

# DANSKERNES MOTIONS- OG SPORTSVANER UNDER GENÅBNINGEN

**Notat: Idrætsdeltagelsen er stadig påvirket af coronakrisen**

## Baggrund

Da coronapandemien ramte Danmark, blev store dele af idrætslivet lukket ned og mulighederne for at mødes og dyrke sport og motion stærkt begrænset. Det havde store konsekvenser for danskernes idrætsdeltagelse.

I april 2020 undersøgte Idrættens Analyseinstitut danskernes motions- og sportsvaner under nedlukningen og fandt, at hele 38 pct. af dem, der dyrkede sport og motion før nedlukningen, ikke længere gjorde det. Undersøgelsen viste dog også, at 10 pct. af de ikke-idrætsaktive var begyndt at dyrke sport og motion under nedlukningen.

Efter den gradvise genåbning af idrætsfaciliteter og -aktiviteter har Idrættens Analyseinstitut lavet en ny undersøgelse, som ser nærmere på, i hvilket omfang danskerne er vendt tilbage til deres idrætsaktiviteter under genåbningen.

Denne nye undersøgelse følges op i september, hvor deltagerne igen vil blive spurgt til deres deltagelse i motions- og sportsaktiviteter. De to undersøgelser vil tilsammen kunne give et godt indblik i danskernes tilbagevenden til idrætslivet.

Undersøgelsen af danskernes motions- og sportsvaner under genåbningen er støttet af TrykFonden.

## Kontakt

Helene Kirkegaard, senioranalytiker, Idrættens Analyseinstitut

Mobil: +45 2310 7573

E-mail: [helene.kirkegaard@idan.dk](mailto:helene.kirkegaard@idan.dk)

## Datagrundlag og metode

Dataindsamlingen er gennemført af Epinion på vegne af Idrættens Analyseinstitut som en websurvey blandt 1.400 deltagere (18+ år) i panelet Nordstat.

Spørgeskemaet blev besvaret i perioden 24. til 30. juni 2020, som er to til tre uger efter, at der blev åbnet for det indendørs idrætsliv. På det tidspunkt havde en række udendørsaktiviteter også været genåbnet i en længere periode. Alle steder foregår idrætslivet dog fortsat med regler og retningslinjer for at mindske smittespredningen.

Procentfordelingerne fra spørgeskemaundersøgelsen er vægtet på køn, alder, region og uddannelse for at tage højde for skævheder i repræsentativiteten. Herved sikrer vi, at stikprøven afspejler populationen bedst muligt.

Stikprøven i denne undersøgelse er en anden end i den undersøgelse, som Idrættens Analyseinstitut lavede i april 2020 om idrætsdeltagelsen under coronanedlukningen. Stikprøven i den undersøgelse inkluderede 1.022 deltagere (+18 år).

Resultaterne kan derfor variere på tværs af de to undersøgelser alene på grund af variation i stikprøverne. Den første undersøgelse blev gennemført i slutningen af april, fem uger efter Danmark blev lukket ned, og nærværende undersøgelse i slutningen af juni. Det er derfor sandsynligt, at deltagerne vil huske forskelligt, når de tænker tilbage på deres deltagelse i sport og motion før nedlukningen.

## Hovedresultater

- **Danskerne er fortsat mindre idrætsaktive end før nedlukningen:** 23 pct. af dem, der var idrætsaktive før nedlukningen, er ikke aktive nu.
- **Lav deltagelse i aktiviteter, som har været lukket ned:** Aktiviteter som boldspil, fitness, gymnastik og svømning er langt fra niveauet før nedlukningen.
- **Deltagelse i forening og privat regi er fortsat ikke på niveau med før nedlukningen:** Andelen af danskere, der er aktive i foreninger eller privat regi, er næsten 40 pct. lavere nu end før nedlukningen.
- **Nedlukkede aktiviteter og sommeren afholder mange fra at vende tilbage til idrætten:** 32 pct. angiver, at deres aktivitet fortsat er lukket ned, og 24 pct. at aktiviteten er lukket ned for sommeren.
- **Frygt for smitte og manglende overskud afholder også mange fra at vende tilbage til idrætten:** 24 pct. er bange for at blive smittet eller smitte andre, og 22 pct. har ikke overskud.
- **Nye idrætsaktive under genåbningen:** 11 pct. af dem, der ikke var idrætsaktive før nedlukningen, er aktive nu.
- **Nye aktive ønsker bedre helbred:** 67 pct. af de nye aktive angiver, at de er begyndt at dyrke sport og motion, fordi de ønsker at forbedre helbredet.
- **Danskerne forventer øget idrætsdeltagelse efter sommerferien:** 35 pct. forventer at dyrke mere sport og motion efter sommerferien, og blandt dem, der ikke er aktive nu, men var det før nedlukningen, er det hele 69 pct.

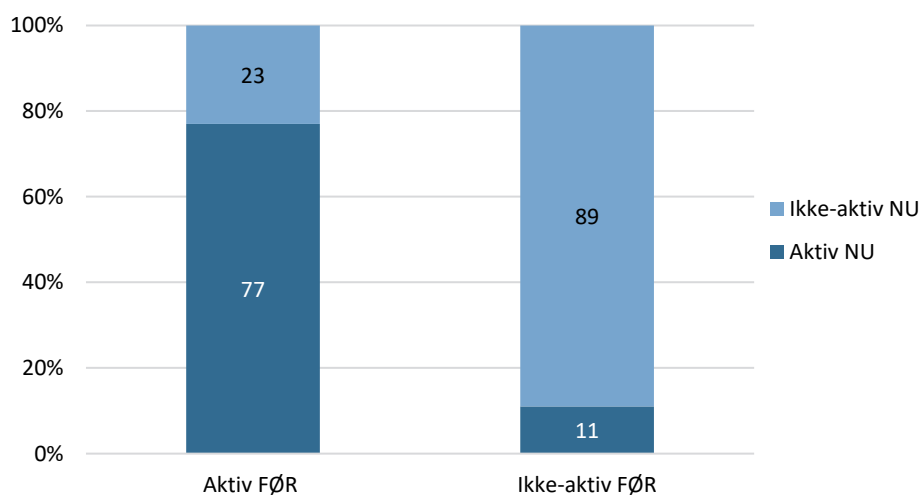
## Danskerne er fortsat mindre idrætsaktive end før nedlukningen

Blandt de voksne danskere, der angav, at de normalt dyrkede sport og motion før coronanedlukningen, er det tæt på hver fjerde (23 pct.), der angiver, at de ikke dyrker sport og motion nu. I Idrættens Analyseinstituts tidligere undersøgelse af danskernes motions- og sportsvaner under nedlukningen var der 38 pct. af dem, der normalt dyrkede sport og motion, som ikke gjorde det under nedlukningen. Det tyder altså på, at danskerne er på vej tilbage til en mere normal idrætsaktiv hverdag, men også at der er stadig et godt stykke vej til normalt tilstanden.

Denne undersøgelse viser også, at 11 pct. af de danskere, der ikke dyrkede sport og motion før nedlukningen, angiver, at de gør det under genåbningen. Dette tal ligger tæt på de 10 pct., som i den tidligere undersøgelse fra Idrættens Analyseinstitut angav, at de var begyndt at dyrke sport og motion under nedlukningen, selv om de ikke havde det gjort det før.

Samlet ser vi, at 54 pct. angiver, at de normalt dyrker sport og motion her under genåbningen, og 65 pct. angav, at de normalt dyrkede sport og motion før nedlukningen. Der er altså stadig 11 procentpoint op til niveauet før nedlukningen.

**Figur 1: Andelen der dyrker sport og motion nu under genåbningen (pct.)**



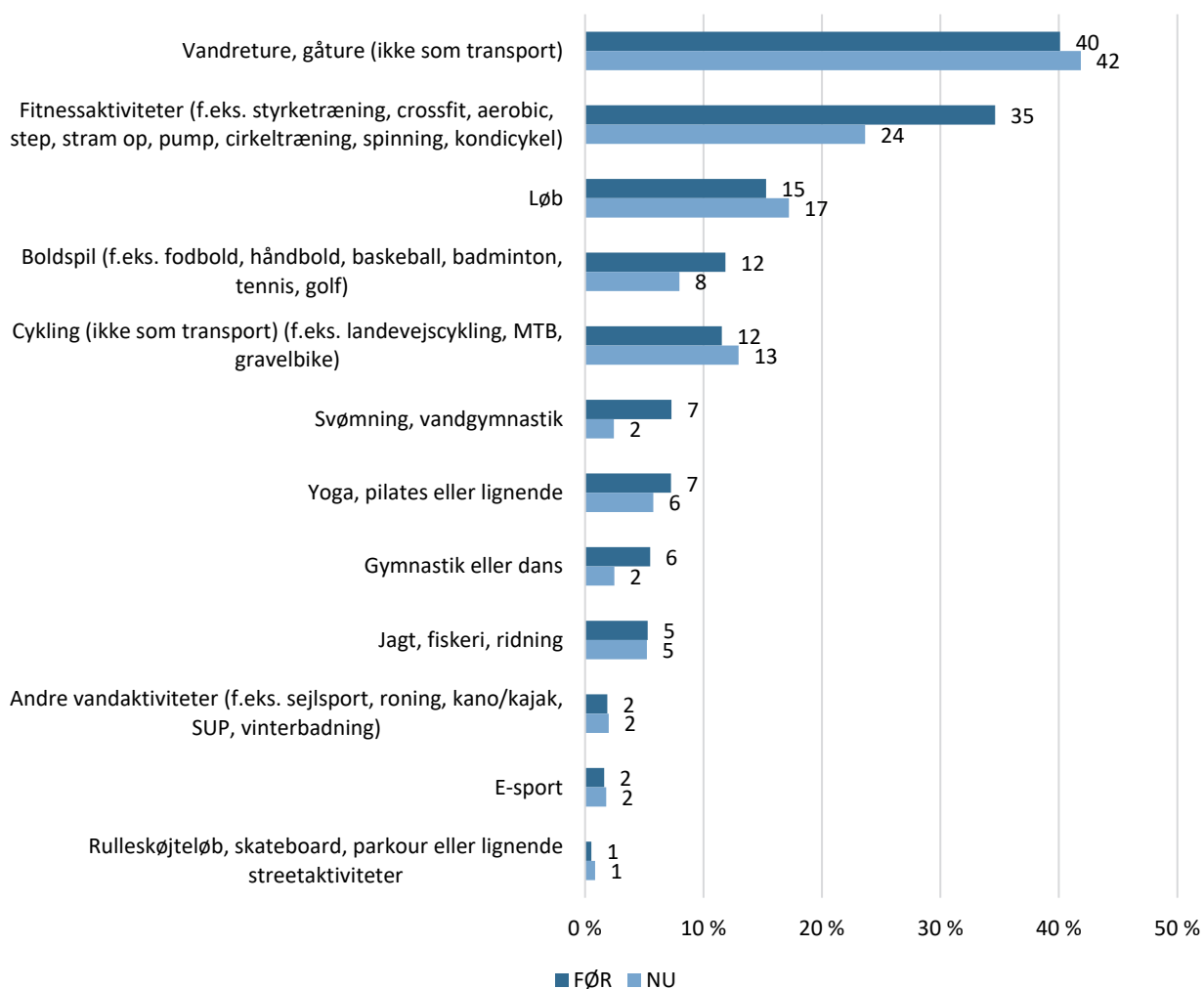
Figuren viser svarfordelingen (pct.) til spørgsmålet: 'Dyrkede du normalt sport og motion FØR coronanedlukningen, og dyrker du sport og motion NU?'. Søjlen til venstre viser idrætsdeltagelsen NU blandt de respondenter, som normalt dyrkede sport og motion før nedlukningen (n=953). Søjlen til højre viser idrætsdeltagelsen nu blandt de respondenter, som normalt ikke dyrkede sport og motion før nedlukningen (n=513).

Idrætsdeltagelsen er altså fortsat lavere end før nedlukningen, og blandt dem, der fortsat er aktive, ser det også ud til at aktivitetsniveauet er faldet. 25 pct. angiver, at de dyrker mindre sport og motion nu, end de gjorde før nedlukningen, 64 pct. angiver, at de dyrker på samme niveau, og 11 pct. angiver, at de dyrker mere.

## Lav deltagelse i aktiviteter, som har været lukket ned

Danskernes deltagelse i idrætsaktiviteter, der har været lukket ned under coronapandemien, er fortsat lav. Figur 2 viser, at vandre- og gåture, løb og cykling er på nogenlunde samme niveau som før nedlukningen. Til gengæld er danskernes deltagelse i aktiviteter, der først delvist er blevet åbnet op her til sommerferien, stadig ikke på samme niveau som før nedlukningen. Det gælder f.eks. fitnessaktiviteter, boldspil, gymnastik og svømning,

**Figur 2: Danskernes valg af sports- og motionsaktiviteter før nedlukningen og nu under genåbningen (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen (pct.) til spørgsmålet: 'Hvilke aktiviteter dyrkede du FØR coronanedlukningen, og hvilke aktiviteter dyrker du NU?' (n=1.466).

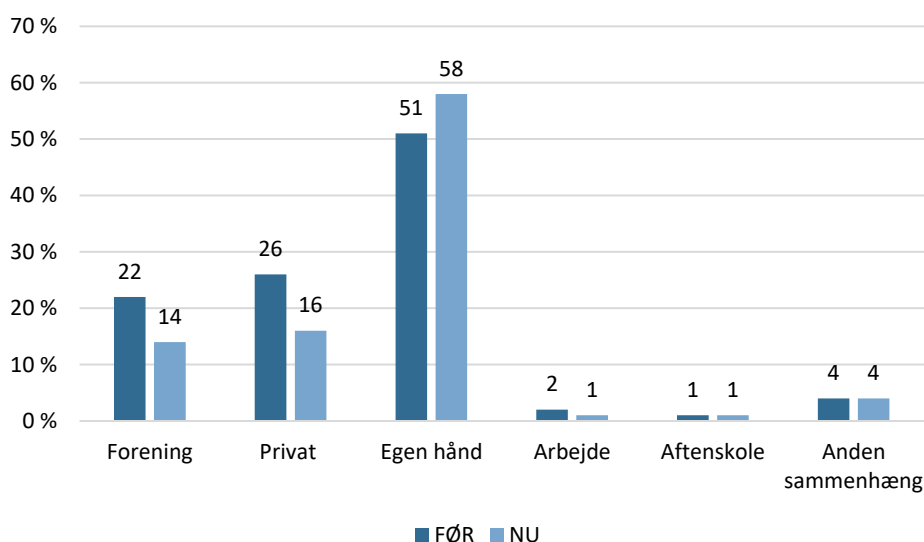
Undersøgelsens størrelse og design har ikke gjort det muligt at undersøge en meget detaljeret liste af forskellige motions- og sportsaktiviteter, og det kan derfor ikke udelukkes, at der er specifikke aktiviteter (f.eks. tennis og golf), som er tilbage på niveauet fra før nedlukningen eller ligefrem har oplevet en fremgang.

## Deltagelse i foreninger og privat regi er langsomt på vej op

Andelen af danskere, der dyrker sport og motion i forening eller i privat regi (f.eks. fitnesscenter, danseskole eller anden privat udbyder), er på vej op, men fortsat lavere her under genåbningen end før nedlukningen.

Figur 3 viser, at andelen, der angiver, at de dyrker sport og motion i forening under genåbningen, kun udgør omkring 60 pct. af dem, der angav, at de dyrkede sport og motion i forening før nedlukningen. Det samme gælder andelen, der dyrker sport og motion i privat regi. Langt størstedelen af danskerne angiver, at de dyrker deres aktiviteter på egen hånd, hvor andelen er steget fra 51 pct. før nedlukningen til 58 pct. under genåbningen.

**Figur 3: Organiseringsform før nedlukningen og nu under genåbningen (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen (pct.) til spørgsmålet: 'I hvilken sammenhæng dyrkede du dine aktiviteter FØR coronanedlukningen, og i hvilken sammenhæng gør du NU??' (n=1.415).

Tallene peger altså på, at danskerne er på vej tilbage til idrætslivet, men der er stadig et stykke vej før, de er helt tilbage i de aktiviteter, som udbydes af foreninger og private aktører.

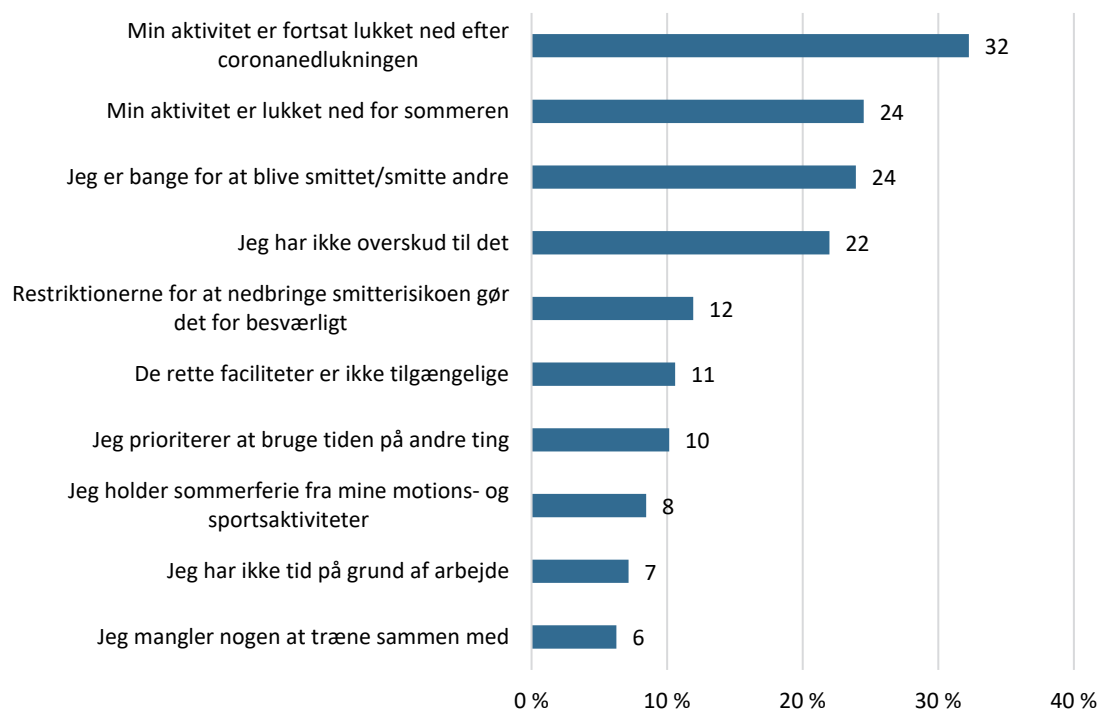
## Lukkede aktiviteter og frygt for smitte holder danskerne tilbage

Den hyppigste årsag til, at mange danskere stadig ikke er kommet i gang igen med at dyrke sport og motion er, at deres aktiviteter fortsat er lukket ned (34 pct.). Figur 4 viser også, at sommeren spiller ind og påvirker idrætsdeltagelsen. 24 pct. angiver, at deres aktivitet er lukket ned for sommeren, og 8 pct. at de holder sommerferie fra motions- og sportsaktiviteter.

Smittorisikoen har også betydning for danskernes tilbagevenden til en idrætsaktiv hverdag. Tæt på hver fjerde (24 pct.) angiver således, at de er bange for at blive smittet eller smitte andre, og 12 pct. angiver, at restriktionerne for at nedbringe smittorisikoen gør det for besværligt at dyrke sport og motion. Dette tal er langt højere end under nedlukningen, hvor kun 11 pct. angav, at de var stoppet med at dyrke sport og motion, fordi de var bange for at blive smittet.

Mange (22 pct.) angiver også, at de ikke har overskud til at dyrke sport og motion og derfor ikke er aktive nu. Kun 7 pct. angiver, at de mangler nogen at træne sammen med, som en årsag til, at de ikke dyrker sport og motion i øjeblikket.

**Figur 4: De 10 hyppigste årsager til at danskere, der dyrkede sport og motion før nedlukningen, ikke gør det nu under genåbningen (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen (pct.) til spørgsmålet: 'Hvad er årsagen til, at du ikke dyrker sport og motion NU? (Giv ét eller flere svar)' (n=220, de respondenter der angav, at de dyrkede sport og motion før nedlukning, men ikke nu under genåbningen).

Samlet tegner der sig et billede af, at coronapandemien fortsat påvirker danskernes idrætsdeltagelse med nedlukkede aktiviteter, restriktioner og smittefare. Også sommerperioden, manglede overskud eller prioritering af tid til anden side gør, at ikke alle idrætsaktive danskere har taget deres idrætsaktiviteter op igen på nuværende tidspunkt.

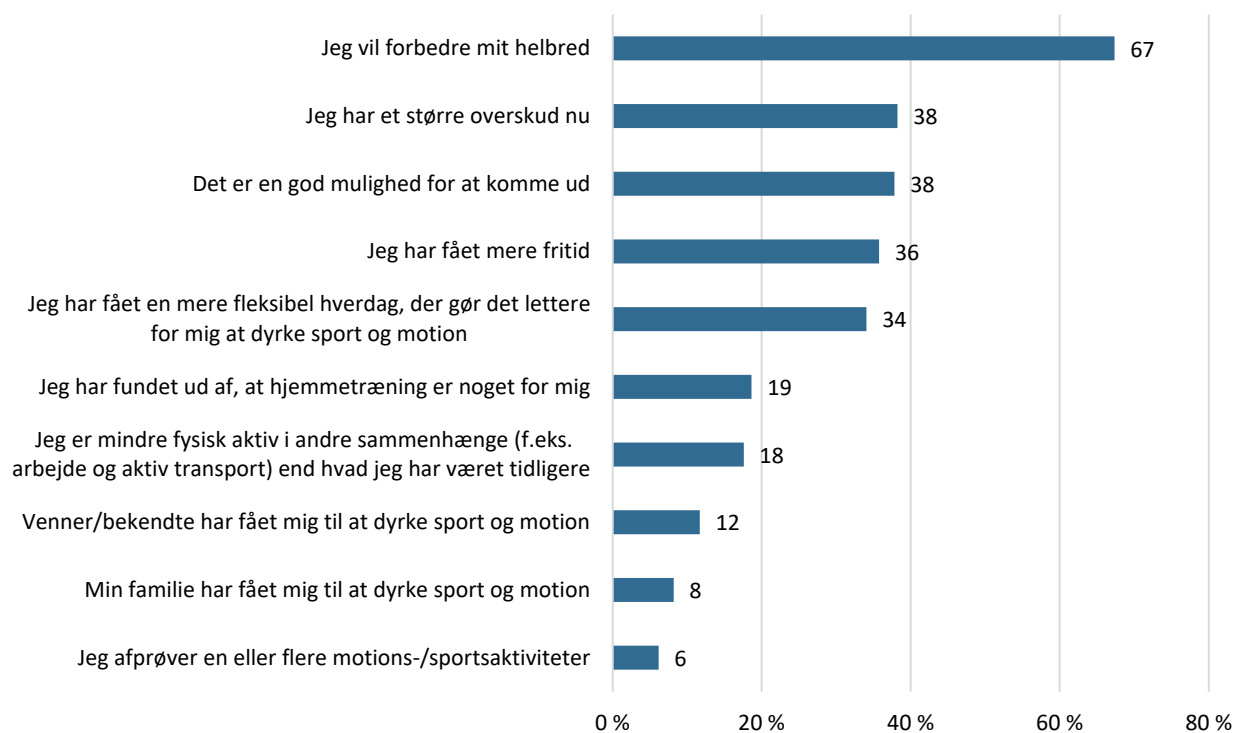
Undersøgelsens resultater peger i retning af, at det i højere grad er kvinderne, der ikke er kommet i gang igen. 29 pct. af de idrætsaktive kvinder før nedlukningen dyrker ikke sport og motion nu, hvor det kun er 17 pct. af de før idrætsaktive mænd, som stadig ikke er kommet i gang igen.

## Nye aktive ønsker bedre helbred

Undersøgelsen viser også, at 11 pct. af de danskere, der ikke dyrkede sport og motion før nedlukningen, gør det nu under genåbningen. Figur 5 viser, at 67 pct. af dem angiver, at de er begyndt at dyrke sport og motion nu, fordi de vil forbedre deres helbred. Andre årsager til at blive aktiv er større overskud (38 pct.) og en mere fleksibel hverdag (34 pct.).

At dyrke sport og motion er også en god mulighed for at komme ud, og 38 pct. angiver, at det er en af årsagerne til, at de er begyndt at være aktive. Derudover er der også en del (36 pct.), der angiver, at de har fået mere fritid og derfor er begyndt at dyrke sport og motion.

**Figur 5: De 10 hyppigste årsager til, at danskere, der ikke dyrkede sport og motion før nedlukningen, er begyndt at dyrke sport og motion nu under genåbningen**



Figuren viser svarfordelingen (pct.) til spørgsmålet: 'Hvad er årsagen til, at du er begyndt at dyrke sport og motion nu? (Giv ét eller flere svar)' (n=59, de respondenter der angav, at de ikke dyrkede sport og motion før nedlukningen, men gør det nu under genåbningen).



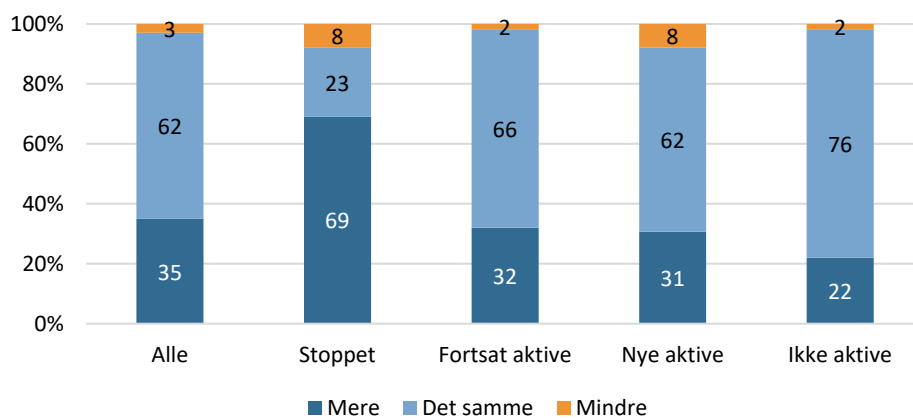
Analyserne peger på, at de nye aktive under genåbningen i højere grad er de yngre voksne. Hele 33 pct. af de 18 til 29-årige, der ikke var idrætsaktive før nedlukningen, dyrker nu sport og motion. Andelen af nye aktive er ligeledes højere blandt deltagere med højest en gymnasial uddannelse og blandt de deltagere, som er under uddannelse.

Derudover er det oftere kvinder, der er begyndt at dyrke sport og motion, og blandt dem, der er i beskæftigelse, er det i lidt højere grad dem, der arbejder hjemmefra, der er blevet aktive. Det stemmer overens med undersøgelsen, der blev lavet under coronanedlukningen.

## Danskerne forventer øget idrætsdeltagelse efter sommerferien

35 pct. af danskerne forventer at dyrke mere motion efter sommerferien, end de gør i øjeblikket. Figur 6 viser, at der er store forventninger til egen idrætsdeltagelse efter sommerferien, specielt blandt dem der er stoppet med sport og motion under nedlukningen. Her angiver hele 69 pct., at de forventer at dyrke mere sport og motion efter sommerferien, end de gør nu.

**Figur 6: Danskerne forventer at dyrke mere sport og motion efter sommerferien end nu under genåbningen**



Figuren viser svarfordelingen (pct.) til spørgsmålet: 'Forventer du at dyrke mere eller mindre sport og motion EFTER sommerferien end du gør NU?' Andelen præsenteres for alle respondenter (n=1.466) og separat for grupperne: stoppet (aktive før nedlukningen men ikke nu) (n=220), fortsat aktive (aktive før nedlukningen og nu) (n=733), nye aktive (ikke aktive før nedlukningen men nu) (n=59) og ikke aktive (ikke aktive før nedlukningen og nu) (n=454). Bemærk at svarkategorierne 'Meget mere' og 'Mere' er samlet til kategorien 'Mere', mens svarkategorierne 'Meget mindre' og 'Mindre' er samlet til svarkategorien 'Mindre'.

Tallene harmonerer med resultaterne fra den første undersøgelse under nedlukningen, hvor danskerne også var optimistiske, og flere (21 pct.) angav, at de ville dyrke mere sport og motion efter nedlukningen, end de gjorde før.

Det bliver interessant at følge deltageres idrætsdeltagelse i starten af september, når Idrættens Analyseinstitut gennemfører en opfølgende undersøgelse af idrætsdeltagelsen blandt deltagerne i nærværende undersøgelse.

## **Danskernes motions- og sportsvaner under genåbningen**

Notat: Idrætsdeltagelsen er stadig påvirket af coronakrisen

Af Helene Kirkegaard, Mette Eske og Steffen Rask

Udgivet: juli 2020

Idrættens Analyseinstitut

Frederiksgade 78B, 2. sal

DK-8000 Aarhus C

Notatet kan downloades gratis i vidensbanken på [www.idan.dk](http://www.idan.dk)

Gengivelse af dette notat er tilladt med tydelig kildehenvisning

Undersøgelsen er støttet af Tryg Fonden

**TrygFonden**