

NOC*NSF Sportdeelname Index

Goede voornemens



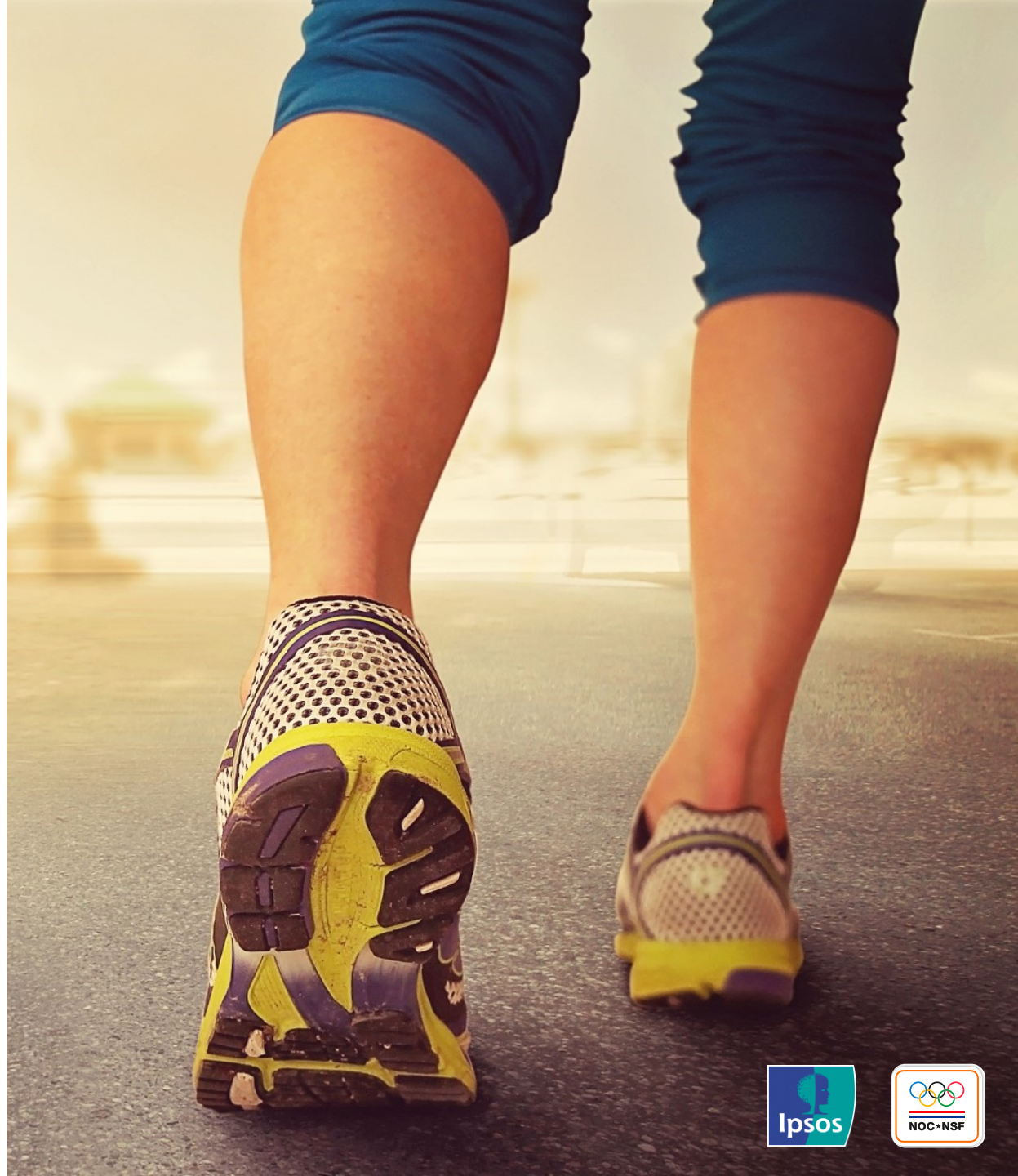
Extra vragen NOC*NSF
December 2020

#wewinnenveelmetsport

Inhoudsopgave

Extra vragen - december 2020

- Inleiding
- Samenvatting
- Onderzoeksresultaten
- Onderzoeksverantwoording



Samenvatting

Goede voornemens 2021



Goede voornemens



(meer) gaan
bewegen
74%

(2017: 66%;
2018: 67%;
2019: 68%)



(meer) gaan
sporten
58%

(2017: 51%;
2018: 52%;
2019: 54%)

Frequentie



85%
van de personen die
(meer) willen gaan
sporten in 2021, is van
plan minimaal 1x per
week te gaan sporten

(2017: 81%; 2018: 84%;
2019: 82%)

Top-3 sporten om te gaan of blijven beoefenen



Fitness, binnen
37%

(2017: 44%;
2018: 42%;
2019: 36%)



Wandelsport
37%

(2017: 26%;
2018: 29%;
2019: 27%)



Hardlopen
22%

(2017: 22%;
2018: 21%;
2019: 19%)

Redenen



Conditie, kracht en/of
lenigheid opbouwen of
behouden

72%

(2017: 68%; 2018: 68%;
2019: 65%)



Ter ontspanning

59%

(2017: 54%; 2018:
51%; 2019: 51%)

Benodigheden



Tijd om te sporten

54%

(2017: 55%, 2018: 54%;
2019: 57%)



Mensen om samen mee
te sporten

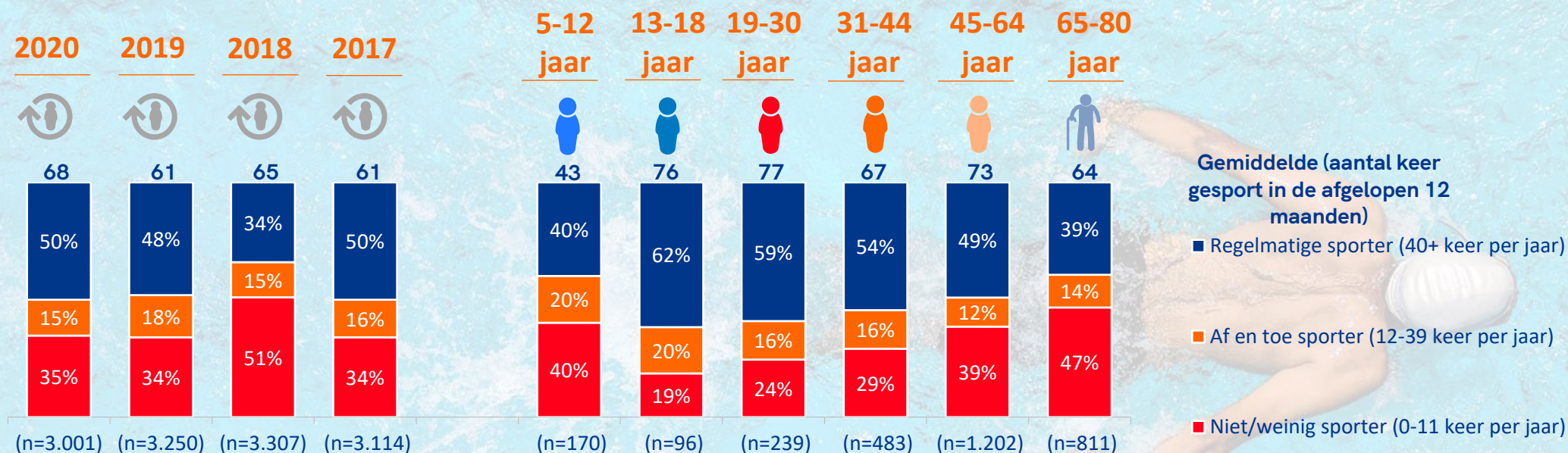
26%

(2017: 28%; 2018: 23%;
2019: 27%)

Onderzoeksresultaten

Sportfrequentie afgelopen 12 maanden

Bijna de helft van de Nederlanders is een regelmatige sporter, iets meer dan een derde sport weinig tot niet



Q9. Geef hieronder alstublieft aan hoeveel keer u zelf in de afgelopen 12 maanden in totaal heeft gesport?

Q9. Basis: Alle respondenten, 2020: n = 3.001 2019: n=3250, 2018: n = 3.307, 2017: n = 3.114

Onderzoeksresultaten

Voornemens 2021 per leeftijdscategorie

Ongeveer driekwart heeft als goede voornemens meer te gaan bewegen, 12% heeft geen goede voornemens



	2020	2019	2018	5-12 jaar	13-18 jaar	19-30 jaar	31-44 jaar	45-64 jaar	65-80 jaar
...meer te gaan bewegen	74%	68%	67%	82%	71%	80%	78%	68%	69%
...gezonder te eten	65%	64%	65%	66%	69%	68%	70%	60%	62%
...af te vallen	59%	55%	56%	62%	45%	57%	66%	61%	51%
...(meer) te gaan sporten	58%	54%	52%	70%	67%	68%	68%	51%	43%
...te stoppen / minderen met het drinken van alcohol	23%	24%	22%	19%	12%	18%	22%	25%	31%
...te stoppen / minderen met roken	22%	21%	19%	21%	16%	20%	21%	20%	30%
Geen goede voornemens	12%	15%	15%	8%	15%	10%	9%	15%	13%

Q10. Heeft u het voornemen om in 2021?

Q10. Basis: Alle respondenten, 2020: n=3.001, 2019: n=3250, 2018: n = 3.307

Onderzoeksresultaten

Voornemens om meer te gaan sporten naar achtergrondkenmerken



Meer midden en hoog opgeleiden hebben het voornemen om (meer) te gaan sporten dan laag opgeleiden

Geslacht



Mannen
59%
(2019: 52%)



Vrouwen
58%
(2019: 55%)

Opleiding



Laag
52%
(2019: 49%)

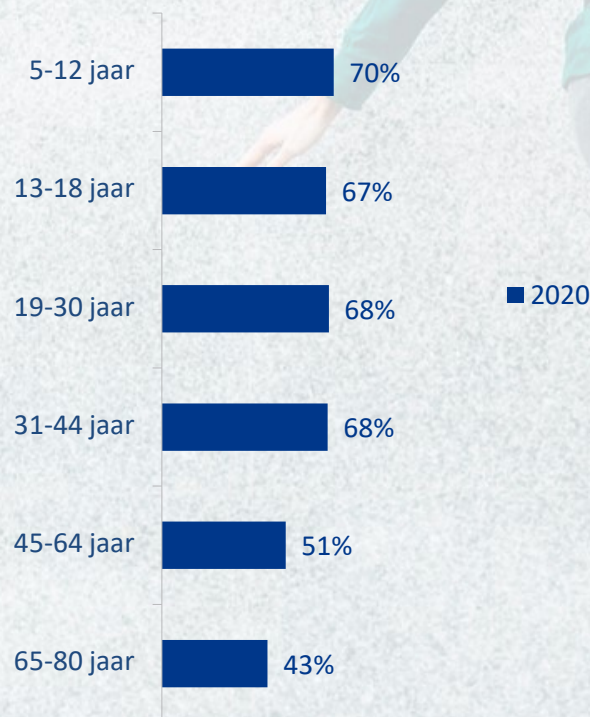


Midden
61%
(2019: 56%)



Hoog
60%
(2019: 56%)

Leeftijd



Roper

Settled	35% (2019: 34%)
Homebodies	52% (2019: 47%)
Dreamers	56% (2019: 51%)
Adventurers	59% (2019: 55%)
Open-Minded	67% (2019: 56%)
Organics	43% (2019: 35%)
Rational-Realists	48% (2019: 50%)
Demanding	48% (2019: 44%)

Q10. Heeft u het voornemen om in 2021 meer te gaan sporten?

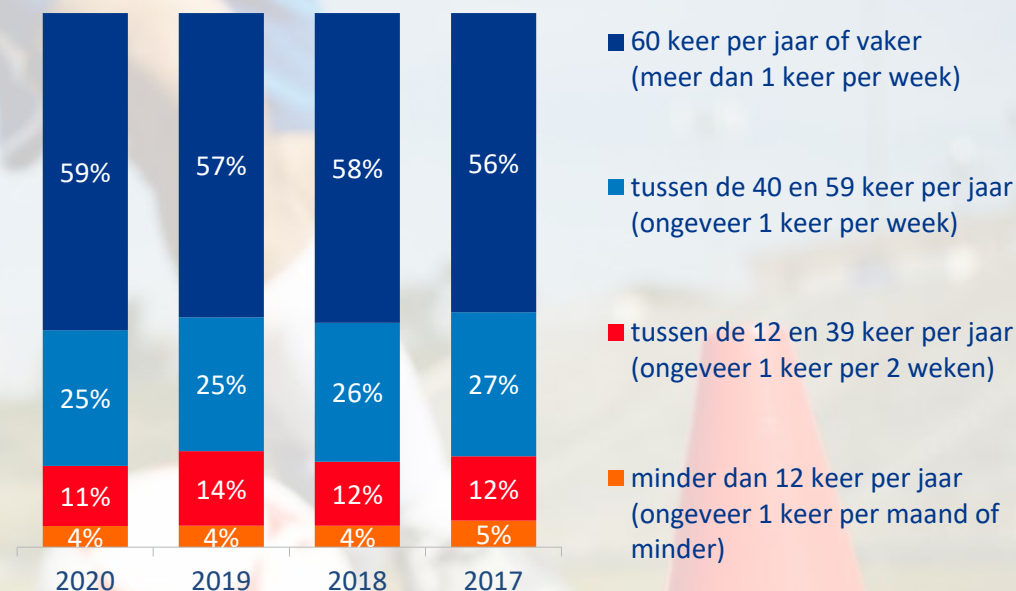
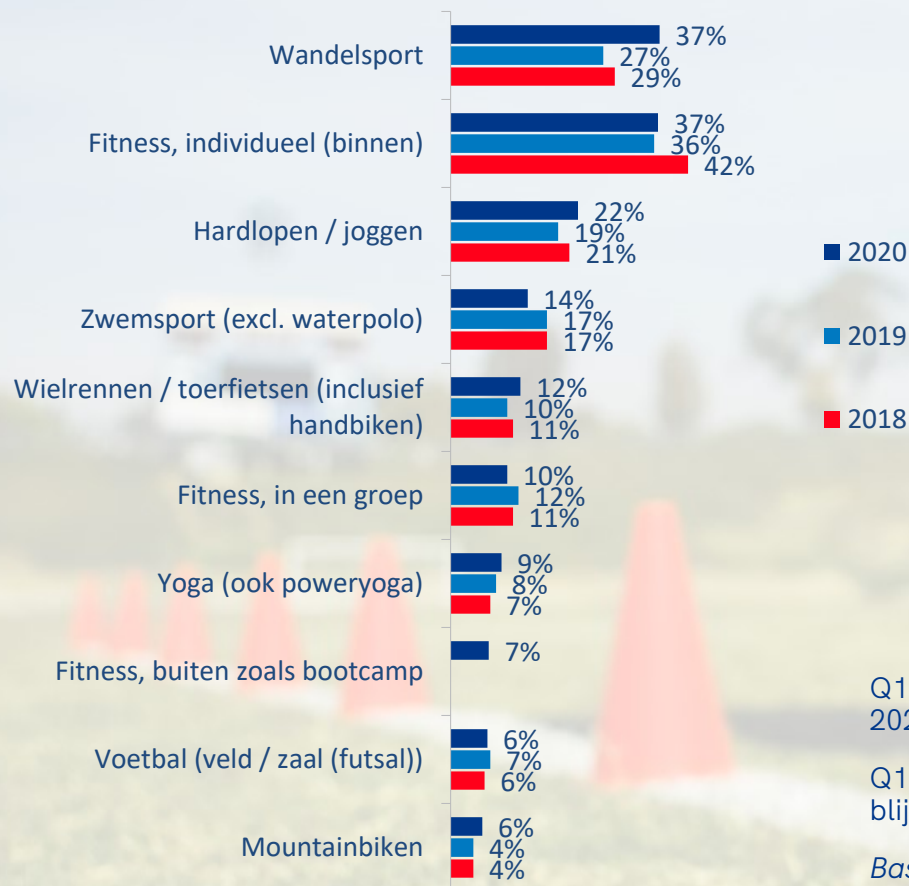
Q10. Basis: Alle respondenten, 2020: n=3.001, 2019: n=3250, 2018: n=3.307

Onderzoeksresultaten

Sportfrequentie aankomend jaar en interesse sport 2021



85% geeft aan in 2021 minimaal 1 keer per week te gaan sporten, wandelsport is daarbij het populairst



Q11. U geeft aan van plan te zijn om in 2021 (meer) te gaan sporten. Hoe vaak denkt u in 2021 te gaan sporten?

Q12. Van welk van onderstaande sporten heeft u interesse om deze in 2021 te gaan / te blijven beoefenen?

Basis: Van plan om (meer) te gaan sporten, 2020 n=1582, 2019 n=1613, 2018: n=1.637; 2017

Onderzoeksresultaten

Redenen om (meer) te gaan sporten

Met name conditie opbouwen, afvallen/op gewicht blijven en ontspanning zijn redenen om (meer) te gaan sporten



	2020	2019	2018	5-12 jaar	13-18 jaar	19-30 jaar	31-44 jaar	45-64 jaar	65-80 jaar
...om mijn conditie, kracht en/of lenigheid op te bouwen / te behouden	72%	65%	68%	73%	77%	73%	76%	70%	65%
...om af te vallen / op gewicht te blijven	56%	55%	54%	57%	47%	55%	62%	59%	45%
...ter ontspanning (als uitlaatklep, om lekker in mijn vel te zitten)	59%	51%	51%	69%	49%	59%	56%	61%	54%
...vanwege mijn gezondheid	49%	48%	43%	46%	32%	43%	52%	53%	56%
...om sociale contacten te leggen / te onderhouden	15%	14%	13%	10%	16%	15%	12%	16%	20%
...omdat ik zelf een prestatie neer wil zetten / mijn grenzen wil verleggen	15%	15%	14%	10%	23%	19%	17%	12%	10%
...om te herstellen van een blessure en/of te revalideren na ziekte	8%	9%	10%	9%	6%	9%	6%	8%	8%
...omdat een arts of fysiotherapeut mij adviseert te (gaan/blijven) sporten	8%	9%	9%	6%	5%	6%	4%	10%	15%
...om nieuwe vaardigheden te leren	7%	6%	5%	5%	21%	14%	4%	4%	2%
...omdat anderen (familie, vrienden) mij motiveren om te (gaan/blijven) sporten	7%	6%	5%	6%	6%	10%	7%	6%	5%
...omdat ik mezelf wil meten met anderen (competitie)	4%	4%	3%	2%	11%	6%	4%	3%	2%
...omdat ik via mijn werkgever de kans krijg om te (gaan/blijven) sporten	1%	3%	2%	3%	1%	2%	1%	1%	0%
...om zakelijke contacten te leggen / te onderhouden	1%	1%	1%	0%	1%	2%	1%	1%	0%
...omdat mijn zorgverzekering een deel van de kosten om te (gaan/blijven)	1%	1%	1%	0%	1%	1%	1%	2%	2%
...vanwege (een) ander(e) reden(en)	3%	2%	1%	1%	4%	4%	2%	3%	4%

Q13. Wat zijn voor u redenen om in 2021 (meer) te gaan sporten?

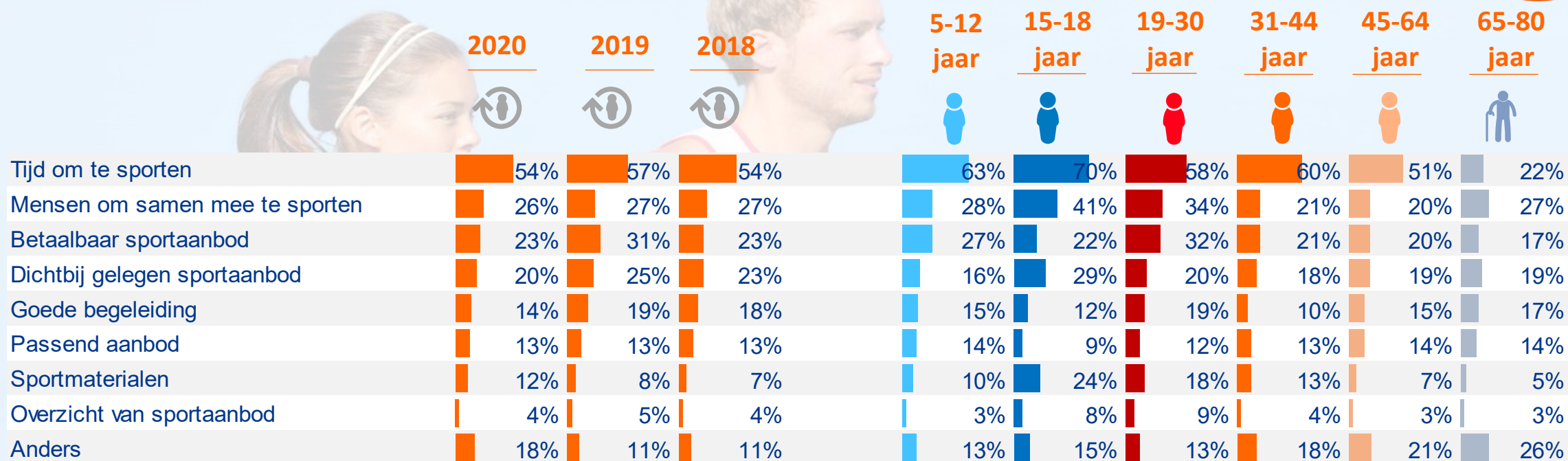
Q13. Basis: Van plan om (meer) te gaan sporten, 2020 n=1582, 2019 n=1613, 2018: n=1.637; 2017

Onderzoeksresultaten

Benodigheden om meer te gaan sporten



Met name tijd en gezelschap zijn nodig om de goede voornemens omtrent sporten te verzilveren



Q14. Wat heeft u nodig om uw goede voornemen(s) te verzilveren?

Q14 Basis: Van plan om (meer) te gaan sporten, 2020 $n=1582$, 2019 $n=1613$, 2018: $n=1.637$; 2017

Onderzoeksmethode

Methode



- Maandelijks meten van sportdeelname van de Nederlandse bevolking (5 t/m 80 jaar), door middel van kwantitatief online onderzoek.



- De vragenlijst is in overleg met NOC*NSF opgesteld. Maandelijks 3 vaste vragen en één of meer variabele vragen (maandvragen).



- Gebruik kindversie (5 t/m 14 jr): ouders vullen het sportgedrag van hun kind in.
- Maximaal 5 minuten

Veldwerk



- Veldwerkperiode: 4 januari t/m 7 januari 2021
Terugvraagperiode meting 96: December 2021



- Bruto ca N=7.020 respondenten zijn uitgenodigd



- Netto n=3.002 respondenten hebben de vragenlijst ingevuld



- Responspercentage: 43%

Steekproef



- Online panel van GfK



- Nederlandse bevolking (5 t/m 80 jaar).
Deze doelgroep bestaat uit circa 15.5 miljoen personen



- Resultaten gewogen conform weging sportersmonitor 2012

Oplevering



- Naast onderhavige PPT-presentatie is een tabellenrapport in Excel opgeleverd met daarin de resultaten uitgesplitst naar leeftijd, geslacht, opleiding, leefstijl (Roper Consumer Styles), sportfrequentie, duurzaamheid sportfrequentie en sporten. Maandelijks wordt ook een cumulatieve rapportage opgeleverd.