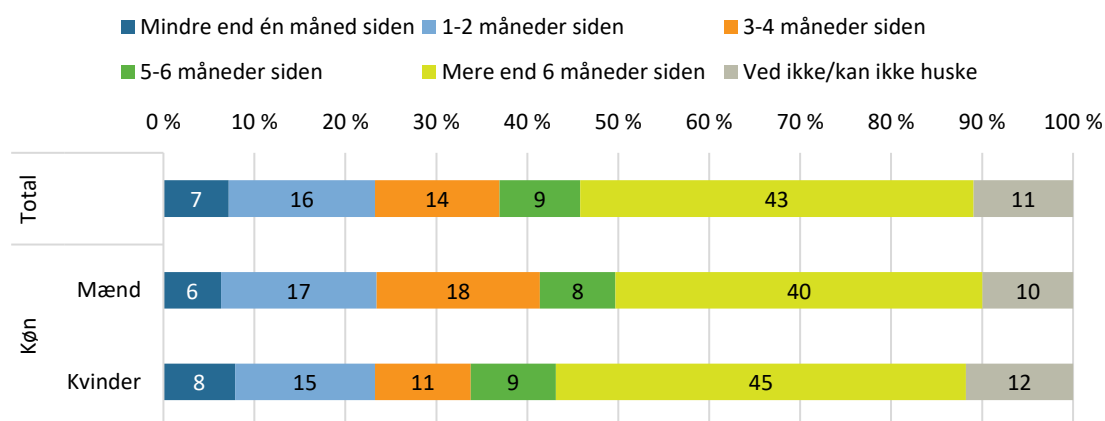
Figuren viser de ti mest udbredte fritidsaktiviteter, som de ikke-aktive har dyrket tidligere i deres liv. Andelen er baseret på dem, der svarede 'ja' til spørgsmålet 'Har du tidligere i dit liv dyrket en fritidsaktivitet?' (n=83).

Voksne, der 'ikke for tiden' dyrker en fritidsaktivitet

Endelig er de voksne horsensianere, der svarede 'ikke for tiden' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt en fritidsaktivitet?', spurgt ind til, hvor lang tid det er siden, de stoppede med deres aktivitet.

To ud af fem svarer, at det er mere end seks måneder siden (se figur 24), og det indikerer, at inaktiviteten ikke kun er kortsigtet.

Figur 24: Tid siden aktivitetsstop blandt dem, der 'ikke for tiden' dyrker en fritidsaktivitet (pct.)



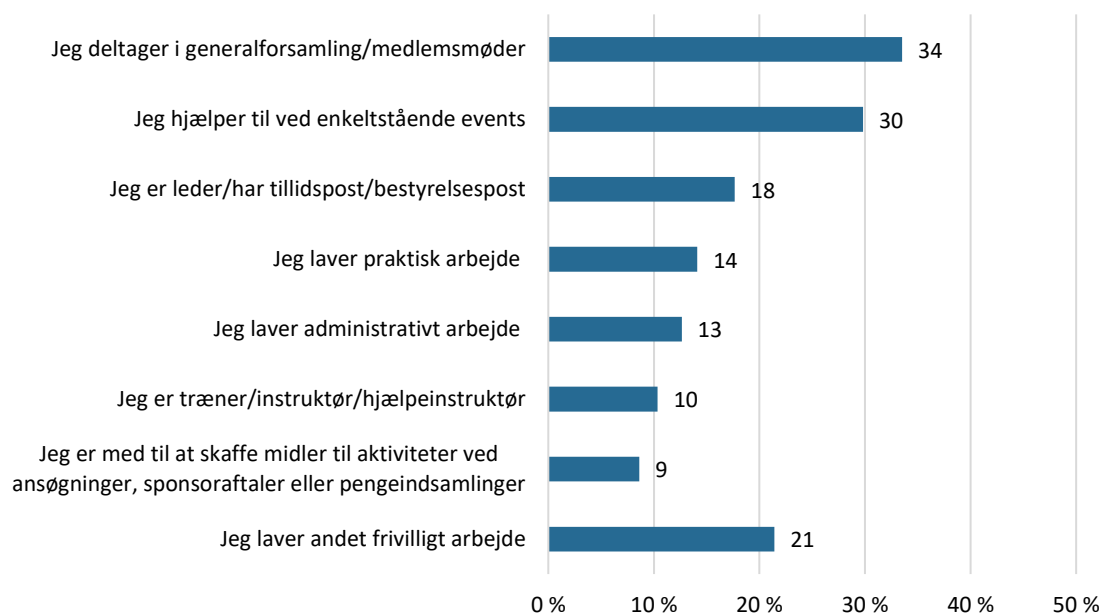
Figuren viser svarfordelingen på spørgsmålet 'Hvor længe er det siden, at du sidst regelmæssigt har dyrket en fritidsaktivitet?'. Andelen er baseret på dem, der svarede 'ja, men ikke for tiden' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt en fritidsaktivitet?' (n=236).

Frivillighed

Frivillighed var også et emne i undersøgelsen fra 2017, men i 2024 blev horsensianere spurgt ind til flere former for frivilligt arbejde. Figur 25 viser fordelingen på horsensianernes tilbøjelighed til at udføre forskellige former for frivilligt arbejde på tværs af alle respondenter, mens tabel 9 opdeler frivilligt arbejde på køn og alder. Det frivillige arbejde kan både foregå i en forening eller en anden sammenhæng.

Figuren viser, at ca. hver tredje horsensianer deltager i generalforsamling og hjælper til ved enkeltstående events, mens hver femte er leder/har tillidspost eller en bestyrelsespost. Sammenlignet med 2017 er det ikke flere, der udfører disse former for frivilligt arbejde i en forening³⁵. Overordnet set udfører hver anden horsensianer mindst én af de former for frivilligt arbejde, der indgår i figuren (ikke vist her).

Figur 25: Horsensianernes former for frivilligt arbejde (pct.)



Figuren viser horsensianernes former for frivilligt arbejde ud fra spørgsmålet 'Udfører du én eller flere af nedenstående former for frivilligt arbejde?'. Andelen er baseret på dem, der enten har udført frivilligt arbejde i en forening eller en anden sammenhæng (n=1.977).

Det er især horsensianere ældre end 29 år, der deltager i generalforsamlinger/medlemsmøder, og som er ledere/har en tillids- eller bestyrelsespost (se tabel 9). Omvendt er den primære frivillige arbejdsopgave blandt de 16-29-årige er at hjælpe til ved enkeltstående events, som er tilfældet for en ud af fire.

³⁵ I 2017 blev der udelukkede spurgt ind til frivilligt arbejde i en forening

Tabel 9: Horsensianernes former for frivilligt arbejde på tværs af køn og alder (pct.)

	Køn		Alder						
	Mænd	Kvin- der	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70 år+
Jeg deltager i general- forsamling/medlems- møder	37	31	9	13	25	39	39	44	52
Jeg hjælper til ved enkeltstående events	33	27	20	19	24	45	35	32	28
Jeg er leder/har tillids- post/bestyrelsespost	21	15	10	4	15	23	25	21	21
Jeg laver praktisk arbejde	15	14	8	11	11	14	17	17	17
Jeg laver administrativt arbejde	15	10	4	7	10	15	16	16	15
Jeg er træner/instruk- tør/hjælpeinstruktør	13	8	14	11	10	15	11	7	7
Jeg er med til at skaffe midler til aktiviteter ved ansøgninger, sponsoraf- taler eller pengeind- samlinger	11	7	4	3	5	14	10	11	11
Jeg laver andet frivilligt arbejde	21	21	11	17	15	24	23	26	28

Tabellen viser horsensianernes former for frivilligt arbejde ud fra spørgsmålet 'Udfører du én eller flere af nedenstående former for frivilligt arbejde?'. Andelen er baseret på dem, der enten har udført frivilligt arbejde i en forening eller en anden sammenhæng (n=1.977). Fordelt på køn og alder

Motionstilbud

Rapportens sidste afsnit undersøger, hvor mange horsensianere der anvender forskellige former for fitnessstilbud, og hvor mange der tilbydes motion på arbejdspladsen eller uddannelsesinstitutionen.

Indledningsvist ses det i tabel 10, at godt en ud af fire horsensianere er kunde/medlem af et kommercielt fitnesscenter (27 pct.), og at tendensen er nogenlunde ens på tværs af køn og alder. En del færre er kunder/medlemmer af et foreningsdrevet fitnesscenter (8 pct.) og anden kommerciel udbyder uden for et center eller en forening (6 pct.).

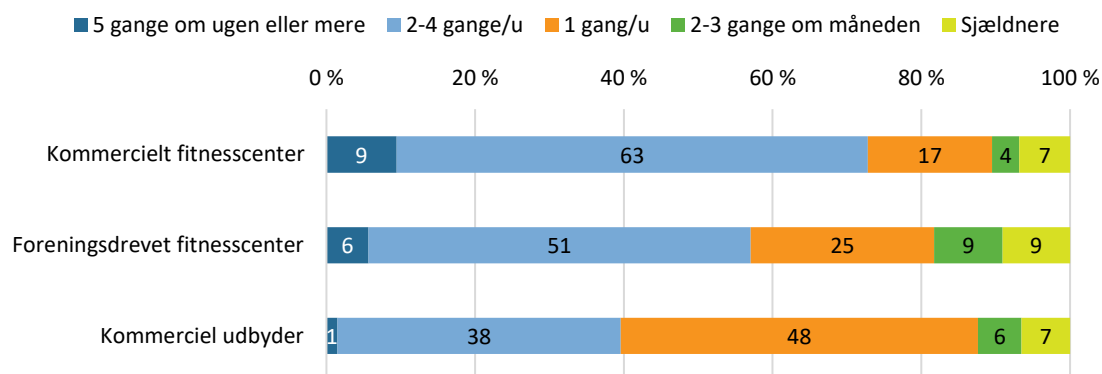
Tabel 10: Betalende kunde/medlemskab i forskellige typer af fitnesscentre (pct.)

	Total	Køn		Alder						
		Mænd	Kvinder	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70 år+
Et kommercielt fitnesscenter	27	27	26	26	31	27	28	25	25	22
Et foreningsdrevet fitnesscenter	8	6	10	9	8	8	8	5	8	9
En kommerciel udbyder uden for et center/en forening	6	5	6	7	6	4	5	8	5	5
Ingen af ovenstående	62	64	61	61	60	61	61	64	64	66

Tabellen viser andelen af voksne horsensianere, der er betalende kunde/medlem af forskellige former for fitnesscentre ud fra spørgsmålet 'Er du betalende kunde/medlem hos nogle af følgende typer af fitnesscentre/udbydere af idræt?' (n=1.977)

En stor del af kunderne af et kommercielt fitnesscenter bruger det forholdsvist ofte. I figur 26 ses det, at to ud af tre bruger det to-fire gange ugentligt, mens kun 11 pct. bruger det månedligt eller sjældnere.

Figur 26: Hyppighed i brugen af forskellige fitnessstilbud (pct.)

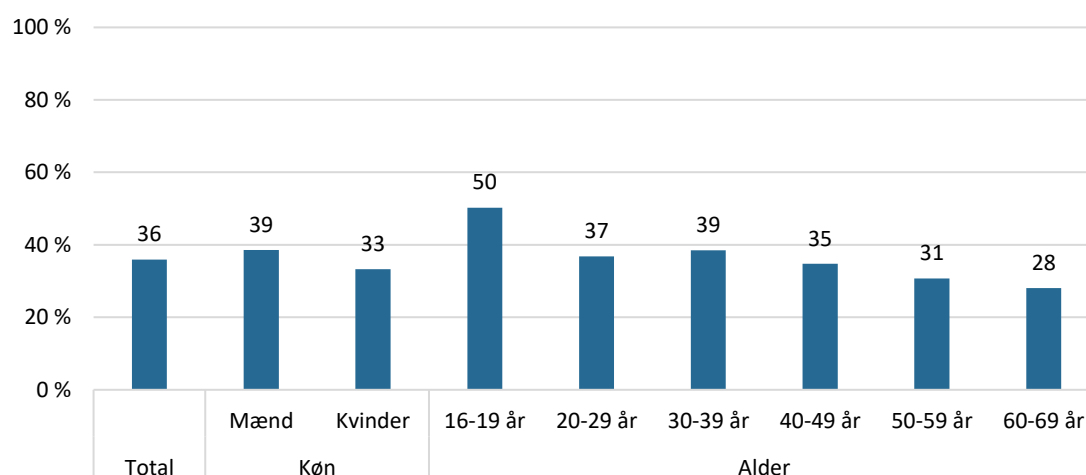


Figuren viser, hvor ofte forskellige fitnessstilbud anvendes, ud fra spørgsmålet 'Hvor ofte bruger du tilbuddet?'. Andelen er baseret på dem, der har anvendt det pågældende tilbud.

Til sammenligning er der færre medlemmer af foreningsdrevne fitnesscentre og kunder af kommercielle udbydere uden for et center eller en forening, der bruger tilbuddet to-fire gange ugentligt – det er tilfældet for hhv. 51 pct. og 38 pct.

Det følgende gennemgår tendenserne for horsensianernes motionstilbud på arbejdspladsen eller uddannelsesinstitutionen. Tallene er kun udregnet blandt dem, der som hovedbeskæftigelse har angivet, at de har et lønarbejde (funktionær, faglært, ufaglært) eller er under uddannelse. Dermed er selvstændige, medarbejdende ægtefæller, hjemmearbejdende, ledige og folk på orlov samt pensionister frasorteret.

Figur 27: Andel, der tilbydes motion på arbejdspladsen/uddannelsesinstitutionen (pct.)

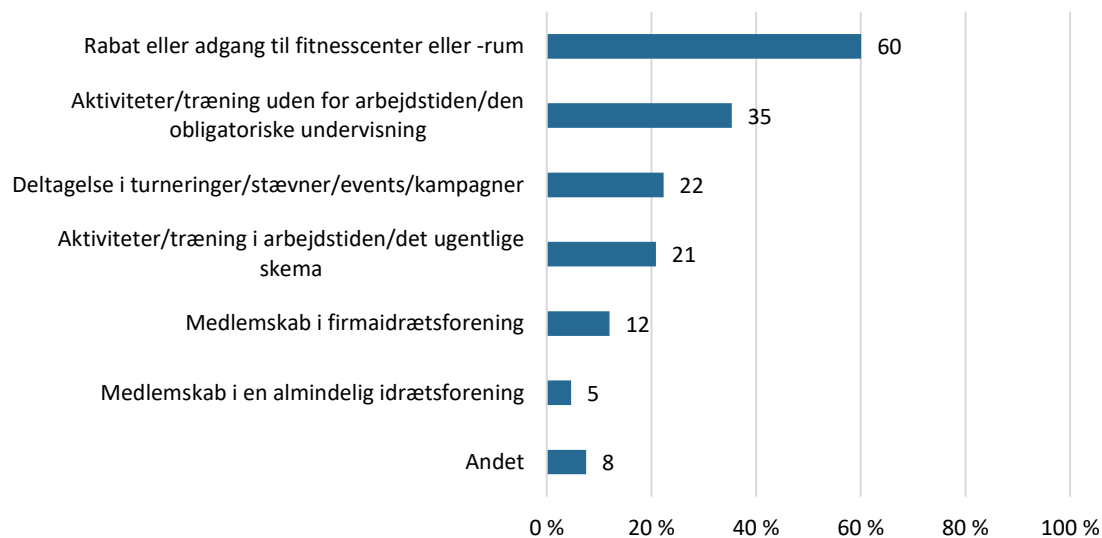


Figuren viser andelen af horsensianere, der tilbydes motion på arbejdspladsen/uddannelsesinstitutionen ud fra spørgsmålet 'Tilbyder din arbejdsplads/uddannelsesinstitution dig motion?'. Andelen er udregnet blandt dem, der som hovedbeskæftigelse har angivet, at de har et lønarbejde (funktionær, faglært, ufaglært) eller er under uddannelse (n=952).

Figur 27 viser, at 36 pct. tilbydes en form for motion, og tendensen er en anelse mere fremtrædende blandt mænd (39 pct. mod 33 pct. blandt kvinder) og de 16-19-årige (50 pct.). Den

højere andel blandt de yngste skal ses i lyset af, at mange via deres ungdomsuddannelse har obligatorisk idræt.

Figur 28: Former for motionstilbud på arbejdspladsen/uddannelsesinstitutionen



Figuren viser, hvilke former for motionstilbud arbejdspladsen eller uddannelsesinstitutionen tilbyder ud fra spørgsmålet 'Hvilke former for motion tilbyder din arbejdsplads/uddannelsesinstitution?'. Andelen er baseret på dem, der får tilbudt motion på arbejdspladsen/uddannelsesinstitutionen (n=375)

Når man kigger på, hvilke former for motion der tilbydes, er det især rabatter eller adgang til fitnesscentre (60 pct.), men hver tredje tilbydes også aktiviteter eller træning uden for arbejdstiden/undervisningen (se figur 28).

Metode

Dataindsamlingen for voksenundersøgelsen er foretaget i perioden fra 15. januar til 18. februar 2024, hvor et repræsentativt udsnit af borgere i alderen 16-95 år bosat i Horsens Kommune fik tilsendt et online spørgeskema via Digital Post. I løbet af indsamlingsperioden blev borgerne rykket for at svare af to omgange, 29. januar og 8. februar.

I alt 10.145 voksne borgere fik tilsendt spørgeskemaet, hvoraf 1.977 har gennemført hele spørgeskemaet. Det giver en svarrate på 19,8 pct. for undersøgelsen. Svarprocenten er lav, men spørgeskemaer af denne karakter er notorisk svære at rekruttere til, og det er blevet endnu sværere over tid. En højere svarprocent vil typisk kræve en mere omfattende rekrutteringsproces med f.eks. telefoniske rykkere og større og målrettet præmiering.

Alle rapportens tal er vægtet på køn og alder, som også var tilfældet i undersøgelsen 'Horsensianernes fritids-, motions- og sportsvaner 2017'. Vægtningen er foretaget dels for at imødekomme skævheder mellem datasættet og hele populationen i Horsens Kommune og dels for at forbedre sammenligningsgrundlaget med den tidligere undersøgelse.

Tabel 11: Forskel mellem sample og population på tværs af køn og alder

	Køn		Alder						
	Mænd	Kvinder	16-19 år	20-29 år	30-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70 år +
Population ³⁶	50	50	6	15	17	16	16	13	17
Sample	46	54	3	6	11	14	19	23	24
Difference	-4	4	-3	-9	-6	-2	3	10	6

Tabellen viser fordelingen af og den horsensianske befolkning i aldersgruppen 16-95 år og den tilsvarende fordeling i datasættet

Som det fremgår af tabel 11, er der lidt færre mænd og lidt flere kvinder i datasættet, end der reelt er i Horsens Kommune. Derudover er der færre i alderen 16-29 år, og flere i alderen 60-69 år og 70 år+. Vægtningen betyder således, at de underrepræsenterede grupper fylder mere, mens de overrepræsenterede grupper fylder mindre i alle udregninger.

³⁶ Befolkningstallet er hentet fra Danmarks Statistik (2024, 1. kvartal)

