

PRESSEMEDDELELSE

Idrætsdeltagelsen er på vej op, efter at idrætsfaciliteterne er åbnet igen

Den nyeste undersøgelse af danskernes sports- og motionsvaner under coronakrisen viser, at andelen af danskere, der er idrætsaktive, er vokset fra 54 pct. i april til 62 pct. i oktober 2021. Men en del af dem, der var aktive i april, er faldet fra igen, fordi coronaperioden har slidt på deres overskud.

Idrættens Analyseinstitut har igen undersøgt, hvordan det går med danskernes sports- og motionsvaner under coronakrisen. De nye resultater fra oktober 2021 viser, at vi er på vej tilbage til de gamle vaner: Den overordnede idrætsdeltagelse blandt voksne er nu på 62 pct. mod 54 pct. i april 2021, og mange er vendt tilbage til foreninger og fitnesscentre, efter at alle coronarestriktioner blev ophævet i midten af september.

Selv om der er sket en stigning i andelen af voksne, der dyrker sport og motion, siden april i år, er idrætsdeltagelsen dog stadig ikke på samme niveau som før coronakrisen, hvor andelen var 65 pct. Det er især kvinder over 70 år, der dyrkede sport og motion før coronakrisen, som endnu ikke er vendt tilbage til deres aktiviteter, viser undersøgelsen.

At det danske idrætsliv ikke længere er underlagt restriktioner, kommer også tydeligt frem i undersøgelsen. I takt med, at foreningsidrætten er åbnet op, er andelen af voksne, der dyrker aktiviteter i en forening, steget fra 9 pct. i april til 19 pct. i oktober 2021. Det samme er sket for de aktiviteter, der foregår i det private/kommercielle regi som f.eks. fitnesscentre og danseskoler. Her er tilslutningen steget fra 5 pct. i april til 20 pct. i oktober 2021.

Til gengæld er andelen, der dyrker aktiviteter på egen hånd, faldet. Det viser sig blandt andet ved, at coronakrisens store aktivitet, gå- og vandreture, er blevet mindre populær. Andelen, der dyrker gå- og vandreture, er faldet fra 55 pct. i april til 44 pct. i oktober 2021.

Mange falder fra, fordi de mangler overskud

Omvæltningerne fra coronaperioden trækker dog stadig spor i idrætsdeltagelsen. Ifølge undersøgelsen har 15 pct. af de voksne, der dyrkede sport og motion i april i år, lagt deres aktiviteter på hylden i oktober, og det er især sket i den gruppe, der har arbejdet hjemmefra under pandemien, men nu er tilbage på deres fysiske arbejdsplads.

Deltagerne i undersøgelsen angiver, at den væsentligste barriere for ikke at være aktiv er manglende overskud, eller at de har fået mindre fritid.

"I undersøgelsen har vi spurgt ind til, hvad det manglende overskud skyldes. 21 pct. af de voksne svarer, at coronakrisen har været opslidende for deres mentale

helbred, og 10 pct. svarer, at det har været overvældende at vende tilbage til fysisk fremmøde på arbejde efter coronanedlukningen,” fortæller Mette Eske, der er analytiker i Idan og har lavet undersøgelsen.

Flest nye aktive blandt unge mænd

Mens nogle er stoppet med at være aktive, viser undersøgelsen også, at nogle af dem, der ikke dyrkede sport og motion før coronakrisen, nu er begyndt på det. Andelen af nye aktive siden april 2021 er størst blandt mænd i alderen 18-29 år, som primært har kastet sig over fitnessaktiviteter og gå- og vandreture.

”Det er en lidt overraskende udvikling, som undersøgelsen ikke giver nogen god forklaring på, udover at graden af overskud ser ud til at spille en væsentlig rolle. Flere peger på, at de fået mere fritid eller en mere fleksibel hverdag, der gør det lettere for dem at dyrke idræt, og fitness og gå- og vandreture er jo netop aktiviteter, der er meget fleksible,” siger Mette Eske.

Mere om undersøgelsen

Download notatet '[Danskernes motions- og sportsvaner efter genåbningen af idrætslivet. Notat 6: Tilbagevenden til gamle vaner](#)'

Find temasiden for Idans undersøgelse af [coronakrisens effekt på danskernes idrætsvaner](#)



Pressekontakt

Mette Eske
Analytiker
Mobil: +45 2478 2908
Mail: mette.eske@idan.dk

Kontakt

Idrættens Analyseinstitut
Frederiksgade 78B, 2.
DK-8000 Aarhus C
+45 32 66 10 30
idan@idan.dk

itut

er en selvejende institution
er overblik over aktuel,
ng, analyserer konsekvenser af
ke initiativer og stimulerer debat