

MOTIONS- OG SPORTSVANER I AARHUS KOMMUNE

Danskernes motions- og sportsvaner 2020

Rapport / Februar 2022



Steffen Rask, Frederik Petersen
& Kristoffer Hansen



Idrættens
Analyseinstitut

MOTIONS- OG SPORTSVANER I AARHUS KOMMUNE

Titel

Motions- og sportsvaner i Aarhus Kommune

Forfatter

Steffen Rask, Frederik Petersen & Kristoffer Hansen

Rekvirent

Aarhus Kommune

Layout

Idrættens Analyseinstitut

Forsidefoto

The Good Brigade/Getty Images

Print

Dantryk A/S

Udgave

1. udgave, Aarhus, februar 2022

Pris

Rapporten kan downloades gratis på www.idan.dk

ISBN

978-87-93784-72-7 (pdf)

978-87-93784-75-8 (print)

Udgiver

Idrættens Analyseinstitut

Frederiksgade 78B, 2.

DK-8000 Aarhus C

T: +45 3266 1030

E: idan@idan.dk

W: www.idan.dk

Gengivelse af denne rapport er tilladt med tydelig kildehenvisning.

Indhold

Indledning.....	6
Datagrundlag.....	6
Baggrund om Aarhus Kommune	7
Coronakrisens betydning for resultaterne.....	9
Resume og hovedresultater	10
Børn og unges motions- og sportsvaner i Aarhus.....	14
Hvor mange børn og unge dyrker idræt i Aarhus?	14
Hvilke aktiviteter dyrker børn og unge i Aarhus?	16
Hvordan organiseres børnenes aktiviteter?	20
Brug af faciliteter.....	23
Voksnes idrætsdeltagelse i Aarhus	26
Hvilke sports- og motionsaktiviteter dyrker voksne aarhusianere?.....	30
Hvor organiseres de voksnes aktiviteter?.....	33
Hvilke faciliteter bruger voksne i Aarhus?	38
Litteratur	41
Bilag	42

Indledning

I slutningen af 2020 foretog Idrættens Analyseinstitut (Idan) den seneste landsdækkende undersøgelse af danskernes motions- og sportsvaner. Undersøgelsen 'Danskernes motions- og sportsvaner 2020' er en opfølgning på tidligere undersøgelser fra 2007, 2011 og 2016, der blandt andet giver et billede af, hvor mange danskere der dyrker sport og motion, hvilke aktiviteter de dyrker, og hvordan aktiviteterne bliver organiseret.

Den seneste udgave af undersøgelsen byder på en nyfortolkning af undersøgelsen, så det er muligt at dykke mere ned i de ændringer, der har været i danskernes motions- og sportsvaner over tid, hyppigheden af ændringer i danskernes motions- og sportsvaner, årstidernes betydning, betydningen af forskellige livsbegivenheder som jobskifte, skilsmisse mv.

De centrale spørgsmål, der bliver stillet i spørgeskemaundersøgelsen, giver stadig mulighed for at følge en udvikling over tid, som går tilbage til kulturvaneundersøgelser, der er blevet gennemført med jævne mellemrum i Danmark siden 1964.

I tillæg til den landsdækkende dataindsamling er der på foranledning af Aarhus Kommune blevet indsamlet ekstra data fra respondenter i Aarhus Kommune, så det også er muligt at lave analyser på kommuneniveau i Aarhus Kommune. På baggrund af disse data følger der i dette notat en analyse af aarhusianernes overordnede motions- og sportsvaner.

De aarhusianske borgeres motions- og sportsvaner er tidligere blevet undersøgt, senest i 2017, hvor Idan i notatet 'Idræt i storbyerne' kiggede nærmere på de voksnes motions- og sportsvaner i Aarhus og København på baggrund af ekstra udtræk fra Danskernes motions- og sportsvaner 2016. I 2010 foretog Idan desuden en kortlægning af idrætten i Aarhus, 'Idræt og motion – Hvor er Århus?' (Pilgaard & Toft, 2010), i forbindelse med byens ansøgning om at blive Europæisk Kulturhovedstad i 2017.

Resultaterne viste i 2017, at aarhusianerne 'overpræsterer' i forhold til de mest relevante baggrundsforhold som eksempelvis uddannelsesniveau, og at borgerne har en generelt højere idrætsdeltagelse, end befolkningens sammensætning umiddelbart ville skabe forventning om (Rask, 2017). Det er derfor relevant at undersøge, om denne 'Aarhus-effekt' for det første har overlevet coronakrisens indvirkning på idrætten og for det andet, om det også er en effekt, der kan spores hos kommunens børn og unge.

I de seneste undersøgelser har det dog ikke været muligt at undersøge idrætsvanerne blandt de yngste borgere, men denne gang er der ligeledes lavet et ekstra udtræk af respondenter i alderen 7-15 år, og det vil derfor være muligt at kigge nærmere på kommunens børn og unge og deres motions- og sportsvaner.

Datagrundlag

Analyserne i dette notat bygger på datagrundlaget fra 'Danskernes motions- og sportsvaner 2020' med tilføjelse af et ekstra antal respondenter fra Aarhus hos både børnene (7-15 år) og de voksne (16+ år).

I forbindelse med dataindsamlingen til 'Danskernes motions- og sportsvaner 2020', der blev sendt ud til 7.000 børn og 12.500 voksne danskere, blev der udsendt spørgeskemaer til yderligere 2.000 børn og 2.000 voksne i Aarhus Kommune. Formålet var at skabe et større datagrundlag for særskilt at kunne analysere idrætten i Aarhus Kommune. I alt har 1.023 børn og unge (7-15 år) og 1.063 voksne (16 år +) fra Aarhus Kommune deltaget i undersøgelsen.

Analyserne fra borgerne i Aarhus vil i dette notat blive sammenlignet med tallene på landsplan fra den oprindelige undersøgelse 'Danskernes motions- og sportsvaner 2020'.

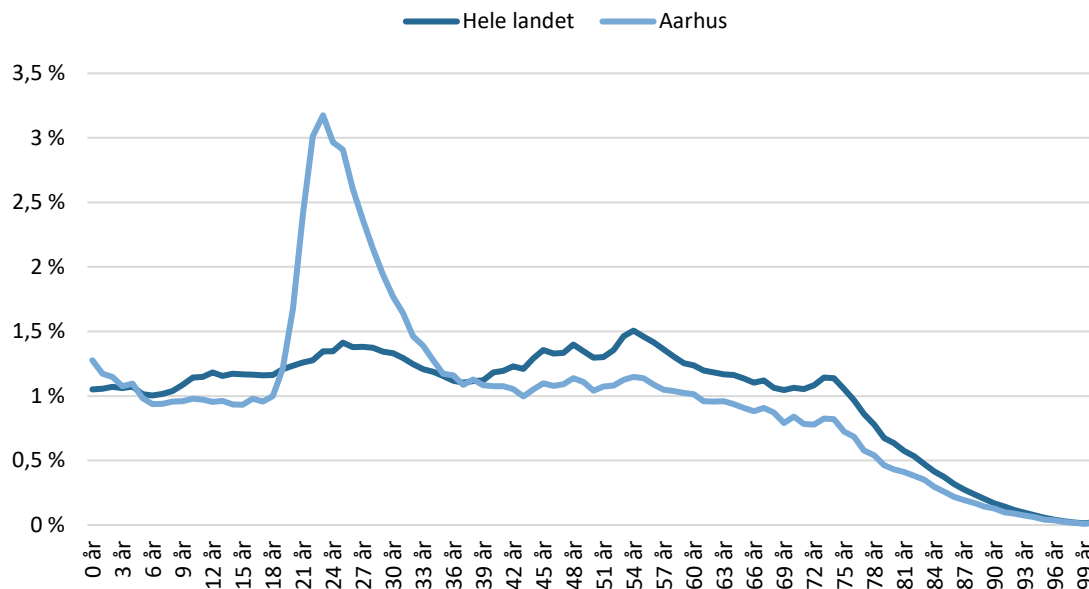
Begge datasæt er på grund af skævhed i repræsentativiteten af svarfordelingen vægtede, så de bedst muligt afspejler den faktiske befolkningssammensætning. Datasættet blandt børn er vægtet på køn og alder, og datasættet for voksne er vægtet på køn, alder og uddannelse.

Baggrund om Aarhus Kommune

Aarhus er en kommune i hastig vækst, der bærer præg af at være en storby med højt uddannelsesniveau og en stor andel af unge borgere. Det har naturligt også indflydelse på idrætten i kommunen og de aktiviteter, faciliteter og muligheder for at dyrke idræt, der er tilgængelige.

Figur 1 viser, at andelen af borgere i alderen 20-35 år samt små børn under 5 år er overrepræsenteret i forhold til landsgennemsnittet, mens kommunen til gengæld har relativt færre børn, unge og ældre borgere.

Figur 1: Flere små børn og unge i alderen 20-35 år i Aarhus Kommune end gennemsnittet (pct.)

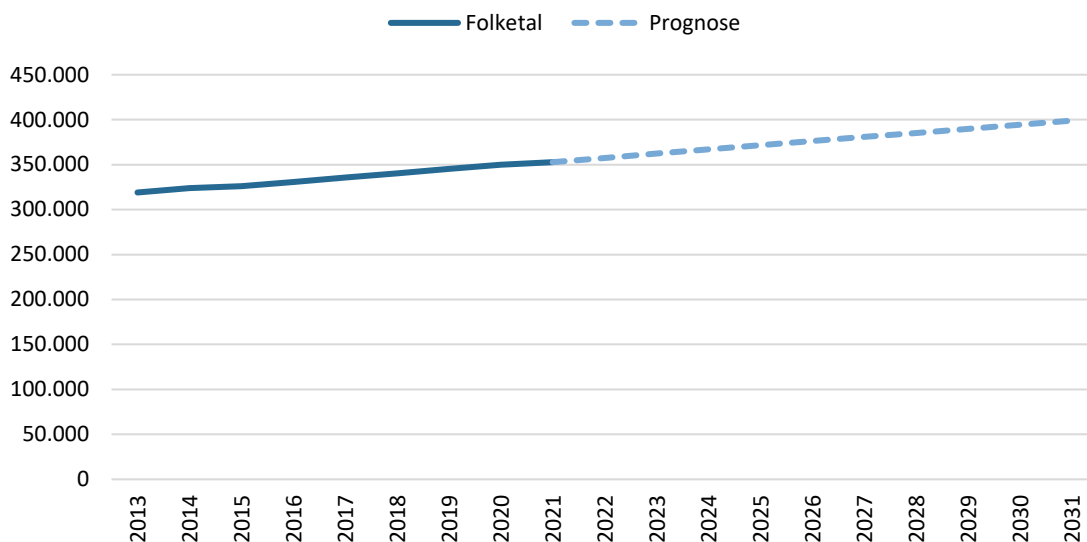


Figuren viser den relative aldersfordeling af borgere i Aarhus Kommune og på landsplan. Kilde: Danmarks Statistik.

Samtidig har kommunen de seneste år oplevet en stor og stabil befolkningstilvækst, der ifølge kommunens egen befolkningsprognose ikke ser ud til at aftage i de kommende 10 år.

Det forventes, at antallet af borgere i Aarhus vil stige fra 352.739 i 2021 med 46.199 borgere frem mod 2031. Det svarer til en befolkningstilvækst på 13 pct. over 10 år.

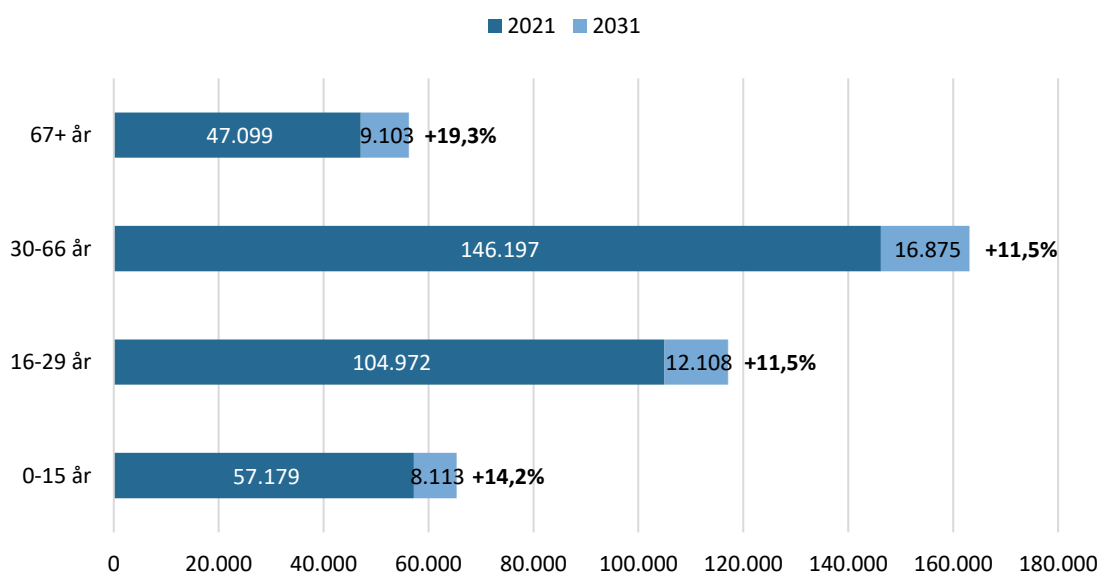
Figur 2: Der forventes fortsat stigende folketal de kommende år



Figuren viser folketal for årene 2013-2021 og befolkningsprognose for årene 2021-2031. Kilde: Aarhus i tal.

Fordelingen af denne tilvækst er også relevant set med idrætsbriller, og figur 3 viser, at mens der totalt sker den største tilvækst i voksenbefolkningen mellem 30-66 år, så sker den relativt største tilvækst blandt de yngste børn og unge under 16 år (med en tilvækst på 14,2 pct. frem mod 2031) og blandt de ældste borgere over 67 år (tilvækst på 19,3 pct. frem mod 2031).

Figur 3: Befolkningstilvæksten er relativt størst blandt de yngste og ældste borgere



Figuren viser folketal for årene 2013-2021 og befolkningsprognose for årene 2021-2031. Kilde: Aarhus i tal.

En stor befolkningstilvækst sætter naturligt et øget pres på idrætsfaciliteter og områder til bevægelse. I den seneste udgave af Idans facilitetsindeks, der på baggrund af data fra Facilitetsdatabasen rangerer landets kommuner i forhold til antallet af borgere pr. idrætsfacilitet, ligger Aarhus Kommune på en 91. plads blandt landets 98 kommuner (Facilitetsdatabasen.dk)¹.

Udover befolkningens tilvækst, så har befolkningens sammensætning også betydning for idrætten i kommunen. De nationale undersøgelser af danskernes motions- og sportsvaner viser en positiv sammenhæng mellem borgernes uddannelsesniveau og deres deltagelse i sport og motion (Pilgaard & Rask, 2016; Rask & Eske, 2020), og borgerne i Aarhus Kommune har et af de højeste uddannelsesniveauer i Danmark. 50,7 pct. af kommunens borgere har en videregående uddannelse, hvilket placerer dem som nummer otte på listen af landets kommuner. Der er således en umiddelbar forventning om en relativt høj idrætsdeltagelse i kommunen.

Coronakrisens betydning for resultaterne

Analyserne i dette notat fokuserer på de overordnede tendenser i aarhusianernes motions- og sportsvaner blandt børn og unge mellem 7 og 15 år samt voksne borgere over 16 år. Resultaterne viser, at den overordnede idrætsdeltagelse ligger en smule højere end gennemsnittet på landsplan, men viser også, at nogle af de tendenser, der var særlige for idrætten i Aarhus Kommune i 2016, er mindre tydelige i 2020.

En af årsagerne til den overordnede tilbagegang i idrætsdeltagelsen er den store effekt, som coronakrisen har haft på idrætten, der i store dele af 2020 har været underlagt restriktioner og forsamlingsforbud. Idan har siden april 2020 løbende fulgt udviklingen i de voksne danskers deltagelse i sport og motion. Undersøgelserne viste, at hvor godt hver tredje idrætsaktive var stoppet med at dyrke sport og motion i nedlukningens første måned, så var deltagelsen i september 2020 næsten tilbage på niveauet før nedlukningen (Kirkegaard, Eske & Rask, 2020a).

Et af de interessante fund i disse corona-undersøgelser var, at selvom den samlede deltagelse i september 2020 var på vej tilbage mod niveauet fra før coronakrisen, så viste de underliggende data en række forskydninger. Eksempelvis var 20 pct. af dem, der plejede at være idrætsaktive før coronakrisen, endnu ikke begyndt at dyrke sport og motion igen i september. Omvendt var 25 pct. af dem, der ikke var idrætsaktive før krisen, begyndt at deltage i sport og motion under krisen.

Dataindsamlingen til denne undersøgelse er foretaget mellem ultimo oktober og medio december 2020, og det må derfor forventes, at resultaterne fra undersøgelsen i en vis udstrækning bærer præg af coronakrisens effekter på idrætten i Aarhus Kommune.

¹ Indekset rangerer kommunerne i forhold til antallet af borgere pr. facilitet inden for de fem mest almindelige facilitetstyper: idrætshaller, idrætslokaler (under 300 m²), svømmehaller, fitnesscentre og fodboldbaner.

Resume og hovedresultater

I dette afsnit opsummeres notatets hovedresultater og overordnede pointer. Desuden er der en kort diskussion af de mest markante forskelle fra 2016 til 2020 samt forskellene mellem Aarhus og resten af landet.

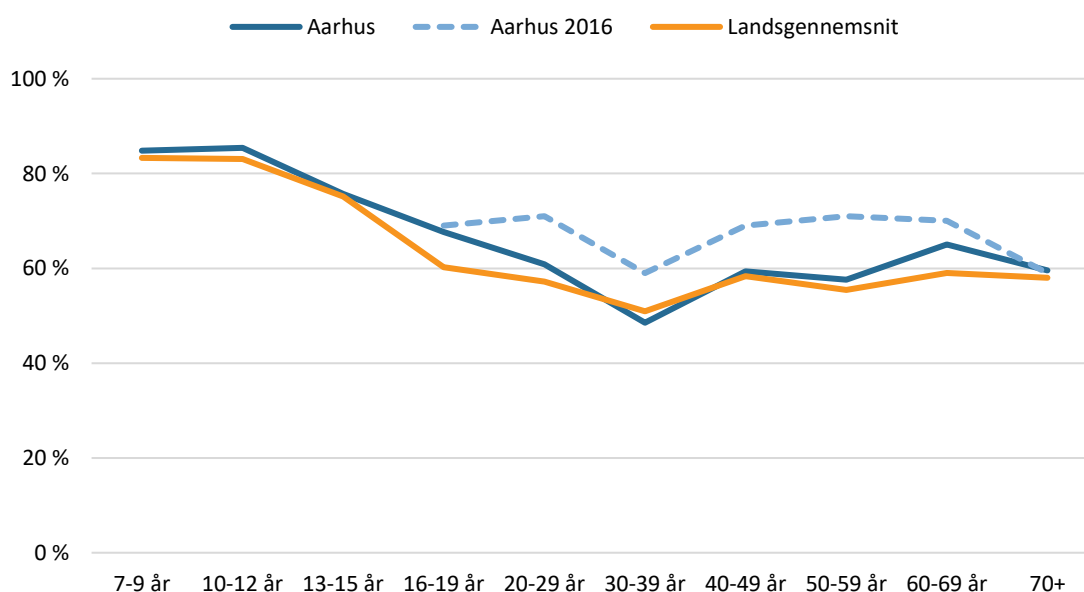
'Aarhus-effekten' slår ikke længere igennem?

Mens idrætsdeltagelsen for aarhusianerne i 2016 var markant højere end resten af landet, viser resultaterne i 2020 for både børn i alderen 7-15 år og voksne fra 16 år, at idrætsdeltagelsen blandt borgerne i Aarhus Kommune i 2020 ligger nogenlunde på niveau med resten af landet. Aarhusianerne ligger overordnet set et par procentpoint højere, men i forhold til den stærke position, som resultaterne fra 2016 (blandt de voksne) pegede på, så ser det ud til, at den ikke længere slår så tydeligt igennem.

Resultaterne fra 2016 viste, at aarhusianernes høje idrætsdeltagelse gjorde sig gældende på tværs af uddannelsesniveau og kunne dermed ikke blot forklares med aarhusianernes relativt høje uddannelsesniveau, der ellers normalt har betydning for borgernes overordnede deltagelse i idræt. Men den såkaldte Aarhus-effekt, der altså ikke kun kan forklares ud fra de kendte baggrundsforhold, ser ud til at være forsvundet i 2020.

Nedgangen siden 2016 er sket for næsten alle de voksne aldersgrupper og ligger nu generelt på niveau med landsgennemsnittet. Det er som sagt ikke muligt at sammenligne børnenes deltagelse med niveauet i 2016, men også blandt børnene følger idrætsdeltagelsen tendenserne på landsplan.

Figur A: Aarhus' stærke position er forsvundet siden 2016 (pct.)



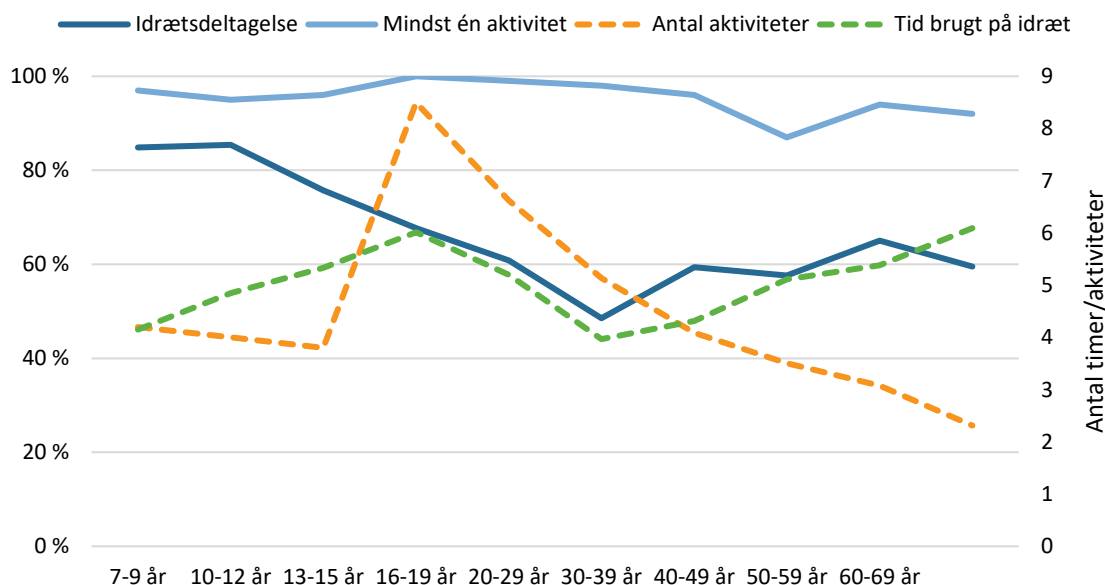
Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?' i Aarhus i 2020, i 2016 og på landsplan fordelt på aldersgrupper.

På trods af at den stærke position fra 2016 ser ud til at være forsvundet, er der en række resultater, der på den ene eller anden måde kan virke modsatrettede. Figuren nedenfor viser udviklingen i den overordnede idrætsdeltagelse, andelen af borgere, der dyrker mindst én aktivitet, antallet af aktiviteter, der dyrkes i løbet af et år og den samlede tid brugt på idræt.

Her er det interessant at se, at mens andelen af teenagere og unge voksne, der svarer nej til, at de dyrker sport og motion er stigende, så er andelen, der alligevel dyrker mindst én aktivitet fortsat høj og stort set alle unge dyrker mindst én idrætsaktivitet. Selvom den overordnede idrætsdeltagelse falder, er det altså tydeligt, at de unge stadig prøver mange forskellige aktiviteter af. Faktisk er det den gruppe, der dyrker flest forskellige aktiviteter i løbet af et år (i gennemsnit 8,5 aktiviteter), og de bruger ligeledes meget tid på sport og motion i løbet af ugen (6 timer).

Det er særligt aktiviteter som gå- og vandreture, løb, fitness og yoga samt boldspil udenfor foreningerne, der dyrkes af de unge, der ellers angiver, at de ikke dyrker sport og motion, men stadig bruger forholdsvist meget tid på forskellige aktiviteter. Det kan altså være et resultat af, at mange stopper deres foreningsaktiviteter og søger mod andre aktivitetsformer, der foregår i andre sammenhænge, end de har været vant til som børn. Samtidig er det en forskel, der også ses blandt de voksne, hvor det særligt er motionsaktiviteter som gå- og vandreture, løb og svømning, der ikke ser ud til at opleves som traditionel sport og motion.

Figur B: Faldende idrætsdeltagelse, men der dyrkes flere forskellige aktiviteter



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?'; andelen, der dyrker mindst én aktivitet; det gennemsnitlige antal aktiviteter, de aktive dyrker, og den gennemsnitlige tid brugt på idræt fordelt på aldersgrupper.

Aarhusianerne har et bredt aktivitetsmønster

På trods af en nedgang i den samlede idrætsdeltagelse i lyset af coronakrisen, så viser de nationale resultater, at mange danskere i stedet har prøvet flere forskellige aktiviteter af.

Det har blandt andet været som følge af restriktioner for idrætsfaciliteterne, hvor flere danskere har måtte bytte deres vante idrætsaktiviteter ud med andre aktiviteter i nye omgivelser. Det er også sket i Aarhus, men det er interessant, at borgerne i Aarhus har øget antallet af forskellige aktiviteter betragteligt. På landsplan steg det gennemsnitlige antal aktiviteter på et år fra 2,7 til 3,8, mens det i Aarhus er steget fra 2,8 til 4,7 forskellige aktiviteter i gennemsnit. Det tyder altså på, at aarhusianerne har været gode til eller har haft gode muligheder for at dyrke sport og motion på trods af restriktioner på store dele af idrætslivet.

Resultaterne viser, at det særligt er motionsaktiviteter som gå- og vandreture, fitnessaktiviteter, herunder yoga, og svømning som aarhusianerne i højere grad vælger end tidligere. Der er dog tale om et generelt bredere mønster end tidligere, hvor særligt de aarhusianske voksne i højere grad fokuserede deres idræt omkring færre aktiviteter som løb og styrketræning.

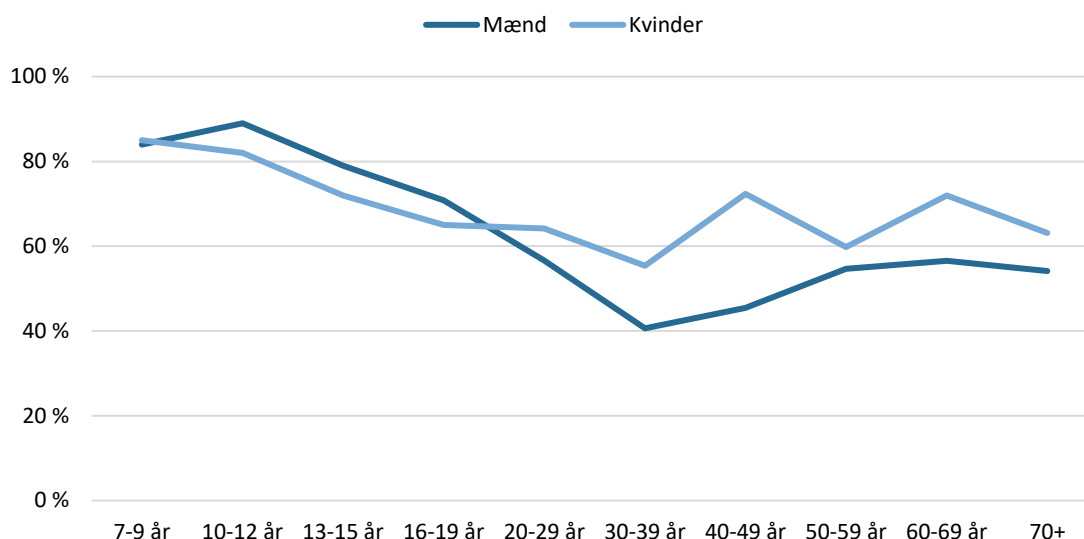
Tydelige kønsforskelle i Aarhus

Notatet viser også en række kønsforskelle i idrætten i Aarhus Kommune. Når det kommer til den overordnede idrætsdeltagelse for børnene, er drengene (84 pct.) en smule mere aktive end pigerne (80 pct.), mens det blandt de voksne er kvinderne (64 pct.), der er mere aktive end mændene (53 pct.).

Sammenlignet med 2016 viser resultaterne fra 2020, at kvinderne i meget højere grad har været i stand til at opretholde deres idrætsdeltagelse, mens det især er mændene, der er faldet fra i 2020. Det hænger sammen med coronakrisen og de tilhørende restriktioner, der særligt har sat en stopper for aktiviteter, som er afhængige af dedikerede idrætsfaciliteter – eksempelvis boldspil, som i højere grad dyrkes af mænd end kvinder.

Derimod har aktiviteter, som er mere uafhængige af idrætsfaciliteterne, haft bedre mulighed for at kunne fortsætte på trods af restriktioner. Men selvom både mænd og kvinder har taget gå- og vandreture og fitnessaktiviteter til sig i 2020, opvejer det altså ikke for de nedlukkende aktiviteter, som i højere grad dyrkes af mænd.

Figur C: Drengene og kvinder dyrker mest idræt (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?' i Aarhus fordelt på aldersgrupper.

Faciliteter og organiseret idræt fylder stadig meget i Aarhus

Udviklingen i aarhusianernes aktivitetsmønster viser, at den selvorganiserede idræt har været i stor fremgang blandt både børn og voksne. Men selvom to ud af tre børn og ni ud af ti voksne er aktive på egen hånd, så fylder den organiserede idræt stadig meget i Aarhus Kommune.

Resultaterne viser, at på trods af den selvorganiserede idræts fremgang og den organiserede idræts udfordringer i 2020, så foregår idrætten for de fleste børn (77 pct.) og hver tredje voksen (35 pct.) stadig i idrætsforeningerne, mens den private idræt også både blandt børn og voksne er større i Aarhus end på landsplan. Samtidig er nye idrætsfællesskaber på vej frem, og hver tiende voksen er en del af disse fællesskaber udenfor de klassiske foreninger. Fælles for både børn og voksne er dog, at langt de fleste er aktive i flere forskellige organiseringsformer, og at fremgangen i den selvorganiserede idræt snarere supplerer den organiserede idræt i foreningerne og de private centre, end at den direkte erstatter den organiserede idræt.

Samtidig spiller de dedikerede faciliteter en stor rolle for særligt børn og seniorer, hvor ni ud af ti børn benytter dedikerede idrætsfaciliteter, mens to ud af tre er aktive udenfor faciliteterne i naturen og andre områder. For de voksne er fordelingen omvendt, hvor ni ud af ti benytter naturen og andre udendørsområder til deres idræt, mens godt to ud af tre (61 pct.) benytter de dedikerede idrætsfaciliteter. Hvert femte barn og hver fjerde voksen benytter samtidig de nyere outdoorfaciliteter, der er anlagte faciliteter i naturen eller på vandet.

Børn og unges motions- og sportsvaner i Aarhus

I dette afsnit kigges der nærmere på idrætsdeltagelse, valg af aktiviteter, organisering og brug af faciliteter blandt aarhusianske børn og unge i alderen 7-15 år. Disse tal vil både blive analyseret for sig og blive sammenlignet med tendenserne blandt børn og unge i resten af landet.

Hvor mange børn og unge dyrker idræt i Aarhus?

Den overordnede idrætsdeltagelse måles ved at spørge børnene, om de normalt dyrker sport og motion. Det svarer 82 pct. af de aarhusianske børn og unge 'Ja' til, mens 9 pct. svarer 'Ja, men ikke for tiden', og samme andel svarer 'Nej' (Tabel 1). Dermed ligger deltagelsen en anelse højere end landsgennemsnittet, hvor andelen, der svarer 'Ja' ligger på 80 pct.

Tabellen viser derudover, at drengene er mere tilbøjelige til at svare 'Ja' end pigerne, og viser samtidig, at alderen har størst betydning for tilbøjeligheden til at svare 'Ja' blandt børn og unge. Deltagelsen falder med 9 procentpoint, når børnene når 13-årsalderen, og denne gruppe er samtidig mest tilbøjelig til at svare 'ja, men ikke for tiden' (12 pct.).

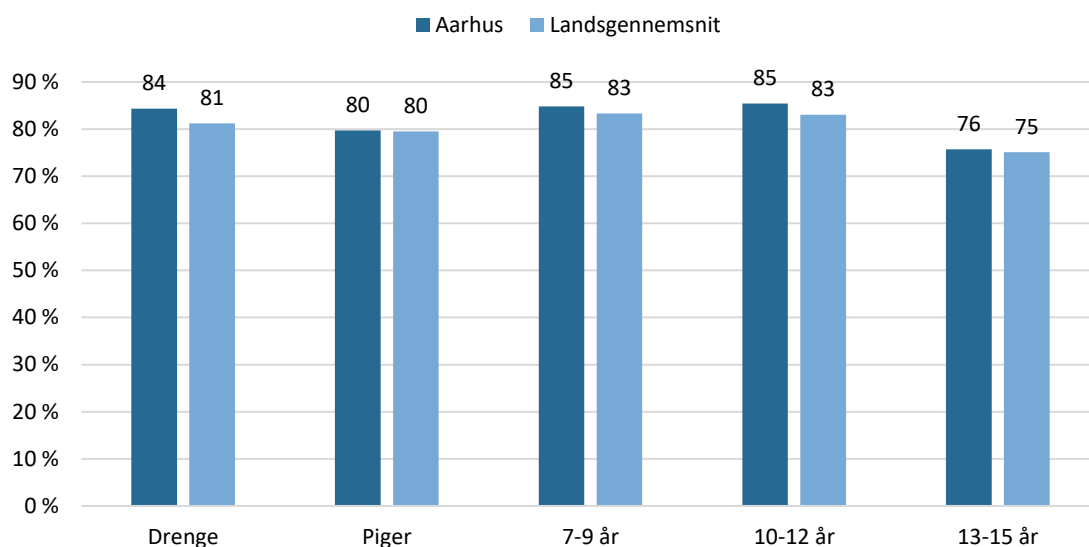
Tabel 1: Dyrker du normalt sport/motion? (pct.)

	Alle	Køn		Alder			Hele landet
		Dreng	Piger	7-9 år	10-12 år	13-15 år	
Ja	82	84	80	85	85	76	80
Ja, men ikke for tiden	9	7	11	8	7	12	10
Nej	9	9	9	7	7	12	10

Figuren viser andelen af børn og unge, der svarer 'Ja' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?'. Fordelt på total, køn og alder i Aarhus Kommune (n=1.023) samt total for hele landet (n=4.379).

Sammenlignet med landsgennemsnittet er børn og unge i Aarhus Kommune også mere idrætsaktive på tværs af køn og alder (Figur 4). Det er særligt de aarhusianske drenge, der har et højt aktivitetsniveau, hvor man ikke ser samme kønsforskelle på landsplan.

Figur 4: De aarhusianske drenges idrætsdeltagelse ligger en smule over landsgennemsnittet (pct.)



Figuren viser andelen af børn og unge, der har svaret 'Ja' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion'. Fordelt på køn og alder i Aarhus i 2020 (n=1.023) og hele landet (n=4.379)

Notat 2 i rækken af notater om danskernes motions- og sportsvaner 2020 viste, at en af de nye tendenser, der observeres i 2020 er, at børn og voksne er begyndt at dyrke flere forskellige aktiviteter i løbet af året (Rask et al, 2021). Dette er ligeledes tilfældet for børn og unge i Aarhus Kommune. Tabel 2 viser, at hele 23 pct. af børnene har dyrket seks eller flere motions- og sportsaktiviteter i løbet af 2020. Det er særligt piger og de yngste aldersgrupper, der dyrker flest forskellige aktiviteter.

Tabel 2: Børn og unge dyrker næsten fire aktiviteter i gennemsnit (pct.)

	Alle	Køn		Alder			Hele landet
		Dreng	Pige	7-9 år	10-12 år	13-15 år	
0 aktiviteter	4	2	5	3	5	4	3
1 aktivitet	14	13	15	11	15	15	14
2 aktiviteter	19	21	17	19	20	19	19
3 aktiviteter	16	19	14	18	15	17	18
4 aktiviteter	13	13	12	12	11	15	14
5 aktiviteter	10	10	10	9	10	11	10
6 eller derover	23	21	25	28	24	18	21
<i>Gennemsnitligt antal aktiviteter</i>	<i>3,9</i>	<i>3,8</i>	<i>3,9</i>	<i>4,1</i>	<i>3,9</i>	<i>3,6</i>	<i>3,9</i>

Tabellen viser, hvor mange aktiviteter børn og unge i Aarhus Kommune dyrker. Andelen er udregnet efter svar på spørgsmålet 'Hvad har du dyrket eller gået til i din fritid det seneste år?'. Fordelt på total, køn og alder i Aarhus Kommune (n=1.023) samt total for hele landet (n=4.379).

Hvilke aktiviteter dyrker børn og unge i Aarhus?

Tabel 3 viser de mest populære idrætsaktiviteter blandt børn og unge i Aarhus Kommune. Tabellen viser, at børn og unges aktivitetsmønster følger et traditionelt mønster, hvor svømning og fodbold er de to mest populære aktiviteter. På landsdækkende plan har svømning for første gang overhalet fodbold som den mest populære aktivitet blandt børn og unge, og den samme tendens ses i Aarhus Kommune.

Tabel 3: På trods af forskydninger følger børn et traditionelt aktivitetsbillede (pct.)

	Total	Køn		Alder			Hele landet
		Drenge	Piger	7-9 år	10-12 år	13-15 år	
Svømning	36	34	38	57	34	16	34
Fodbold	33	47	19	39	33	27	31
Gå- og vandreture ²	32	30	34	33	30	33	29
Trampolin	30	28	32	39	33	18	28
Løbehjul	25	25	25	40	27	8	25
Løb	24	24	23	16	19	36	23
Gymnastik	21	8	34	30	19	13	22
Styrketræning	16	16	17	3	8	38	17
Dans (alle former)	16	3	29	14	16	18	14
Håndbold	15	14	17	17	19	11	13
Rulleskøjter	15	6	24	24	15	6	14
Badminton	11	16	7	9	15	10	11
E-sport	10	19	2	4	14	14	10
Skiløb/ snowboard/ rulleski	8	8	8	8	6	9	7
Skateboard/waveboard	7	8	6	5	8	9	8
Mountain bike/ gravel bike/ BMX	7	11	3	5	7	9	8
Kampsport ³	7	9	4	7	8	5	7
Basketball	7	7	6	6	6	8	5
Ridning	6	<1	11	4	9	4	8

Tabellen viser børns og unges valg af aktiviteter fordelt på total, køn og alder i Aarhus Kommune (n=1.023) samt total for hele landet (n=4.379). Tabellen viser alle aktiviteter med mere end 5 pct. tilslutning. En tabel med alle idrætsaktiviteter fremgår i notatets bilag 1.

Tallene peger desuden på, at visse aktiviteter tilslutning er kønsbestemt. Aktiviteterne fodbold, badminton, esport, mountainbike og kampsport dyrkes hovedsageligt af drenge, mens gymnastik, dans og rulleskøjter i høj grad domineres af piger.

Mange af de samme aktiviteter er populære på tværs af alder. Blandt de 7-12-årige er svømning og trampolin begge rangeret som hhv. den mest og tredje mest populære

² Gå- og vandreture (ikke som transport)

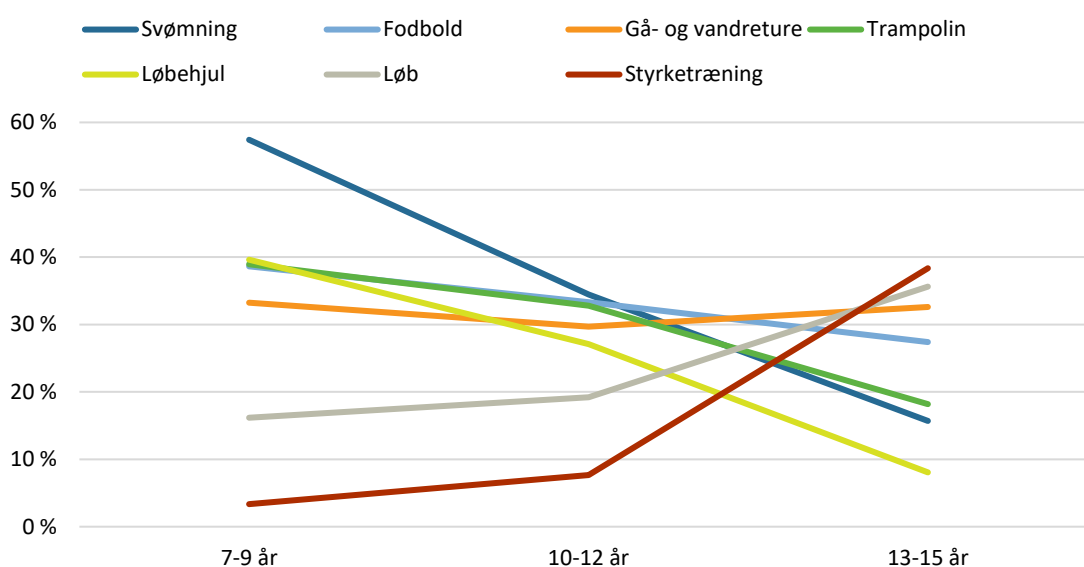
³ Kampsport (F.eks. boksning, karate, aikido, taekwondo, judo, brydning, fægtning)

idrætsaktivitet. Hele 57 pct. af de 7-9-årige dyrker svømning. Generelt figurerer de samme fem aktiviteter – svømning, løbehjul, trampolin, fodbold og gå- og vandreture – på tværs af de to aldersgrupper fra 7-12 år.

Blandt de 13-15-årige ændrer billedet sig dog tydeligt, hvor styrketræning og løb til en vis grad erstatter de yngre børns præferencer. Det sker særligt på bekostning af svømning, trampolin, løbehjul og rulleskøjter, mens fodbold og gå- og vandreture holder bedre fast i de unge.

Resultaterne viser dog, at der blandt de 13-15-årige er en større tilslutning til et færre antal aktiviteter, hvor styrketræning, løb, gå- og vandreture samt fodbold har mellem 27 og 38 pct. tilslutning, hvorefter der er markant afstand til de næste aktiviteter på listen.

Figur 5: De mest populære aktiviteter erstattes efter 13-årsalderen (pct.)



Figuren viser udviklingen i aktiviteterens tilslutning på tværs af aldersgrupper. De syv aktiviteter repræsenterer de aktiviteter, der er mest populære inden for en aldersgruppe blandt børn og unge i Aarhus Kommune (n=1.023).

De fleste kombinerer forskellige aktiviteter

Som vist i tabel 2, er der en overvejende tendens til, at aarhusianske børn og unge dyrker forskellige aktiviteter på samme tid. Tabel 4 viser, hvordan de ti mest populære aktiviteter parvist kombineres. Her fremgår det eksempelvis, fra venstre mod højre, at 37 pct. af dem, der dyrker svømning, også dyrker fodbold, og en tilsvarende andel går eller vandrer.

Tabel 4: Børn og unge dyrker i stor stil flere aktiviteter på samme tid (pct.)

	Svømning	Fodbold	Gå/vandre	Trampolin	Løbehjul	Løb	Gymnastik	Styrketræning	Rulleskøjter	Dans
Svømning	[0]	37	37	41	36	21	28	8	23	16
Fodbold	40	[7]	30	35	30	30	16	14	13	8
Gå/vandre	41	31	[3]	45	34	40	19	22	21	18
Trampolin	49	39	48	[0]	55	32	33	16	36	21
Løbehjul	52	40	44	66	[1]	26	29	10	41	18
Løb	32	42	54	41	28	[0]	20	32	18	16
Gymnastik	49	25	29	47	35	23	[1]	15	32	28
Styrketræning	17	29	43	29	15	46	19	[0]	10	21
Rulleskøjter	55	28	45	71	67	28	44	10	[0]	27
Dans	36	16	36	39	28	24	36	22	25	[0]

Tabellen viser, hvordan børn og unge kombinerer de mest populære aktiviteter. Tabellen læses fra venstre mod højre: F.eks. går 37 pct. af de børn og unge, der går til svømning, også til fodbold, mens 40 pct. af dem, der går til fodbold, også går til svømning. Andelen i hver række er derfor udregnet ud fra alle børn og unge inden for hver aktivitet. Tallene markeret i [] indikerer, hvor mange der udelukkende dyrker den pågældende aktivitet.

Tabellen viser, at nogle aktiviteter har en naturlig sammenhæng, hvor streetaktiviteter som løbehjul og rulleskøjter ofte kombineres og i tillæg kombineres med trampolin, der alle bl.a. fokuserer på koordination og balance. På samme måde kombineres beslægtede aktiviteter som gymnastik og trampolin også ofte. Omvendt er det tydeligt, at to populære aktiviteter som svømning og styrketræning henvender sig til forskellige (alders)grupper og sjældent kombineres.

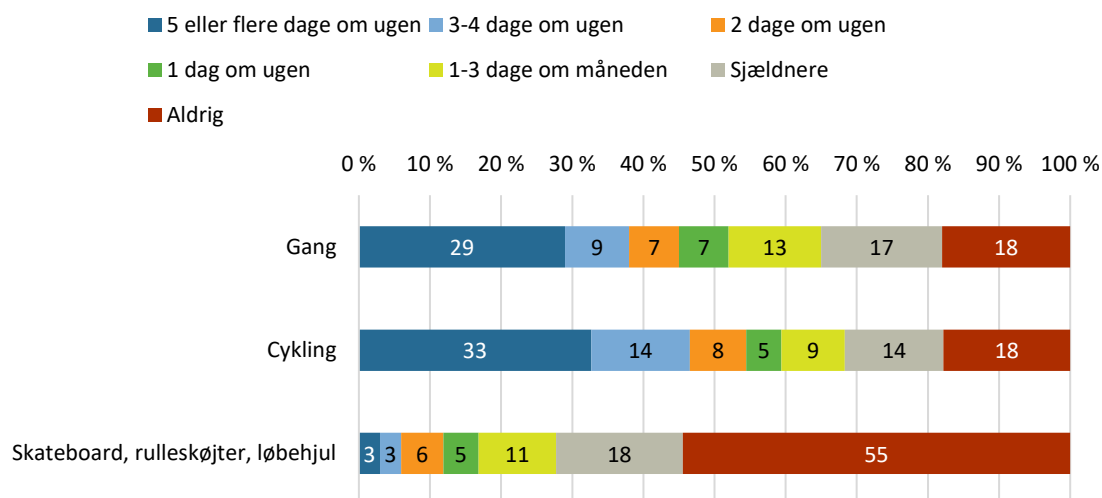
Generelt bliver aktiviteterne løbehjul og trampolin oftest kombineret med en anden aktivitet indenfor denne top-10.

Aktiviteter i hverdagen

Ud over børnenes idrætsaktiviteter er de også blevet spurgt til, om de er aktive i andre sammenhænge i deres hverdag. For det første om de benytter nogen former for aktiv transport i deres hverdag, f.eks. til og fra skole. Til det angiver 60 pct. af børnene, at de benytter enten gang, cykling eller skateboard, rulleskøjter eller løbehjul som transportmiddel mindst fem dage om ugen, når de skal transportere sig. På landsplan er andelen 65 pct.

Flest benytter cykling som transport i hverdagen, og 59 pct. af de aarhusianske børn og unge benytter cyklen til transport på ugentlig basis.

Figur 6: Flertallet af aarhusianske børn benytter aktiv transport 5 dage eller mere om ugen (pct.)

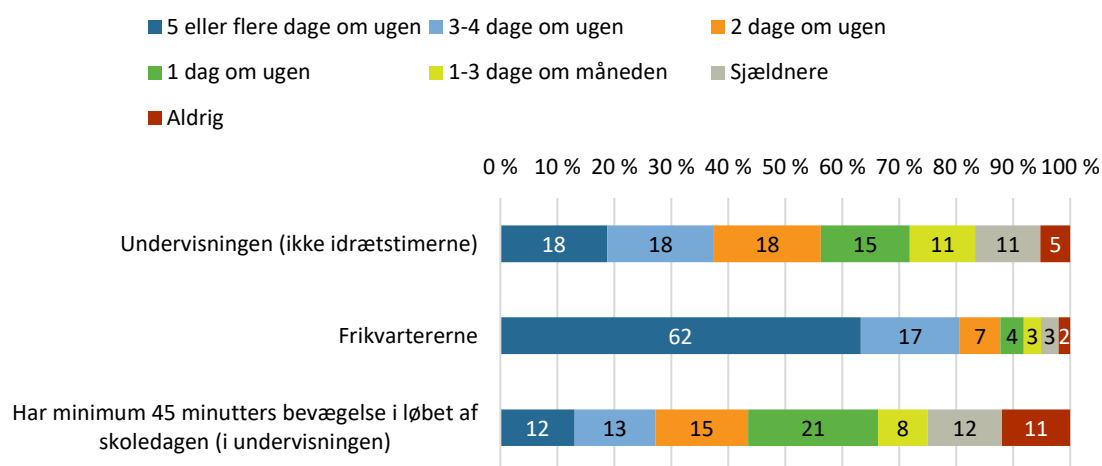


Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet 'Hvor ofte er du aktiv i disse sammenhænge i din hverdag?'.

For det andet har børnene svaret på spørgsmål om deres bevægelse i skoletiden. Her er de blevet bedt om at tænke på bevægelse som hver gang de løber, hopper, danser, spiller bold osv. i løbet af skoledagen.

Størstedelen af børnene angiver, at de er aktive i løbet af frikvartererne, mens flertallet også er fysisk aktive flere gange om ugen i timerne – også udenfor idrætstimerne. Det er dog et mindretal, der selv mener, at de er aktive minimum 45 minutter i løbet af skoledagen. Resultaterne fra Aarhus ligger generelt på niveau med resultaterne fra resten af landet.

Figur 7: Langt de fleste børn er fysisk aktive i frikvartererne (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet 'Hvor bevæger du dig i disse sammenhænge i skolen?'.

Hvordan organiseres børnenes aktiviteter?

Børn og unge i Aarhus følger i store træk tendenserne på landsplan, når det kommer til organisering af aktiviteter. Organisering i foreningsregi er den mest populære organiseringsform – 77 pct. organiserer en eller flere af deres aktiviteter i foreninger – mens selvorganisering med en tilslutning på 67 pct. også ligger på et højt niveau. Derudover er aarhusianere en anelse mere tilbøjelige til at organisere sig i SFO/klub end børn og unge i resten af landet.

Tallene viser også en variation i organisering på tværs af køn og aldersgrupper. Piger bruger private centre markant mere – 31 pct. mod drengenes 15 pct. – mens drenge i højere grad er aktive i SFO'er/klubber. De 13-15-årige er væsentligt mindre tilbøjelige til at organisere sig i foreninger (65 pct.), men er omvendt mest tilbøjelige til at organisere sig i privat regi (32 pct.).

Tabel 5: Børn og unge følger landsgennemsnittets organisering af idrætsaktiviteter (pct.)

	Alle	Køn		Alder			Hele landet
		Drenge	Piger	7-9 år	10-12 år	13-15 år	
Foreninger	77	81	73	85	80	65	77
Privat center ⁴	23	15	31	18	19	32	22
SFO/ Klub ⁵	20	25	16	25	21	14	17
På egen hånd ⁶	67	68	66	65	66	71	67
Andet træningsfællesskab ⁷	3	4	2	4	2	3	3
Andet	13	13	14	12	13	15	14

Tabellen viser børn og unges organiseringsform, her indfanget med deres svar på spørgsmålet 'I hvilken sammenhæng har du dyrket din(e) aktivitet(er)?' Fordelt på total, køn og alder i Aarhus Kommune i 2020 (n=1.023), samt på total i hele landet (n=4.379).

På landsplan har den største udvikling fundet sted inden for de selvorganiserede aktiviteter. Siden 2016 er andelen af alle børn og unge, der organiserer sig på egen hånd, steget markant med 20 procentpoint. Det gælder selvom højdespringeren i 2020, gå- og vandreture, ikke medregnes. Børn og unge i Aarhus Kommune ser også ud til at følge denne udvikling.

Hvis vi ser på omfanget af børn og unges kombinationer af forskellige organiseringsformer (tabel 6), er der en betydelig andel, der udelukkende er aktive i foreningsregi (18 pct.). Denne tendens er størst blandt drenge og lader til at aftage med alderen, hvor kun 12 pct. af de 13-15-årige udelukkende organiserer sig i foreninger.

⁴ F.eks. fitnesscenter eller danseskole

⁵ SFO/fritidsklub/ungdomsklub

⁶ På egen hånd (alene eller sammen med andre)

⁷ F.eks. organiseret gennem facebookgrupper

Tabel 6: Mange kombinerer foreningsdeltagelse med selvorganiserede aktiviteter (pct.)

	Total	Køn		Alder			Hele landet
		Drenge	Piger	7-9 år	10-12 år	13-15 år	
Kun forening	18	20	16	22	20	12	18
Kun privat	3	1	4	2	2	4	2
Kun selvorganiseret	6	7	5	4	5	9	6
Forening og privat	14	10	18	14	11	16	14
Forening og selvorganiseret	52	55	49	56	53	47	51
Privat og selvorganiseret	15	10	21	11	12	23	15
Forening, privat og selvorganiseret	10	6	13	9	8	12	9

Tabellen viser, hvordan børn og unge i Aarhus kommune samlet set organiserer deres aktiviteter. Kategorierne 'kun' (forening, privat og selvorganiseret) er tildelt, hvis respondenterne *udelukkende* organiserer aktiviteter i det pågældende regi. Respondenterne er placeret i de andre kategorier, organiseringskombinationerne, hvis vedkommende *som minimum* organiserer aktiviteterne i disse regi (f.eks. som minimum i forenings- og privat regi). Den samme respondent kan derfor ikke befinde sig i flere af 'kun'-kategorierne, men kan godt befinde sig i flere af organiseringskombinationerne. Fordelt på total, køn og alder i Aarhus Kommune (n=1.023), samt total for hele landet (n=4.379).

Tallene viser desuden, at få børn og unge udelukkende organiserer sig i privat regi, mens flere er tilbøjelige til eksklusivt at organisere sig på egen hånd – dette bliver mere markant for de 13-15-årige, hvor 9 pct. udelukkende er selvorganiserede.

Som det er tilfældet for børn og unge på landsplan, er kombinationer af forskellige organiseringsformer en fremtrædende tendens i Aarhus Kommune. 14 pct. kombinerer foreningsdeltagelse med organisering i privat regi, hvilket er mere udpræget for piger samt den ældste aldersgruppe. Den altoverskyggende kombination er imidlertid mellem foreninger og selvorganiserede aktiviteter – 52 pct. benytter sig som minimum af denne kombination, hvilket er nogenlunde ens på tværs af køn og alder.

Dette peger på, at der ikke er tale om en reel substituering væk fra foreningsdeltagelse, men snarere at andre organiseringsformer i 2020 har suppleret foreningsdeltagelsen. Tendensen er formentlig tæt forbundet med coronakrisen, eftersom nedlukninger af samfundet kan have skubbet børn og unge ud i flere aktiviteter, der organiseres på egen hånd. Således peger tallene på, at børn og unge, der supplerer foreningsdeltagelse med selvorganisering, er mere tilbøjelige til at dyrke aktiviteter såsom trampolin, gå- og vandreture, løbehjul, løb og rulleskøjter (ikke vist her).

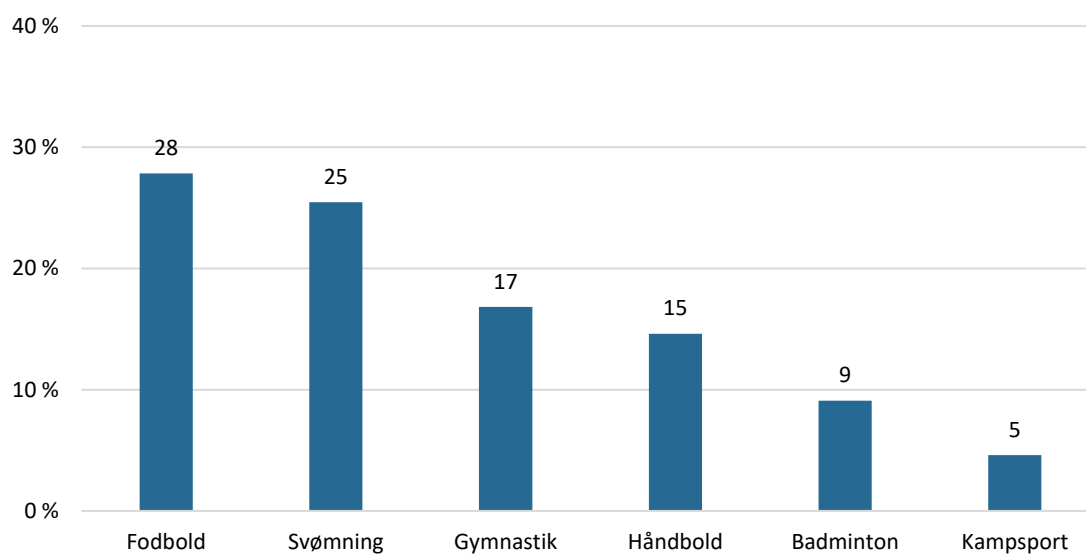
Andre fremtrædende tendenser er, at organisering i privat regi kombineret med selvorganisering er mest udbredt blandt piger (21 pct.) og de 13-15-årige (23 pct.) – det samme gælder for trevejskombinationen mellem forening, privat og selvorganisering. Det generelle, opsamlende perspektiv for tallene i tabel 6 er, at de aarhusianske børn og unge følger tendenserne på landsplan, hvor organisering udelukkende i foreninger er populært, men kombinationer af organiseringsformer er dominerende.

Hvilke aktiviteter dyrkes i hvilke sammenhænge?

For at få en bedre forståelse af hvordan idrætten i de forskellige organiseringsformer ser ud, viser figur 8 til 10 de mest populære aktiviteter i forening, i privat/kommercielt regi og i selvorganiseret sammenhæng.

Blandt de aarhusianske børn og unge dyrker hele 28 pct. fodbold i en forening efterfulgt af 25 pct., der er en del af en svømmeklub. Derefter dyrker godt hver sjette gymnastik eller håndbold i en forening, mens der er en bred vifte af mindre foreningsaktiviteter, der dyrkes af mindre end 5 pct. af børnene i kommunen.

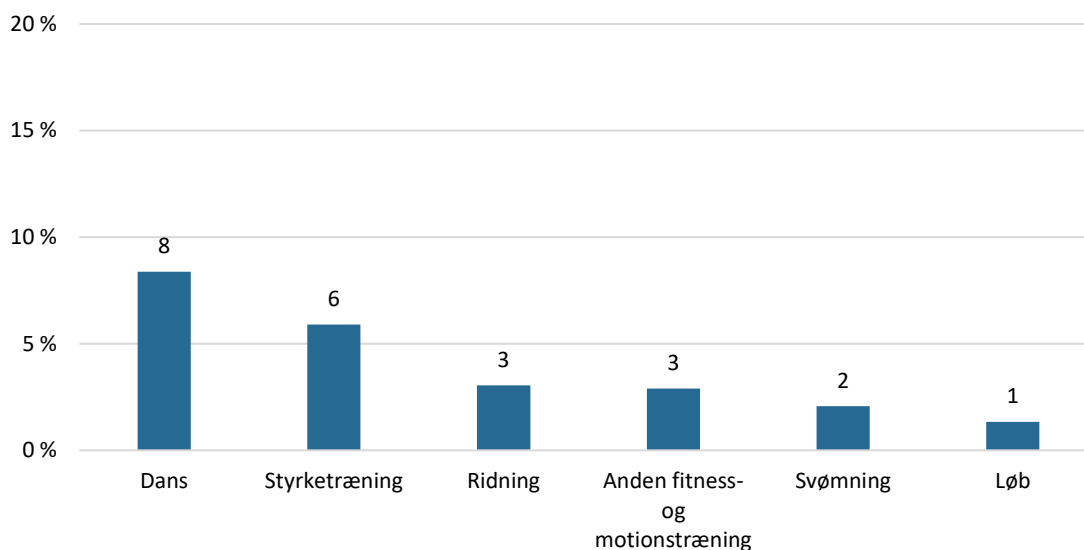
Figur 8: De mest populære foreningsaktiviteter blandt børn og unge (pct.)



Figuren viser de mest populære aktiviteter i foreningsregi blandt børn og unge i Aarhus Kommune (n=1.023).

De aarhusianske børn og unge er i mindre grad aktive i de private og kommercielle centre, men dyrker primært dans eller fitnessaktiviteter som styrketræning (figur 9).

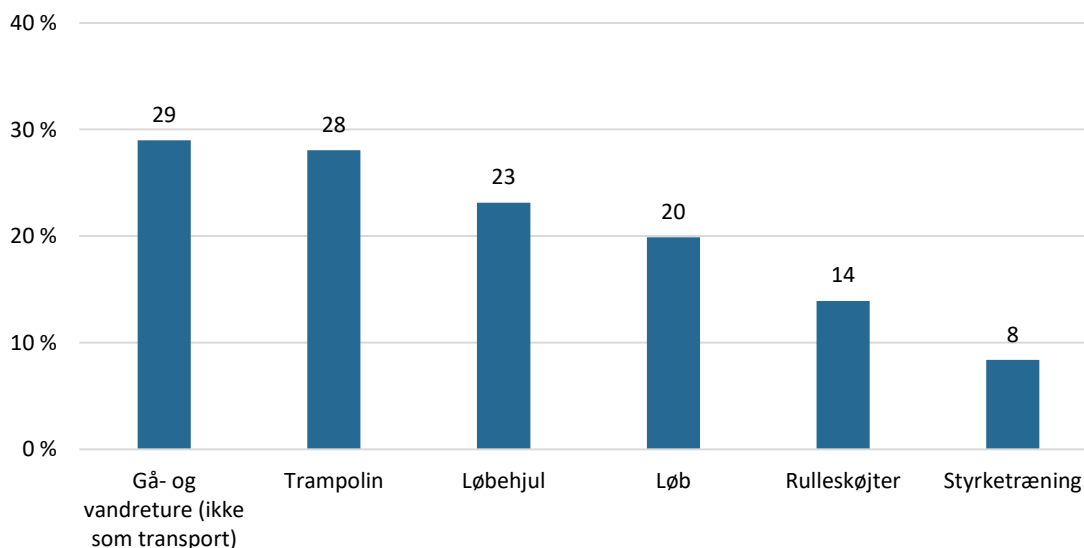
Figur 9: De mest populære aktiviteter i privat regi blandt børn og unge (pct.)



Figuren viser de mest populære aktiviteter i privat/kommercielt regi blandt børn og unge i Aarhus Kommune (n=1.023).

Figur 10 viser de mest populære aktiviteter at dyrke på egen hånd, hvor det især er gå- og vandreture, der vælges af de aarhusianske børn og unge. Derudover adskiller de selvorganiserede aktiviteter sig tydeligt fra de organiserede aktiviteter ved i højere grad at bære præg af leg og bevægelse – eksempelvis trampolin, løbehjul og rulleskøjter, der oftest foregår derhjemme eller på gaden eller motion og kondition som gå- og vandreture og løb.

Figur 10: De mest populære selvorganiserede aktiviteter (pct.)



Figuren viser de mest populære aktiviteter at dyrke på egen hånd blandt børn og unge i Aarhus Kommune (n=1.023).

Brug af faciliteter

I dette afsnit kigges nærmere på de faciliteter og steder, som de aarhusianske børn og unge benytter til at dyrke deres motions- og sportsaktiviteter. De omfatter således både

dedikerede idrætsfaciliteter som idrætshaller og boldbaner samt områder, der ikke primært er dedikeret til sport og motion.

Haller og sale er de mest anvendte indendørsfaciliteter i Aarhus og resten af landet generelt. Henholdsvis 69 og 71 pct. anvender disse faciliteter, mens hele 59 pct. dyrker deres aktiviteter hjemme eller i haven. Derudover søger aarhusianerne i stor stil mod naturen, når de skal dyrke deres idrætsaktiviteter, og 49 pct. benytter naturen, mens veje, gader og fortove også benyttes af børn og unge.

Tabel 7: Børn og unge dyrker idræt mange forskellige steder (pct.)

	Alle	Køn		Alder			Hele landet
		Dreng	Piger	7-9 år	10-12 år	13-15 år	
Indendørs							
Haller og sale ⁸	69	68	70	74	71	62	71
Fitnesscenter og motionsrum	17	19	16	5	12	36	19
Svømmehal	37	36	38	58	36	17	35
Andet indendørs idrætsanlæg ⁹	23	17	29	20	24	25	24
Lokale, der ikke primært bruges til idræt ¹⁰	19	22	16	15	22	21	20
Udendørs							
Fodboldbane	40	52	28	47	39	33	40
Andet udendørs idrætsanlæg ¹¹	24	26	23	20	26	27	25
Udendørs arealer, der ikke normalt bruges til idræt ¹²	28	30	26	37	28	19	30
Naturen (f.eks. skov, strand)	49	49	48	48	45	52	48
Faciliteter i naturen ¹³	18	19	18	17	19	19	18
På/i vandet ¹⁴	17	16	18	19	16	17	17
Faciliteter på vandet ¹⁵	8	8	8	10	8	6	8
Vej, gader, fortove o.l.	45	45	45	50	44	40	47
Byens parker	25	26	25	29	25	22	25
Hjemme/i haven	59	63	55	61	59	57	59
Andet sted udendørs	12	13	12	8	13	17	12

Tabellen viser svarfordelingen til spørgsmålet 'Hvor har du dyrket din(e) aktivitet(er)?' fordelt på total, køn og alder (n=1.023) samt total for hele landet (n=4.379).

⁸ Idrætshal/ gymnastiksal/ bevægelsessal/ mindre idrætslokale

⁹ F.eks. skøjtehal, ridehal, skydekælder, skatehal, dansestudie, yogacenter, kampsportscenter

¹⁰ F.eks. skoler/ institutioner

¹¹ F.eks. tennisbane, beachvolleybane, golfbane, atletikanlæg, multibane, parkouranlæg

¹² F.eks. parkeringsplads, legeplads ved skoler/ institutioner

¹³ F.eks. mountainbikespor, orienteringsposter, langrendsløjper, ridestier

¹⁴ F.eks. hav, sø, å, havn

¹⁵ F.eks. havnebade, havsvømmebaner, kabelbaner

På tværs af køn fremgår det, at piger er mere tilbøjelige til at anvende andre indendørs idrætsanlæg som ridehaller, dansestudier og lignende, mens drenge i højere grad benytter boldbaner. Alder lader i høj grad til at bestemme brugen af fitnesscentre og motionsrum; langt størstedelen af disse faciliteter benyttes af de 13-15-årige (36 pct.), hvor vi også ser den største fremgang i fitnessaktiviteterne.

Næsten alle børn og unge benytter dedikerede idrætsfaciliteter

Langt de fleste børn og unge bruger dedikerede idrætsfaciliteter, når de dyrker deres idræt. Det er på trods af at mange af de mest populære aktiviteter, som har haft størst fremgang over de seneste år (som gå- og vandreture, trampolin og løbehjul) oftest foregår udenfor de dedikerede idrætsfaciliteter. Ni ud af ti børn og unge i Aarhus Kommune benytter således mindst én dedikeret idrætsfacilitet som idrætshaller, svømmehaller, fodboldbaner og lignende.

Hver femte (21 pct) benytter én eller flere outdoorfaciliteter i naturen eller på vandet, mens to ud af tre (66 pct.) benytter områder, der ikke primært er dedikeret til idræt som naturen, parker, vandet og andre udearealer. Her er det primært motionsaktiviteter, som gå- og vandreture, løb og lignende samt outdooraktiviteter, der dyrkes.

Derudover dyrker mange børn og unge (59 pct.) deres idrætsaktiviteter derhjemme, hvor trampolin er den mest almindelige aktivitet, men også fitnessaktiviteter som styrketræning og yoga og streetaktiviteter som skateboard, rulleskøjter og løbehjul foregår hjemme.

Voksnes idrætsdeltagelse i Aarhus

I dette afsnit vendes blikket mod de aarhusianske voksne over 16 år. Afsnittet undersøger den samlede idrætsdeltagelse, de voksnes valg af aktiviteter, organisering og brug af faciliteter. Ligesom blandt børnene vil tallene blive analyseret både for sig og i sammenligning med tendenserne i resten af landet, men derudover vil de seneste tal også blive sammenlignet med den seneste undersøgelse fra 2016, hvor der ligeledes var et ekstra udtræk af respondenter fra Aarhus Kommune. Dermed er det muligt at kigge på udviklingen blandt de voksne aarhusianere siden 2016.

Som det var tilfældet blandt børn, opgøres den samlede idrætsdeltagelse ved andelen, der svarer 'Ja' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?'. 59 pct. af de aarhusianske voksne angiver, at de normalt dyrker sport og motion, 20 pct. siger, at de ikke gør det for tiden, mens 21 pct. siger, de ikke normalt dyrker sport og motion. Dermed ligger niveauet en smule over landsgennemsnittet, hvor 57 pct. svarer 'Ja'.

Hvis der kigges på den historiske udvikling i idrætsdeltagelsen i Aarhus, ser vi et fald fra 67 pct. i 2016 til 59 pct. i 2020. I 2016 viste undersøgelsen, at aarhusianerne generelt havde en meget høj idrætsdeltagelse sammenlignet med både København og resten af landet. Resultaterne viste også, at det ikke udelukkende skyldtes et højt uddannelsesniveau, da deltagerne på tværs af uddannelseslængder var højere end landsgennemsnittet (Rask, 2017). Data fra 2020 er som nævnt indledningsvist vægtet for skævhed i uddannelsesniveau, hvilket kan stå for en mindre del af den generelle tilbagegang, men uanset ser det ud til, at den 'Aarhus-effekt', der var tydelig i 2016, ser ud til at være mindre gældende i 2020.

2020 er dog et specielt år, hvor coronakrisen har været skyld i restriktioner og nedlukninger af mange sports- og motionstilbud. Dette er en tydelig – delvis – forklaring på, hvorfor idrætsdeltagelsen er faldet i en sådan grad (Kirkegaard, Eske & Rask, 2020b). Idrætsdeltagelsen i hele landet er faldet fra 61 pct. i 2016 til 57 pct. i 2020.

Tabel 8: Kvinderne er i højere grad end mændene idrætsaktive i Aarhus (pct.)

	Total	Køn		Alder				Total 2016	Landsgennemsnit
		Mænd	Kvinder	16-29 år	30-44 år	45-60 år	60 år +		
Ja	59	53	64	62	51	59	62	67	57
Ja, men ikke for tiden	20	22	19	22	28	14	16	15	19
Nej	21	25	17	16	21	27	22	18	24

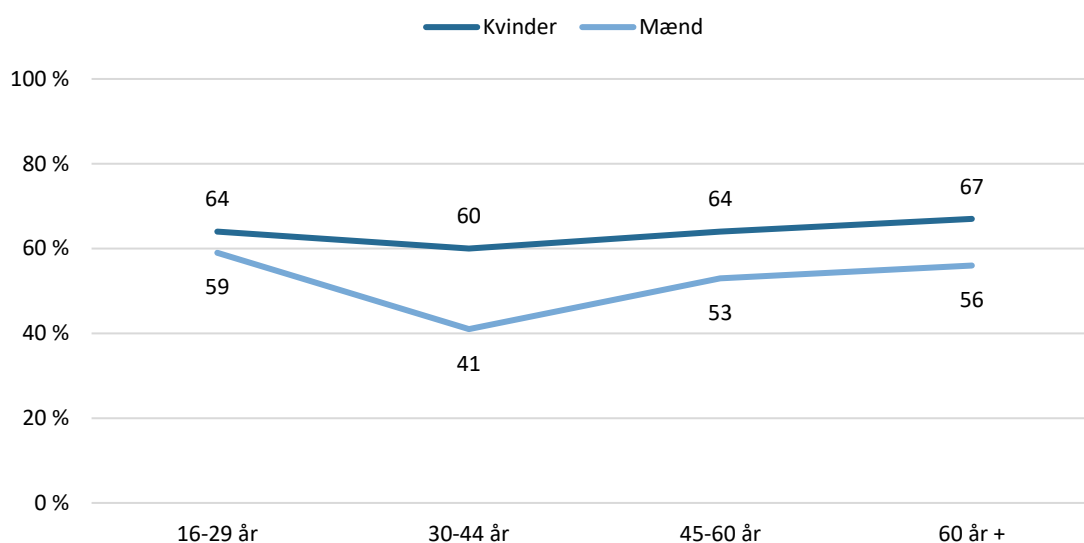
Tabellen viser andelen, som svarede 'Ja' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?' fordelt på køn og alder (n=1.063) og landsgennemsnit (n=6.917).

Resultaterne viser derudover, at der er forskel i idrætsdeltagelsen blandt kønnene, hvor kvinderne har en højere idrætsdeltagelse end mændene. Mændenes idrætsdeltagelse er på 53 pct., hvilket er under landsgennemsnittet (55 pct.), men til gengæld er deltagelsen blandt kvinder på hele 64 pct., hvilket er markant over landsgennemsnittet på 58 pct.

Det samlede fald i idrætsdeltagelsen i Aarhus skyldes et fald blandt både kvinder og mænd. For kvinderne er andelen af idrætsaktive faldet fra 68 pct. i 2016 til 64 pct. i 2020, og for mændene er andelen faldet fra 67 pct. i 2016 til 53 pct. i 2020. Mændenes idrætsdeltagelse er altså faldet med 14 procentpoint, mens kvindernes kun er faldet med 4 procentpoint. Dette betyder, at hvor mænd og kvinder i Aarhus tidligere var lige idrætsaktive, halter mændene nu gevaldigt bagefter.

Zoomes der ind på aldersgrupperne, viser figur 11, at kvinderne generelt er mere idrætsaktive end mændene på tværs af alle aldersgrupperne. Det er kun blandt de alleryngste (16-19 år), at mændene er mere tilbøjelige til at dyrke idræt end kvinderne (ikke vist).

Figur 11: Mændenes idrætsdeltagelse er lavere end kvindernes på tværs af aldersgrupper (pct.)

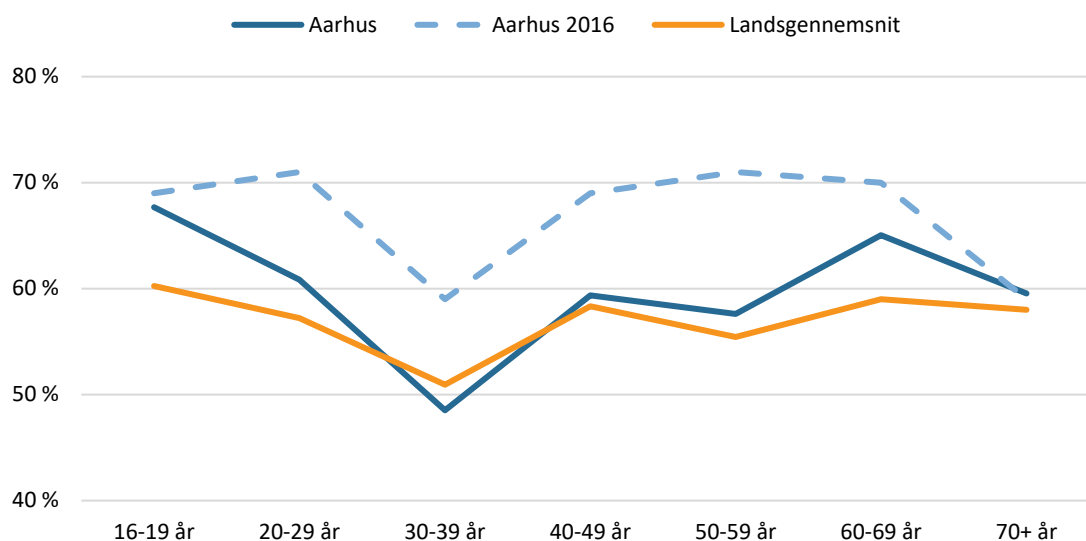


Figuren viser andelen, som svarede 'Ja' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?' fordelt på køn og alder.

Figur 12 viser den samlede idrætsdeltagelse fordelt på aldersgrupper, og at aarhusianerne i stort set alle aldersgrupper er mindre idrætsaktive i 2020, end de var i 2016. Det største frafald er sket i aldersgruppen 30-39 år, hvor andelen af idrætsaktive (49 pct.), er faldet ned under landsgennemsnittet, mens Aarhus i resten af alderskategorierne fortsat ligger på et højere niveau. Dermed ser det ud til, at den aldersgruppe, der i forvejen er mest udsat blandt aarhusianerne, også har oplevet det største frafald under coronakrisen.

Vi ser en interessant udvikling hos den ældste aldersgruppe (70 år +). Hvor de i 2016, ligesom de 30-39-årige, var dem med den laveste idrætsdeltagelse, ligger den ældste aldersgruppe i 2020 mere på niveau med de andre alderskategorier. Som en af de eneste aldersgrupper holder den ældre aldersgruppe desuden niveauet fra 2016.

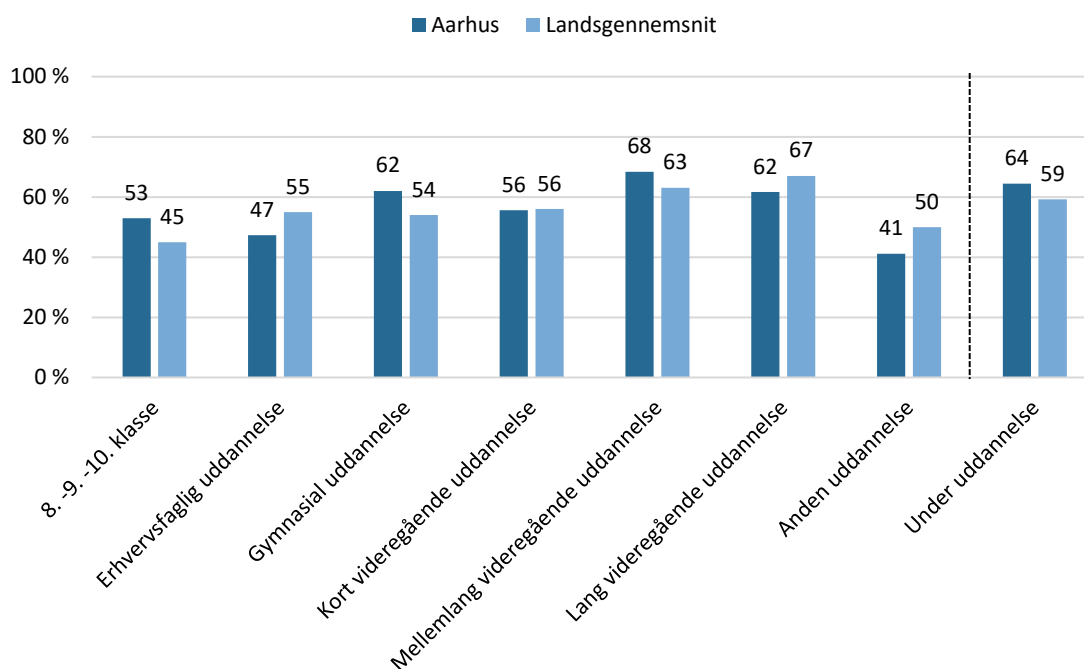
Figur 12: Næsten alle aldersgrupper ser et fald i idrætsdeltagelse (pct.)



Figuren viser andelen, som har svaret 'Ja' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?', sammenlignet med landsgennemsnittet og 2016 (n=1.024) fordelt på alder.

Undersøgelsen 'Idræt i storbyerne' fra 2016 viste, at aarhusianernes høje idrætsdeltagelse gjorde sig gældende på tværs af uddannelsesniveau, der ellers er den stærkeste markør for den forventede idrætsdeltagelse blandt en kommunes borgere (Pilgaard & Rask, 2016). Ser man på figur 13, lader det dog ikke til, at sammenhængen mellem uddannelsesniveau og idrætsdeltagelse er lige så tydelig i Aarhus som generelt i Danmark. Det kunne derfor se ud til, at denne 'Aarhus – effekt' ser ud til at være forsvundet i 2020. De studerende aarhusianere er eksempelvis dem med næsthøjeste idrætsdeltagelse i Aarhus, hvor 64 pct. har svaret 'Ja' til spørgsmålet om, hvorvidt de normalt dyrker sport/motion.

Figur 13: Ikke alle uddannelsesniveauer ligger over landsgennemsnittet (pct.)



Figuren viser andelen, som svarer 'Ja' på spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?' fordelt på uddannelsesniveauer i Aarhus og på landsplan.

En anden måde, at anskue aktivitetsniveauet på, er at belyse, hvor mange der har angivet minimum én aktivitet samt, hvor mange de har angivet. Tabel 9 viser, at kun 5 pct. af aarhusianerne overhovedet ikke dyrker mindst én aktivitet, og mere end halvdelen af aarhusianerne har dyrket fire eller flere aktiviteter i 2020. Derudover har hver tredje dyrket seks eller flere forskellige aktiviteter. Det er særligt de unge, som dyrker mange aktiviteter, og antallet falder op gennem aldersgrupperne. Aarhusianerne ligger dog stadig højere end landsgennemsnittet i alle aldersgrupper. I gennemsnit har aarhusianerne dyrket 4,7 aktiviteter i 2020, hvilket er næsten én aktivitet mere end landsgennemsnittet, der ligger på 3,8 aktiviteter.

Den landsdækkende undersøgelse sammenholdt med resultaterne fra Idans løbende undersøgelser af idrætten under coronakrisen viser, at danskerne i stigende grad har været nødsaget til at skifte rundt mellem flere forskellige aktiviteter end tidligere i takt med skiftende restriktioner.¹⁶ Det tyder således på, at borgerne i Aarhus Kommune har haft særligt gode muligheder for at dyrke sport og motion under coronakrisens restriktioner – og at de har gjort brug af dem – sammenlignet med landet generelt.

¹⁶ Se blandt andet Rask & Eske (2020): Status på danskernes idrætsdeltagelse 2020, Notat 1: Danskernes motions- og sportsvaner 2020, Idrættens Analyseinstitut: Aarhus.

Tabel 9: Aarhusianerne har dyrket mange aktiviteter (pct.)

	Total	Køn		Alder			
		Mænd	Kvinder	16-29 år	30-44 år	45-59 år	60 år +
0 aktiviteter	5	6	3	<1	2	11	7
1 aktivitet	11	12	10	5	7	13	20
2 aktiviteter	16	15	17	6	16	18	28
3 aktiviteter	14	16	13	9	15	16	18
4 aktiviteter	11	10	13	10	12	11	14
5 aktiviteter	10	7	12	12	12	10	5
6 eller derover	33	34	32	58	36	21	8
<i>Gennemsnitligt antal aktiviteter</i>	<i>4,7</i>	<i>4,7</i>	<i>4,8</i>	<i>6,9</i>	<i>4,8</i>	<i>3,7</i>	<i>2,7</i>

Tabellen viser, hvor mange forskellige sports- og motionsaktiviteter aarhusianerne dyrker fordelt på køn og alder.

Hvilke sports- og motionsaktiviteter dyrker voksne aarhusianere?

Mange aarhusianere dyrker de samme aktiviteter på tværs af aldersgrupperne. Det er særligt gå- og vandreture, der er populære, og som både dyrkes af mænd og kvinder. Det samme gælder for styrketræning og løb, der udgør top-3 over idrætsaktiviteter. Derefter følger en række mere kønsspecifikke aktiviteter, hvor fitnessaktiviteter, yoga, svømning og vinterbadning i højere grad tiltrækker kvinderne, mens mændene i stedet dyrker boldspil og cykling.

I forhold til resten af landet dyrker aarhusianerne generelt flere forskellige aktiviteter. Det viser sig også i de mest populære aktiviteter, hvor aarhusianerne oftere dyrker motionsaktiviteter som gå- og vandreture, styrketræning og løb og samtidig i højere grad dyrker yoga, svømning og vinterbadning end resten af landet.

Tabel 10: Gå- og vandreture er populært blandt alle grupper (pct.)

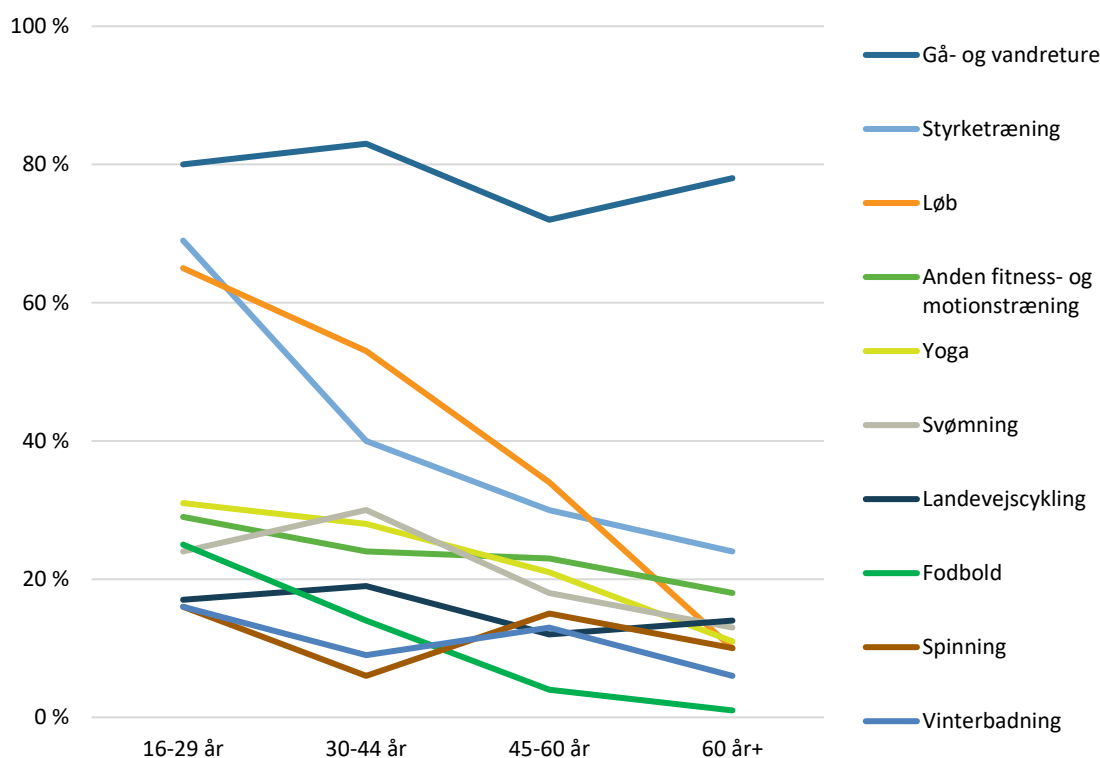
	Total	Køn		Landsgennemsnit
		Mænd	Kvinder	
Gå- og vandreture	78	72	82	72
Styrketræning	43	40	45	35
Løb	42	43	41	33
Anden fitness- og motionstræning	24	12	34	23
Yoga/pilates/afspænding	23	6	37	16
Svømning	21	18	24	13
Landevejscykling	14	19	11	13
Fodbold	12	19	7	9
Spinning/kondicykel	12	14	10	12
Vinterbadning	11	9	13	6

Tabellen viser voksnes mest populære valg af idrætsaktiviteter fordelt på total, køn og alder i Aarhus Kommune. Den fulde liste over sports- og motionsaktiviteter kan findes i bilag 2.

Gå- og vandreture er også populære på tværs af aldersgrupper, og det er den aktivitet, som flest dyrker i alle aldersgrupper, på nær de yngste 16-19-årige, hvor styrketræning er mest populært.

Styrketræning er generelt også populært på tværs af aldersgrupperne, og er i top-3 ved alle aldersgrupper. Løb er en aktivitet, som mange dyrker - det er kun i aldersgruppen 70+, at løb ikke er blandt de fem mest populære aktiviteter. Yoga og anden fitness- og motionstræning¹⁷ er også populært i flere aldersgrupper. Det gælder også svømning, der dog ikke kommer højere end en sjetteplads.

Figur 14: Gå- og vandreture er populære blandt alle aldre (pct.)



Figuren viser voksnes mest populære valg af idrætsaktiviteter fordelt på aldersgrupper i Aarhus Kommune. Den fulde liste over sports- og motionsaktiviteter kan findes i bilag 2.

Tabel 11 understreger, at få aarhusianere udelukkende dyrker én aktivitet, hvor det næsten kun er gå og vandreture, der er en aktivitet, som dyrkes eksklusivt. Et nærmere kig på de aarhusianerne, der udelukkende dyrker gå- og vandreture viser, at det typisk er ældre borgere. Det er samtidig den gruppe, der ellers svarer, at de ikke normalt dyrker sport og motion, hvilket derfor også forklarer en del af forskellen mellem andelen af borgere, der svarer 'Nej' til spørgsmålet 'Dyrker du normalt sport/motion?' og andelen, der alligevel angiver at dyrke mindst én aktivitet.

¹⁷ F.eks. crosstrainer, aerobic, step, stram op, cirkeltræning, TRX, andre motionsøvelser.

De resterende af de mest populære aktiviteter udøves meget sjældent eksklusivt. Derudover viser tabellen, at uanset hvilken aktivitet man udøver, kombineres det i høj grad med gå- og vandreture. Dem, der har mindst tendens til at kombinere deres aktivitet med gå- og vandreture, er dem, der dyrker spinning og fodbold. Det er dog stadig 79 pct. af dem, der også går og vandrer.

Generelt ser det ud til, at de voksne aarhusianere dyrker deres aktiviteter i mange forskellige kombinationer, og der er ikke mange, som bare dyrker en enkelt aktivitet.

Tabel 11: Ikke mange dyrker udelukkende én af de ti mest populære aktiviteter (pct.)

	Gå- og vandreture	Styrketræning	Løb	Anden fitness	Yoga/pilates/afspænding	Svømning	Landevejs-cykling	Fodbold	Spinning	Vinterbadning
Gå- og vandreture	[8]	47	45	26	28	23	16	13	12	13
Styrketræning	84	[0,6]	59	35	30	26	15	21	17	17
Løb	84	61	[0,9]	30	30	32	20	22	14	18
Anden fitness ¹⁸	84	64	53	[2]	37	30	13	15	16	14
Yoga/pilates/afspænding	94	56	54	38	[0]	34	20	10	13	22
Svømning	85	52	63	33	37	[0,4]	24	21	16	18
Landevejscykling	85	46	59	22	32	36	[0]	16	23	17
Fodbold	79	75	74	28	18	36	19	[2]	14	18
Spinning	79	61	48	32	26	29	28	15	[0]	17
Vinterbadning	90	66	66	30	45	35	22	20	18	[0]

Tabellen viser de ti mest populære aktiviteter i Aarhus, og i hvilke kombinationer de bliver dyrket. Tabellen læses fra venstre mod højre: f.eks. går 75 pct. af de voksne, der går til fodbold, også til styrketræning, mens 21 pct. af dem, der styrketræner, også går til fodbold. Andelen i hver række er derfor udregnet ud fra, hvor mange børn og unge der i alt dyrker den pågældende aktivitet. Tallene markeret i [] indikerer, hvor mange der udelukkende dyrker den pågældende aktivitet.

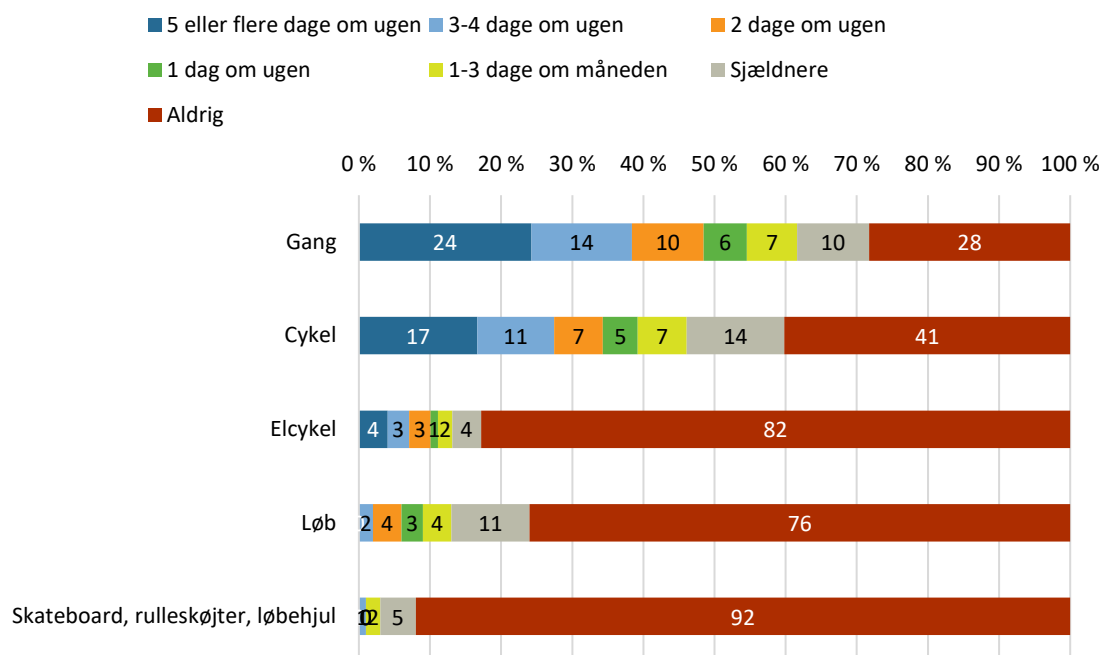
Aktiviteter i hverdagen

Ligesom børnene er de voksne aarhusianere også blevet spurgt til, om de er fysisk aktive i løbet af deres hverdag. Figur 15 viser, at den mest almindelige form for aktiv transport blandt aarhusianerne er gang, og godt hver fjerde bruger gang som transport mindst fem dage om ugen. Derefter følger cykling som transport, mens andelen, der benytter elcykel i deres hverdag, er 18 pct.

Samlet set benytter aarhusianerne sig lidt mere af aktiv transport end resten af landet, og det er godt fire ud af ti (39 pct.), der benytter en eller anden form for aktiv transport minimum fem dage om ugen, mens det er hver tredje (33 pct.) på landsplan.

¹⁸ F.eks. crosstrainer, aerobic, step, stram op, cirkeltræning, TRX, andre motionsøvelser.

Figur 15: Flest aarhusianere bruger gang som transport i hverdagen (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet 'Hvor ofte har du benyttet følgende former for aktiv transport de seneste 12 måneder? F.eks. til og fra arbejde/uddannelse?'.

Hvor organiseres de voksnes idrætsaktiviteter?

Organiseringen i Aarhus er i høj grad selvorganiseret, hvilket også gælder for resten af landet. I forhold til resten af landet adskiller borgerne i Aarhus sig mest tydeligt ved, at godt fire ud af ti voksne er aktive gennem private udbydere, hvor det er cirka tre ud af ti på landsplan.

Dette er egentlig billedet for næsten alle organiseringsformer på nær aftenskole, hvor Aarhus ligger over landsgennemsnittet. Så ikke nok med at aarhusianerne dyrker flere forskellige aktiviteter, så ser det også ud til, at de er aktive i flere forskellige sammenhænge, end det er tilfældet i resten af landet.

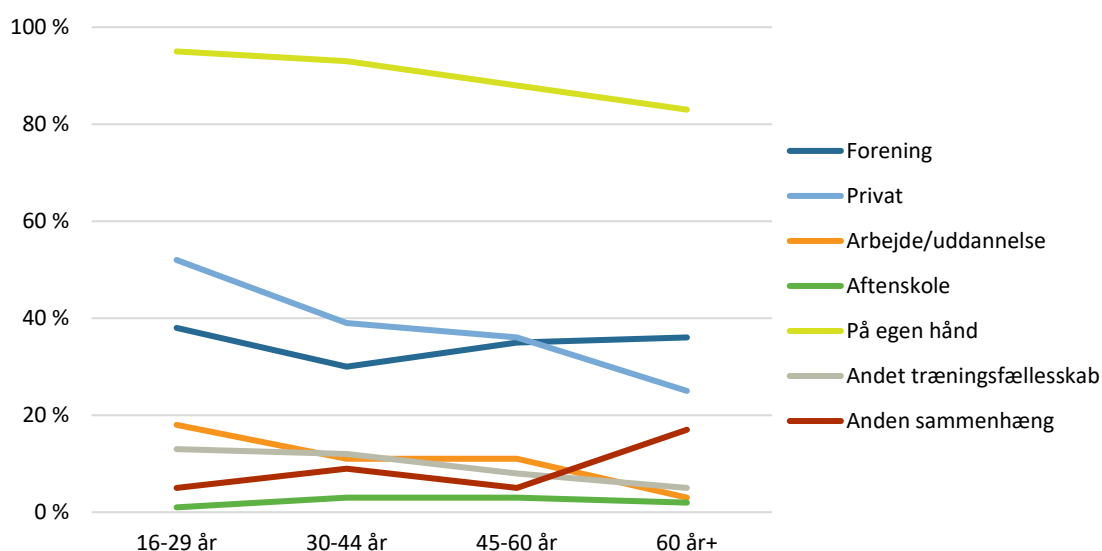
Tabel 12: Næsten alle aarhusianere er aktive på egen hånd (pct.)

	Total	Køn		Lands gennemsnit
		Mænd	Kvinder	
Forening	35	36	35	33
Privat udbyder ¹⁹	39	29	47	31
Arbejde/uddannelse ²⁰	11	13	10	10
Aftenskole	2	1	3	2
På egen hånd ²¹	90	89	90	86
Andet træningsfællesskab ²²	10	12	8	7
Anden sammenhæng ²³	9	4	13	8

Tabellen viser svarfordelingen til spørgsmålet 'I hvilken sammenhæng har du dyrket din(e) aktivitet(er)?' fordelt på køn, alder og sammenlignet med lands gennemsnittet.

På tværs af aldersgrupper er der nogenlunde stabilitet i organiseringen af de voksne idrætsaktiviteter, hvor de største forskelle findes i den private idræt, der har mindre tilslutning blandt de ældre borgere, der i stedet er aktive i foreninger og anden sammenhæng – f.eks. gennem tilbud som Ældre Sagen.

Figur 16: Relativ stabilitet i organiseringen af idrætsaktiviteter på tværs af aldersgrupper (pct.)



Tabellen viser svarfordelingen til spørgsmålet 'I hvilken sammenhæng har du dyrket din(e) aktivitet(er)?' fordelt på aldersgrupper.

Aarhus har set en fremgang indenfor den selvorganiserede idræt fra 65 pct. i 2016 til 90 pct. i 2020. En del af dette skyldes den store vækst i gå- og vandreture, der i høj grad er noget, der dyrkes på egen hånd, men det alene kan ikke forklare fremgangen. Samtidig er den

¹⁹ F.eks. kommercielt fitnesscenter eller danseskole

²⁰ F.eks. firmaidræt

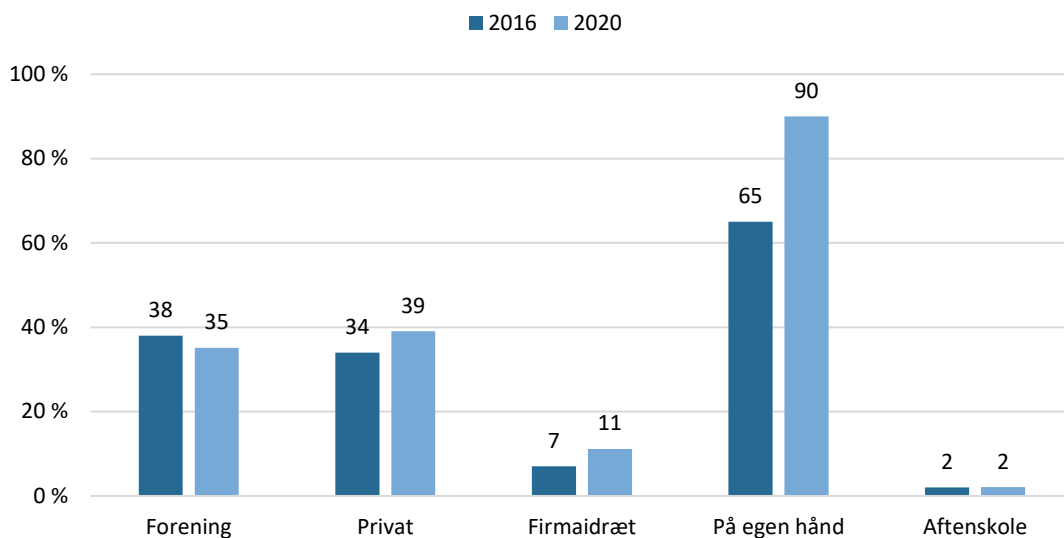
²¹ Alene eller sammen med andre

²² F.eks. organiseret gennem facebook-grupper

²³ F.eks. Ældre Sagen, kommunale tilbud

private idræt også i fremgang på trods af nedlukninger og restriktioner i blandt andet fitnesscentre.

Figur 17: Den selvorganiserede idræt har været i fremgang siden 2016 (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet 'I hvilken sammenhæng har du dyrket din(e) aktivitet(er)?' fordelt på undersøgelsesår.

Mange aarhusianere dyrker udelukkende selvorganiserede aktiviteter (26 pct.), og en stor del er organiseret med en kombination af selvorganisering og privat (36 pct.) eller forening (32 pct.). Det er meget få, som enten kun er i en forening (2 pct.) eller kun i det private (1 pct.). Dette kan skyldes, at nogle, grundet omstændighederne med nedlukningen og restriktioner, har været nødt til at dyrke sport og motion i andre organiseringsformer. Der tegner sig dog generelt et billede af, at aarhusianerne i høj grad kombinerer flere organiseringsformer.

Kigger vi på kønnene, dyrker mændene i højere grad kun selvorganiserede aktiviteter, mens kvinder i højere grad er i både det private kombineret med selvorganiseret. Udover dette ligner kønnene nogenlunde hinanden på de andre organiseringer og kombinationer.

Ser man på aldersgrupperne, er de unge (16-29 år) i høj grad både selvorganiseret og i privat regi. Hvis man kigger på dem, som kun dyrker selvorganiserede aktiviteter, er der meget få i den yngste aldersgruppe (6 pct.), mens resten af aldersgrupperne ligger over 20 pct. Derudover dyrker 36 pct. af de 40-49-årige kun selvorganiserede aktiviteter.

Tabel 13: Flest aarhusianere kombinerer flere organiseringsformer (pct.)

	Total	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
Kun forening	2	2	2	4	1	1	1	3	1	4
Kun privat ²⁴	1	1	1	4	1	0	0	2	0	2
Kun selvorganiseret	26	30	22	6	21	28	36	25	29	29
Forening og privat	15	13	17	31	20	10	18	14	9	11
Forening og selvorganiseret	32	33	31	42	34	27	36	28	32	28
Privat og selvorganiseret	36	27	44	47	50	38	33	34	25	18
Forening, privat og selvorganiseret	14	12	16	27	19	9	18	13	7	8

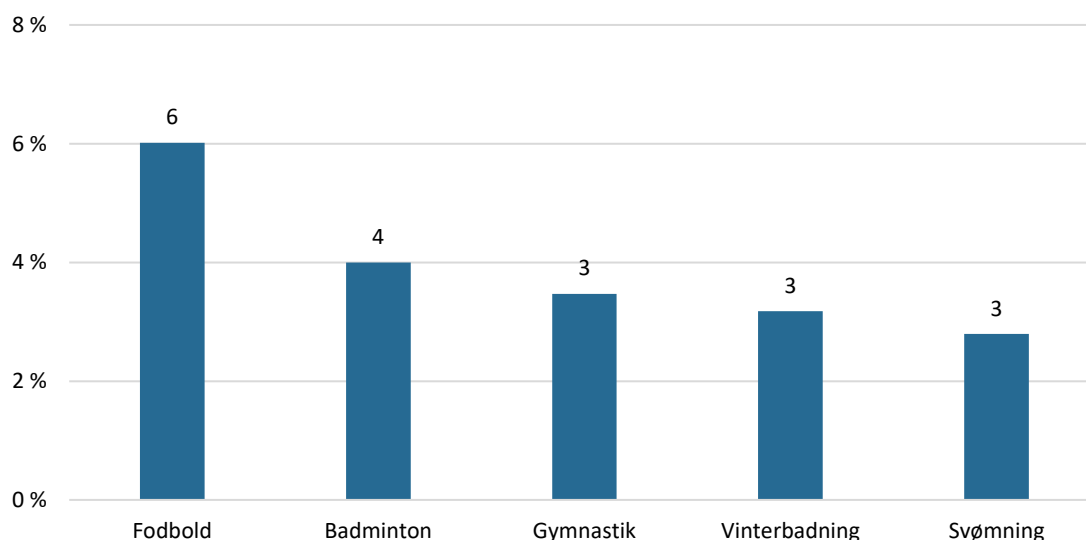
Tabellen viser, hvordan voksne i Aarhus samlet set organiserer deres aktiviteter. Kategorierne 'kun' (forening, privat og selvorganiseret) er tildelt, hvis respondenterne *udelukkende* organiserer aktiviteter i det pågældende regi. Respondenterne er placeret i de andre kategorier, organiseringskombinationerne, hvis vedkommende *som minimum* organiserer aktiviteterne i disse regi (f.eks. som minimum i forenings- og privat regi). Den samme respondent kan ikke befinde sig i flere af 'kun'-kategorierne, men kan godt befinde sig i flere af organiseringskombinationerne.

Hvilke aktiviteter dyrkes i hvilke sammenhænge?

Langt størstedelen af aarhusianerne dyrker således flere forskellige idrætsaktiviteter i kombination, og de dyrker deres idræt i flere forskellige organisatoriske sammenhænge. Det er dog vidt forskellige aktiviteter, der dyrkes i de forskellige sammenhænge.

Figur 18 viser de mest dyrkede aktiviteter i de aarhusianske foreninger, der udbyder klassiske boldspil, gymnastik og svømning, og hvor 6 pct. af alle voksne spiller fodbold.

Figur 18: Fodbold og badminton er de største foreningsaktiviteter i Aarhus (pct.)

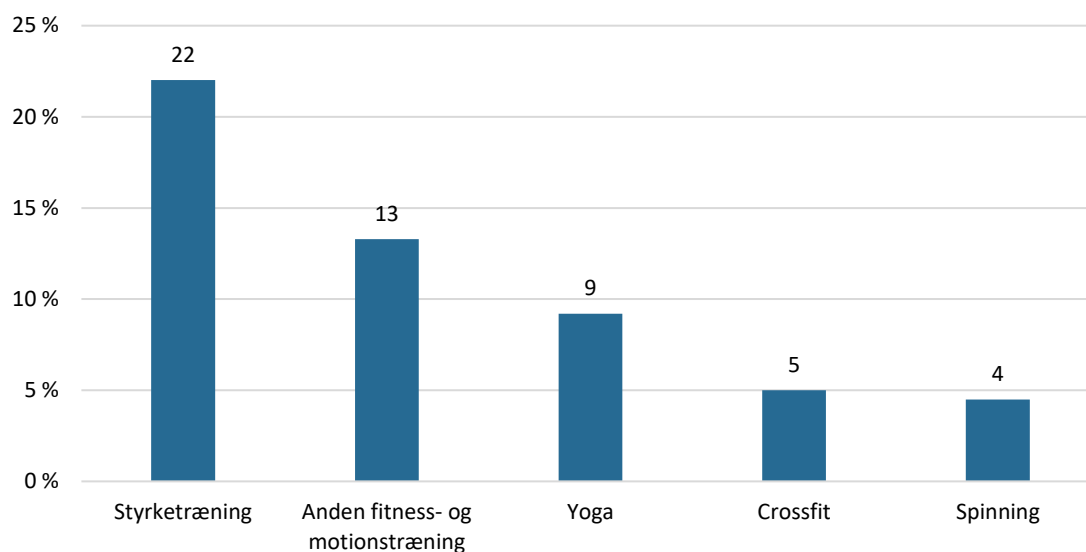


Figuren viser de mest populære aktiviteter i foreningsregi blandt voksne i Aarhus Kommune (n=1.063).

²⁴ F.eks. fitnesscenter eller danseskole

I de private og kommercielle centre dyrkes de forskellige fitnessaktiviteter og yoga.

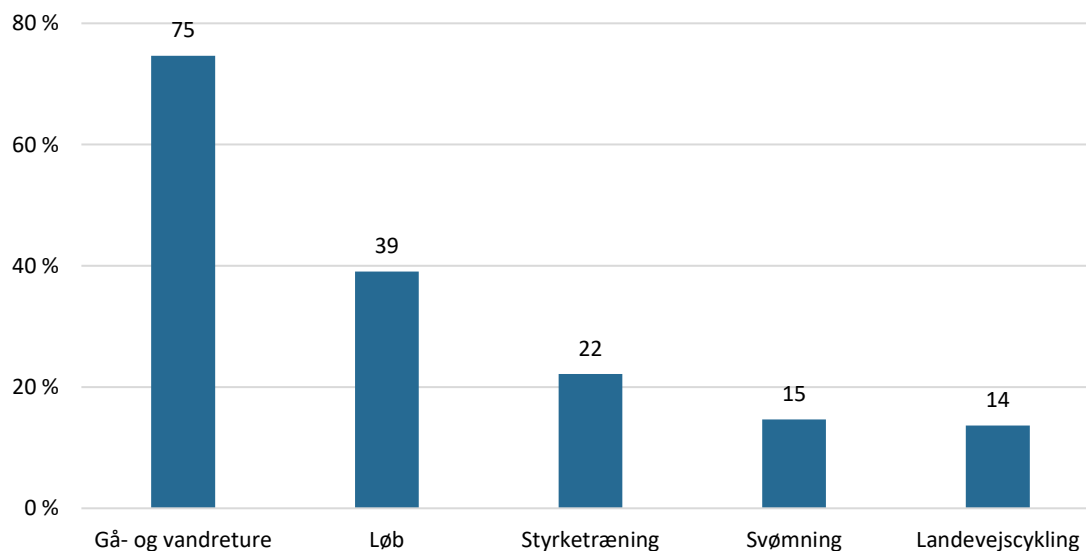
Figur 19: Fitness foregår primært i private centre (pct.)



Figuren viser de mest populære aktiviteter i private/kommercielle centre blandt voksne i Aarhus Kommune (n=1.063).

I selvorganiseret sammenhæng er det specielt gå- og vandreture, der trækker, og tre ud af fire aarhusianere går på egen hånd – enten alene eller sammen med andre. Derudover dyrker godt fire ud af ti løb på egen hånd, men også styrketræning foregår i samme udstrækning på egen hånd som i fitnesscentrene (22 pct. i begge sammenhænge). Det kan ses som endnu et eksempel på coronakrisens effekt på idrætsvanerne i Aarhus, hvor andelen, der styrketrænede i hjemmet i 2016, var næsten ikkeeksisterende.

Figur 20: Gå- og vandreture er den helt store selvorganiserede idrætsaktivitet (pct.)



Figuren viser de mest populære aktiviteter på egen hånd blandt voksne i Aarhus Kommune (n=1.063).

Hvilke faciliteter bruger voksne i Aarhus?

Aarhusianerne bruger i høj grad naturen til at udøve deres aktiviteter (80 pct.), men også veje, gader mm. (63 pct.). Noget af dette skyldes sandsynligvis den store tilslutning til gå- og vandreture. Hjemme/i haven er også højt på listen, hvor 47 pct. af aarhusianerne har udøvet sport/motion.

På trods af begrænsede muligheder i løbet af 2020 er fitnesscenteret også et sted, hvor mange aarhusianere udøver deres sports- og motionsaktiviteter (46 pct.). Generelt er der en lidt større andel aarhusianere, der bruger de forskellige faciliteter i forhold til landsgennemsnittet, hvilket igen går i tråd med, at aarhusianerne dyrker flere aktiviteter og er lidt mere idrætsaktive. De største forskelle ses i aarhusianernes brug af naturområderne i og omkring byen og brugen af fitnesscentre.

Tabel 14: Stor brug af naturen, parker og gader (pct.)

	Alle	Køn		Alder				Hele landet
		Mænd	Kvinder	16-29 år	30-44 år	45-59 år	60 år +	
Indendørs								
Haller og sale ²⁵	39	40	37	49	42	33	27	36
Fitnesscenter og motionsrum	46	42	50	63	40	42	34	40
Svømmehal	23	18	28	25	30	23	16	19
Andet indendørs idrætsanlæg ²⁶	19	16	21	29	19	17	8	17
Lokale, der ikke primært bruges til idræt ²⁷	22	23	20	27	15	22	19	19
Udendørs								
Fodboldbane	21	26	16	32	24	16	8	19
Andet udendørs idrætsanlæg ²⁸	20	23	17	29	16	18	13	17
Udendørs arealer, der ikke normalt bruges til idræt ²⁹	15	15	15	20	15	14	9	14
Naturen (f.eks. skov, strand)	80	76	83	89	83	76	69	74

²⁵ Idrætshal/gymnastiksal/ bevægelsessal/mindre idrætslokale

²⁶ F.eks. skøjtehal, ridehal, skydekælder, skatehal, dansestudie, yogacenter, kampsportscenter

²⁷ F.eks. skoler/institutioner

²⁸ F.eks. tennisbane, beachvolleybane, golfbane, atletikanlæg, multibane, parkouranlæg

²⁹ F.eks. parkeringsplads, legeplads ved skoler/institutioner

Faciliteter i naturen ³⁰	21	27	17	29	26	24	7	17
På/i vandet ³¹	29	26	32	42	30	25	16	23
Faciliteter på vandet ³²	10	9	11	14	10	11	5	9
Veje, gader, fortove o.l.	63	60	66	76	63	61	48	58
Byens parker	44	41	47	60	44	39	27	36
Hjemme/i haven	47	44	49	60	52	40	31	41
Andet sted udendørs	16	16	16	17	14	14	17	16

Tabellen viser svarfordelingen til spørgsmålet 'Hvor har du dyrket din(e) aktivitet(er)?' fordelt på køn og alder og sammenlignet med landsgennemsnittet.

Samlet set benytter 89 pct. af de aarhusianske naturområder som skov, strand, vand, veje, gader, parker og andre udendørs arealer, mens godt hver fjerde (26 pct.) benytter dedikerede outdoorfaciliteter i naturen eller på vandet. Samtidig benytter 61 pct. de dedikerede idrætsfaciliteter, når de dyrker deres idræt. På trods af at der i de seneste år har været stor fremgang i idrætten i naturen, så er det stadig en stor del af de voksne aarhusianere, der har deres regelmæssige gang i kommunens anlagte idrætsfaciliteter.

Aarhusianerne er aktive i flere forskellige arenaer end tidligere

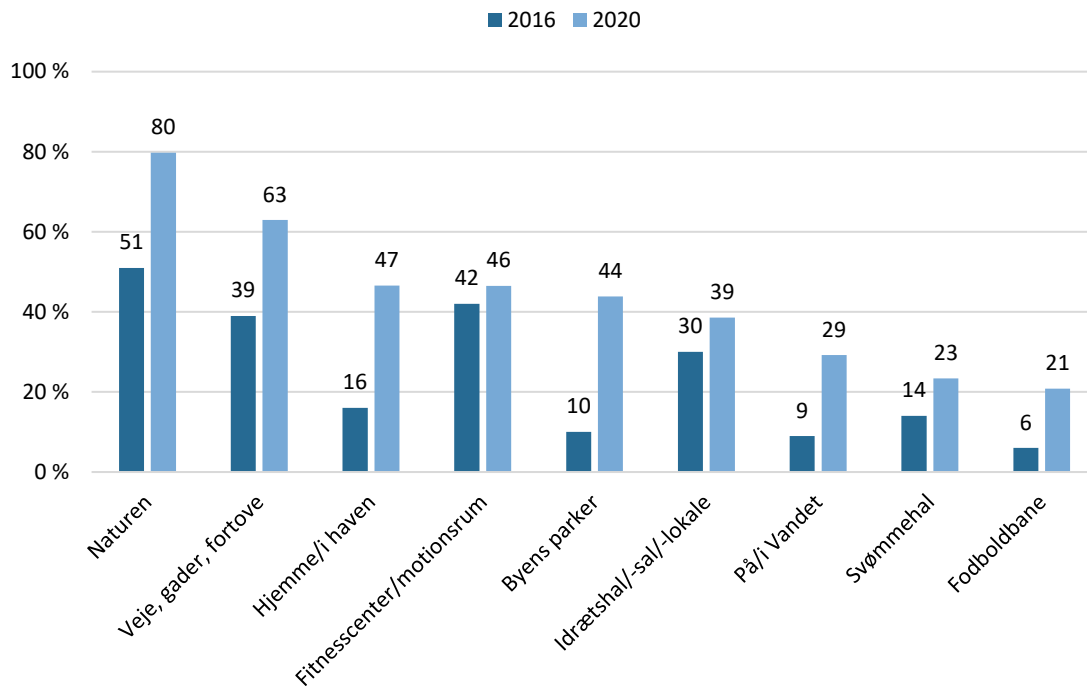
Aarhusianerne anvender i større grad de forskellige faciliteter i 2020 sammenlignet med 2016. Det er især outdoorfaciliteter, der ser en stor brug, hvor naturen, vandet, gader og parker bruges flittigt. Derudover er der også en større brug af svømmehal og fitnesscentre, dog i langt mindre grad end ved de andre faciliteter. Dette kan skyldes, at 2020 er påvirket af coronakrisen og nedlukning, hvilket har givet et ekstra skub til outdooraktiviteter og -faciliteter, da det har været dem, der har været bedst mulighed for at benytte. Det samme gør sig gældende og præger muligvis den store stigning i brugen af haven og hjemmet til at udøve sports- og motionsaktiviteter.

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

³¹ F.eks. hav, sø, å, havn

³² F.eks. havnebade, havsvømmebaner, kabelbaner

Figur 21: Flere aktiviteter har ført til stigning i brug af alle typer faciliteter i Aarhus (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet 'Hvor har du dyrket din(e) aktivitet(er)?' sammenlignet med 2016.

Litteratur

Kirkegaard, H., Eske, M. & Rask, S. (2020a): 'Danskernes motions- og sportsvaner efter genåbningen. Notat: Nye aktive trækker idrætsdeltagelsen op', Idrættens Analyseinstitut: Aarhus

Kirkegaard, H., Eske, M. & Rask, S. (2020b): Danskernes motions- og sportsvaner under coronanedlukningen. Notat 1.1: *Idrætsdeltagelse og brug af digitale træningsmuligheder*, Aarhus: Idrættens Analyseinstitut

Pilgaard, M. & Rask, S. (2016): *Danskernes motions- og sportsvaner 2016*, København: Idrættens Analyseinstitut

Pilgaard, M. & Toft, D. (2010): *Idræt og motion – Hvor er Århus? Kortlægning af idrætten i Århus – Aarhus Europæisk Kulturhovedstad 2017*. København: Idrættens Analyseinstitut

Rask, S. (2017): *Idræt i storbyerne. Motions- og sportsvaner 2016, Aarhus og København*, København: Idrættens Analyseinstitut

Rask, S. & Eske, M. (2020): *Status på danskernes idrætsdeltagelse 2020*, Notat 1: Danskernes motions- og sportsvaner 2020, Aarhus: Idrættens Analyseinstitut

Rask, S. & Eske, M. (2020): *Status på danskernes idrætsdeltagelse 2020*, Notat 1: Danskernes motions- og sportsvaner 2020, Aarhus: Idrættens Analyseinstitut

Rask, Eske, Petersen & Hansen (2021): Danskernes aktivitetsvalg og organisering i 2020, Notat 2 i 'Danskernes motions- og sportsvaner 2020', Aarhus: Idrættens Analyseinstitut

Bilag

Bilag 1: Børn og unges (7-15 år) valg af aktiviteter i Aarhus Kommune (pct)

	Total	Køn		Alder		
		Drenge	Piger	7-9 år	10-12 år	13-15 år
Svømning	36	34	38	57	34	16
Fodbold	33	47	19	39	33	27
Gå- og vandreture (ikke som transport)	32	30	34	33	30	33
Trampolin	30	28	32	39	33	18
Løbehjul	25	25	25	40	27	8
Løb	24	24	23	16	19	36
Gymnastik	21	8	34	30	19	13
Styrketræning	16	16	17	3	8	38
Dans (alle former)	16	3	29	14	16	18
Håndbold	15	14	17	17	19	11
Rulleskøjter	15	6	24	24	15	6
Badminton	11	16	7	9	15	10
E-sport	10	19	2	4	14	14
Skiløb/ snowboard/ rulleski	8	8	8	8	6	9
Skateboard/ waveboard	7	8	6	5	8	9
Mountainbike/ gravel bike/ BMX o.l.	7	11	3	5	7	9
Kampsport ³³	7	9	4	7	8	5
Basketball	7	7	6	6	6	8
Ridning	6	0	11	4	9	4
Anden fitness- og motionstræning ³⁴	5	6	5	1	4	11
Surfing/Stand Up Paddle (SUP)	5	4	5	4	5	6
Tennis	4	5	4	2	4	6
Åbent vand svømning	4	2	6	5	4	3
Parkour	4	7	1	6	4	2
Yoga/ pilates/ afspænding	3	2	5	2	2	6
Landevejscykling (ikke som transport)	3	4	3	4	3	3
Bordtennis	3	5	1	2	6	1
Skøjtøløb	3	1	5	3	4	2
Klatring (f.eks. klatrevæg)/ bjergbestigning	3	2	3	3	3	2
Atletik	2	2	3	2	3	2
Crossfit	2	3	1	1	1	4
Spinning/ kondicykel	2	2	1	1	1	3
Motorsport (f.eks. motocross, gokart)	2	3	<1	1	1	3
Sejlsport	2	1	2	1	1	2

³³ F.eks. boksning, karate, aikido, taekwondo, judo, brydning, fægtning

³⁴ F.eks. crosstrainer, aerobic, step, stram op, cirkeltræning, TRX, andre motionsøvelser

Kano/ kajak	2	2	2	1	1	2
Orienteringsløb	2	1	2	1	2	2
Golf	1	2	1	2	1	1
Multisport ³⁵	1	1	1	2	1	<1
Dykning/ fridykning	1	1	1	1	2	1
Skydning	1	2	<1	1	1	2
Volleyball/ beachvolley	1	1	1	1	1	1
Padel (-tennis)	1	1	<1	1	<1	1
Hockey/ floorball	1	1	1	<1	2	<1
Amerikansk fodbold/ rugby	1	1	<1	<1	<1	1
Ishockey	<1	<1	<1	1	<1	<1
Handicapidræt	<1	<1	1	<1	1	<1
Vandski/ wakeboard	<1	1	<1	<1	1	1
Baseball/softball	<1	1	<1	<1	<1	1
Windsurfing/ kitesurfing	<1	1	<1	<1	<1	1
Squash	<1	<1	<1	<1	<1	<1
Triatlon/ duatlon	<1	<1	<1	<1	<1	<1
Roning	<1	<1	<1	<1	<1	<1

Tabellen viser børn og unges valg af idrætsaktiviteter fordelt på total, køn og alder i Aarhus Kommune (n=1.023).

³⁵ Hold hvor der dyrkes forskellige aktiviteter, f.eks. familieidrætshold

Bilag 2: Voksnes (16 år +) valg af aktiviteter i Aarhus Kommune (pct)

	To- tal	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
Gå- og vandreture	78	72	82	53	85	85	81	67	83	69
Styrketræning	43	40	45	79	66	44	33	28	28	20
Løb	42	43	41	70	63	56	44	30	17	5
Anden fitness- og moti- onstræning	24	12	34	32	28	25	25	20	21	16
Yoga/pilates/afspænding	23	6	37	20	33	34	14	23	15	8
Svømning	21	18	24	30	23	32	22	18	14	11
Landevejscykling	14	19	11	16	17	18	14	15	15	5
Fodbold	12	19	7	44	21	17	8	2	2	1
Spinning/kondicykel	12	14	10	20	15	7	10	15	13	8
Vinterbadning	11	9	13	9	18	9	14	10	8	4
Dans (alle former)	11	4	17	35	15	8	5	10	6	8
Bowling/keglespil	11	14	8	18	16	11	10	7	5	6
Billard/pool	10	15	6	20	19	10	7	4	4	2
Badminton	10	10	10	28	14	7	12	4	6	5
Åbent vand svømning	10	10	10	7	13	13	6	10	7	6
Skiløb/snowboard/rulleski	9	12	7	15	15	8	6	9	5	2
Mountainbike/ gravel bike/BMX og lignende	8	13	5	13	11	8	11	11	5	1
E-sport	8	16	2	22	17	11	5	1	0	0
Crossfit	8	8	7	12	16	7	7	2	2	0
Gymnastik	7	4	10	18	4	2	1	5	12	19
Surfing/Stand Up Paddle (SUP)	7	6	8	6	14	7	7	7	2	0
Dart	7	9	5	15	11	10	4	3	4	0
Rulleskøjter/skateboard/ løbehjul	7	5	8	17	11	12	6	0	0	0
Bordtennis	7	7	6	27	9	7	2	5	4	2
Golf	6	10	3	10	6	4	4	6	6	9
Kano/ kajak	6	6	6	9	11	4	6	5	4	1
Padel (-tennis)	5	7	4	11	8	7	7	4	0	0
Klatring/bjergbestigning	5	4	5	18	10	4	1	1	0	0
Petanque/ boule/ bowls	4	5	4	2	8	10	1	0	1	3
Volleyball/ beachvolley	4	4	4	22	7	4	1	1	0	1
Tennis	4	4	4	18	6	1	3	2	3	3
Ridning	4	1	6	9	5	3	8	4	1	0
Håndbold	3	2	4	24	4	5	1	0	0	0
Vandgymnastik/vandtræ- ning	3	1	5	1	1	4	2	4	7	4
Basketball	3	4	2	15	6	2	3	0	0	0

Kampsport ³⁶	2	2	3	17	3	1	3	1	1	0
Sejlsport	2	3	1	1	2	2	3	3	2	2
Skydning/bueskydning	2	3	1	5	4	1	1	1	0	1
Skøjteløb	2	1	2	9	2	3	0	3	1	0
Motorsport ³⁷	2	3	1	9	3	1	1	0	0	0
Hockey/ floorball	2	2	1	5	3	2	3	0	0	0
Orienteringsløb	2	2	1	8	3	1	2	0	0	0
Dykning/ fridykning	1	3	0	1	1	2	1	3	1	0
Multisport ³⁸	1	1	2	4	1	1	2	0	2	2
Squash	1	2	0	0	3	0	1	2	0	0
Triatlon/ duatlon	1	1	1	0	4	0	1	0	0	0
Parkour	1	1	1	8	2	0	0	1	0	0
Stavgang	1	1	1	0	0	0	0	1	1	5
Roning	1	1	1	0	1	2	0	0	1	1
Atletik	1	1	1	8	0	1	0	1	0	0
Windsurfing/ kitesurfing	1	2	0	0	1	2	0	0	0	0
Vandski/wakeboard	1	1	0	4	2	0	0	0	0	0
Handicapidræt	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1
Amerikansk fodbold/ rugby	1	1	0	4	1	1	0	0	0	0
Ishockey	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0
Baseball/softball	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0

Tabellen viser voksnes valg af idrætsaktiviteter fordelt på total, køn og alder i Aarhus Kommune (n=1.063).

³⁶ F.eks. boksning, karate, aikido, taekwondo, judo, brydning, fægtning

³⁷ F.eks. motocross, gokart

³⁸ Hold hvor der dyrkes forskellige aktiviteter, f.eks. seniorhold, familiehold



Idrættens
Analyseinstitut