

Fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv - en studie av deltakelse, tilrettelegging og sosial ulikhet i Nordland

Kolbjørn Rafoss og Kjell Hines

2019



Innhold

Forord

Sammendrag

1 Introduksjon.....	9
1.1. Bakgrunn og problemstilling	9
1.2. Oppbygging av rapporten.....	10
1.3. Datagrunnlag	10
2. Fysisk aktivitet og sosial ulikhet – utviklingstrekk og status i Nordland.....	13
2.1. Innledende kommentar.....	13
2.2. Fysisk aktivitet i befolkningen	14
2.3 Sosiokulturelle og andre forskjeller	18
2.4 Spiller det noen rolle hvor man bor?	20
2.5 Spiller sivil status noen rolle?.....	22
2.6 Spiller det noen rolle hva slags stilling man har?	22
2.7 Spiller det noen rolle hvor mye man jobber?	23
2.8 Oppsummering	24
3 Oppslutningen om ulike typer av aktivitet	27
3.1 Deltakelse i aktivitet knyttet til demografiske forhold	31
3.2 Ulike former for aktivitet – utdanning.....	34
3.3 Ulike former for aktivitet knyttet til bosted	35
3.4 Oppsummering	35
4 Treningssammenhenger	37
4.1 Treningssammenhenger – demografiske forhold.....	40
4.2 Oppsummering	41

5. Motiver for fysisk aktivitet og trening.....	43
5.1 Motiver for fysisk aktivitet og trening – demografiske forhold.....	45
5.2 Oppsummering.....	47
6. Barrierer mot fysisk aktivitet og trening.....	49
6.1 Barrierer mot fysisk aktivitet og trening – demografiske forhold.....	51
6.2 Barrierer mot fysisk aktivitet og trening – utdanning og bosted.....	51
6.3 Oppsummering.....	53
7 Spillemidler og anleggsfordeling.....	
7.1 Klassifisering av stønadsberettigede anlegg.....	56
7.2 Fordeling av spillemidler til idrettsanlegg.....	57
7.3 Hvordan er spillemidler fordelt til anleggs kategorier i perioden 1948 – 2017?.....	58
7.4 Fordeling av spillemidler på anleggs kategorier.....	59
7.5 Hvordan er spillemidler fordelt til fylket?.....	61
7.6 Oppsummering.....	63
8 Bruk av idrettsanlegg.....	65
8.1 Hvor ofte bruker befolkningen i Nordland ulike anleggstyper?.....	65
8.2 Hvordan bruker kvinner og menn ulike anleggstyper?.....	67
8.3 Hvordan bruker ulike aldersgrupper anleggene?.....	69
8.4 Hvordan fordeler bruken av anlegg seg i forhold til utdanning?.....	71
8.5 Hva betyr bosted for bruk av anlegg?.....	73
8.6 Hvilke endringer har funnet sted i perioden 1999–2017?.....	75
8.7 Oppsummering.....	79
9 Sammenfatning og anbefalinger.....	81
9.1 Aktivitetsprofil, motiv og barrierer.....	81
9.2 Anleggsbruk.....	83
9.3 Anbefalinger og tiltak.....	85
Litteratur.....	87
VEDLEGG.....	89

Forord

Denne rapporten undersøker deltakelse i ulike former for fysisk aktivitet og sosial ulikhet i den voksne befolkning i Nordland. I rapporten presenteres data og analyser knyttet til utbredelse av fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv, bruk av anlegg og virkemidler for fysisk aktivitet. Studien er basert på datagrunnlaget som fremkommer gjennom Ipsos MMIs Norsk Monitorundersøkelser. Det er tidligere skrevet rapporter basert på MMI-data. I 2011 leverte en forskergruppe på oppdrag fra Helsedirektoratet en rapport om virkemidler for sosial utjevning og økt fysisk aktivitet i befolkningen: «Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet» (Breivik m.fl. 2011). En ny rapport, «Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet – en revisjon», (Breivik & Rafoss 2013), bygde på mye av materialet og analysene fra den første, men oppdaterte grunnlag og analyser. En tredje rapporten foretok bygger i stor grad videre på de to første basert på nye data for 2013 og 2015 og foretok særlig en revisjon og utdyping av avsnittene om utbredelse av fysisk aktivitet og bruk av anlegg og beskrev utviklingstrekk i 1995-2015 vedrørende fysisk aktivitet og anleggsbruk (Rafoss & Breivik 2017).

I 2017 forelå det nye data. De siste dataene fra 2017 og data fra 2013 og 2015 gjør det mulig å få frem et bilde på aktivitet, treningssammenhenger og anleggsbruk som beskriver utbredelse av ulike former for fysisk aktivitet og bruk av idrettsanlegg i Nordland. I rapporten har vi også beskrevet utviklingstrekk siden 1995 vedrørende aktivitet, treningssammenheng og siden 1999 vedrørende anleggsbruk. Disse fremstillingene gjør det mulig å beskrive endringer i deltakelse, treningssammenheng og anleggsbruk over tid.

Denne rapporten fremstiller kunnskap om omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet innenfor fysisk aktivitet og anleggsbruk som er beregnet på folk som jobber med folkehelsearbeid i kommunene. Rapporten er organisert slik at det stort sett er valgt enkle grafer i fremstillingen for å få frem de brede trekk, mens det i vedlegg bak i rapporten er gitt noen tabeller med mer detaljerte data. Rapporten er ment å skulle gi et kunnskapsgrunnlag for blant annet arbeid med kommunale planer for idrett og fysisk aktivitet. Vi håper også at den kan være av interesse for folkehelsekoordinatorer og offentlig ansatte som arbeider med folkehelsepolitikk i Nordland fylke.

Flere har bidradd til dette prosjektet bl.a. Nordland fylkeskommune og Helsedirektoratet i regi av nasjonalt prosjekt «Nærmiljø og lokalsamfunn som fremmer folkehelse».

Kolbjørn Rafoss Kjell Hines

Alta, januar 2019

Sammendrag

Fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv – en studie av deltakelse, tilrettelegging og sosial ulikhet i Nordland

Kolbjørn Rafoss & Kjell Hines

Denne rapporten beskriver og analyserer utviklingen i fysisk aktivitet; omfang, intensitet, hvor lenge ulike grupper trener, hvilke aktiviteter folk deltar i, bruk av treningssammenhenger, motiver og barrierer mot trening. Videre har vi undersøkt hvordan befolkningen bruker idrettsanleggene. Her analyseres sosiale profiler knyttet til det enkelte anlegg, og det gis en oversikt over endringer i anleggsbruk for perioden 1999–2017. For å beskrive og analysere forholdet mellom grupper i samfunnet har vi vært opptatt av årsaker til ulikhetene målt etter kriterier som kjønn, alder, inntekt, yrke, utdanning etc.

Fysisk aktivitet og helsegevinst

- I løpet av perioden 1985–2017 har befolkningen økt sin fysiske aktivitet i fritiden. Om man velger et aktivitetskriterium som foreslått av American College of Sports Medicine, og som også Helsedirektoratet åpner for, tilfredsstilte 30,2 prosent dette kriteriet i 2015. Mens færre kvinner tidligere tilfredsstilte helsekravet til fysisk aktivitet, er det i 2015 nesten ikke forskjeller knyttet til kjønn. Det er flere i aldersgruppen, under 25 år, som tilfredsstillter Helsedirektoratets anbefaling til fysisk aktivitet. I aldersgruppene fra 25 år og oppover er det små forskjeller. Det er klare forskjeller knyttet til utdanning. Utdanning og inntekt slår tydelig ut når det gjelder å tilfredsstillte anbefalinger om fysisk aktivitet.

Deltakelse i aktiviteter

- De store aktivitetskategoriene er fotturer i skog og mark, skiturer i skog og fjell, styrketrening, sykling til jobb og på tur, fotturer på fjell og vidde, jogging i mosjonshensikt, langrenn og sykling som trening. Disse representerer friluftslivsaktiviteter samt målrettet styrke- og utholdenhetstrening som i stor grad kan drives egenorganisert og med beskjeden tilrettelegging i form av anlegg. Endringer i aktivitetsoppslutning for perioden 1995–2017 viser at den største økningen finner vi i de store folkeaktivitetene som styrketrening (+ 24,9), langrenn (+ 14,4), fotturer på fjell og vidde (+ 9,5) og fotturer i skog og mark (+ 9,1). Det har også vært en økning i andelen som driver med aktiviteter som klatring, kiting, rafting, dykking, snowboard, roing og padling, mens vi finner en synkende andel som deltar i organiserte konkurranseidretter. En større prosentandel fra de høyeste sosiale klassene benytter seg av de ulike aktivitetsformene. Et unntak er friluftslivsaktiviteter, som har en jevn fordeling både i forhold til egen utdanning, foreldres utdanning, egen inntekt og husstandsinntekt.

Treningssammenheng

- I perioden fra 1989 til 2017 har egenorganisert trening økt. Det samme har trening i private treningstilbud, mens andelen som trener i idrettslag, har sunket. I 1989 var det flere som trente i idrettslag enn i private treningstilbud, mens det i 2017 var mer enn dobbelt så mange som brukte private treningstilbud. Mer enn hver fjerde nordlending trener i private treningstilbud. Det er betydelig flere i byene enn som bor i tettsteder og på landet som bruker private treningstilbud. Det er flere menn enn kvinner som trener i idrettslag, mens kvinnene er i flertall i de private tilbud.

Motiver og barrierer

- Når det gjelder motiver for fysisk aktivitet, er de viktigste motivene knyttet til helse: gir fysisk og mentalt overskudd, forebygger helseplager og gir avstressing/avkobling. I perioden 1989–2017 har følgende motiver økt i betydning: holde vekte nede, gir bedre selvtillit, synes jeg bør og hensyn til utseende. Det betyr at det er instrumentelle motiver, som har økt, mens det å ha det gøy og oppleve sosialt felleskap har hatt en nedadgående kurve. Når det gjelder alder, opplever de yngste størst grad av barrierer, opplevelsen av barrierer avtar med økende alder. Utdanning har betydning for opplevelse av barrierer. De med lavere utdanning oppgir at mangel på utstyr og tilgang til anlegg gjør dem mindre fysisk aktive.

Bruk av anlegg

- Anlegg aktiviserer ulikt. Et karakteristisk trekk er at i perioden 1999–2017 øker bruken av anleggstyper som turstier, private treningssentre, lysløyper og vekt- og styrkerom. Dette er anleggstyper som er åpne og lett tilgjengelige for individuell bruk, og som tilrettelegger for aktivitet utenfor idrettslagene. I perioden 1999–2017 er det blitt en mindre andel av befolkningen som bruker tradisjonelle idrettsanlegg. Den økte bruken av mosjonsanleggene har funnet sted i alle aldersgruppene, men økningen har vært størst for de eldre aldersgruppene. En økt andel aktive kvinner har bidratt betydeligst til vekst i bruk av turstier, private treningssentre og vekt- og styrkerom. Det er en større andel mannlige brukere i de fleste tradisjonelle idrettsanlegg. I to av anleggstypene, svømmebasseng og gymsal, er det en overvekt av kvinnelige brukere. Når det gjelder utdanning, fremstår vekt- og styrkerom og private treningssenter som egalitære arenaer for fysisk aktivitet. Forskjellen i bruk av andre anleggstyper avspeiler større utdanningsforskjeller. De største forskjellene finner vi ved bruk av turstier og større utmarksarealer for tur- og friluftslivsaktiviteter. I forhold til andre anleggstyper er dette anlegg som brukes av en stor andel som har universitets/høgskoleutdanning.

1 Introduksjon

Denne rapporten har som mål å undersøke sosial ulikhet knyttet til deltakelse i ulike former for fysisk aktivitet i den norske voksne befolkningen i Nordland. I folkehelsepolitikken er det et mål å « redusere helseforskjeller mellom sosiale lag, etniske grupper, kvinner og menn » (St.meld. nr. 16, 2002–2003, s. 24). Det innebærer i vår sammenheng å beskrive hvordan oppdeling etter ulikhetsdimensjoner av grupper i høyere eller lavere lag eller klasser i fylket viser ulike forutsetninger for deltakelse. Vi vet at i dagens samfunn er for eksempel ulikhetsdimensjoner som utdannings- og inntektsnivå med på å påvirke deltakelsesnivået blant grupper i befolkningen. Det er derimot ingen automatikk i at forskjellene blir borte dersom alle i en kommune for eksempel fikk like lang universitets- eller høgskoleutdanning. Snarere kan vi se det slik at de sosioøkonomiske variablene er uttrykk for tilgang til en rekke ressurser som har direkte eller indirekte betydning for hvor ofte man trener og mosjonerer.

Vi bruker begrepet sosial ulikhet for å beskrive og analysere forholdet mellom grupper i samfunnet, og i analysen vil vi i stor grad være opptatt av årsaker til ulikhetene etter kriterier som kjønn, alder, inntekt, yrke, utdanning etc. I våre dager er det vanlig å operere med ulikhet som et mål sammensatt av flere dimensjoner. Ofte snakkes det om sosioøkonomisk status, et samlemål for utdanning, inntekt og yrker. Mye taler for at en samfunnsutvikling fra en yrkesstruktur preget av industri til en struktur preget av informasjonsyrker og et høyere utdanningsnivå har ført med seg endringer på fritidsarenaen. Dette innebærer at det ikke bare er arbeidslivet som endres, men også det fysiske aktivitetsbildet. I denne rapporten beskriver og analyserer vi disse endringene innenfor ulike aktivitetsformer. Det betyr nærmere bestemt at kriterier for sosial ulikhet anvendes i analyser av deltakelse i ulike aktiviteter, treningssammenhenger og bruk av idrettsanlegg i den voksne norske befolkning i Nordland

1.1. Bakgrunn og problemstilling

En fysisk aktiv livsstil er helsefremmende. For å kunne gi et bilde av fysisk aktivitet i en befolkning trengs det et kunnskapsgrunnlag vedrørende deltakelse i ulike aktivitetsformer som fysisk aktivitet, friluftsliv og idrett. I denne rapporten vil vi undersøke følgende spørsmål knyttet til ulike tema:

Fysisk aktivitet og helsegevinst

- Hvordan har deltakelse i fysisk aktivitet endret seg i perioden 1989-2017?

- Hvilke grupper i befolkningen oppnår en helsegevinst gjennom trening og mosjon på fritiden?

Deltakelse i aktivitet og bruk av treningssammenheng

- Hvilke aktivitetsmønstre og bruk av treningssammenheng finner vi i relasjon til sosial profil?
- Hvilke trender finner vi i aktivitetsmønstre og bruk av treningssammenheng?

Motiv og barrierer

- Hva motiverer til økt fysisk aktivitet og hvilke barrierer oppleves som begrensende for utøvelse av trening og mosjon?

Finansiering, fordeling og bruk av idrettsanlegg

- Hvor fordeler finansiering av spillemidler seg til ulike anleggstyper i perioden 1999-2017?
- Hvilke sosiale profiler finner vi i bruk av ulike anleggstyper og hvordan har bruken endret seg i perioden 1999-2017?

1.2. Oppbygging av rapporten

I den første delen av rapporten ser vi særlig på utviklingen i fysisk aktivitet: omfang, intensitet (kapittel 2), hvor lenge ulike grupper trener (kapittel 3), hvilke grener og former for aktivitet som er viktigst (kapittel 4), motiver for trening og aktivitet (kapittel 5), organisering og barrierer (kapittel 6).

I den andre delen ser vi på finansiering, fordeling og lokalisering av idrettsanlegg etter annen verdenskrig (kapittel 7). Ved siden av å kartlegge fordeling av spillemidler til idrettsanlegg tar vi i denne delen av rapporten også for oss hvordan befolkningen i Nordland bruker idrettsanleggene. Her beskrives aktivitetsprofiler knyttet til det enkelte anlegg, og det gis oversikt over endringer i anleggsbruk for perioden 1999–2017 (kapittel 8).

Avslutningsvis i kapittel 9 sammenfatter vi våre funn og foreslår tiltak som kan bidra til å utjevne sosiale ulikheter.

1.3. Datagrunnlag

Resultatene i rapporten baserer seg på data fra Norsk Monitor, som er betegnelsen på en landsomfattende undersøkelse av et representativt utvalg av den norske befolkning 15 år og eldre. Undersøkelsen har siden 1985 blitt gjennomført hvert annet år. Fra og med 2011-undersøkelsen har Ipsos MMI overtatt Norsk Monitor. Den ble tidligere gjennomført av andre.

Undersøkelsen er en såkalt omnibusundersøkelse, der en rekke oppdragsgivere, ved å kjøpe seg inn, får anledning til å stille spørsmål de ønsker å ha med i undersøkelsen. Utvalgene er store, de omfatter rundt 2200 mennesker i starten, i de siste rundene inkluderte de omtrent 4000 personer. Antall spørsmål er mange og varierte, og nærmer seg 3000 opplysninger per respondent. Deltakerne gjennomgår først et intervju på ca. en time. I starten og fram til 1997 brukte man besøksintervju, men i de senere undersøkelser har telefonintervju blitt benyttet. Deretter blir deltakerne bedt om å fylle ut et omfattende spørreskjema som de også bruker omtrent en time på. For Nordland har vi et utvalg på 520 respondenter når vi slår sammen 2013,2015 og 2017 undersøkelsene. Dette er for å få et stort nok utvalg for å kunne

få frem data om deltakelse i ulike former for aktivitet, bruk av treningsssammenhenger og bruk av anlegg. Når vi fremstiller tidslinjer for å få frem trender må det tas forbehold om feilmarginer pga. utvalgets begrensede størrelse.

Allerede fra starten i 1985 har det samme spørsmålet blitt stilt om omfanget av folks treningsvaner. I tillegg har det fra 1999 blitt stilt spørsmål om hvor lang tid man vanligvis bruker på en treningsøkt, samt den subjektive opplevelsen av intensitet på en vanlig/typisk treningsøkt. Disse tre spørsmålene gir dermed en unik mulighet til å undersøke utviklingen over tid når det gjelder folks treningsvaner, ved hjelp av såkalte tidsserier. Dermed får vi et bilde av hvordan summen av individuelle endringer slår ut for befolkningen som helhet, også kalt aggregat- eller nettoendringen (Hellevik 2008). Ut over de tre spørsmålene om treningsomfang inneholder Norsk Monitor også et omfattende sett av spørsmål relatert til hvilke typer aktivitet man bedriver, i hvilke sammenhenger man trener, hva slags arenaer og anlegg man benytter, hvilke motiver man har for å trene, samt hva man opplever som barrierer mot trening og fysisk aktivitet. Sammen med ulike former for demografiske variabler gir dette mulighet for en fyldig beskrivelse av aktivitetsprofilen i den norske befolkningen.

Vi har benyttet data fra anleggsregisteret, som ble etablert i 1997, for å få fram investeringsvolum og fordeling av spillemidler. Registeret inneholder informasjon om antall idretts- og friluftslivsanlegg i Norge, og hvilke tilskudd av spillemidler som er gitt til de forskjellige anleggene. Registeret inneholder både de anlegg som har mottatt spillemiddelstøtte, og de som er bygd uten en slik støtte. I fremstillingen av data har vi hentet informasjon om anleggsklasse (nasjonale anlegg, kommunale anlegg, etc.), anleggskategori (fotballanlegg, skianlegg etc.) og anleggstyper (gressbane, grusbane, kunstgressbane etc.). I registeret finnes også informasjon om byggeår og lokalisering. For å få fram data om tildelte spillemidler i perioden 1949–2010 fordelt på anleggsklasse, anleggskategori, anleggstype, fylke og landsdel har vi indeksert tildelte spillemidler etter konsumprisindeksen (kpi) brukt av Statistisk sentralbyrå september 2010.

Bruken av anlegg er sentralt i denne rapporten. Monitor-databasen gjør det mulig å studere sentrale trekk ved befolkningens anleggsbruk og aktivitetsvaner, og hvordan disse endrer seg over tid. En idrettsarena er nødvendigvis ikke et idrettsanlegg. En arena er ofte et sted der det finner sted aktivitet, mens et idrettsanlegg er et bearbeidet område der det finner sted aktivitet. Det er i den siste betydningen vi bruker idrettsanlegg, nemlig som et bearbeidet område eller plass for å drive idrett og fysisk aktivitet. I vårt utvalg av anlegg inngår anlegg som er finansiert ved hjelp av spillemidler, og anlegg som er vokst fram på det private treningsmarkedet. Hvor stor anleggsmasse befolkningen har tilgang til, gir et bilde på den idrettslige infrastrukturen. I perioden 1949–2016 hadde 73 302 anleggsenheter mottatt spillemidler. Anleggstyper som har mottatt spillemiddelstøtte, og som undersøkes nærmere i denne undersøkelsen, er turstier (3605), tennisanlegg (668), svømmebasseng (1275), ski-/lysløype (2910),

flerbrukshall (1356), gymsal (3111), golfanlegg (306), friidrettsanlegg (1429), ball-løkker (4870), alpinanlegg (773) og fotballanlegg (6263).¹

I utvalget inngår også private treningssenter og vekt- og styrkerom. En rekke private treningssenter tilbyr vekt- og styrketrening, på mange arbeidsplasser har de ansatte tilgang til vekt- og styrkerom, og en rekke idrettslag har også lagt til rette for vekt- og styrketrening. Imidlertid finnes det ingen samlet oversikt over antall anlegg, men det var i 2010 registrert 465 trimrom/treningssenter i anleggsregisteret. Vi antar at det samlede antallet er langt høyere.

I 2016 representerte Virke Trening, som er en bransjeenhet for treningssentre i hovedorganisasjonen Virke, 400 treningssentre med nærmere 600 000 medlemmer/kunder. Det fremgår av en rapport at per 1.10.16 registret var det 1 129 treningssentre i Norge og av disse treningssentrene var 49 prosent med i en kjede. I rapporten anslås det videre at nærmere 1 million nordmenn er kunder/medlem på et (privat) treningssenter.

De 1129 treningssentrene fordeler seg ikke likt rundt i Norge og det er ulik grad av dekning og kundegrnlag bak hvert treningssenter. Andelen av nordmenn over 15 år som benytter treningssenter ligger på rundt 30 prosent noe som er det høyeste i Europa. Dette gjør at Norge har Europa høyeste markedsandel i befolkningen med 19.4 prosent. Det innebærer at 30 prosent over 15 år er kunde/medlem av et treningssenter.²Hele 92 prosent av befolkningen i Norge bor i en kommune med minst ett treningssenter. Treningssentrenes dekning av befolkningen er således svært god i Norge.

De fleste treningssentrene ligger i Oslo (142) og de mest folkerike fylkene som Akershus (117), Hordaland (113), Rogaland (90) og Sør-Trøndelag (88). I Nordland var i 2016 registrert 56 treningssenter. Mens Oslo har lav tetthet når det gjelder tradisjonelle idrettsanlegg har byen høy tetthet av treningssentre (3856 innbyggere per privat treningssenter) sammenliknet med andre fylker og landsdeler. Fordeling av antall treningssenter per fylke innebærer nødvendigvis ikke en lavere dekningsgrad i Nordland enn i Oslo. Sammenlikner vi per fylke er det bare fire fylker som har bedre dekningsgrad, Sør-Trøndelag (2984), Vestfold (3203), Møre og Romsdal (3424), Sogn og Fjordane (3556), enn Nordland (3565). Ser vi på dekningsgraden for befolkningen over 15-år i de store byene i Norge har Bodø en dekningsgrad på 2580 innbyggere per privat treningssenter, mens Oslo har en langt lavere dekningsgrad med 3586 innbyggere per treningssenter. Bruk av treningssentre innbefatter i denne undersøkelsen derfor flere ulike former for treningssenter både på det private markedet og treningsanlegg som er finansiert ved hjelp av spillemidler.

¹Kilde: www.idrettsanlegg.no

² Kilde: Treningssenter- Bransjen 2016. Virke. Trening. Rapport.

2. Fysisk aktivitet og sosial ulikhet – utviklingstrekk og status i Nordland

Denne delen av rapporten omhandler først generelle utviklingstrekk i befolkningen i Nordland når det gjelder omfang av fysisk aktivitet. Videre gis det en fremstilling av hvilke typer aktiviteter som drives, i hvilke sammenhenger man er fysisk aktiv, og hvilke motiver og barrierer som oppleves som sentrale. Avslutningsvis blir det pekt på hvilke konsekvenser resultatene kan ha for utformingen av det offentlige arbeidet med aktivitetsstimulerende tiltak for befolkningen.

2.1. Innledende kommentar

Helsedirektoratet har et nasjonalt ansvar for å *forebygge og behandle helseproblemer gjennom å stimulere befolkningen til økt fysisk aktivitet, bidra til bedre tilrettelegging for fysisk aktivitet, og bidra til utvikling av lokale aktivitetstilbud for mennesker som er lite fysisk aktive*. Dette kan knyttes direkte til direktoratets visjon om *god helse og omsorg for alle*. I dag er det imidlertid et godt stykke igjen til visjonen blir oppfylt siden det er et for lavt fysisk aktivitetsnivå i befolkningen sett under ett. Denne rapportens hensikt er derfor å gi økt kunnskap om og dokumentasjon på aktivitetsprofilen i befolkningen i Nordland, for derved å kunne øke presisjonen i det offentlige arbeidet med aktivitetsstimulerende tiltak.

Oppmerksomheten rundt viktigheten av fysisk aktivitet har økt betydelig de siste tiårene, og i dag er den helsemessige betydningen av tilstrekkelig fysisk aktivitet både velkjent og veldokumentert. Daglig fysisk aktivitet anbefales derfor av norske helsemyndigheter som en viktig del av et helsefremmende levesett. Mens Helsedirektoratets tidlige anbefalinger foreslo minimum en halv times moderat fysisk aktivitet fem ganger i uken og helst hver dag, innebærer de nyeste anbefalingene minst 150 minutter moderat fysisk aktivitet i uken eller 75 minutter med hard fysisk aktivitet (Hansen, Kolle og Andersen 2014). Et sannsynlig resultat av den økte oppmerksomheten rundt den helsefremmende effekten av fysisk aktivitet er at man fra midten av 80-tallet og fram til i dag har sett en markant økning i befolkningen som sier de trener eller mosjonerer på fritiden (Breivik 2010, Ommundsen og Aadland 2009). Denne økningen kompenserer imidlertid på ingen måte for en trend i den samme perioden der man har hatt en utvikling i samfunnet der aktivitetsnivå både på arbeid, ved transport og i fritiden har gått ned. Dette kan særlig knyttes til økende bruk av privatbil som erstatning for å gå eller å sykle som transportmiddel, mer stillesittende arbeid, i tillegg til en generell utvikling i tilgang til hjelpemidler som gjør hverdagen mindre fysisk belastende. Noen vil også hevde at det økte fokuset på trening og mosjon fører til at mange er for lite i bevegelse mellom treningsøktene i den tro at de har et tilfredsstillende aktivitetsnivå. Til sammen betyr dette at til tross for økt aktivitet i form av trening og mosjon i fritiden, har man på ingen måte et tilfredsstillende fysisk aktivitetsnivå totalt sett og for de enkelte grupper i befolkningen. Dette bekreftes av flere undersøkelser som viser at fysisk inaktivitet er et stort problem for mange nordmenn (Anderssen mfl. 2009, Ommundsen og Aadland 2009), og at vi også beveger oss

mindre enn de fleste andre europeere (Vaage 2008). I den siste større undersøkelsen av befolkningen 20-85 år utført med objektiv registrering ved hjelp av akselerometer, fant man at 32 prosent tilfredsstilte de siste anbefalingene fra Helsedirektoratet om 150 minutter moderat eller 75 minutter intens fysisk aktivitet i uken (Hansen, Andersen, Steene-Johannesen, Ekelund, Nilsen, Andersen, Dalene, Kolle 2015).

Selv om fysisk inaktivitet er et problem i befolkningen, totalt sett, er det også store individuelle forskjeller. En rekke sosiokulturelle og sosioøkonomiske forhold er her vesentlige faktorer, og man finner til dels store forskjeller mellom ulike grupper når det gjelder fysisk aktivitet og trening. Det innebærer at ulike grupper kan ha ulike behov både når det gjelder omfang og type tiltak som iverksettes for å stimulere til mer fysisk aktivitet. Økt kunnskap om hvordan aktivitetsmønsteret i befolkningen ser ut i relasjon til sosial og kulturell profil, vil kunne bidra til økt presisjon i det offentlige arbeidet med aktivitetsstimulerende tiltak.

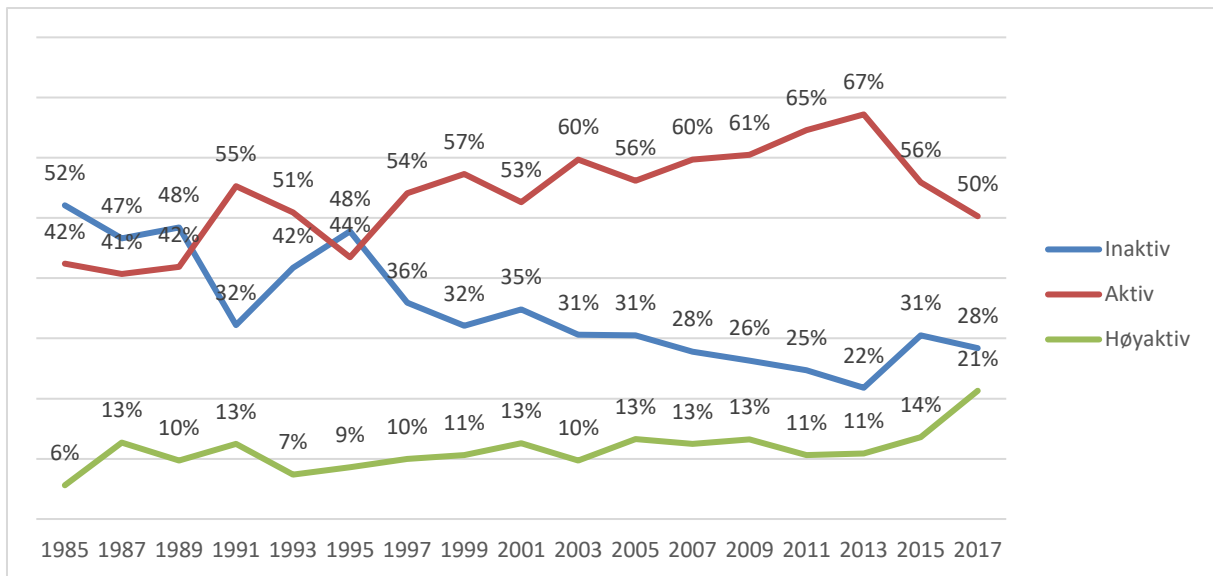
2.2. Fysisk aktivitet i befolkningen

I Norsk Monitor har respondentene helt siden starten i 1985 tatt stilling til spørsmålet 'Hvor ofte vil du si at du driver fysisk aktivitet i form av trening eller mosjon?' Basert på de åtte svaralternativene kan man lage en forenklet tredelt fremstilling ved kategoriene 'inaktiv'³, 'moderat aktiv'⁴ og 'høyaktiv'⁵. Som man kan se av figur 1, finner man en relativt tydelig tendens i befolkningen i Nordland når det gjelder hvor ofte man er fysisk aktiv. I 1985 var det relativt like andeler for 'inaktiv' og 'moderat aktiv'. Gjennom perioden har imidlertid andelen 'inaktiv' blitt betydelig redusert, mens andelen 'moderat aktiv' har økt. I perioden etter 1995 er andelen som trener på fritiden økt, en trend vi også finner i hele befolkningen. Når det gjelder 'høyaktiv'-gruppen, har den holdt seg relativt stabil, særlig siden 1997, mens det er en tendens til at andelen høyaktive har økt siden 2013. I 2017 svarte 21 prosent at de trente 5 eller flere ganger i uken. Samlet representerer dette en betydelig forskyvning i retning av flere aktive og mer aktivitet etter 1995, men der det er en samling i midten av skalaen. Over halvparten av befolkningen, 50 prosent, er aktiv 1-4 ganger i uken. Vi ser dessuten at på målingene i 2015 og 2017 er det en tendens til at flere er høyaktive. Det er for tidlig å si om dette er et trendbrudd i retning mer aktivitet.

³'aldri', 'sjeldnere enn hver 14. dag', '1 gang hver 14. dag'.

⁴'1 gang om uken', '2 ganger om uken', '3-4 ganger om uken'.

⁵'5-6 ganger om uken', '1 gang eller oftere per dag'.



Figur 1. Hvor ofte vil du si at du driver fysisk aktivitet i form av trening eller mosjon? (1985–2017). Nordland.

Det fremgår av tabellen at en av fem er høy-aktive som trener 5-6 ganger i uken, mens halvparten er aktive 2-4 ganger i uken. Siden 1999 har Norsk Monitor i tillegg stilt spørsmålet: 'Hvor lang tid bruker du vanligvis på en mosjons-/treningsøkt?' Også for dette spørsmålet finner man en endring i retning av en samling i midten av skalaen. I dette tilfellet er det de lange treningsøktene på over en time og de korte, på under en halv time, som har svekket oppslutning.⁶

I 1999 kom også dette spørsmålet: 'Hvor intenst trener eller mosjonerer du?' Her skjeller man mellom ulike grader av treningsintensitet basert på subjektiv opplevelse av fysisk aktivitet under en vanlig treningsøkt. Basert på en forenklet inndeling i de tre kategoriene 'lav intensitet'⁷, 'middels intensitet'⁸ og 'høy intensitet'⁹ får man også her inntrykk av en økende tendens for midtkategorien. Flest trener med 'middels intensitet'.

Samlet sett betyr dette at flere personer er aktive, og at flere trener mer, enten man bruker kriteriet en gang i uken, tre ganger i uken eller fem ganger i uken. Lengden på treningsøktene samler seg i økende grad omkring middels lengde, fra en halv til en time. Som nevnt innledningsvis er det helsemessige minimumskravet i Helsedirektoratets anbefaling å være i moderat fysisk aktivitet i minst en halv time og helst hver dag. Dette kriteriet er for snevert dersom man tolker det helt bokstavelig. Også færre, men mer intense og/eller langvarige økter kan gi samme effekt.

⁶ '1 time-1,5 time', 'over 1,5 time'.

⁷ 'føler ingen forandringer i pust eller varme i kroppen', 'føler at jeg blir varm i kroppen'.

⁸ 'kjenner at jeg blir varm og svett', 'kjenner at jeg blir andpusten og svett'.

⁹ 'kjenner at jeg blir andpusten, svett og sliten', 'tar meg het ut - blir svært sliten'.

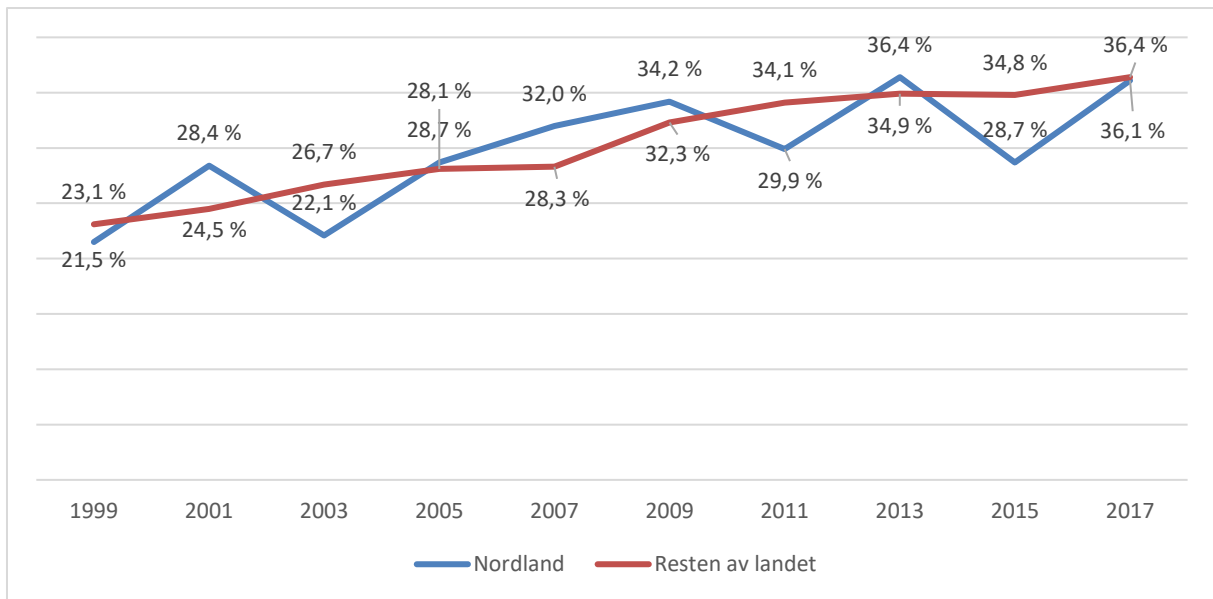
ACSM-kriteriet

Et annet kriterium finnes hos den amerikanske idrettsmedisinske foreningen American College of Sports Medicine (ACSM). ACSM-kriteriet innebærer enten fysisk aktivitet av moderat intensitet en halv time fem dager i uken, eller mer intens fysisk aktivitet av minst 20 minutters varighet tre dager i uken eller mer (Haskell mfl. 2007). Et slikt kriterium gir to alternative modeller for trening og mosjon og inkluderer dermed flere treningsmønstre.¹⁰ Vi vil i det følgende kalle dette et 'helsekrav', eller 'helsekriterium', for fysisk aktivitet. Resultatene av et slikt kriterium er sammenfattet i figur 2, som viser at for befolkningen sett under ett i Nordland har det vært en positiv utvikling i perioden 1999–2017. Det er fortsatt databasen fra Norsk Monitor vi benytter oss av. Dataene er samlet inn på en slik måte at det er mulig å skille ut de som oppfyller ACSM-kriteriet. Helsedirektoratet åpner også for bruk av ACSM-kriteriet.

I resten av dette kapitlet og i andre deler av rapporten har vi valgt å ta utgangspunkt i oppfyllelsen av ACSM-kriteriet når vi forsøker å identifisere forskjellige kjennetegn ved den delen av befolkningen som er så fysisk aktiv at det oppfyller ACSM-kriteriet. Det er i denne forbindelse viktig å huske på at hele 65 prosent av befolkningen ikke oppfyller dette kriteriet, og at de funnene som presenteres, derfor på ingen måte gjelder for hele befolkningen i Nordland.

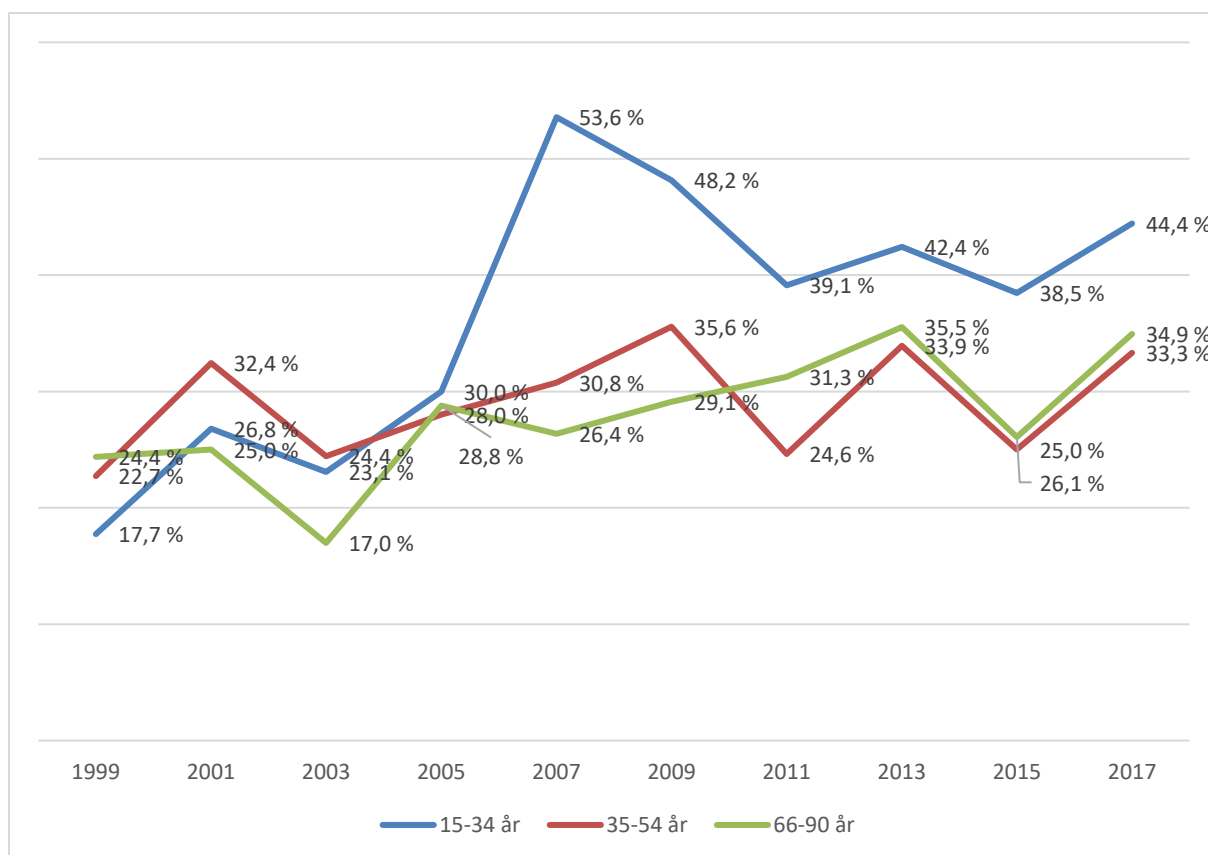
Selv om ACSM-kriteriet fanger opp en bredere beskrivelse av fysisk aktivitet, er det fortsatt kun en tredjedel av befolkningen som i 2017 hadde et tilfredsstillende aktivitetsnivå. Sammenliknet med tidligere norske undersøkelser er tallene for andelen som tilfredsstillt helsekravet, en del høyere enn funnene i Anderssen mfl. (2009) sin studie ved bruk av aktivitetsmålere (20 %), og Ommundsen og Aadland (2009) sin studie bygd på spørreskjema (17 %). Resultatene samsvarer derimot med det som fremkom med aktivitetsmåler i de såkalte Kan1- og Kan2-undersøkelsene, der man finner at rundt 30 prosent av befolkningen er nok fysisk aktive totalt sett i forhold til det nye kravet på 150 minutter i uken. Dette kravet ligger noe lavere enn ACSM-kravet, og måler samlet aktivitet, ikke bare aktiviteten på fritiden slik Norsk Monitor gjør. I likhet med Norsk Monitor er begge disse undersøkelsene basert på representative utvalg av den norske befolkningen. Aldersgruppen i Kan-utvalgene er 20-85 år, mens Norsk Monitor har 15 år og eldre som kriterium. Tross visse forskjeller i utvalg, metodikk og kriterium finner man både i vår undersøkelse med Monitor-data og studiene med aktivitetsmåler at prosentandelen i befolkningen som er aktive nok, ligger på samme lave nivå, omtrent 30-35 prosent.

¹⁰Også Helsedirektoratet åpner i sine anbefalinger for treningsmønstre med kortere varighet, men med større intensitet. Eller kombinasjoner av moderate og mer intense treninger.



Figur 2. Prosentandeler av i befolkningen 15 år og eldre som tilfredsstillt et ACSM-kriterium i Nordland og resten av landet. Utvikling fra 1999 til 2017. Nordland og landet for øvrig..

Vi ser av figur 2 at utviklingen i fysisk aktivitet likevel har gått i positiv retning. En fremstilling av kjønn i perioden viser små forskjeller. I 1999 var andelen menn som fylte kriteriet 21,3 prosent, mot 17,2 prosent for kvinner, mens i 2015 var økt til 31,8 prosent for menn og 30 prosent for kvinner.



Figur 3. Prosentandeler som tilfredsstillt et ACSM-kriterium. Utvikling i ulike aldersgrupper fra 1999 til 2017. Nordland.

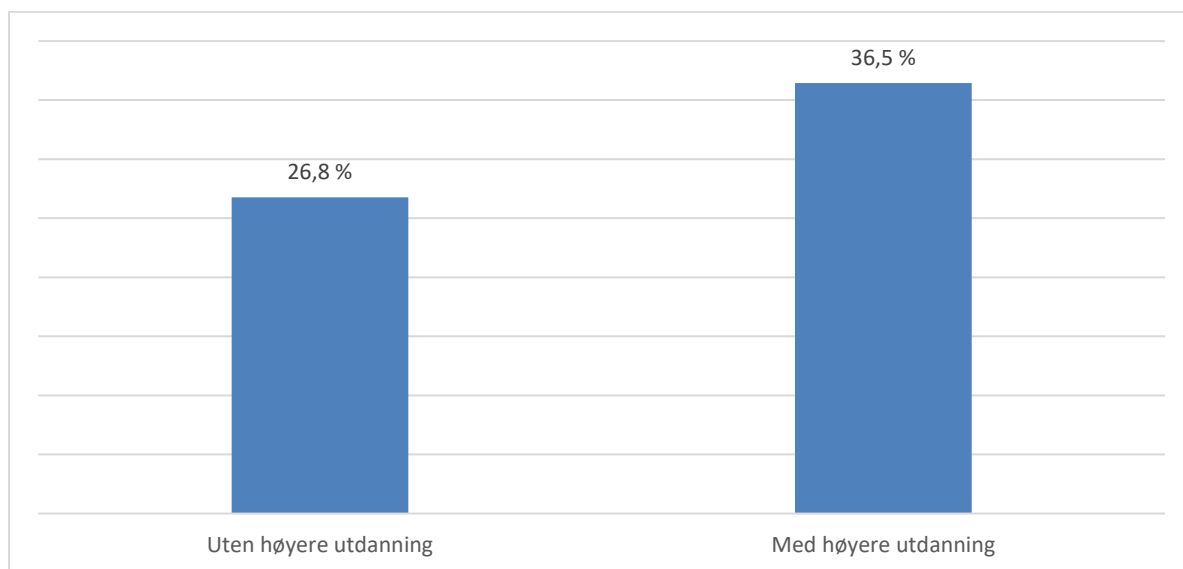
Derimot er det klare forskjeller når det gjelder alder. I en forenklet fremstilling med tre alderskategorier¹¹ finner man at det i 2017 var desidert flest i den yngste alderskategorien som tilfredsstilte kriteriet, med 44,4 prosent, og færrest i den eldste aldersgruppen, med 33,3prosent. Derimot er det små forskjeller i 2017 mellom de to eldste aldersgruppene. Alle tre alderskategoriene har hatt en økning i perioden 1999–2017 sett under ett.

2.3 Sosiokulturelle og andre forskjeller

Hvor sterkt slår egen utdanning ut? Selv om flere studier har vist at utdanning har slått ut i forhold til fysisk aktivitet, kan det være interessant å se hvor mye de slår ut i forhold til ACSM-kriteriet. I 2017-undersøkelsen opererer Norsk Monitor med fem utdanningsnivåer. Spørsmålet er: «Hva er din høyeste avsluttede utdanning?» Det skilles mellom folkeskole/framhaldsskolenivå,

¹¹'15-34 år', '35-54 år', '66-90 år'>.

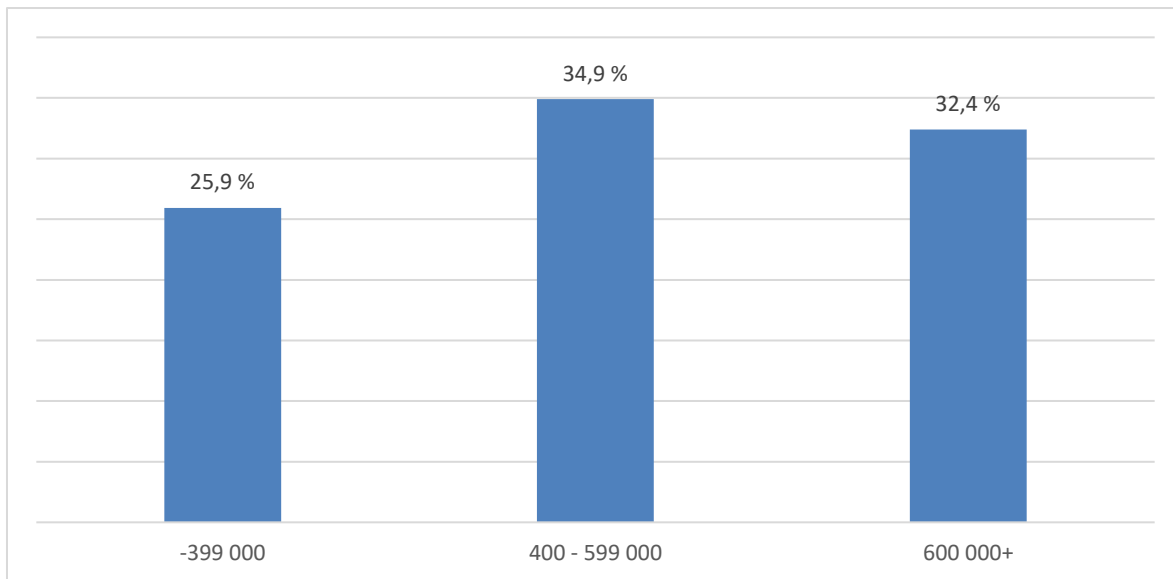
ungdomsskole/realskolenivå, videregående skole/gymnasnivå, høyskole/universitet lavere nivå, høyskole/universitet høyere nivå. Med dagens relativt lange utdanningsløp vil det være interessant å se nærmere på aldersgruppen fra 28 til 70 år. Denne gruppen har i hovedsak avsluttet sin utdanning og vil med stor sannsynlighet ha en mer stabil personlig økonomi, siden dette er den gruppen i befolkningen som mest sannsynlig er i arbeid, etter utdanning og før pensjonering.



Figur 4. Andel som tilfredsstillter ACSM-kriteriet i forhold til avsluttet utdanning. Aldersgruppe 28-70 år. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

Vi ser at det er en markant forskjell i andelen som oppfyller ACSM-kriteriet i forhold til utdanning. De med høyest utdanning har dobbelt så stor andel ACSM-ere sammenliknet med den laveste utdanningsgruppen. Siden egen utdanning ser ut til å ha betydning for hvorvidt en person er fysisk aktiv eller ikke, kan det være interessant å se nærmere på om foreldres utdanning også har betydning.

Når det gjelder egen bruttoinntekt, er det også mest meningsfylt å se på den gruppen som har avsluttet utdanning og mest sannsynlig er i fullt arbeid, nemlig aldersgruppen 28-70 år.

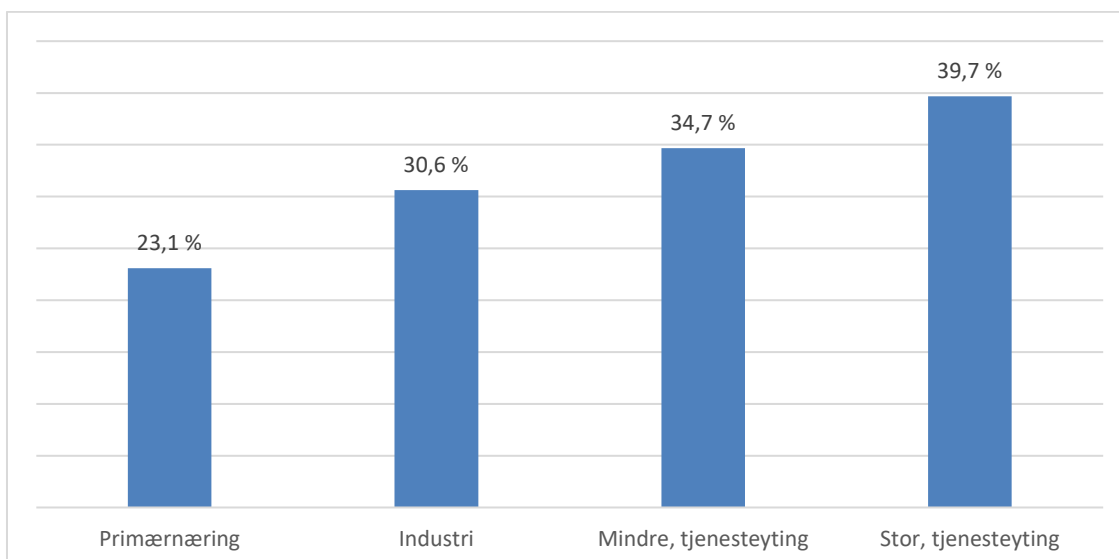


Figur 5. Prosentandel som tilfredsstill ACSM- kriteriet i forhold til personlig bruttoinntekt. Aldersgruppe 28-70 år. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

Figur 5 viser at det er en sammenheng mellom inntektsnivå og trening. Det er flest i de høyeste inntektsgruppene som trener nok til å tilfredsstill ACSM-kriteriet. Forskjellene er ikke så store som ved utdanning, men likevel tydelige.

2.4 Spiller det noen rolle hvor man bor?

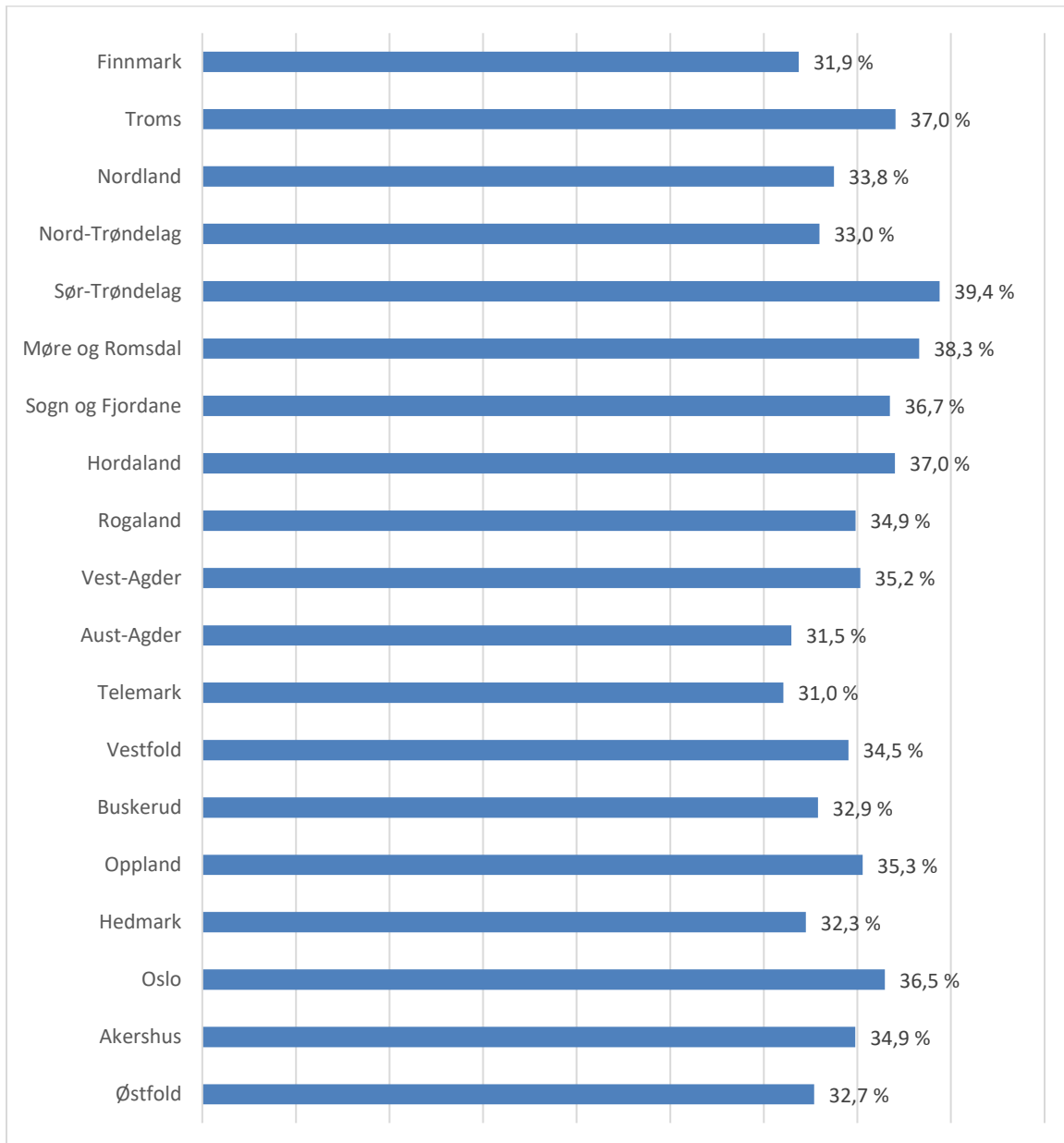
I Norsk Monitor-undersøkelsen fra 2017 ble det spurt om bosted delt inn etter ulike kommunetyper. Kommunetyperne var delt inn etter dominerende næring – primærnæring, industri eller tjenesteyting – og når det gjaldt tjenesteyting, mellom mindre og store.



Figur 6. Prosentandel av befolkningen, 15 år og eldre, som tilfredsstill ACSM-kriteriet, knyttet til kommunetype. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

Figur 6 viser at det er færrest ACSM-ere i primærnæringskommunene. De som bor i industrikommuner, er noe mer aktive. Blant de tjenesteytende kommunene kommer de største best ut. Man skulle kanskje tro at det var lettere å være fysisk aktiv på landsbygda enn i byen, men det ser ut til å være omvendt.

Hvilke variasjoner finner vi innenfor landsdelene? Hvordan ligger Nordland blant fylkene? For å få et godt nok datagrunnlag har vi slått sammen resultatene for 2015- og 2017-undersøkelsen.

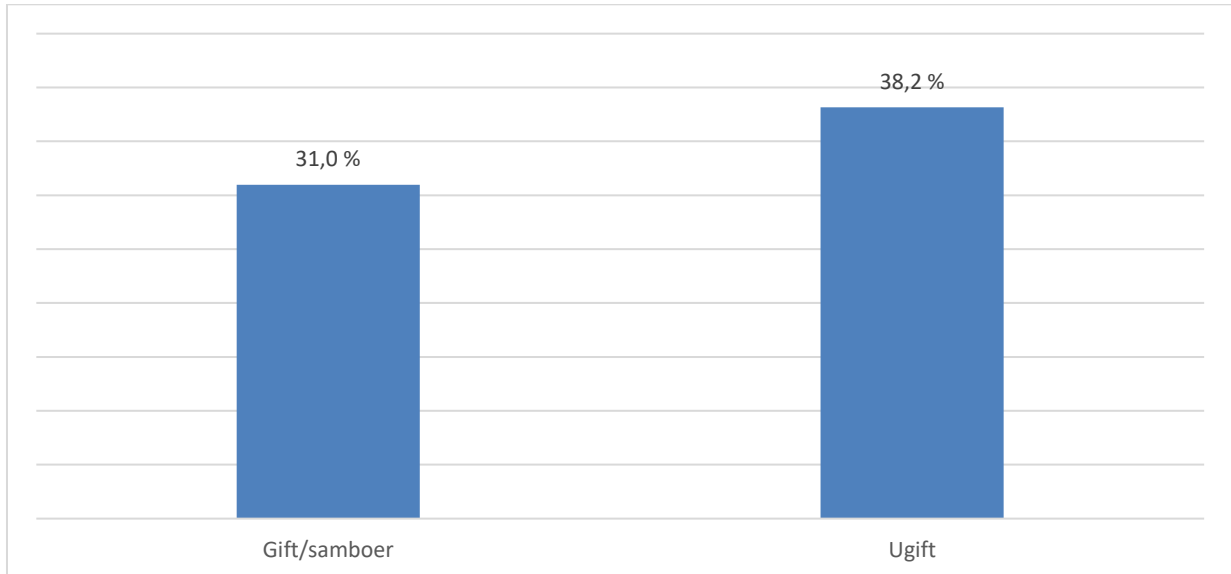


Figur 7. Prosentandeler i ulike fylker som tilfredsstill ACSM -kriteriet. 15 år og eldre. Data for 2015 og 2017 slått sammen..

Figur 7 viser at Sør-Trøndelag ligger på topp, med en marginal ledelse på Møre og Romsdal og Hordaland, og Troms hakk i hæl. Nederst finner vi Telemark og Aust-Agder..

2.5 Spiller sivil status noen rolle?

Det å gifte seg, få barn og etablere familie medfører mindre mulighet til å drive med fysisk aktivitet (Breivik & Rafoss 2017). Om man ser på hele befolkningen i Nordland fra 28 år og oppover, er det mulig å få bekreftet eller avkreftet en slik forestilling.

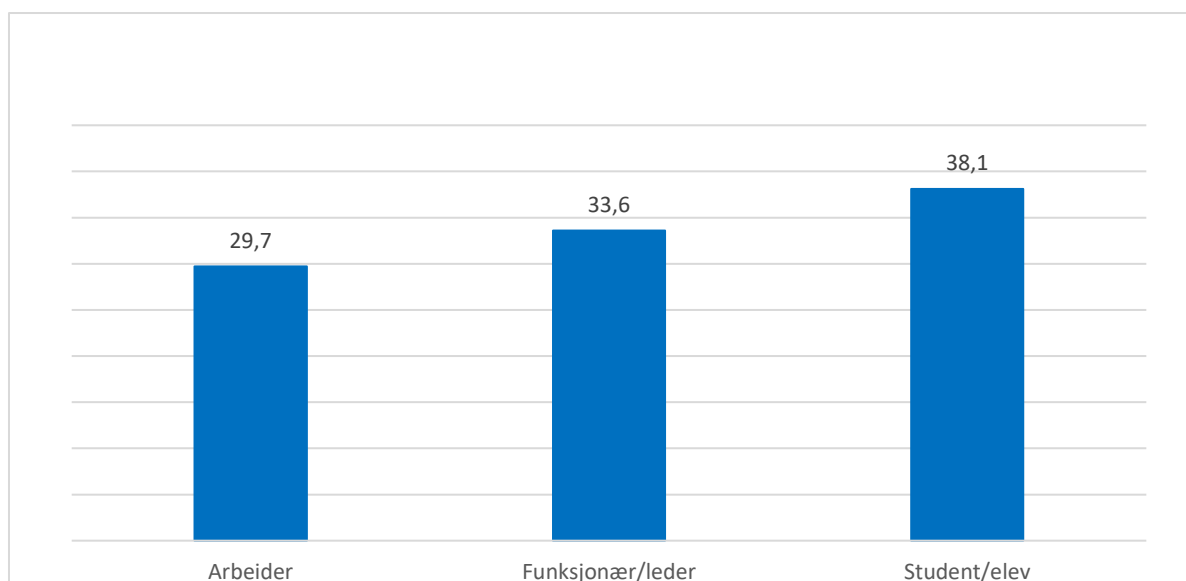


Figur 8. Prosentandel av befolkningen i aldersgruppen 28-70 år som tilfredsstillter ACSM-kriteriet, knyttet til sivil status. Data for 2013, 2015 og 2017 slått sammen. Nordland.

Figur 8 viser at det er flest aktive i gruppen som er ugift. Nærmere 4 av 10 i denne gruppen tilfredsstillter ACSM-kravet, mens blant gift/samboer er det 3 av 10.

2.6 Spiller det noen rolle hva slags stilling man har?

Mens vi i det foregående så på status skal vi gå over til å se på stillingstype. Hvilke forskjeller er det i fysisk aktivitetsnivå knyttet til stilling?



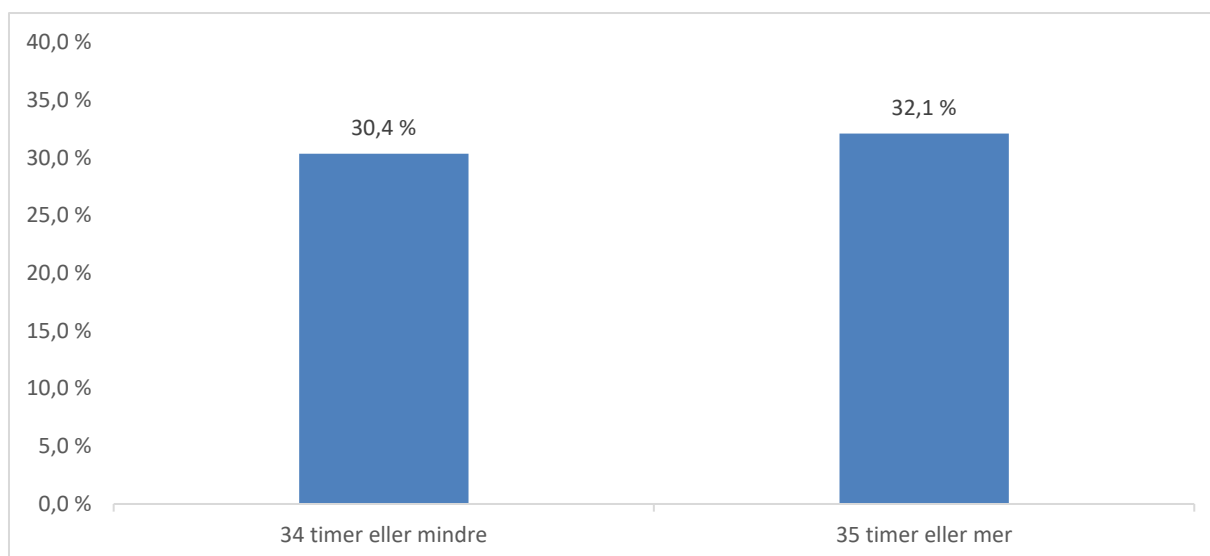
Figur 9. Prosentandel av befolkningen som tilfredsstillter ACSM-kriteriet, knyttet til stilling. Data for 2013, 2015 og 2017 slått sammen. Nordland.¹²

Vi ser av figur 9 at student/elev kommer godt ut, men det er en svært liten gruppe, og derfor er ikke resultatet statistisk signifikant. Vi ser at arbeider ligger lavt. Ledere og funksjonærer av ulike typer kommer bedre ut.

2.7 Spiller det noen rolle hvor mye man jobber?

Man kan tenke seg at det er de som jobber lite, som i gjennomsnitt har mest tid til trening. De som jobber mer enn en vanlig arbeidsuke, som i Norge i snitt ligger på 37,5 timer, har kanskje mindre tid til fysisk aktivitet. Det kan imidlertid tenkes at dette er en gruppe mennesker som både får tid til å jobbe mye og trene. Dette ønsket vi å få vite mer om. Vi tok utgangspunkt i aldersgruppen 30-60 år, ettersom de fleste i denne gruppen sannsynligvis er ferdig med utdannelsen og er i arbeid. Svarene på hvor mange timer respondentene hadde lønnet arbeid per uke, ble delt inn i to kategorier.

¹² Respondentene er spurt om: Hvilken type stilling har du? Vi har gruppert arbeider/operatør, ufaglært og arbeider/operatør, faglært som «arbeider». Funksjonær (kontorarbeid), ledende stilling, toppleder/daglig leder og selvstendig er gruppert i kategorien «funksjonær/leder».



Figur 10. Prosentandel av de mellom 30 og 60 år som tilfredsstill ACSM-kriteriet, i forhold til hvor mange arbeidstimer de jobber i uken i betalt arbeid. Data for 2013, 2015 og 2017 slått sammen. Nordland.

Det fremgår av figur 10 at det er de som jobber mest, som også har størst andel ACSM-ere. Mellom gruppene er det mindre forskjell. Det at vi finner at de som jobber mest trener mest kan tyde på at dette er en ressurssterk gruppe som arbeider mye og som også bruker mer tid på trening enn andre grupper.

2.8 Oppsummering

- I løpet av perioden 1985–2017 har befolkningen økt sin tid til fysiske aktivitet i fritiden.
- I 2017 trente halvparten, 50 prosent, 1-4 ganger i uken, mens en stor gruppe 21 prosent trente 5 ganger i uken eller mer.
- Om man velger et mer komplekst aktivitetskriterium som foreslått av American College of Sports Medicine, og som også Helsedirektoratet åpner for, tilfredsstilte 36,4 prosent dette kriteriet i 2017. Andelen som tilfredsstill kriteriet, har økt fra 21,5 prosent i 1999 til dagens nivå, noe som er en økning på 15 prosentpoeng.
- Mens færre kvinner tidligere tilfredsstilte helsekravet til fysisk aktivitet, er det i 2017 nesten ikke forskjeller knyttet til kjønn.
- Det er flere i den yngste aldersgruppen, under 34 år, som tilfredsstill helsekravet til fysisk aktivitet, mens det i de eldre aldersgruppene fra 35 år og oppover er små forskjeller.
- Det var i 2017 visse forskjeller knyttet til både stedet man bor, og hvor man vokste opp. Det ser ut som store og mellomstore byer muliggjør mer aktivitet enn småbyer, tettsteder og landsbygda.

- Det er klare forskjeller knyttet til utdanning. Både egen utdanning og inntekt slår tydelig ut når det gjelder å tilfredsstille helsekravet til fysisk aktivitet. De med høyest utdanning og inntekt har flere aktive som tilfredsstiller ACSM-kravet.
- Det kan se ut som skillelinjer knyttet til utdanning og stilling fremdeles følger gamle mønstre, der hvitsnipp-yrker medfører høyere fysisk aktivitet i fritiden sammenliknet med blåsnipp-yrker.
- Sivil status spiller en rolle med tanke på fysisk aktivitet. Ugifte er mer aktive enn de som er gifte og ofte befinner seg i en familiesituasjon.
- Det er små forskjeller knyttet til antall timer lønnet arbeid i uken når det gjelder å oppfylle ACSM-kriteriet. De som jobber mest, mer enn 35 timer i uken, er allikevel de som finner tid til mest trening.

3 Oppslutningen om ulike typer av aktivitet

Norsk Monitor spør om deltakelse i en rekke typer av fysisk aktivitet. Spørsmålsformuleringen ‘Hvilke av de forskjellige fysiske aktivitetene på listen nedenfor driver du med i fritiden minst en gang i måneden i sesongen?’, må anses som et relativt beskjedent kriterium for aktivitet, og gir ikke noen nærmere informasjon om hvor ofte de enkelte aktivitetene utføres. I de siste målingene har det til sammen blitt spurt om 44 forskjellige aktivitetstyper. Et slikt mål fanger opp alle som kan sies å drive med eller være involvert i aktiviteten, og man får dermed en viktig innsikt i hvordan ulike aktivitetsformer uavhengig av organisering fordeler seg i befolkningen. På bakgrunn av spørsmålet kan noe forenklet aktivitetene grovt inndeles i tre grupper: *’store folkeaktiviteter’*¹³, *’mellomstore aktiviteter’*¹⁴ og *’små aktiviteter’*¹⁵.

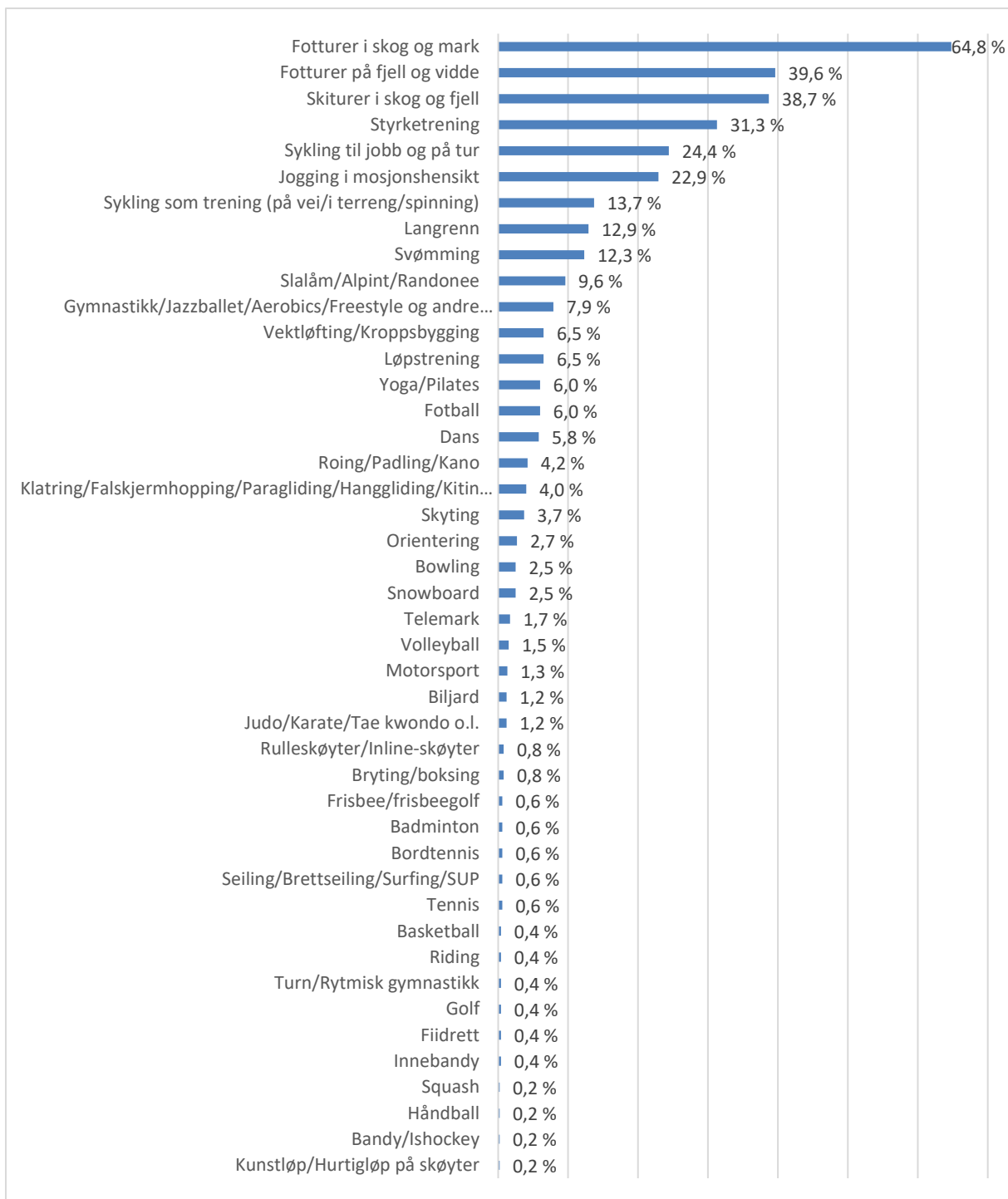
Det fremgår av figur 11 at det i 2017 var seks ulike aktiviteter som kunne inkluderes i *’store folkeaktiviteter’*. Suverent størst var *’fotturer i skog og mark’*, der 2/3 av utvalget svarte at de var involvert. Denne aktiviteten var betydelig større enn de to neste aktivitetene, *’fotturer på fjell og vidde’* og *’skiturer i skog og fjell’*. Sammen med *’sykling til jobb og på tur’*, *’styrketrening’* og *’jogging i mosjonshensikt’* utgjorde disse et relativt samlet felt med oppslutning fra rundt 1/4 av befolkningen. Deretter kommer langrenn, som har hatt en formidabel økning de siste 10 år. Det er verdt å legge merke til at det har vært en økning i aktivitetsandel i befolkningen de siste 15 årene i alle disse sju store folkeaktivitetene.

Av *’mellomstore aktiviteter’* var det til sammen åtte aktiviteter som hadde en oppslutning i befolkningen på mellom 5-20 prosent i 2017 (figur 11). Blant disse var både *’sykling som trening’*, *’langrenn’* og *’svømming’* er relativt store aktiviteter. Det kan videre bemerkes at *’fotball’* er en relativt beskjeden aktivitet, med 6 prosent oppslutning i befolkningen for de som er 15 år og eldre. Dette er kanskje overraskende tatt i betraktning den store oppmerksomhet fotball får i media, og dens særstilling når det gjelder oppslutning blant barn og unge. Oppslutning om aktiviteter som *’svømming’*, *’langrenn’*, og *’slalåm/alpint’* er større for befolkningen som helhet. Bortsett fra *’langrenn’* og *’løpstrening’*, som begge har hatt en klar økning i oppslutning, har alle de andre mellomstore aktivitetene enten svingt litt opp og ned på målingene, eller hatt noe tilbakegang i oppslutning.

¹³Aktiviteter som involverer mer enn 20 prosent av befolkningen.

¹⁴Aktiviteter som involverer mellom 5 og 20 prosent av befolkningen.

¹⁵Aktiviteter som involverer mellom 1 og 5 prosent av befolkningen.



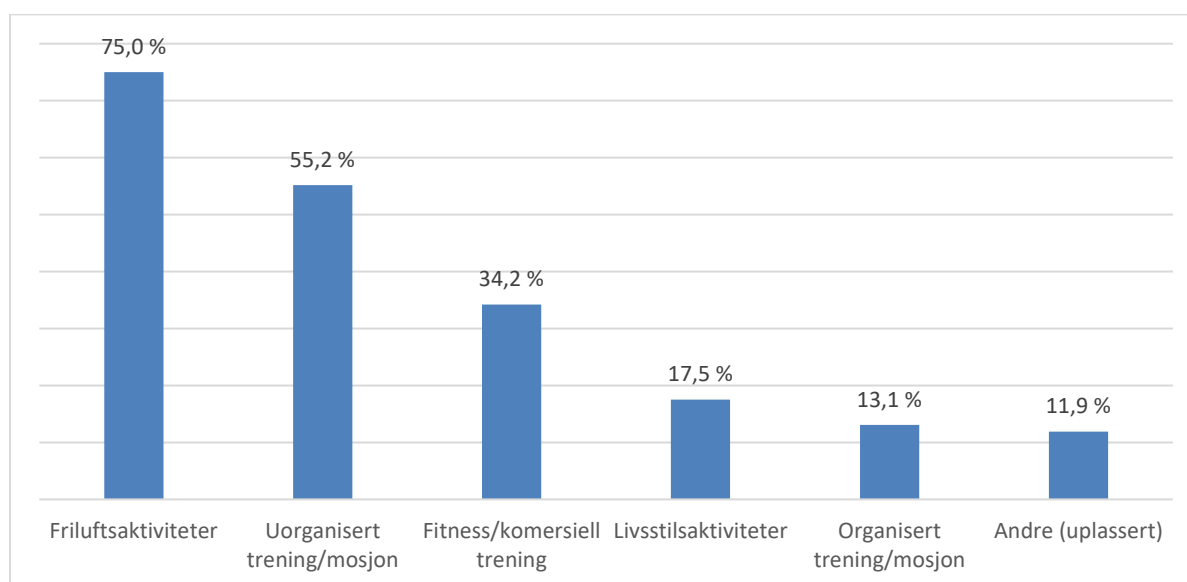
Figur 11. Hvilke av de forskjellige fysiske aktivitetene på listen nedenfor driver du med i fritiden minst en gang i måneden i sesongen? 2017. Nordland.

Hele 28 av de 44 aktivitetsformene (60 %) faller inn i kategorien 'små aktiviteter'. Det er verdt å merke seg at man her finner aktiviteter som 'håndball' og 'golf'. Disse er store aktiviteter innenfor den organiserte idretten når vi ser på antall registrerte medlemmer. Andre aktiviteter som er relativt store innenfor NIF, men som er små i total oppslutning er; 'orientering', 'tennis', 'fiidrett' og 'turn/rytmisk

gymnastikk'. Datagrunnlaget for de små aktivitetene er noe usikkert, men inntrykket er at man kun finner små forandringer i aktivitetsandeler over tid.

Ser vi på endringer i aktivitetsoppslutning i perioden 1995–2017 trer det fram noen klare mønster (se vedlegg tabell 1). Den største økningen finner vi innen de store folkeaktivitetene som styrketrening (+ 11 prosent), fotturer på fjell og vidde (+ 7 prosent) og fotturer i skog og mark (+ 6 prosent). Andre aktiviteter med en økning i andel aktive er aktiviteter som langrenn, vektløfting/kroppbygging, løpstrening, samt roing og padling. Et tredje tydelig mønster er en synkende andel som deltar i organiserte idretter. Vi ser at andelen voksne som driver med tradisjonelle ballspill som fotball (- 9 prosent), håndball (- 1 prosent), volleyball (- 5 prosent) og basketball (-1 prosent) er gått tilbake i perioden 1995–2017.

For å få fram forskjeller i oppslutning om aktivitetsformer har vi samlet aktivitetene i ulike grupper. Et alternativ til å se på aktivitetene enkeltvis er derfor å gruppere dem inn i seks kategorier for å gi en forenklet fremstilling.



Figur 12. Hvilke av de forskjellige fysiske aktivitetene driver du med i fritiden minst en gang i måneden i sesongen? – gruppert i kategorier. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

Figur 12 viser at 'friluftslivsaktiviteter'¹⁶, relativt tett fulgt av 'uorganisert trening/mosjon'¹⁷, var de to største kategoriene, med deltakelse fra henholdsvis tre fjerdedeler og over halvparten av befolkningen. Herfra er det et relativt stort sprang ned til 'fitness/kommersiell trening'¹⁸. Minst utbredt var

¹⁶Fotturer på fjell/vidde, Fotturer i skog/mark, Skiturer

¹⁷Jogging, Sykling som trening, Svømming, Langrenn, Løpstrening, Sykling til jobb/tur, Tennis, Golf, Seiling, Squash

¹⁸Styrketrening, Gymnastikk, Vektløfting

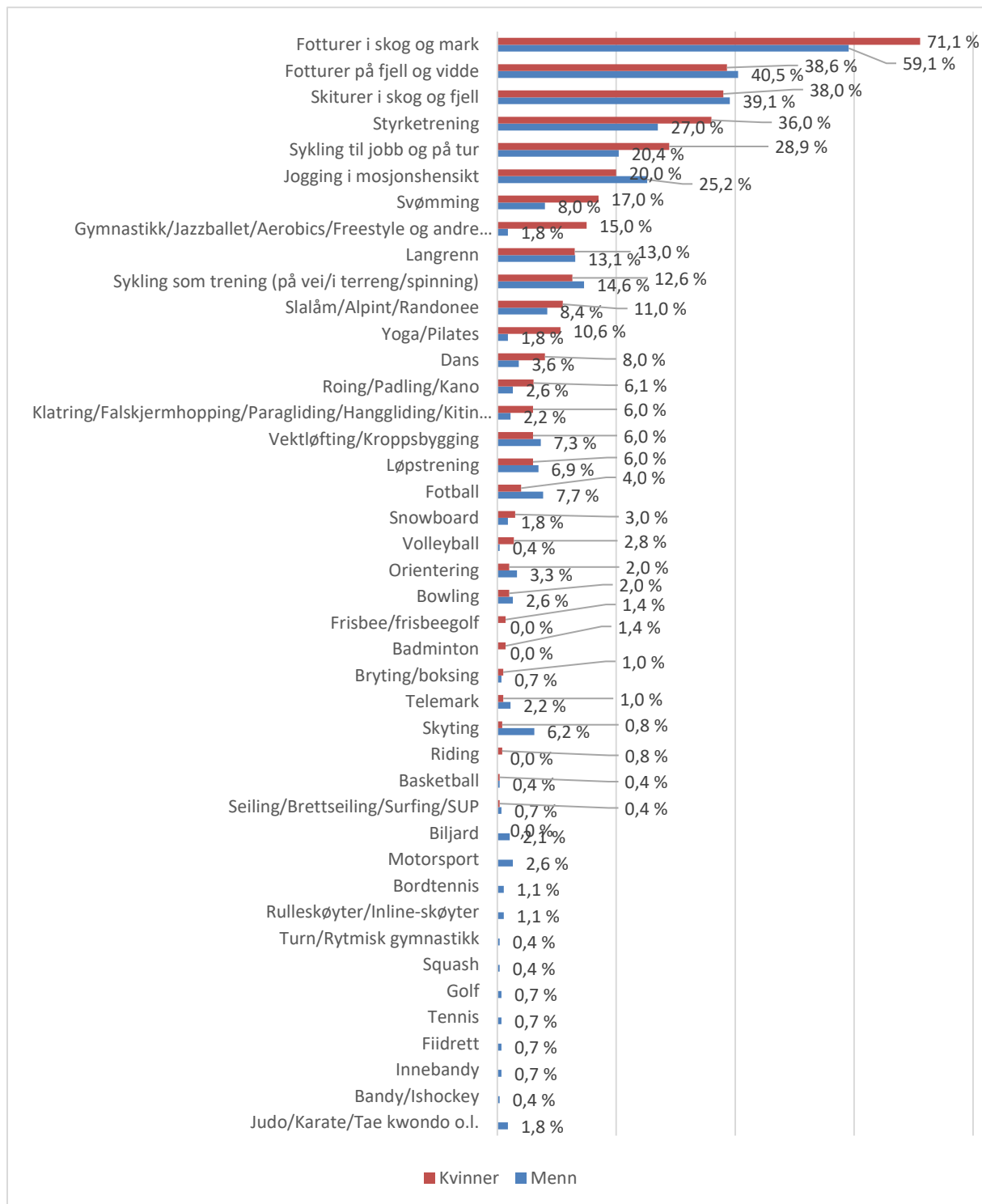
'livsstilsaktiviteter'¹⁹ og 'organisert trening/mosjon (NIF)'.²⁰ Det samme omfang som 'organisert trening/mosjon (NIF)'. har kategorien 'andre (U plassert)'²¹.

¹⁹Snowboard, Klatring, etc., Telemark, Slalåm, Rulleskøyter, Roing/Padling

²⁰Fotball, Volleyball, Innebandy, Håndball, Orientering, Bordtennis, Judo, Bandy/ishockey, Basketball, Bryting/boksing, Friidrett, Turn, Kunstløp

²¹Skyting, Motorsport, Dans, Bowling

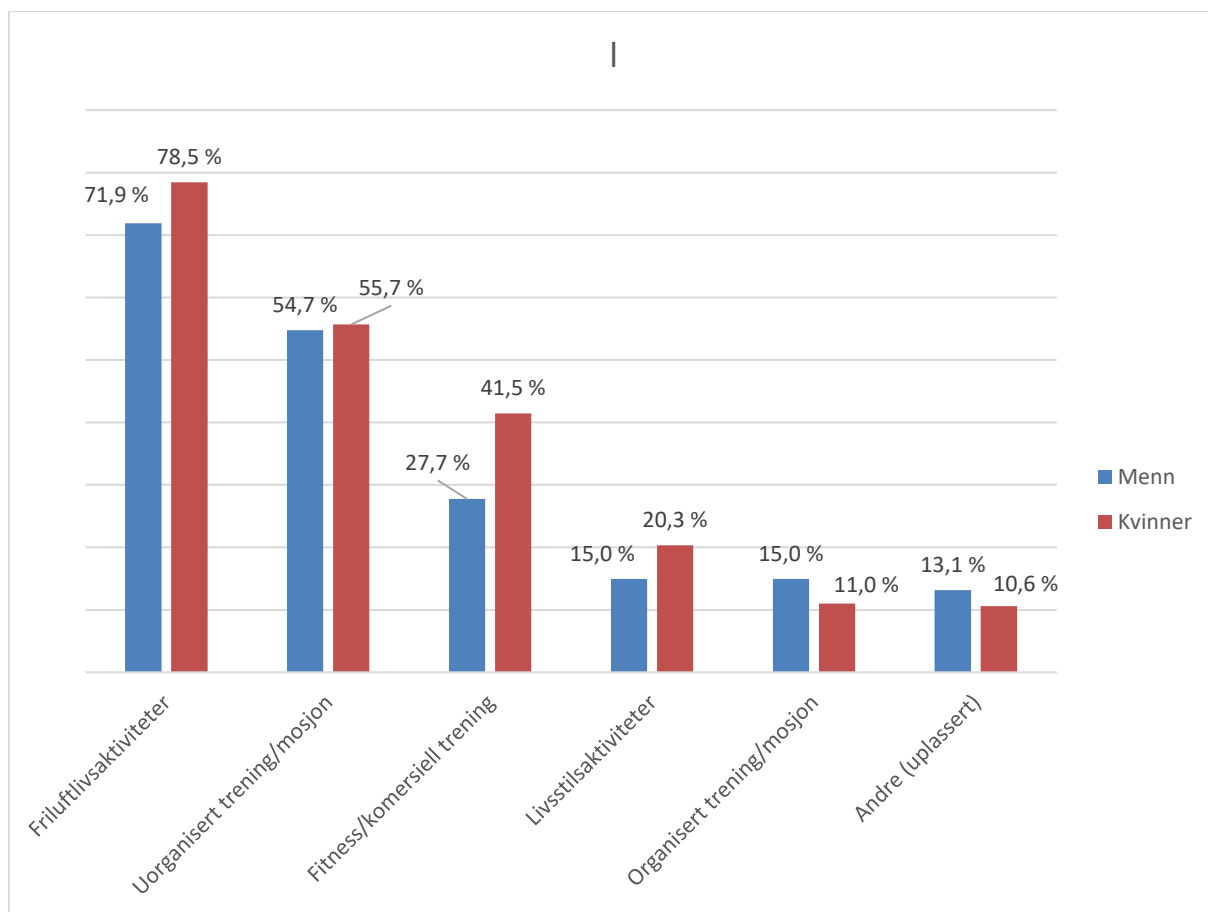
3.1 Deltakelse i aktivitet knyttet til demografiske forhold



Figur 13. Andel menn og kvinner som har deltatt regelmessig minst en gang i måneden i ulike aktiviteter. 2013-2015 og 2017 slått sammen.. Nordland.

Når det gjelder kjønn, viser figur 13 betydelige forskjeller, men også likheter i menns og kvinners aktivitetsvalg. Hvis vi ser på aktiviteter med oppslutning på mer enn 5 prosent av det mest representerte kjønn, så ser vi at flere kvinner enn menn deltar i følgende: fotturer i skog og mark, sykling til jobb og på tur, styrketrening, svømming, gymnastikk/jazzballett/aerobics/freestyle, yoga/pilates, og dans. Det mest overraskende her er den store kjønnsforskjellen vi finner i styrketrening, som tradisjonelt har vært en mandsaktivitet. Hvis vi ser på aktiviteter med oppslutning på mer enn 5 prosent blant menn er menn i flertall i skiturere på fjell og vidde, skiturere i skog og fjell, jogging, sykling som trening og løpstrening. Det fremgår videre av figur 13 at dominansen fremdeles er stor i tradisjonelle mandsaktiviteter som fotball, vektløfting/kroppbygging, skyting, og motorsport.

For å få fram kjønnsforskjeller i oppslutning kan vi se på hvordan deltakelse blant menn og kvinner fordeler seg innen de ulike aktivitetsformene.

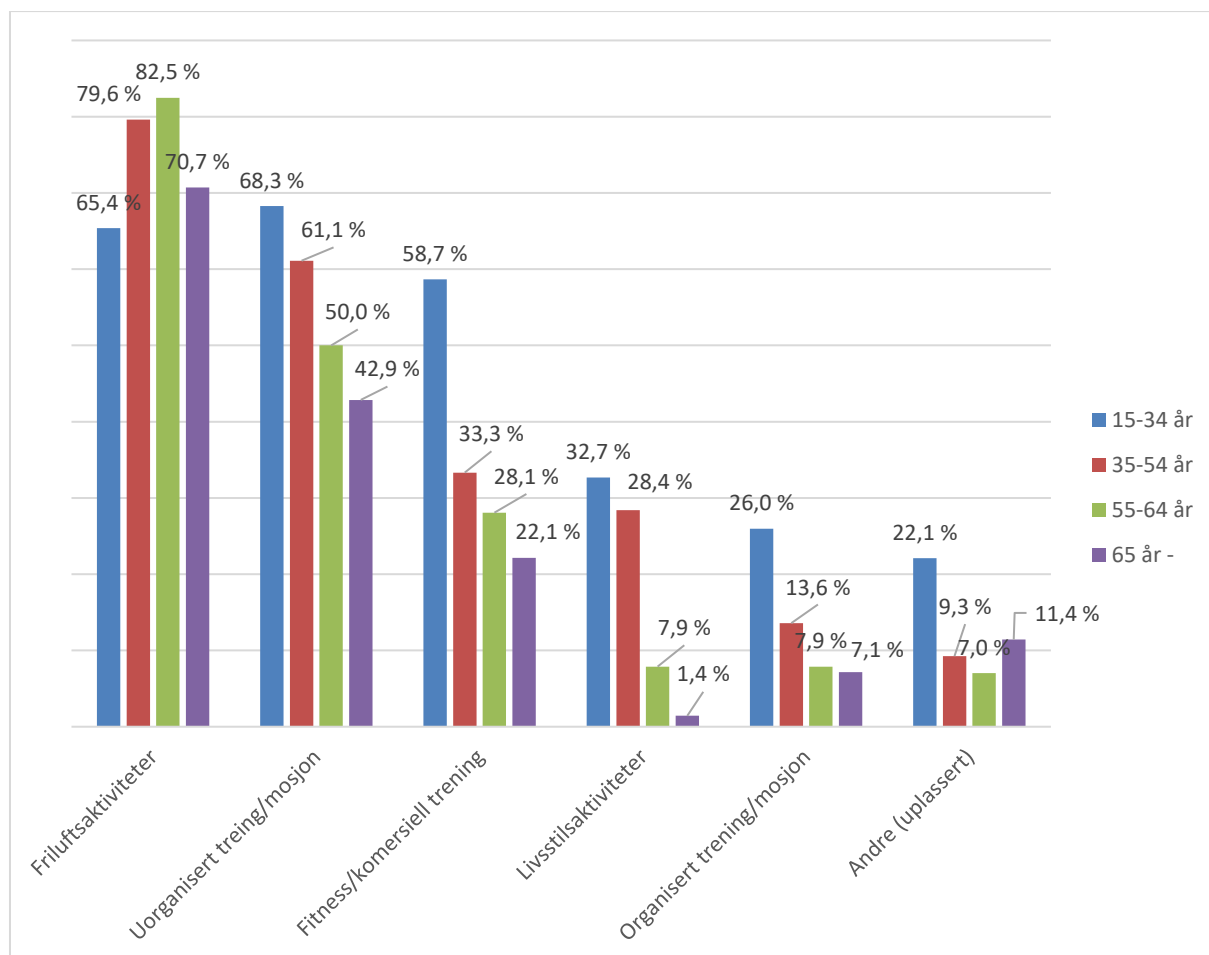


Figur 14. Aktiviteter gruppert i ulike kategorier og knyttet til kjønn. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

Hvis vi grupperer aktivitetene slik det er gjort i figur 14, ser vi at kvinner er i flertall når det gjelder friluftslivsaktiviteter og særlig i fitness/kommersiell trening, mens menn utgjør et flertall i uorganisert trening, i livsstilsaktiviteter og organisert trening.

Alder

Det er altså klare forskjeller knyttet til kjønn, men forskjellene er enda større og mer gjennomgående når det gjelder alder. Det er langt fra alle aktivitetsgrupper hvor vi finner stor deltakelse oppover i aldersgruppene. En god del er typiske ungdomsaktiviteter.

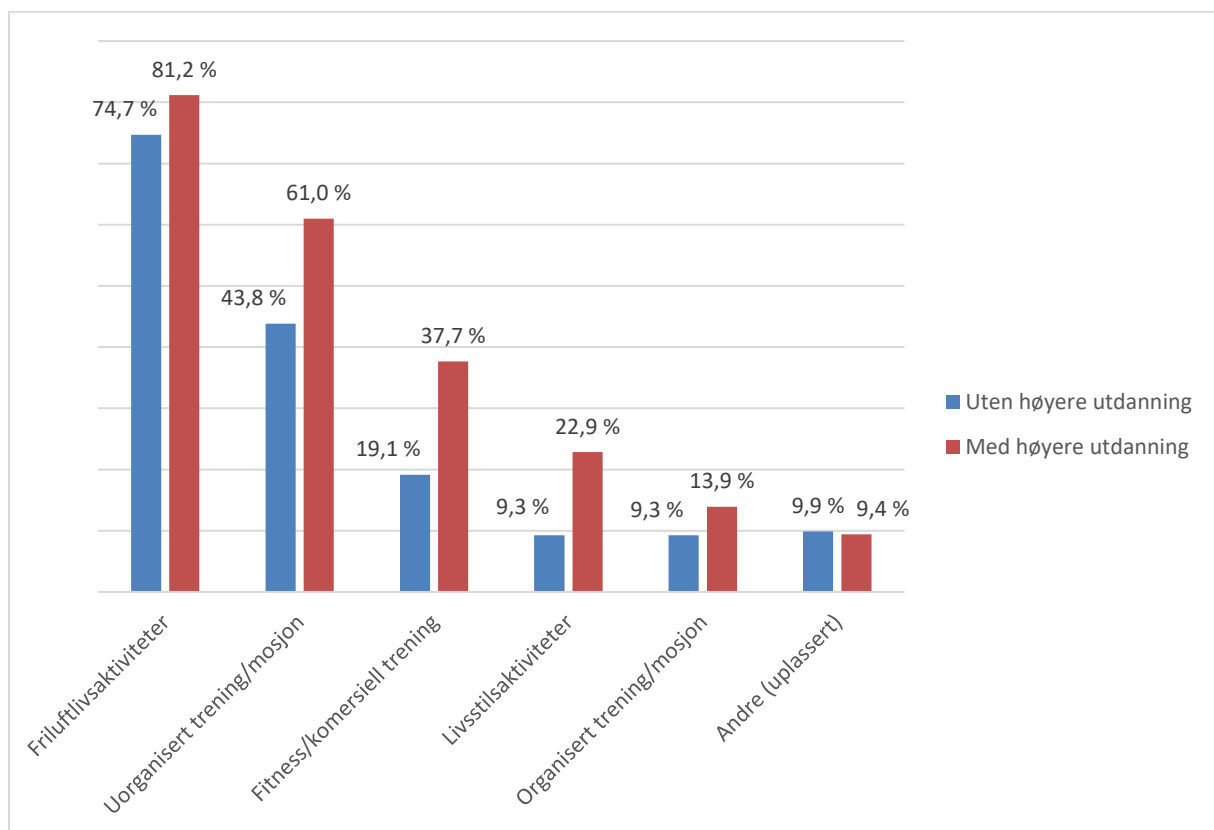


Figur 15. Deltakelse i hovedtyper av aktiviteter knyttet til alder. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

Vi ser av figur 15 at deltakelse i friluftslivsaktiviteter stiger med økende alder opp til 65 år. For de over 35 år er dette den foretrukne mosjonsformen. Alle de andre aktivitetstypene faller relativt bratt med økende alder. Det fremgår at det er store forskjeller mellom aldersgruppene 15-34 år og 35-54 år innen fitness/kommersiell trening og organisert trening/mosjon. I forhold til aktivitetstypene er det få over 35 år som trener og mosjonerer organisert. Det betyr at med tanke på motivering og tilrettelegging, organisering og anleggsbygging, så må man ta på alvor hvordan aldersfaktoren slår ut. Friluftsliv og uorganisert styrke- og utholdenhetstrening har omvendte aldersprofiler, men supplerer hverandre.

3.2 Ulike former for aktivitet – utdanning

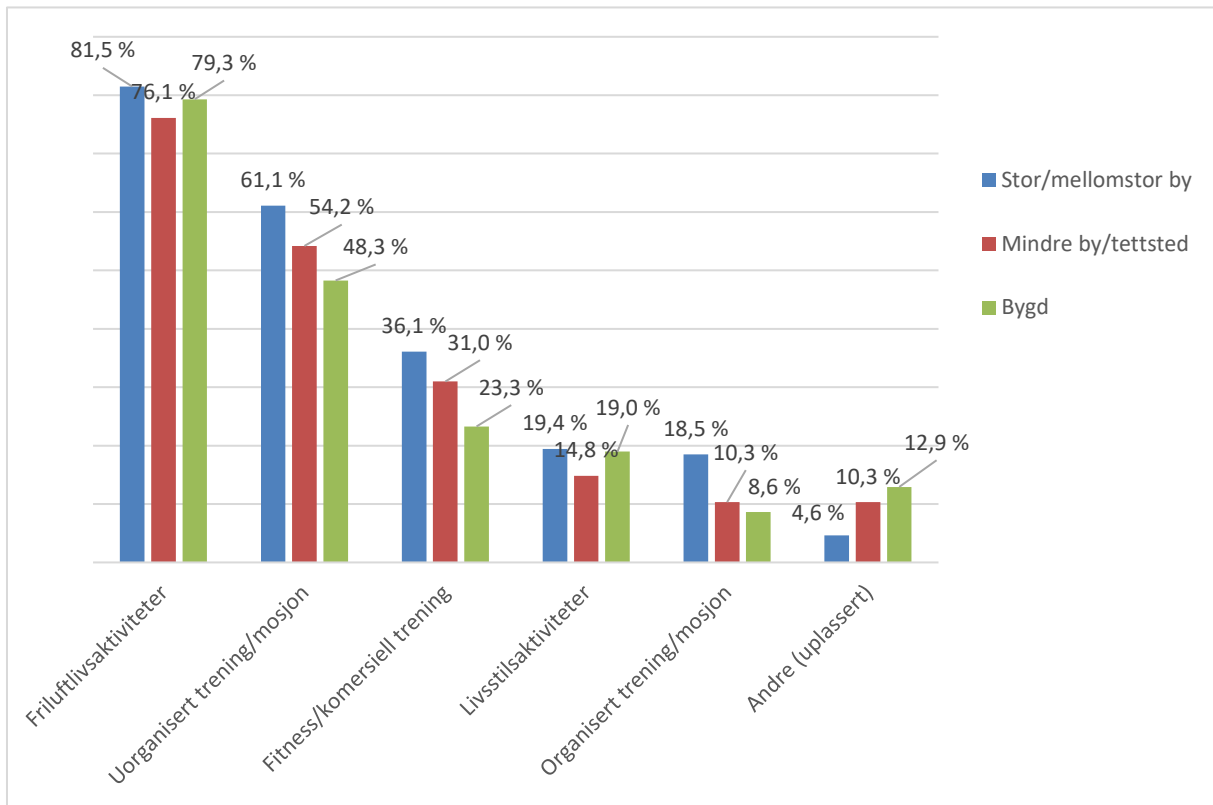
Vi har tidligere i rapporten vist at de med høyere utdanning er mer fysisk aktive og har en høyere andel ACSM-ere enn de med lavere utdanning. Vi skal i det følgende se på hvordan dette slår ut i valg av typer av aktivitet. Er oppslutningen om noen av aktivitetstypene mer egalitære enn andre? Hvor er skillene størst? For utdanning har vi skilt mellom de som har høyskole- og universitetsutdanning, og gruppen som ikke har. Siden utdanning er avhengig av at man har avsluttet utdanning, har vi igjen valgt å se på gruppen 28-70 år. På basis av utdanning laget vi en samlet variabel med to kategorier. Resultatene knyttet til utdanning er vist i figur 16.



Figur 16. Tilhørighet til ulike utdanningsgrupper knyttet til aktivitetstyper. Alder 28-70 år. 2015. Nordland.

Det er gjennomgående for de fem aktivitetsgruppene at deltakelsen er høyest blant de med fullført høyskole- og universitetsutdanning. Friluftslivsaktivitetene har beholdt en ganske egalitær posisjon, mens forskjellene knyttet til de andre aktivitetstypene illustreres klart. De største utdanningsforskjellene er knyttet til fitness/kommersiell trening og uorganisert trening/mosjon. Innen fitness/kommersiell trening er det dobbelt så mange aktive med høyere utdanning sammenliknet med gruppen uten høyere utdanning.

3.3 Ulike former for aktivitet knyttet til bosted



Figur 17. Prosentandel aktive i ulike aktivitetstyper knyttet til nåværende bosted. Alder 28-70 år. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

Vi ser av figur 17 at friluftslivsaktiviteter har omtrent samme oppslutning uavhengig av bosted. Forskjellene er relativt små når det gjelder livsstilsaktiviteter. De andre aktivitetsformene kjennetegnes med byen øverst og landsbygda nederst i oppslutning. Størst forskjell er det knyttet til treningsformer som fitness/kommersiell trening og uorganisert trening.

3.4 Oppsummering

- De store aktivitetskategoriene er 'fotturer i skog og mark', 'skiturer i skog og fjell', 'styrketrening', 'sykling til jobb og på tur', 'fotturer på fjell og vidde', 'jogging i mosjonshensikt', og 'sykling som trening'. Disse representerer friluftslivsaktiviteter samt målrettet styrke- og utholdenhetstrening som i stor grad kan drives egenorganisert og med beskjeden tilrettelegging i form av anlegg.
- I gruppen av 'mellomstore aktiviteter' finner vi 'slalåm/alpint', 'langrenn', 'fotball', 'svømming', 'gymnastikk/jazzballett/aerobics/freestyle', 'løpstrening' og

‘vektløfting/kroppbygging’. Her finner vi de populære publikumsaktivitetene fotball og langrenn, men også aktiviteter som svømming, gymnastikk og dans.

- De fleste av aktivitetene, 23 av 37, er små og bidrar hver for seg lite til aktivitetsnivået i den voksne befolkning. De fleste særvidrettene i NIF tilhører de små aktivitetene.
- Endringer i aktivitetsoppslutning for perioden 1995–2017 viser at den største økningen finner vi i fire av de store folkeaktivitetene som styrketrening (+ 11 prosent), fotturer på fjell og vidde (+ 7 prosent), fotturer i skog og mark (+ 7 prosent) og sykling til jobb og på tur (1 prosent). Det har også vært en økning i andelen som driver med aktiviteter som langrenn, vektløfting/kroppbygging og løpstrening., mens vi finner en synkende andel som deltar i organiserte konkurranseidretter.
- Om man grupperer aktivitetene, er det friluftslivsaktiviteter og uorganisert trening og mosjon som er de klart største kategoriene. Deretter følger fitness (kommersiell trening) og livsstilsaktiviteter. Organiserte NIF-aktiviteter kommer først på femteplass av seks kategorier.
- Når det gjelder kjønn, dominerer kvinner de store folkeaktivitetene som fotturer i skog og mark, styrketrening og sykling til jobb og på tur. Særlig gjelder dette fotball, løpstrening, vektløfting/kroppbygging og skyting. Menn har derimot langt større andel aktive i jogging og skyting.
- De aller fleste aktiviteter har synkende oppslutning med økende alder. Det er noen få unntak der oppslutningen stiger med økende alder. Det gjelder de store friluftslivsaktivitetene ’fotturer i skog/mark’, ’skitur i skog og fjell’ og ’fotturer på fjell og vidde’.
- En større prosentandel blant de med høyere utdanning benytter seg av de ulike aktivitetsformene. Et unntak er friluftslivsaktiviteter, som har en jevn fordeling knyttet til egen utdanning. I uorganisert trening og mosjon, fitness, livsstilsaktiviteter og organisert trening er det derimot klar overvekt av de med høyere utdanning.
- Det er små forskjeller i oppslutning om friluftslivsaktiviteter i forhold til bosted. Forskjellene er også relativt små når det gjelder livsstilsaktiviteter. De andre aktivitetsformene kjennetegnes med byen øverst og landsbygda nederst i oppslutning. Størst forskjell er det knyttet til moderne treningsformer som fitness/kommersiell trening og uorganisert trening.

4 Treningssammenhenger

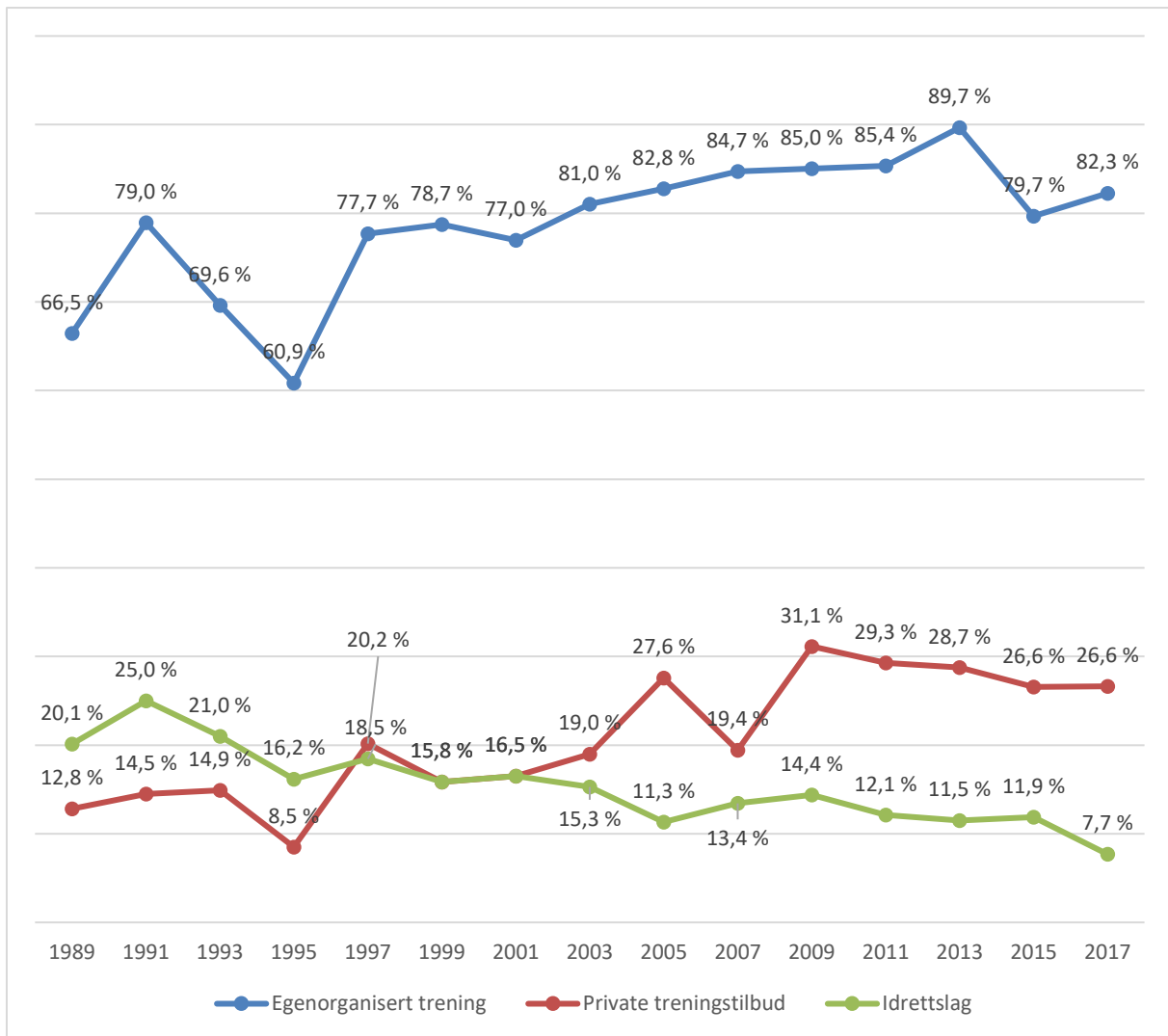
Norsk Monitor har siden 1989 stilt et todelt spørsmål for å kartlegge bruk av treningssammenhenger: 'I hvilke(n) av sammenhengene har du drevet fysisk aktivitet og idrett det siste året?' I første del kan man krysse av for flere av de sju svaralternativene. Har man krysset av for flere enn ett, skal man i andre del krysse av i hvilken treningssammenheng man har drevet *mest* fysisk aktivitet og idrett. I likhet med spørsmål om aktiviteter er også det første spørsmålet her et relativt beskjedent kriterium for aktivitet, men man fanger opp alle som trener, uavhengig av omfang og aktivitetsnivå. Det andre spørsmålet angir tydeligere i hvilke treningssammenhenger man bruker mest tid til fysisk aktivitet og idrett.

For å gi en enklere fremstilling kan svaralternativene inndeles i tre kategorier: 'idrettslag'²², 'privat treningstilbud'²³ og 'egenorganisert trening'²⁴. Med utgangspunkt i denne inndelingen viser figur 20 at det er desidert flest som driver 'egenorganisert' fysisk aktivitet, og økningen i perioden i 1989-2017 har også vært markant. Fysisk aktivitet i 'idrettslag' har ligget noenlunde stabilt gjennom perioden, mens 'private treningstilbud' har hatt en sterk økning. Dette innebærer at mens det i 1989 var flere som hadde trent i 'idrettslag' enn i 'private treningstilbud', var det i 2017 mer enn tre dobbelt så mange som hadde vært fysisk aktive ved 'privat treningstilbud' som i idrettslag.

²²'idrettslag', 'bedriftsidrettslag'.

²³'privat treningsstudio/squashhall, e.l.', 'privat kurs/partier/klasser'.

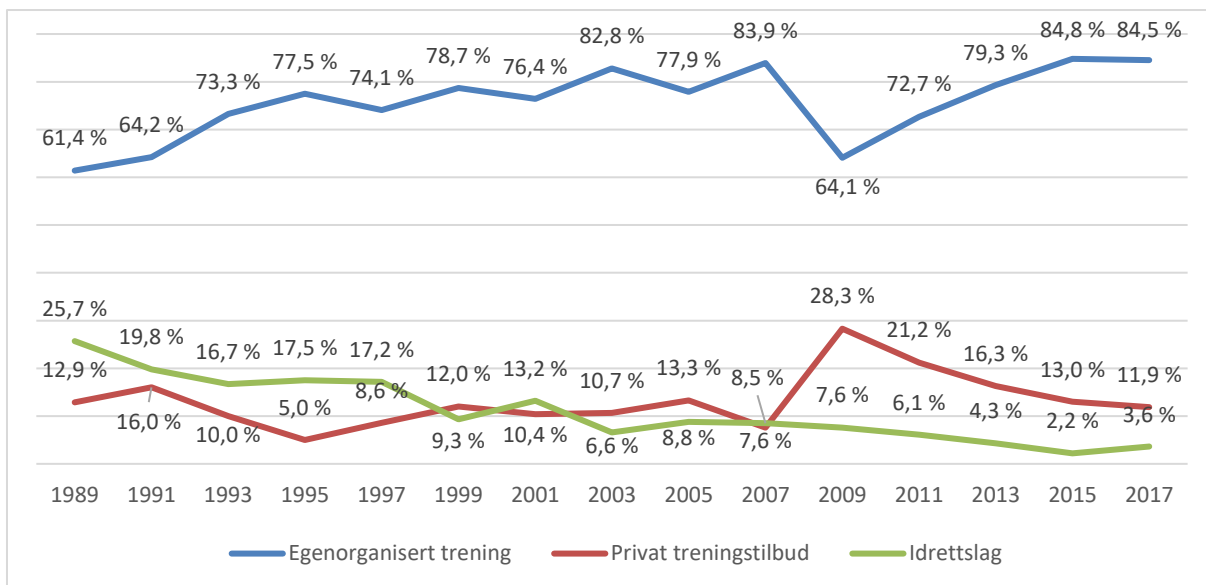
²⁴'sammen med venner/naboer/arbeidskamerater', 'sammen med familie', 'på egen hånd'.



Figur 18. I hvilke av sammenhengene har du drevet fysisk aktivitet og idrett det siste året? (1989–2017). Nordland.

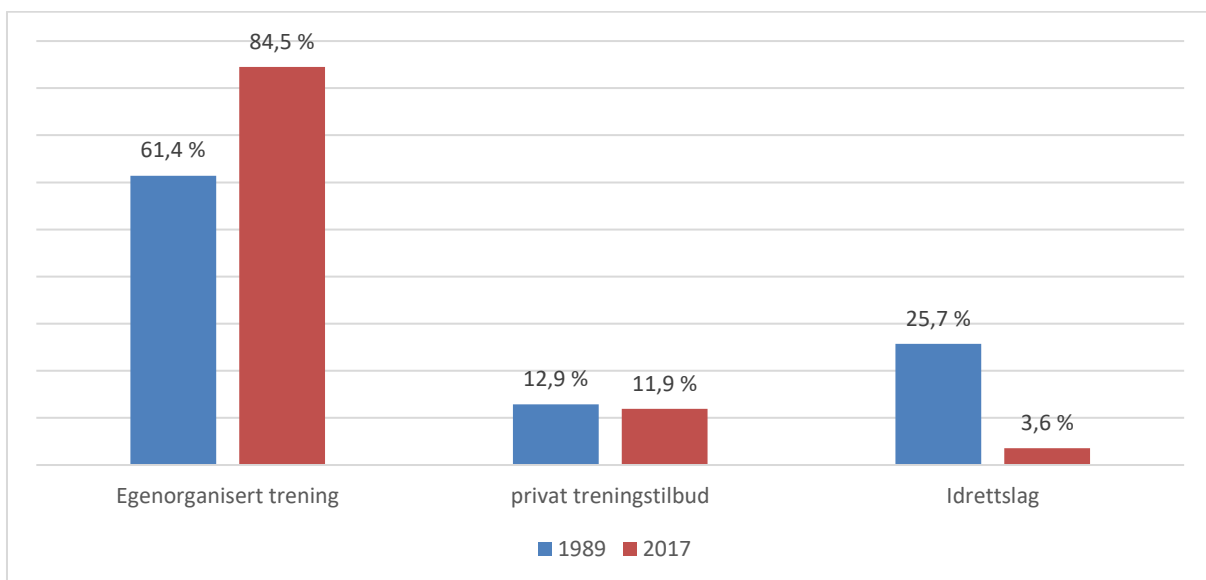
Utviklingstrekkene i figur 18 viser tydelig den markante dreiningen i retning av individuelle og kommersielle treningsformer som har skjedd innenfor fysisk aktivitet og trening.

Den andre delen av spørsmålet handlet om den mest brukte treningsformen i befolkningen. Vi skal i den videre fremstillingen se på hvordan dette gir seg utslag i hvilke sammenhenger man trener oftest i perioden 1989 -2017.



Figur 19. Sammenhenger benyttet oftest for trening i perioden 1989–2017. Prosentandeler. Nordland.

Som figur 19 viser, har det vært forskjellig utvikling fra 1989 til 2017 for de enkelte typer organisering av trening. Vi ser at det i løpet av perioden har vært en sterk økning i egenorganisert trening. Vi har tidligere sett at befolkningen i Nordland er blitt mer aktiv. Denne økningen har i vesentlig grad kommet i form av uorganisert trening. Andelen som oftest trener i private tilbud har holdt seg i perioden mens det har vært en jevn nedgang i andelen som trener oftest i idrettslag.

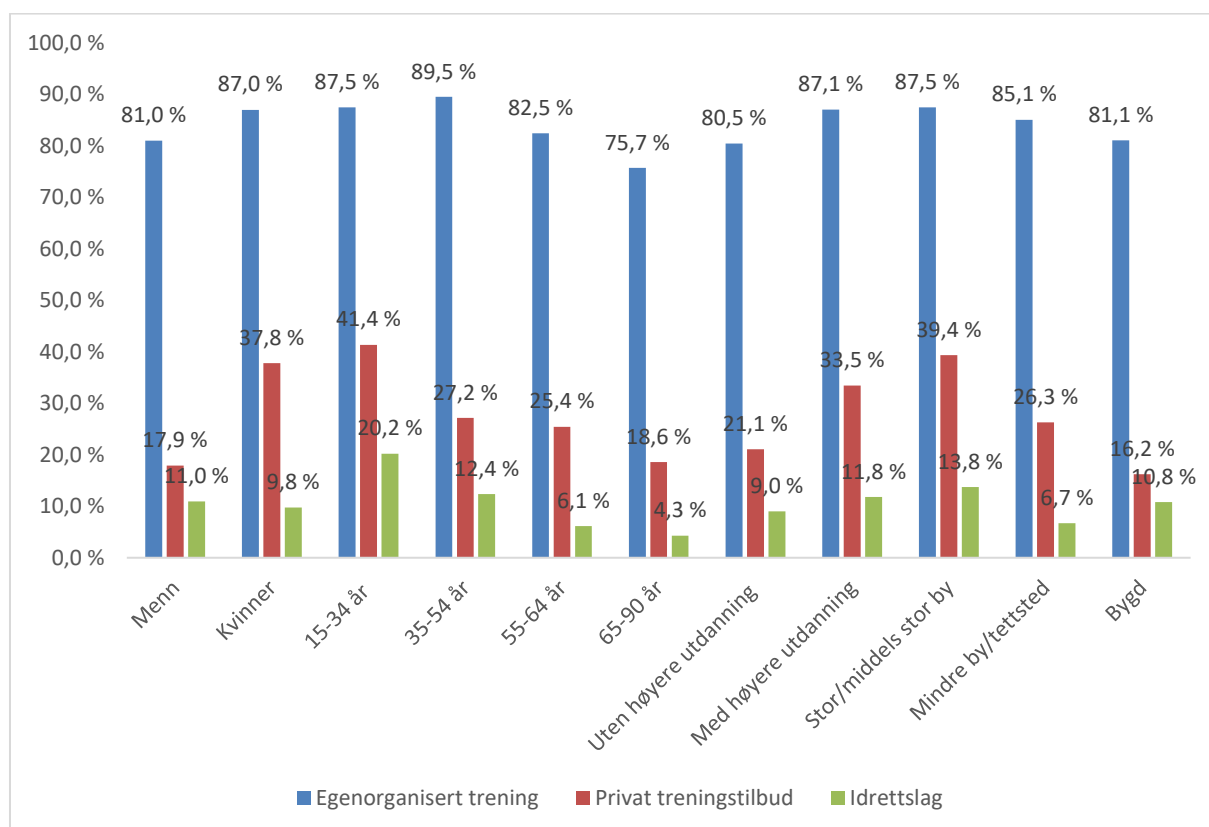


Figur 20. Blant de som trener – den sammenheng man har trent mest i det siste året. 2017 sammenliknet med 1989. Prosentandeler. Nordland.

Figur 20 sammenlikner resultatene fra 1989 med 2017. Figuren viser at trening på egen hånd er den viktigste rammen for trening. I 2017 er det 84,5 prosent som angir denne treningsformen som man har trent mest i siste året. Når det gjelder endring fra 1989 til 2017, har trening på egen hånd blitt mye viktigere. Det mest bemerkelsesverdige er den store nedgangen i trening i idrettslag fra 25,7 prosent i 1989 til 3,6 prosent i 2017. I tidsrommet 1989–2017 har mange voksne nordlendingen på mange måter byttet ut idrettslaget med egenorganisert trening.

4.1 Treningssammenhenger – demografiske forhold

De treningssammenhenger som folk bruker, vil avhenge av en rekke forhold, både tilgangen til anlegg, aktiviteter, egen bakgrunn og interesse. I det følgende settes det fokus på betydningen av demografiske forhold som kjønn, alder, utdanning og bosted. I figur 21 er det gitt en oversikt over en del sentrale demografiske variabler knyttet til andeler som har benyttet treningssammenhenger. Vi ser for det første at egenorganisert trening påvirkes lite av disse variablene. Demografiske kjennetegn ser ut til å ha betydelig større betydning for hvorvidt man velger å trene i regi av private treningstilbud eller idrettslag.



Figur 21. Valg av ulike typer organisering av trening i forhold til demografiske variabler. Prosentandeler av befolkningen i Nordland fra 15 år og eldre. 2013-2015-2017 slått sammen.

Når det gjelder kjønn, ser vi at kvinner dominerer i de private treningstilbudene; mens hver tredje kvinner har brukt private treningstilbud er det kun en av 10 menn som svarer det samme. Når det gjelder alder, ser vi at mens egenorganisert trening holder seg bra over aldersløpet, faller trening i idrettslag dramatisk. Mens 20,2 prosent trener i idrettslag i aldersgruppen 15-34 år, så er andelen sunket til 12,4 prosent blant de mellom 35 og 54 år. I aldersgruppen 15-34 år er de private treningssentrene mye større enn idrettslagene, faktisk nesten dobbelt så store.

Det er svært små utdanningskiller knyttet til egenorganisert trening, men betydelige skiller knyttet til trening i private treningstilbud. Mens 21,1 prosent uten høyere utdanning trener i private treningstilbud, er det 33,5 prosent i i gruppen med høyere utdanning. Tilsvarende trener 9 prosent av gruppen uten høyere utdanning i idrettslag, mens det er 11,8 prosent i gruppen med høyere utdanning som bruker idrettslag.

Når det gjelder bosted, er det laget en samlekategori for by som er sammenliknet med tettsted og landet. Vi ser at det er små forskjeller knyttet til egenorganisert trening og trening i idrettslag, mens de private treningssentrene har størst oppslutning i byene. Det er ikke overraskende, på bakgrunn av at det er i byene at tilbudet er størst.

Hvis vi ser på utviklingen over tid, er det mulig å observere både stabilitet og endring. Flere studier har avdekket at det er flere menn enn kvinner som deltar i den organiserte idretten (Breivik 2013). Dette bekreftes også i denne studien ved at det gjennom hele perioden har vært en større andel menn som oppgir å ha drevet fysisk aktivitet i 'idrettslag'. Motsatt har det gjennom hele perioden vært en signifikant større andel kvinner som bruker 'private tilbud'. Tilsvarende mønster finner man når man spør i hvilke treningssammenhenger nordlendingene har drevet mest aktivitet.

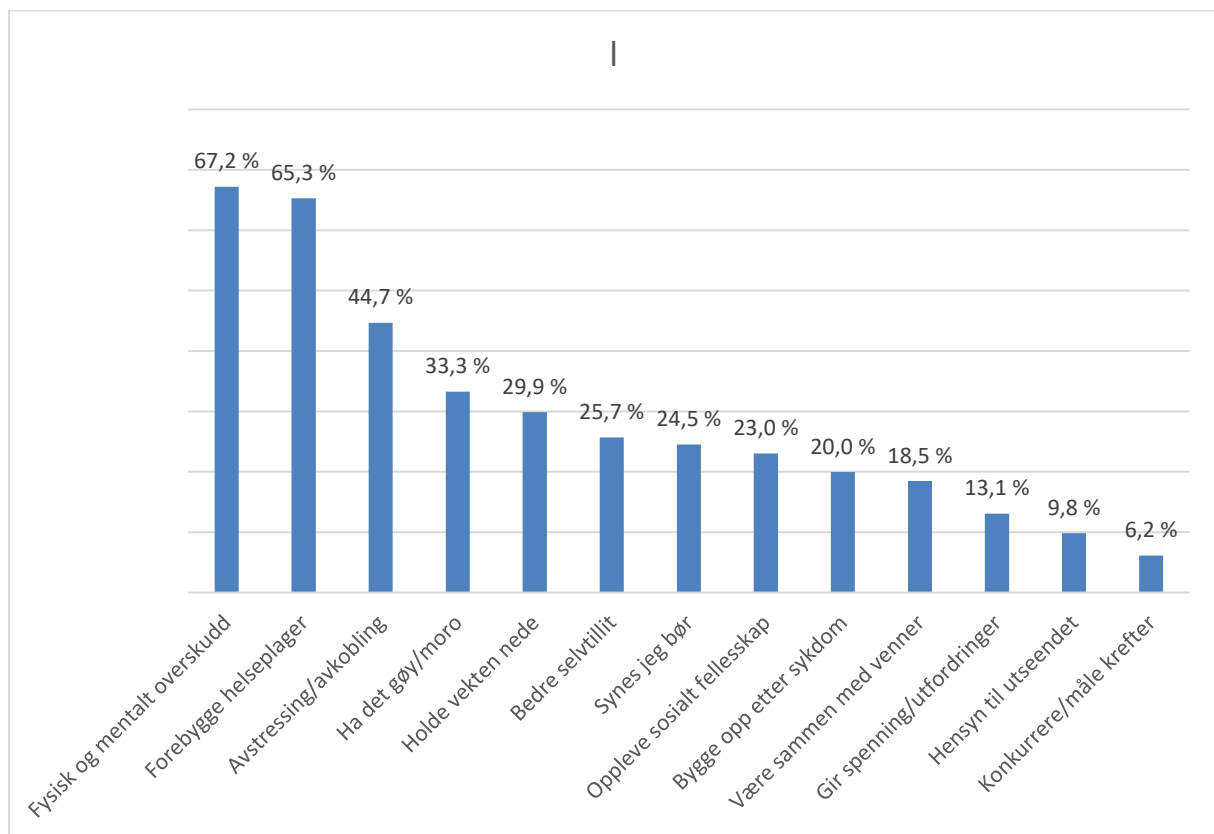
4.2 Oppsummering

- Befolkningen kan trene både egenorganisert, i private treningstilbud og i idrettslag. Den suverent største arenaen for trening er egenorganisert trening. I perioden fra 1989 til 2017 har egenorganisert trening økt betydelig. Det samme har trening i private treningstilbud, mens trening i idrettslag har sunket.
- I 1989 var det flere som trente i idrettslag enn i private treningstilbud, mens det i 2017 var mer enn tre ganger så mange som bruker private treningstilbud enn idrettslag. Mer enn hver fjerde nordlending trener i private treningstilbud og hver tiende nordlending hadde private treningstilbud som sin viktigste treningssammenheng.
- Det er betydelig flere i by enn i tettsted og på landsbygda som bruker private treningstilbud.
- Det er flere menn enn kvinner som trener i idrettslag, mens kvinnene er i flertall i private tilbud.

- Den egenorganiserte treningen holder seg best gjennom livsløpet. I den eldste aldersgruppen, 60 år og eldre, har egenorganisert trening økt i perioden 1989–2017 og nærmer seg de andre aldersgruppene. Både i idrettslag og i private treningstilbud avtar deltakelsen med økende alder.
- Når det gjelder utdanning, så benytter gruppen med høyere utdanning private treningstilbud og idrettslag i større grad enn gruppen som ikke har høgskole- og universitetsutdanning., mens forskjellene er små når det gjelder egenorganisert trening.

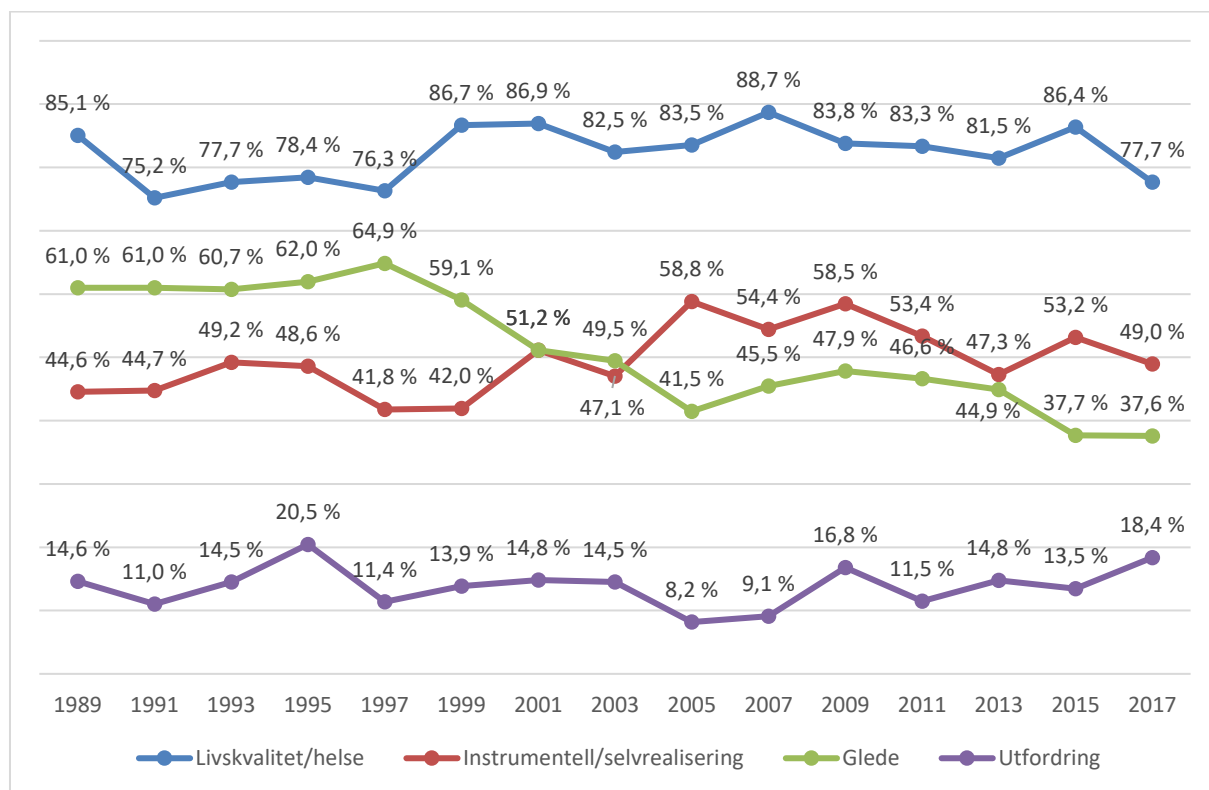
5. Motiver for fysisk aktivitet og trening

Norsk Monitor har siden 1989 spurt om 12 begrunnelser for hvorfor man driver fysisk aktivitet og trening. Respondentene skal for hvert enkelt motiv ta stilling til 'hvor stor betydning den har for deg når det gjelder å drive din hovedaktivitet'. Her skal respondenten angi om hun eller han tillegger begrunnelsen 'meget stor betydning', 'en viss betydning' eller 'liten/ingen betydning'. I en forenklet fremstilling av 'meget stor betydning' oppnår man en tydeliggjøring av hva som oppleves som vesentlig for aktivisering til fysisk aktivitet og idrett. Som man kan se av figur 22, var det tett på to tredjedeler av befolkningen som tilla de to motivene 'gir fysisk og mentalt overskudd' og 'forebygger helseplager' meget stor betydning. Deretter fulgte 'gir avstressing/avkobling', der nær halve befolkningen anga at dette hadde meget stor betydning. I motsatt ende finner man 'konkurrere/måle krefter' og 'hensyn til utseendet', som det bare er en liten andel av befolkningen som opplever som viktig.



Figur 22. Hvor stor betydning har motivet for deg når det gjelder å drive din hovedaktivitet? Prosentandel som har svart 'meget stor betydning'. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

For å gi en forenklet, men tydeligere fremstilling av utviklingstrekk i perioden 1989–2017, kan motivene grupperes i fire kategorier: 'livskvalitet/helse'²⁵, 'instrumentell selvrealisering'²⁶, 'glede'²⁷ og 'utfordring'²⁸.



Figur 23. Hvor stor betydning motivet har for deg når det gjelder å drive din hovedaktivitet – 'meget stor betydning', motiver gruppert (1989–2017). Nordland.

Vi ser av figur 23 at 'livskvalitet/helse' er den desidert største kategorien, hvor fire av fem i befolkningen i 2017 anga at dette hadde meget stor betydning for å drive med fysisk aktivitet og idrett. Motsatt ser vi at ca. en av fem mente at 'utfordring' var av meget stor betydning. Studeres utviklingstallene, finner vi at 'livskvalitet/helse' og 'utfordring' har hatt relativt stabile andeler, mens vi registrerer en merkbar dreining i mønsteret for 'instrumentell selvrealisering' og 'glede'. 'Instrumentell selvrealisering' har siden 1989 hatt en viss økning, mens man finner en nærmest identisk tilbakegang for 'glede' i perioden 1989–2017.

²⁵'gir fysisk og mentalt overskudd', 'forebygge helseplager', 'gir avstressing/avkobling', 'bygge opp etter sykdom/skade'

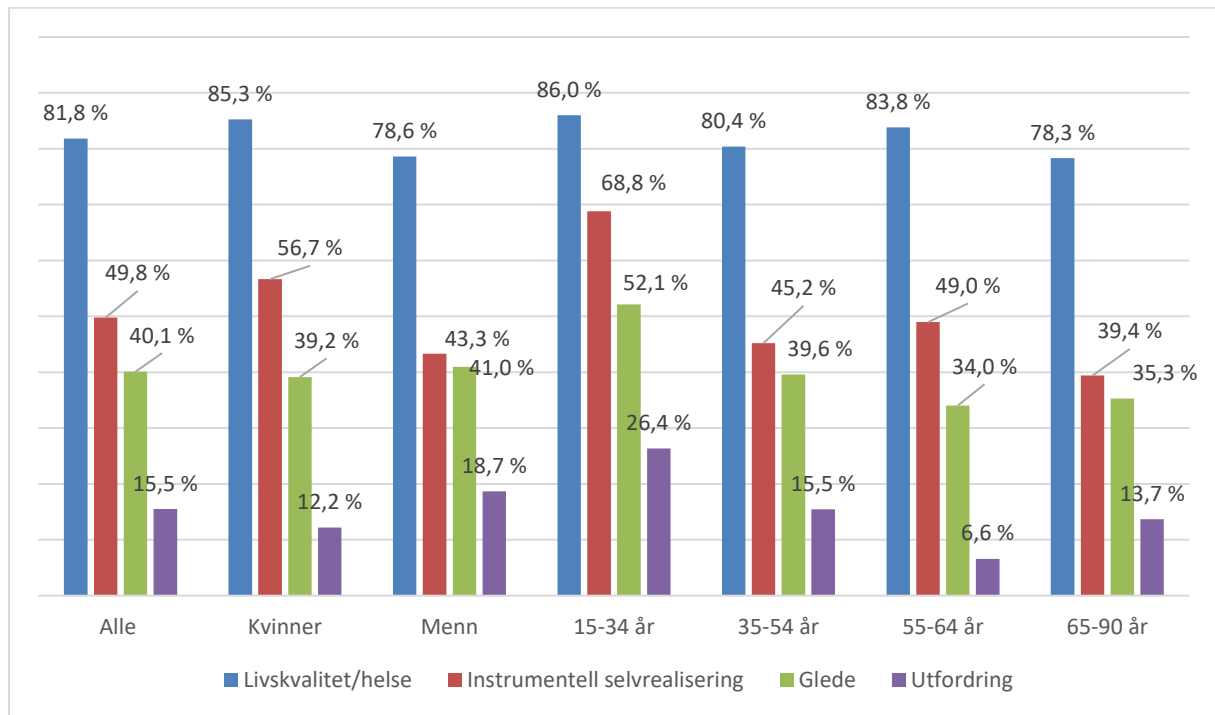
²⁶'holde vekten nede', 'gir bedre selvtillit', 'synes jeg bør', 'hensyn til utseendet'

²⁷'ha det gøy/moro', 'oppleve sosialt fellesskap',

²⁸'gir spenning/utfordringer', 'konkurrere/måle krefter'

5.1 Motiver for fysisk aktivitet og trening – demografiske forhold

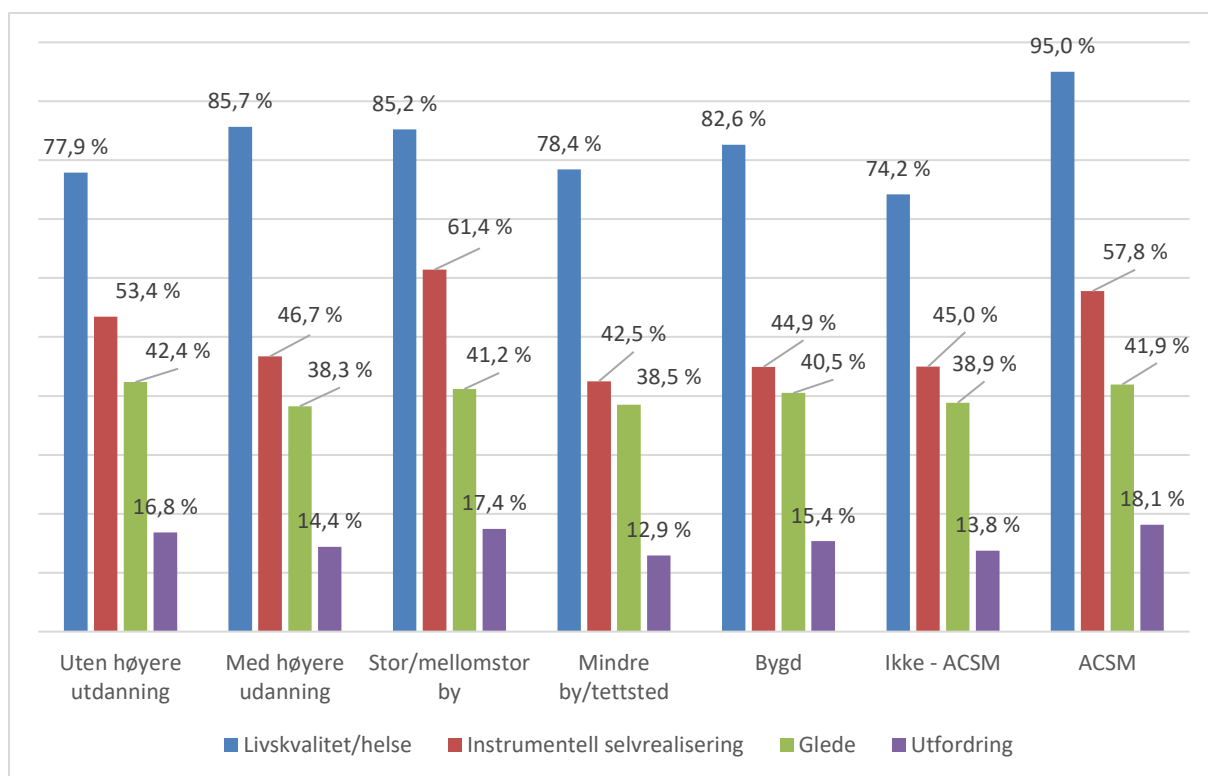
Typen og intensiteten i motiver varierer med kjønn og alder. Vi skal gi en oversikt over de fire motivkategoriene vi har identifisert.



Figur 24. Prosentandel som mener ulike motivtyper har 'meget stor betydning', ut fra kjønn og alder. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

Figur 24 viser at det er klare forskjeller knyttet til kjønn. Kvinner skårer klart høyere enn menn både på livskvalitet/helse og instrumentell selvrealisering. Det er ingen forskjell knyttet til glede, mens menn skårer klart høyere på utfordring. Denne tendensen har holdt seg hele perioden 1989–2017. Kvinner bruker i noe større grad enn menn fysisk aktivitet for å øke sin livskvalitet og helse og for å oppnå bestemte gevinster som vektreduksjon, større selvtilit, rehabilitering etter sykdom og skader. Menn er i noe større grad enn kvinner opptatt av konkurranse og spenning.

For motiver sett ut ifra alder finner man tydelige forskjeller for tre av motivkategoriene. Den yngste alderskategorien hadde klart størst andel både for 'instrumentell selvrealisering' og 'utfordring'. Særlig for 'utfordring' var forskjellen stor, med en sterkt fallende tendens med økende alder. Når det gjelder den største av motivkategoriene, 'livskvalitet/helse', var det små forskjeller mellom de fire alderskategoriene. De unge er i mye større grad enn de eldre aldersgruppene opptatt av å søke utfordringer og instrumentell nytte. Glede som motiv går nedover med økende alder.



Figur 25. Prosentandel som mener ulike motivtyper har 'meget stor betydning', knyttet til utdanning, bosted og ACSM. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

Vi finner at det er relativt små forskjeller knyttet til motivgruppen livskvalitet/helse, men med en økende oppslutning med høyere utdanning. Tendensen er at gruppen med lavere utdanning ligger noe høyere enn gruppen med høyere utdanning for de andre motivgruppene, men forskjellene er små.

Når det gjelder motiver for fysisk aktivitet og trening, finner man relativt små forskjeller mellom bostedskategoriene for de fire motivasjonskategoriene. Det varierer noe hvilken bostedstype som ligger øverst i skåre, og hvilken som ligger på bunnen. Livskvalitet toppes av by, og tettsted ligger lavest. Instrumentell selvrealisering har by på topp og tettsted lavest. Glede har små forskjeller, mens utfordring har by på topp, fulgt av land og så tettsted lavest. Samlet betyr det at by har en tendens til høyere skårverdier, mens tettsted og bygd har de laveste. Det betyr at folk i by i noe større grad opplever motivene som svært viktige.

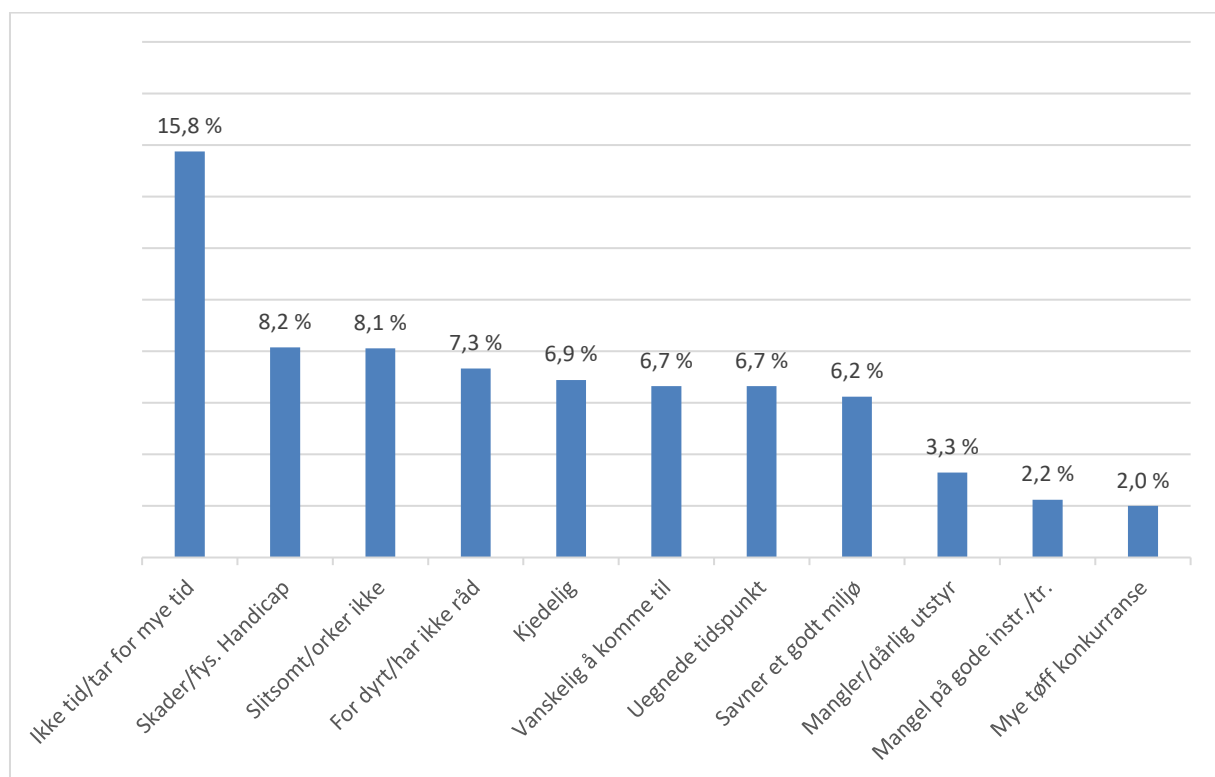
Når det gjelder ACSM-kriteriet, finner vi at ACSM-erne skårer høyere enn de som ikke tilfredsstill ACSM-kriteriet, på alle motivtypene. Forskjellene er relativt sett størst knyttet til utfordring og minst knyttet til glede.

5.2 Oppsummering

- Når det gjelder motiver for fysisk aktivitet, er de viktigste motivene knyttet til helse: 'gir fysisk og mentalt overskudd', 'forebygge helseplager', 'gir avstressing/avkobling'. Minst viktig for befolkningen som helhet, men viktig for ungdom er motivene 'konkurrere/måle krefter' og 'gir spenning/utfordring'.
- Motivene kan deles inn i fire kategorier: 'livskvalitet/helse', 'instrumentell selvrealisering', 'glede' og 'utfordring'. Blant disse er 'livskvalitet/helse' den suverent viktigste, mens 'utfordring' er minst viktig.
- I perioden 1989–2017 har motivgruppen knyttet til instrumentelle motiver hatt økende betydning, mens 'glede' har hatt en nedadgående kurve.
- Det er kun små forskjeller knyttet til bostedskategorier. 'Livskvalitet/helse' har flere målinger med høyest oppslutning i 'by'.
- Noen flere kvinner enn menn oppgir 'livskvalitet/helse' og 'instrumentell selvrealisering' som meget viktig, mens flere menn enn kvinner angir 'utfordring' som meget viktig.
- Når det gjelder alder, har den yngste alderskategorien klart størst andel både for 'instrumentell selvrealisering' og 'utfordring'.
- I kategorien utdanning har 'høyere utdanning' høyere oppslutning på 'livskvalitet/helse', mens oppslutning om de andre motivkategorier er svært små.
- ACSM-erne skårer høyere enn ikke-ACSM-ere på alle motivtypene, men særlig på motivkategorien 'utfordring', der de ligger mer enn dobbelt så høyt som resten av befolkningen.
- Samlet kan det se ut som kvinner har noe større motivintensitet enn menn på motiver relatert til livskvalitet og målrettet nytte, mens menn skårer høyere på konkurranse og spenning. De unge har større motivstyrke enn de eldre, og det kan se ut som de med høyere utdanning og bymiljøene har større motivstyrke enn andre miljøer.

6. Barrierer mot fysisk aktivitet og trening

Motsvarende til at man har motiver og begrunnelser for hvorfor man driver fysisk aktivitet og trening, finnes det barrierer og begrunnelser for hvorfor man *ikke* driver med fysisk aktivitet og trening. Norsk Monitor har siden 1999 spurt: *Hvor stor betydning har følgende grunner for at du ikke driver trening/mosjon, eller at du driver mindre trening/mosjon enn du gjerne ville?* Respondentene blir presentert for 11 ulike grunner, der de skal ta stilling til om de tillegger den enkelte grunn 'meget stor betydning', 'en viss betydning' eller 'liten/ingen betydning'. De 11 grunnene kan karakteriseres som barrierer, der opplevelse av 'meget stor betydning' sier noe om hvilken barriere som er avgjørende for at man er lite fysisk aktiv eller manglende fysisk aktivitet.

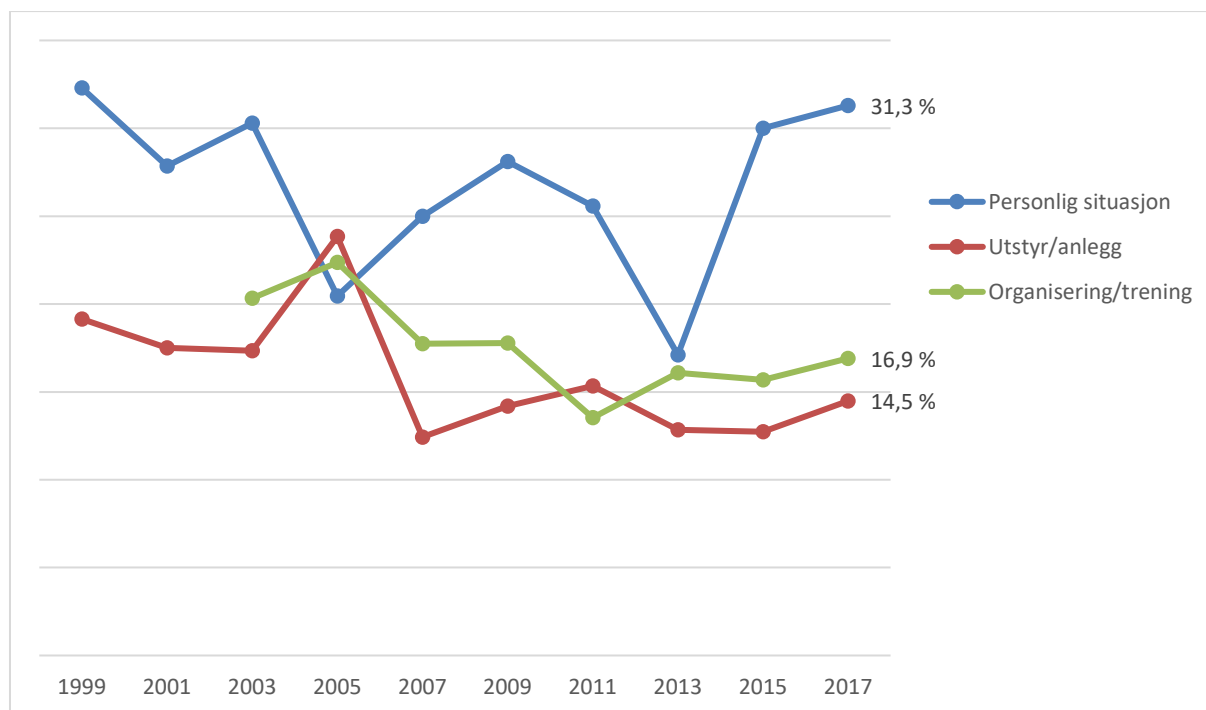


Figur 26. *Hvor stor betydning har følgende grunner for at du ikke driver trening/mosjon, eller at du driver mindre trening/mosjon enn du gjerne ville?* Prosentandel 'meget stor betydning'. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

Det var det relativt få som opplevde at barrierene hadde 'meget stor betydning'. Som det fremgår av figur 26, var det en stor gruppe som svarte 'har ikke tid/tar for mye tid'. Dette opplevdes som den største barrieren for 15,8 prosent av befolkningen. For de øvrige 10 barrierene var det færre enn 10 prosent av befolkningen som anså noen av disse for å ha 'meget stor betydning' for ikke å drive eller å drive mindre

med trening og mosjon. På grunn av de små andelene er det vanskelig å peke på noen bestemte utviklingstrekk for perioden 1999–2017. Man finner heller ikke noen entydige tendenser for noen av barrierene, for målingene svinger noe fra år til år, men alt i alt ligger de relativt stabilt.

For å få en enklere fremstilling av opplevelse av barrierer kan de kategoriseres i 'personlig situasjon'²⁹, 'organisering'³⁰ og 'utstyr/anlegg'³¹.



Figur 27. Opplevde barrierer mot fysisk aktivitet 1999-2017³². Barrieretyper som anses å ha 'meget stor betydning'. Prosentandeler. Nordland.

'Personlig situasjon' har nesten gjennom hele perioden vært den største barrierekategorien. Nærmere en tredjedel av befolkningen opplever i perioden at denne barrieren har 'meget stor betydning'. Når det gjelder 'organisering/trening' og 'utstyr/anlegg', rapporterer en av seks at denne barrieren har 'vesentlig betydning'. Felles for de tre barrierekategoriene er at målingene gjennom hele perioden, viser en svakt synkende tendens for de tre barrieretypene.

²⁹ 'har ikke tid/tar for mye tid', slitsomt/krever for mye/orker ikke', 'har varige skader/fysiske handicap'.

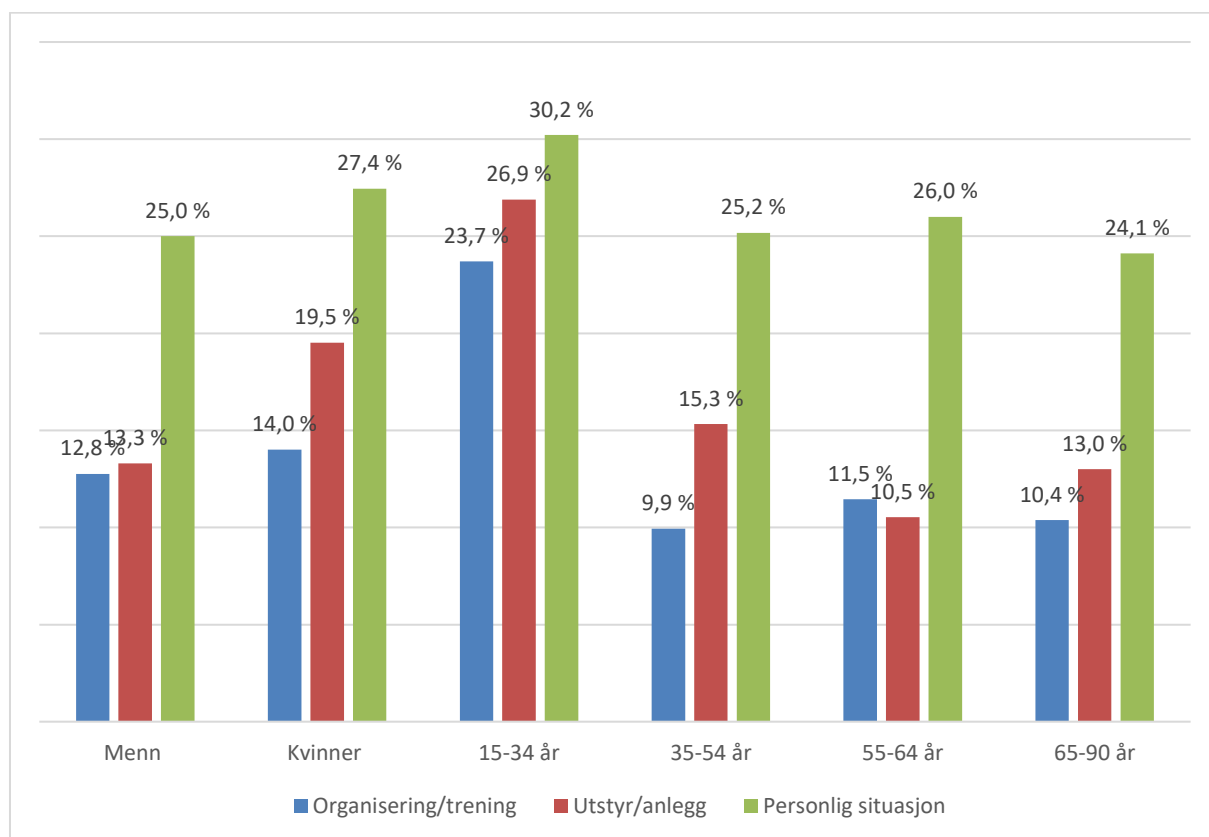
³⁰ 'kjedelig', 'savner et godt miljø', 'trening/aktivitet foregår på uegnede tidspunkt', 'mangel på gode instruktører/trenere', 'for mye/tøff konkurranse'.

³¹ 'for dyrt/har ikke råd', 'vanskelig å komme til egnede idrettsanlegg', 'mangler/har for dårlig utstyr'.

³² For barrieretypen Organisering/trening har vi bare komplette data fra og med 2003.

6.1 Barrierer mot fysisk aktivitet og trening – demografiske forhold

Barrierer mot aktivitet fordeles ulikt i befolkningen og er avhengig både av hvilke aktiviteter man driver, og personlige krav man stiller.



Figur 28. Opplevde barrierer knyttet til kjønn og alder. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

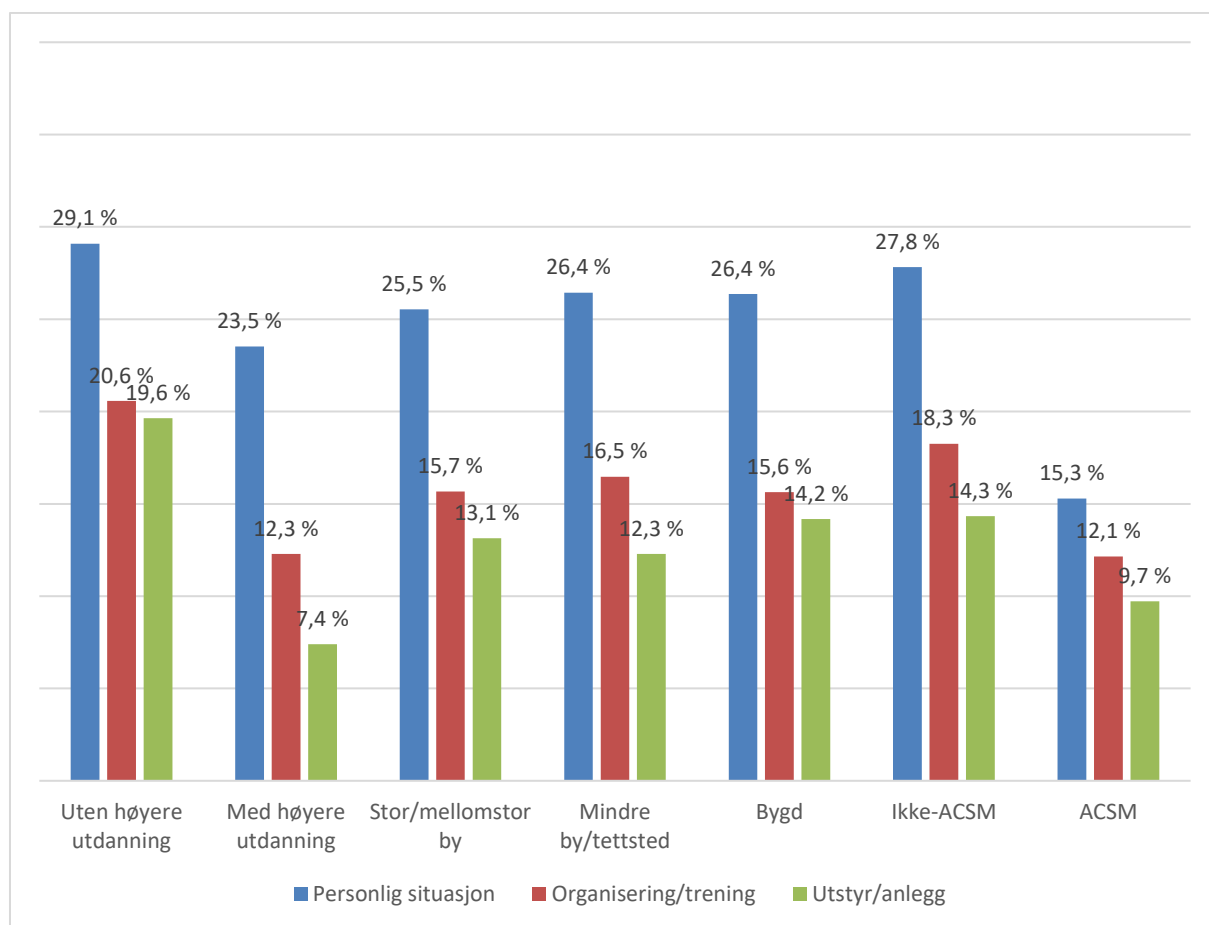
Det er en generell tendens at noen flere kvinner enn menn oppgir at barrierene er av 'meget stor betydning'. Dette bildet forsterkes når man ser på de tre barrierekategoriene, hvor både 'personlig situasjon', 'organisering' og 'utstyr/anlegg' har høyere andel kvinner som oppgir 'meget stor betydning'.

Også i de fire alderskategoriene er det en gjennomgående tendens at man ved åtte av de 11 barrierene finner størst andel i den yngste alderskategorien som oppgir 'meget stor betydning'. Med utgangspunkt i de tre barrierekategoriene holder dette inntrykket seg. Man har størst andel i den yngste alderskategorien og stabile andeler i de andre aldersgruppene.

6.2 Barrierer mot fysisk aktivitet og trening – utdanning og bosted

Når det gjelder barrierer, kan man tenke seg at de med høyere utdanning både har fordeler og ulemper. Muligens har de med stort arbeidspress og mange interesser mindre tid til fysisk aktivitet. Samtidig har

de med høyere utdanning i større grad midler og muligheter både når det gjelder anlegg og organisert aktivitet.



Figur 29. Barrierer knyttet til utdanning og bosted. Prosentandeler. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

Det fremgår av figur 29 at utdanning slår ut litt i forhold til opplevd barrierer. I kategorien personlig situasjon, som blant annet omfatter tid, opplever de uten høyere utdanning større barrierer. Derimot er det en tendens og klart lavere barriere for de med høyere utdanning når det gjelder organisering og enda brattere er kurven for utstyr/anlegg, der barrieren avtar med økende utdanning. I gruppen uten høyere utdanning oppgir 19,6 prosent at utstyr/anlegg er en barriere som har meget stor betydning, mens det bare er 7,4 prosent i gruppen med høyere utdanning som gjør det samme.

Når det gjelder bosted, viser det seg å være relativt beskjedne forskjeller mellom bostedskategoriene 'landet', 'tettsted', 'by'.

ACSM-erne opplever generelt mindre barrierer mot fysisk aktivitet enn resten av befolkningen i Nordland. Særlig gjelder dette 'personlig situasjon'.

6.3 Oppsummering

- Det finnes en rekke mulige barrierer mot fysisk aktivitet. Av de 11 barrierene som er nevnt i Norsk Monitor, får de aller fleste lave skårer, noe som tyder på at barrierer generelt ikke er noen viktig grunn til ikke å være aktiv. Kun én barriere, har ikke tid/tar for mye tid, anses å ha meget stor betydning for mer enn 15 prosent av befolkningen. For de øvrige 10 barrierene var det under 10 prosent som anså den som viktig grunn til ikke å være aktiv.
- Barrierene kan kategoriseres i 'personlig situasjon', 'organisering' og 'utstyr/anlegg'. 'Personlig situasjon' har i hele perioden vært den viktigste barrierekategori, fulgt av 'organisering' og 'utstyr/anlegg'.
- Det er små forskjeller knyttet til by, tettsted og land. Kvinner oppgir derimot større barrierer enn menn når det gjelder alle tre barriere kategorier.
- Når det gjelder alder, opplever de yngste størst grad av barrierer, og opplevelsen av barrierer avtar med økende alder. Dette skyldes nok delvis at de eldre er involvert i aktiviteter som krever mindre tilrettelegging, arenaer og utstyr enn de unge.
- Utdanning har betydning for opplevelse av barrierer. Særlig når det gjelder 'organisering' og 'utstyr/anlegg' opplever de som tilhører gruppen uten høyere utdanning større barrierer. Det var nesten dobbelt så stor andel i gruppen uten høyere utdanning sammenliknet med den andre gruppen som følte at 'organisering' var en meget stor barriere. Når det gjelder utstyr/anlegg, var det dobbelt så mange i den laveste utdanningsgruppen i forhold til den høyeste gruppen som mente dette var en barriere av 'meget stor betydning'.
- ACSM-erne opplever generelt mindre barrierer mot fysisk aktivitet enn resten av befolkningen. Særlig gjelder dette 'personlig situasjon'.

7 Spillemidler og anleggsfordeling

Den enkeltes muligheter til å drive med idrett og fysisk aktivitet har sammenheng med en rekke strukturelle forhold, som blant annet tilgang og tilgjengelighet til idrettsanlegg. Et mål er derfor å få fram kunnskap om fordeling av spillemidler til idrettsanlegg. Et annet mål er å undersøke hvordan befolkningen bruker ulike anleggstyper. Et tredje mål er å undersøke om fordeling av spillemidler til anlegg er i samsvar med anleggsbruk og aktivitetsprofiler i befolkningen. Staten har siden 1949 bevilget spillemidler til bygging av idrettsanlegg, fortrinnsvis til anlegg i kommunene. De fleste av dagens idrettsanlegg er finansiert med offentlige midler. For den statlige idrettspolitikken de nærmeste årene vil tilskudd til anlegg og egenorganisert aktivitet, herunder friluftsliv, ha førsteprioritet (Meld. St. 26 (2011-2012), s. 81). Mer enn halvparten av overskuddet fra spillemidler er i hovedsak brukt og skal brukes til å finansiere idrettsanlegg. Dette viser klart den betydning idrettsanleggene har i dagens samfunn. På tross av idrettsanleggenes sentrale betydning for idrettsdeltakelse, fysisk aktivitet og friluftsliv finnes det få undersøkelser om anleggsbruk.

I St.meld. nr. 14 (1999-2000) brukes antall innbyggere per anlegg som ”en indikasjon på den mulighet befolkningen har når det gjelder tilgang til anlegg i ulike deler av landet”. Det blir pekt på at storbyene har dårligere anleggsdekning enn tettsteder og landdistrikt. Særlig gjelder dette for anleggstyper som flerbrukshaller, svømmebasseng og fotballanlegg, der storbyer og pressområder har betydelig lavere anleggsdekning per innbygger enn resten av landet. I Meld. St. 26 Den norske idrettsmodellen (2011–2012) videreføres kriteriegrunnlaget: godkjent søknadssum (vektes 50 prosent), antall innbyggere (vektes 25 prosent) og anleggsfordeling (vektes 25 prosent). Videre vil Kulturdepartementet justere tilskuddssatser for prioriterte anleggstyper, der det skal legges vekt på brukspotensial, flerbruksmuligheter, dekningsgrad og mangfold. Det blir pekt på at det vil være formålstjenlig «å løfte fram anlegg med stort brukerpotensial, særlig anlegg for egenorganisert aktivitet» (Meld. St. 26 (2011-2012), s. 78). Selv om målet for anleggsutbyggingen er å gi flest mulig anledning til å drive idrett og fysisk aktivitet, har fordeling av anleggsmidler selvfølgelig også sammenheng med hvilke anlegg som er klassifisert til å motta støtte, og hvor store stønadssatsene er for de enkelte anleggstypene.

Det er grunn til å spørre seg om godkjent søknadssum, antall innbyggere og anleggsdekning er et godt mål på bruk av anlegg. Hvordan kan vi få kunnskap om anleggstyper med stort brukspotensial og flerbruksmuligheter? Kan kunnskap om ulike befolkningsgruppers bruk av idrettsanlegg bidra til et bedre grunnlag for å finansiere, fordele og prioritere anlegg i henhold til den statlige målsetting om å gi flere anledning til å drive med idrett og fysisk aktivitet?

7.1 Klassifisering av stønadsberettigede anlegg

De fleste særvidretter er i dag avhengig av tilgjengelige standardiserte idrettsanlegg for å tilrettelegge og utbre aktivitet. Et eksempel er utbredelsen av golfidretten i det norske samfunnet, som kan knyttes til bygging av golfbaner. Om et golfanlegg er støtteberettiget, er imidlertid avhengig av om anlegget faller inn under spillemiddelordningen. I den norske idrettsmodellen er det etablert et system for å klassifisere anlegg i henhold til anleggsklasse, anleggskategori og anleggstype. Fordeling av anleggsmidler tar utgangspunkt i denne klassifiseringen I St.meld. nr. 41 (1991-92) Idretten – folkebevegelse og folkeforlystelse ble anleggsklasse klassifisert på følgende måte: nærmiljøanlegg, kommuneanlegg, fylkesanlegg og riksanlegg. Her ble ”nærmiljøanlegg” en prioritert anleggsgruppe. I idrettsmeldingen (St.meld. nr. 14, 1999-2000, s. 42) ble klassifiseringen redusert fra fire til tre anleggsklasser: nærmiljøanlegg, ordinære anlegg og nasjonalanlegg. I 1952 ble anlegg klassifisert i 22 anleggs kategorier, og i dag er det 26 kategorier (fotballanlegg etc.). I takt med idrettens utvikling har differensieringen i flere anleggstyper innenfor den enkelte anleggskategori økt. I dag er det 166 anleggstyper (f.eks. gressbane, grusbane, kunstgressbane, minihall, treningshall, storhall etc.).³³ Det har siden 1979 ikke vært tatt noen direkte politiske beslutninger om hvilke anlegg som er støtteberettiget, etter at Den Norske Turistforening klarte å mobilisere politisk støtte for bevilgning til anlegg til friluftsliv i fjellet. I St.meld. nr. 14, 1999-2000 (s. 31) pekes det på at det er kommet til få nye anleggstyper i løpet av perioden 1988–1998. Det er de tradisjonelle idrettsanleggene utformet for trenings- og konkurranseidrett som har mottatt mesteparten av spillemidlene. Selv om nærmiljøanlegg ble en egen anleggskategori fra 1991, er det på mange måter den organiserte idretten som har definert og klassifisert hvilke anleggstyper som er nærmiljøanlegg.

Ny teknologi åpnet for modernisering av idrettslandsskap i nord. Nord-Norge kom tidlig i gang med bygging av kunstgressbaner og store innendørshaller. De to første kunstgressbanene ble bygd på Jordal i Oslo og i Harstad våren 1977. De første innendørshallene i Norge kom med Skarphallen i Tromsø i 1985, og med Nordlandshallen i Bodø 1991. Senere kom Fotballforbundets ”Hall i nord” prosjekt 1992-1998. Prosjektet innebar å fordele 10 store innendørshaller i de fire nordligste fotballkretsene. I Nordland ble det bygd store innendørshaller i kommunene Hadsel, Vefsn, Alstadhaug, Vestvågøy og Vågan. I et slikt perspektiv fremstår utviklingen av kunstgressbaner og innendørshaller motsatt av spredningen av gressbaner. ”Det var den nordligste landsdelen som ledet an og ga inspirasjon til resten av Fotball-Norge”(Goksøyr & Olstad 2002,s.201). Om det var den lange vinteren og den korte våren som skapte ideene om å flytte fotballen innendørs og gjøre den til en vinteridrett får stå åpent.

³³Opplysningene er hentet fra www.idrettsanlegg.no.

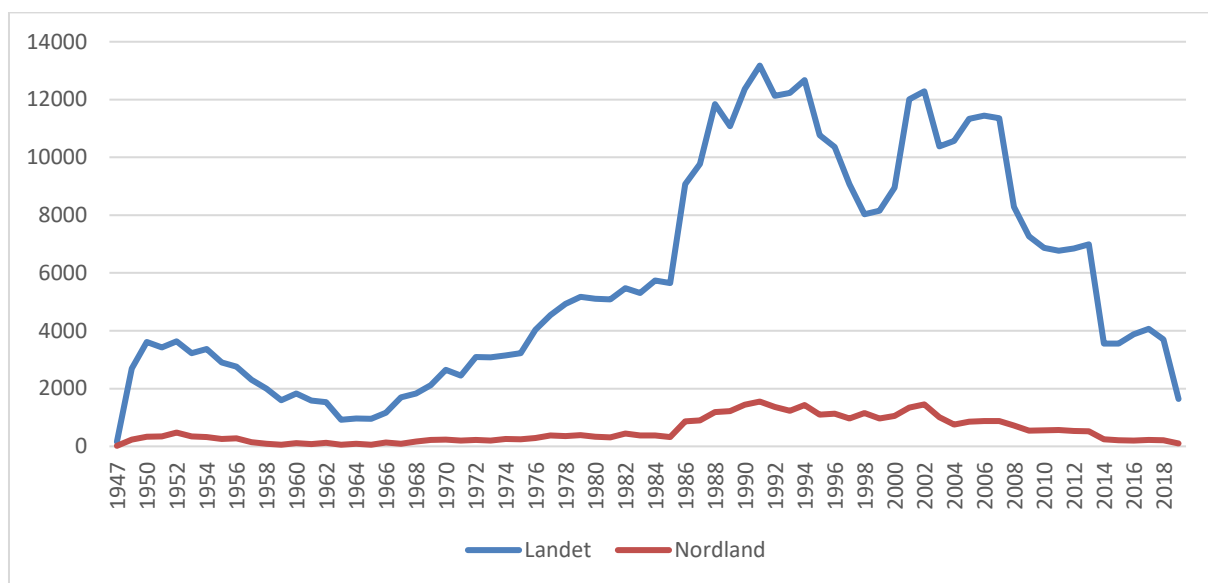
7.2 Fordeling av spillemidler til idrettsanlegg

Siden 1948 har det blitt fordelt 30 000 millioner kroner (2018-kroner) av spillemidler til finansiering av idrettsanlegg. Dersom vi antar at spillemidler har dekket en tredjedel av byggekostnadene, har det i perioden 1949–2017 vært investert mellom 90 og 100 milliarder kroner (2018-kroner) i idrettsanlegg i norske kommuner. Da Norsk Tipping fordelte de første spillemidlene, ble tippeoverskuddet fordelt etter en nøkkel mellom idrett og forskning. Idretten kom gunstig ut i forhold til forskningen de første årene. Allerede i 1948, det første spilleåret, var overskuddet på 5 millioner kroner. Idretten fikk 3 millioner, et formidabelt beløp på denne tiden, men i de følgende årene endret dette seg. Idrettens andel av overskuddet gikk ned og var i 1965 kommet ned i ca. 24 prosent, noe som aktualiserte spørsmålet om endring av tippennøkkelen (Goksøyr 1992, s. 48). Stagnasjon og nedgang i overføringer til bygging av idrettsanlegg og til NIF førte til et politisk spill om endring av tippennøkkelen, og i de følgende årene ble den forandret med jevne mellomrom. I 1967 ble idretten tildelt 35 prosent av overskuddet, mens nøkkelen ble endret til 50 prosent i 1977 og ytterligere til 67,5 prosent i 1987. Alle gangene gikk endringene i idrettens favør. Innføring av nye statlige pengespill, som V6 og etter hvert Lotto i 1986, rokket ved tippeomsetningen.

Nye spill og spillemåter førte igjen til en stagnasjon i idrettens inntekter i perioden 1987 til 1990. I 1992 kom lov om pengespill, som bestemte at spillemidlene skulle deles likt mellom idrett, kultur og forskning. Flere statlige spill gav Idrettsavdelingen i Kulturdepartementet en sikrere inntektskilde for midler som skulle fordeles til de tre formålene. I 1993 ble Lotto slått sammen med Norsk Tipping. Endring av tippennøkkelen ble et sentralt tema fram mot stortingsvalget 2001. NIF mobiliserte store deler av organisasjonen og gjennomførte hyppige møter med stortingspolitikere og andre politikere. Lobbyvirksomheten gav resultat. I 2005 ble fordelingsnøkkelen endret slik at fordeling av spillemidler til forskning ble avvirket, og overskuddet ble fordelt 50/50 mellom idrett og kultur. Fra 2009 ble det innført ny tippennøkkel som fordeler spilleoverskuddet slik: 45,5 prosent til idrettsformål, 36,5 prosent til kulturformål og 18 prosent til humanitære organisasjoner. Fordeling av spillemidler til humanitære organisasjoner må ses på bakgrunn av at Norsk Tipping har overtatt automatmarkedet og skaffet seg tilnærmet monopol på det innenlandske spillemarkedet. Regjeringen legger opp til at det skal utvikles en ny tippennøkkel som vil fordele 64 prosent til idrettsformål, 18 prosent til kulturformål og 18 prosent til humanitære og samfunnsnyttige organisasjoner. Endringen av tippennøkkelen begrunnes blant annet med at man ønsker bedre måloppnåelse når det gjelder idrettsanlegg. Tilskuddet til idrettsanlegg i kommunene er kommet mer og mer i utakt med behovet. Flere kommunale anlegg vil utvikle barne- og ungdomsidretten, gi aktivitetstilbud til personer som er lite aktive, og tilrettelegge for egenorganisert fysisk aktivitet (St.meld. 26, 2011–2012, s. 65).

7.3 Hvordan er spillemidler fordelt til anleggskategorier i perioden 1948 – 2017?

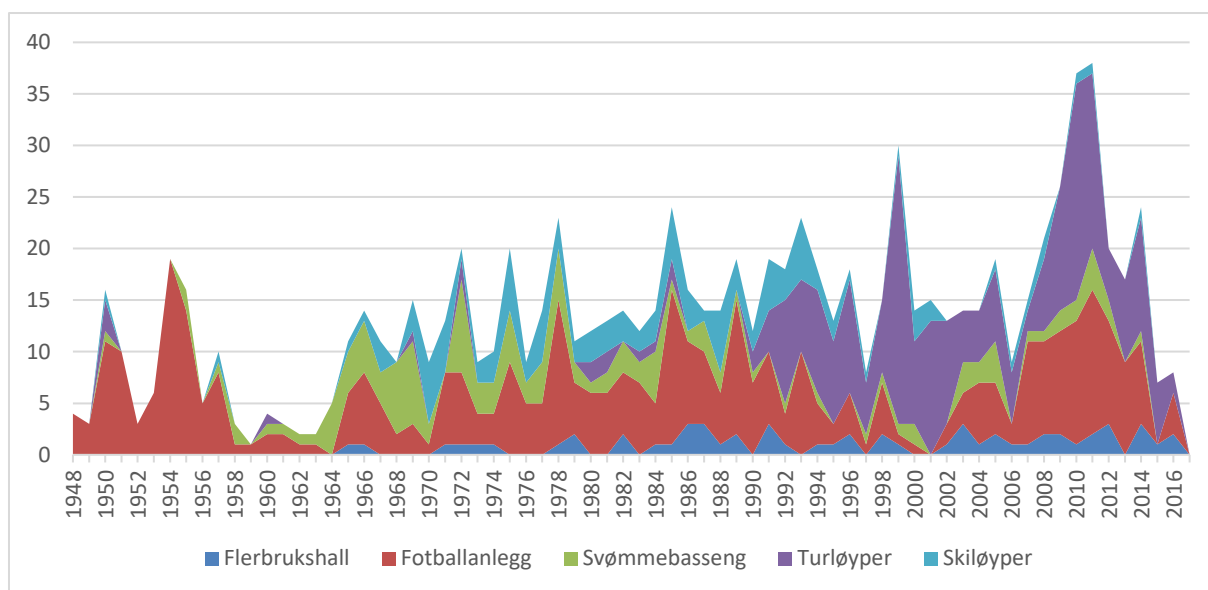
Oppbyggingen av den idrettslige infrastrukturen i perioden 1970–1990, som blir betegnet som idrettsrevolusjonen, fordelte anlegg geografisk og demografisk (Tønnesson 1986). For kommuner og idrettslag var det lett å få utløst spillemidler. I perioden 1967–1987 ble det bygd et nytt idrettsanlegg hver dag, det vil si 7000 idrettsanlegg. I idrettslagene var det lett å trekke med nye aktive fordi de disponerte idrettshaller, alpinbakker, svømmebasseng etc. Det har fra 1970-årene vært en stor økning i de midlene som er tilgjengelig for fordeling. Dette har, som tidligere påpekt, sammenheng med endringer av tippenøkkel, økt tippemsetning og innlemmelse av nye statlige spill i ordningen.



Figur 30. Byggeår og antall anlegg fordelt i perioden 1948–2017. Nordland og landet for øvrig.

Det fremgår av figur 31 at bygging av antall anlegg øker i perioden etter 1985 og holder seg forholdsvis stabilt frem til 2005. Sammenligner vi perioden med landet for øvrig finner vi at det er små endringer i antall anlegg per byggeår i forhold til resten landet hvor det bygges et stort antall anlegg i periodene 1990-1996 og 2005 -2008.

Historisk har oppslutningen om ulike idrettsaktiviteter variert. Det kan derfor være av interesse å se på om det er perioder der det er bygd et stort antall idrettsanlegg av en bestemt kategori.



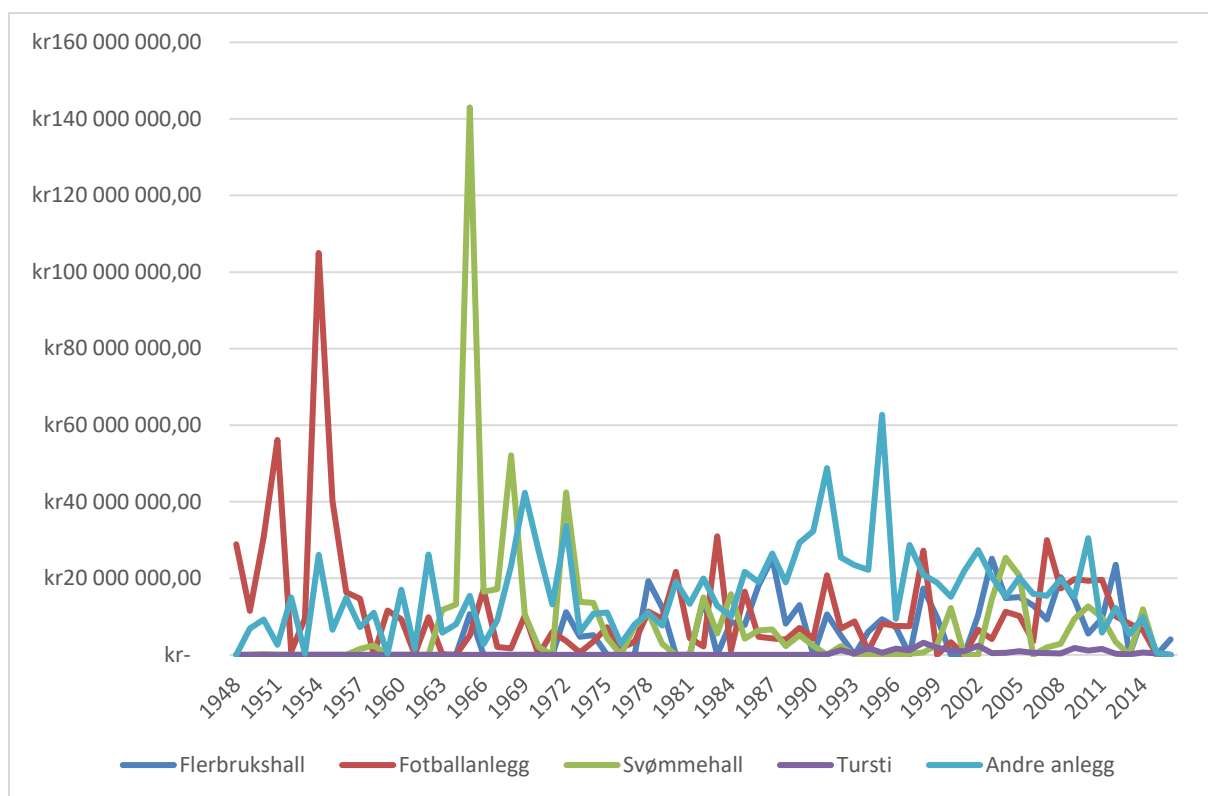
Figur 31. Byggeår og antall anlegg fordelt på fem anleggs kategorier 1948–2017. Nordland.

I perioden 1948 -2017 er det fordelt spillemidler til 2828 idrettsanlegg i Nordland. Fotballanlegg skiller seg ut fra andre anleggs kategorier. Et gjennomgående trekk i landet forøvrig er at det er bygd mellom 50 og 100 fotballanlegg hvert år i perioden 1948–2017. Vi ser den samme trenden i Nordland hvor det i periodene 1948-1958, 1966-1996 og etter 2006 ble bygd en rekke fotballanlegg. Spredning av flerbrukshaller har pågått kontinuerlig siden 1970-tallet. Videre fremgår det av figur 31 at det etter 1991 er det fordelt midler til 248 turstier, noe som innebærer at det er bygd 15 nye turstier hvert år i perioden 1991 -2017. For andre anleggs kategorier kan oppbyggingen av den idrettslige infrastrukturen knyttes til mer avgrensede tidsperioder. De fleste svømmebasseng ble bygd mellom 1964 og 1988, mens bygging og spredning av skianlegg fant særlig sted i perioden 1966–1994. Samlet for perioden 1948-2017 er det bevilget midler til 58 flerbrukshaller, 398 fotballanlegg, 128 svømmebasseng, 114 ski-/lysløype, 96 friidrettsanlegg, 45 alpinanlegg og 248 turløyper.

7.4 Fordeling av spillemidler på anleggs kategorier

Spillemidler som er fordelt til bygging av anlegg, har økt i hele perioden. I enkelte perioder har økningen skjedd raskt. Mellom 1977 og 1986 ble volumet på anleggsmidlene doblet. Endringen av tippenøkkelene i 1977 falt sammen med en kraftig økning i tippeomsetningen.

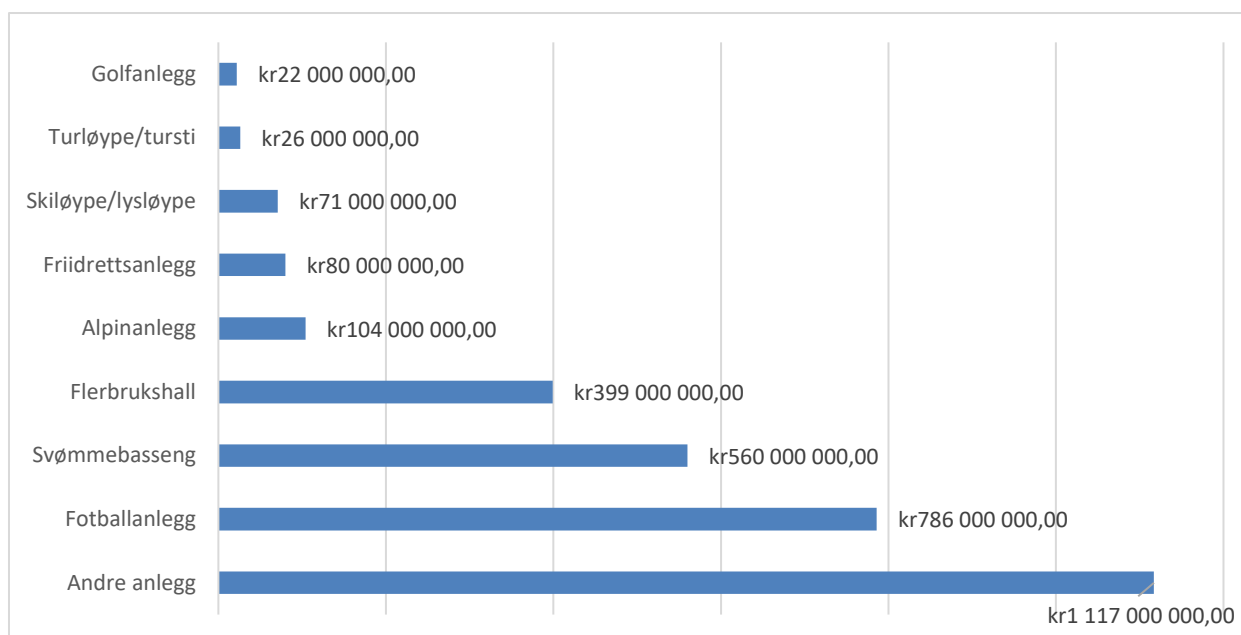
Figur 32 viser bevilgede spillemidler til noen utvalgte anleggs kategorier i perioden 1948–2017.



Figur 32. Fordeling av spillemidler til anleggskategorier i perioden 1948–2017 (prisjustert i 2017-kroner). Antall kroner i hele tusen. Nordland.

Det fremgår av figur 32 at det særlig er tre anleggskategorier som har hatt et stort investeringsvolum i perioden 1948–2017: fotballanlegg svømmebasseng og flerbrukshall. Det fremgår også at bad og svømmeanlegg har økt i volum siden 2000. Videre viser figuren at det i perioden 1954 -1957 ble fordelt en stor sum til fotballanlegg og i 1964-1966 ble fordelt en stor sum til bygging av svømmebasseng. Det fremgår videre at for perioden 1988 -1996 ble den største potten fordelt til andre anlegg.

Hvordan er så fordeling av spillemidler til ulike anleggskategorier? I perioden 1949–2017 er til sammen fordelt 3 166 millioner kroner av spillemidler til bygging av idrettsanlegg i Nordland. Dersom vi antar at spillemidler utgjør en tredjedel av bygge kostnadene er det i perioden 1949-2017 investert ca. 9 500 millioner kroner i idrettsanlegg.



Figur 33. Fordeling av spillemidler på anleggskategorier samlet for perioden 1948–2017 (prisjustert i 2017-kroner). Antall millioner kroner.³⁴ Nordland.

Det er i all hovedsak de tradisjonelle idrettsanleggene, utformet for trening og konkurranse, som har mottatt den største andelen av midlene til idrettsanlegg i kommunene. Det er særlig fotballanlegg flerbrukshaller og svømmebasseng (1 745 millioner) som har hatt et stort investeringsvolum, med en fordeling som samlet tilsvarer omtrent 55 prosent av spillemidlene i perioden 1949–2017. Det er blitt fordelt noen flere midler til fotballanlegg (20 prosent) enn til flerbrukshaller (17 prosent).

I perioden 2000–2017 er fordeling av spillemidler (730 millioner) til de ulike anleggskategoriene noe endret. Det er særlig flerbrukshall (175 millioner) og fotballanlegg (166 millioner) som har hatt et stort investeringsvolum, mens fordeling samlet for flerbrukshall, fotballanlegg og svømmebasseng tilsvarer 62 prosent av spillemidlene i perioden 2000–2017.

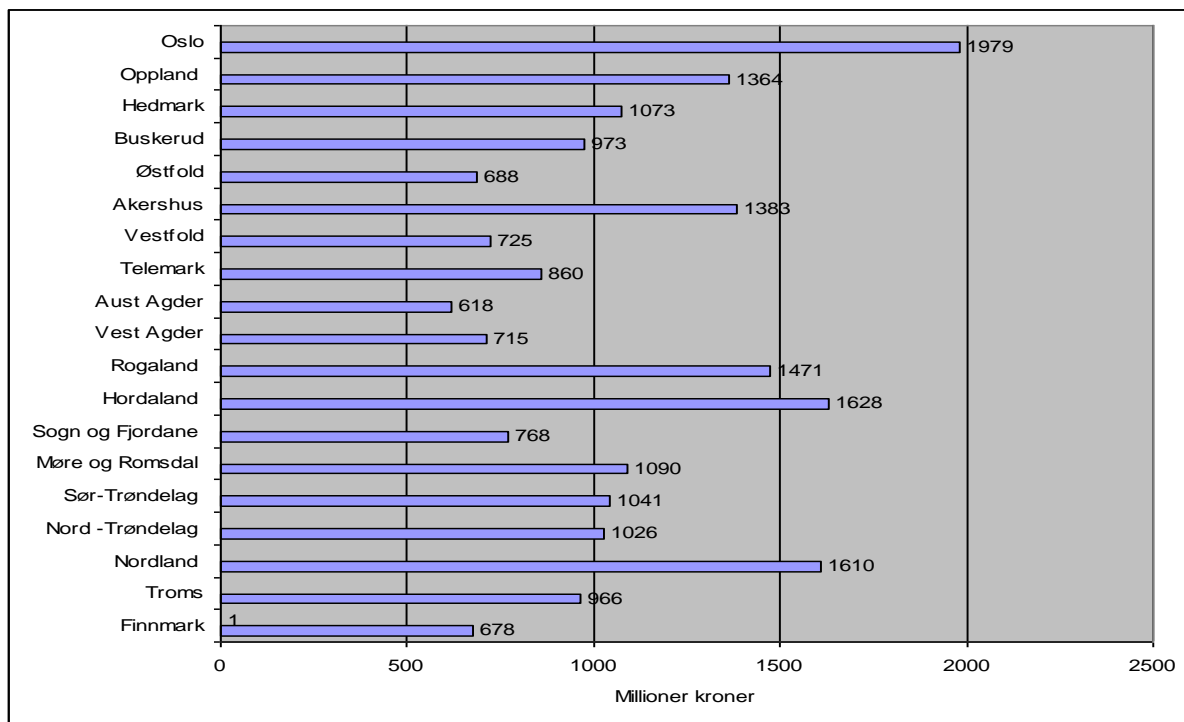
Ser vi på fotballanlegg som er den anleggskategorien som har mottatt den største andelen spillemidler, og turstier som er den anleggskategorien med den største brukerprofilen, mottok fotballanlegg i perioden 1949–2017 i gjennomsnitt årlig ca. 11 millioner kroner, mens turstier i perioden 1991–2017 mottok årlig 1,5 millioner kroner.

7.5 Hvordan er spillemidler fordelt til fylket?

I 1988 ble fylkeskommunen tillagt fordelingen av spillemidler til anlegg. Den fylkesvise tildelingen fra Kulturdepartementet baserer seg på godkjent søknadssum, anleggsdekning og kommunetype.

³⁴ Under kategorien «Andre anlegg» er samlet alle andre anleggstyper som ikke faller inn under noen av de andre anleggskategoriene.

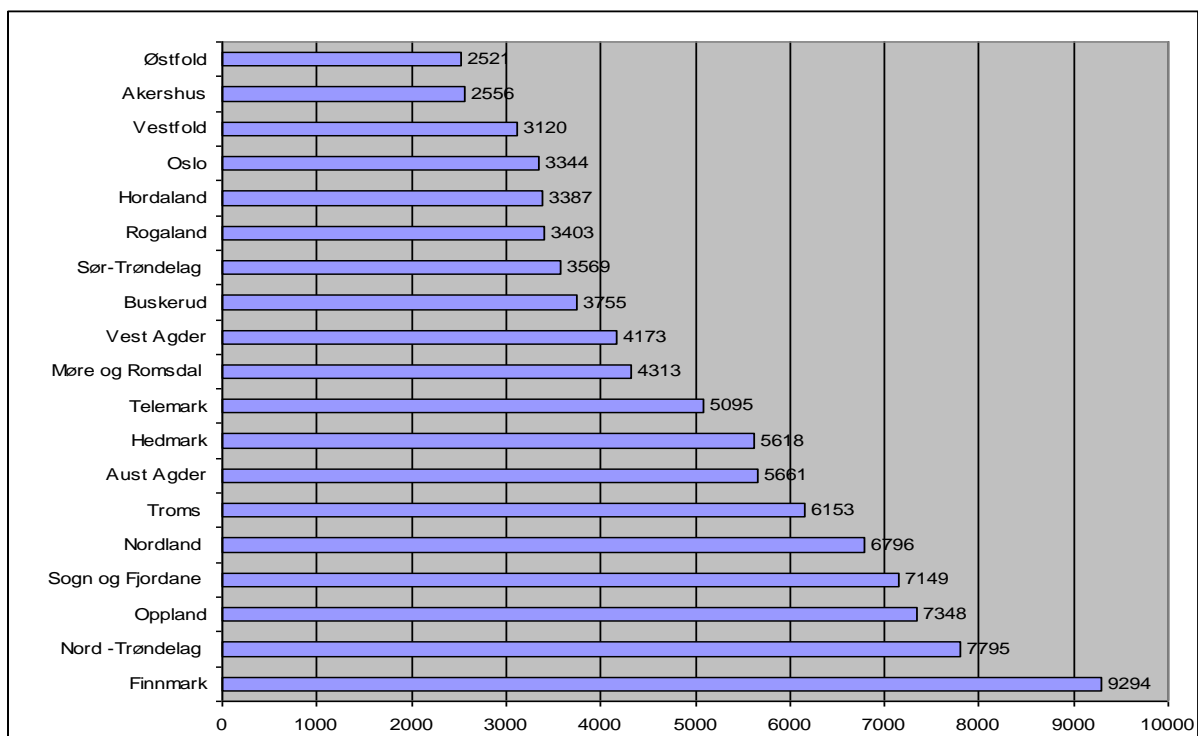
Kommuner i Nord-Norge har et eget tillegg. Antall godkjente søknader i det enkelte fylke kan derfor gi stor uttelling når potten fordeles, siden det ikke er satt noen begrensninger på søknadssum. Figur 34 viser den fylkesvise tildeling fra den første tildelingen til anlegg i 1949 fram til 2010.



Figur 34. Fordeling av spillemidler til fylker fordelt over perioden 1949–2010 (prisjustert i 2010-kroner). Antall millioner kroner.

Det fremgår av figur 34 at det er fem fylker som skiller seg ut med et høyt investeringsvolum: Oslo, Akershus, Rogaland, Hordaland og Nordland.

Fordeler vi spillemidler på antall innbyggere (1.07. 2010) i de enkelte fylkene, blir bildet mer sammensatt.



Figur 35. Fylkesvis fordeling av spillemidler 1949–2010 fordelt per innbygger 01.07.2010 (prisjustert i 2010-kroner). Antall kroner.

Den fylkesvise fordelingen av spillemidler avdekker to mønster. Det geografiske mønsteret viser at jo lenger nord i landet og bort fra det sentrale østlandsområdet, jo høyere tildelt beløp per innbygger. I Nordland er det investert 6796 kroner per innbygger, mens tilsvarende tall for Østfold er 2521 kroner. Det andre fordelingsmønsteret angår folkemengde. Det er blitt tildelt flere kroner til fylker med få innbyggere, mens de folkerike fylkene har mottatt mindre. Nordland er for eksempel blitt tildelt et dobbelt så stort beløp per innbygger enn Vestfold.

7.6 Oppsummering

- Tildelte spillemidler i perioden 1949–2017 er benyttet til bygging av 2828 idrettsanlegg i Nordland.
- Det er bygd kontinuerlig nye fotballanlegg i hele perioden 1948–2017. Bygging av andre anleggstyper kan knyttes til mer avgrensede perioder: svømmeanlegg 1964–1980, skianlegg 1966–1992, flerbrukshaller 1980–1990, 1995–2010.
- Det er i hovedsak tradisjonelle idrettsanlegg bygd for trening og konkurranse som har mottatt den største andelen spillemidler.

- Nordland har et høyere tildelt beløp til anlegg per innbygger enn gjennomsnittet for landet.
- I perioden 1949–2017 utgjør det samlede investeringsbeløp i idrettsanlegg i Nordland ca. 9 500 millioner kroner hvor tildelte spillemidler utgjorde 3 166 millioner kroner.
- Det er særlig fotballanlegg flerbrukshaller og svømmebasseng (1 745 millioner) som har hatt et stort investeringsvolum, med en fordeling som samlet tilsvarer omtrent 55 prosent av spillemidlene i perioden 1949–2017. I perioden 2000-2017 utgjorde denne andelen av tildelte spillemidler til disse tre anleggskategoriene 62 prosent.
- Anleggsmidlene er i hovedsak brukt til bygging av kommunale idrettsanlegg som brukes av den tradisjonelle konkurranseidretten. Etter 1991 er det blitt fordelt midler til friluftsliv. Ser vi på fotballanlegg som er den anleggs kategorien som har mottatt den største andelen spillemidler, og turstier som er den anleggs kategorien med den største brukerprofilen, mottok fotballanlegg i perioden 1949–2017 i gjennomsnitt årlig ca. 11 millioner kroner, mens turstier i perioden 1991 -2017 mottok årlig 1,5 millioner kroner.

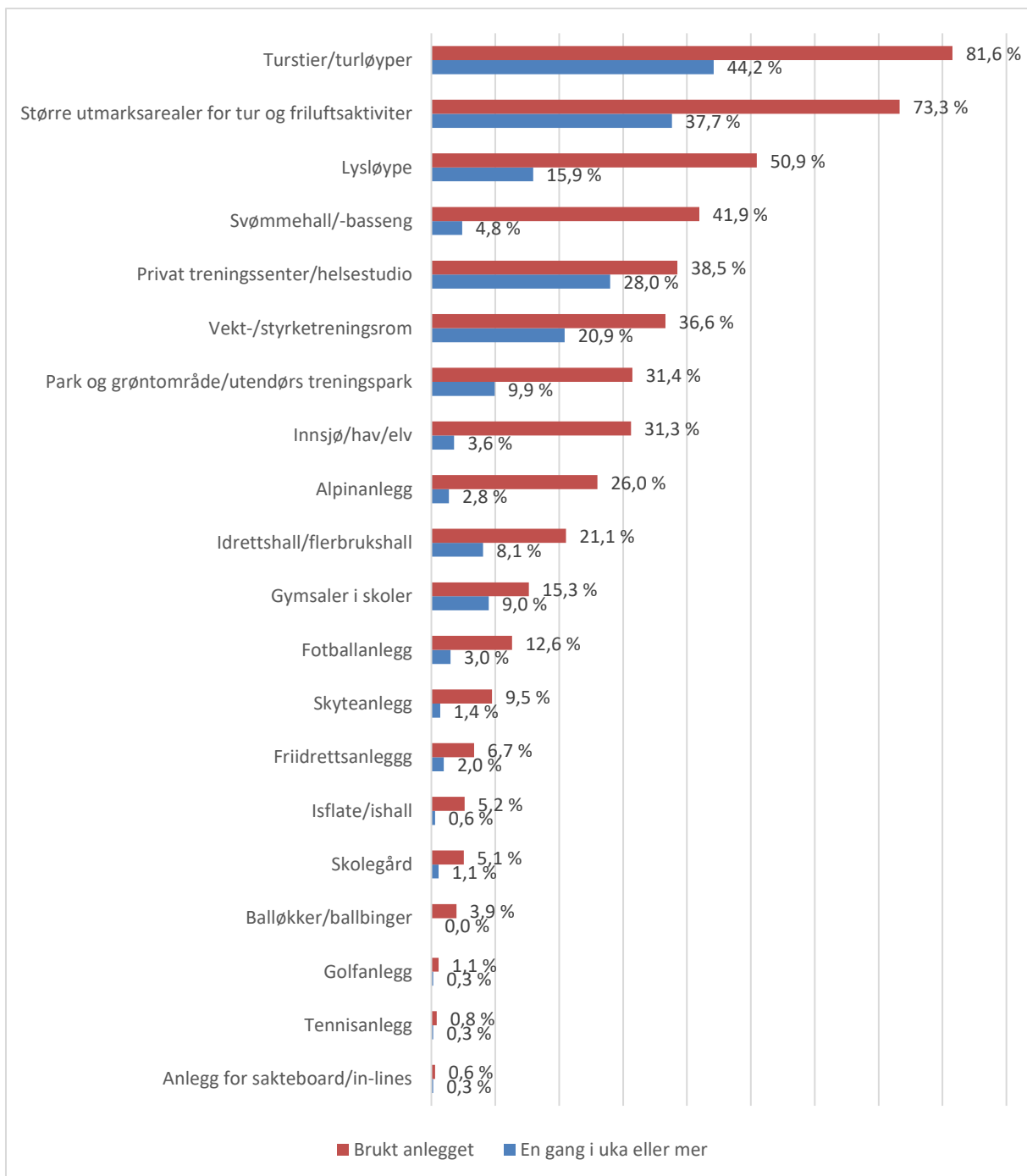
8 Bruk av idrettsanlegg

Den idrettslige infrastrukturen i Norge dekker hele landet, fra Longyearbyen i nord til Mandal i syd. I Nordland er det bygd opp en kommunal infrastruktur av idrettsanlegg som allerede på 80-tallet gav innbyggerne i den enkelte kommune tilgang til idrettshall, svømmebasseng og fotballanlegg. Idrettshallene i fylket fikk stor betydning for spredning av volleyball og utbredelse av håndball blant ungdom og unge voksne. Den distriktvisse fordelingen av spillemidler og et eget Nord-Norge tillegg har ført til en høy anleggsdekningen i Nordland sammenliknet med andre landsdeler.

Hvordan målsettingen om idrett og fysisk aktivitet for alle kan nås, er også et spørsmål om hva slags anlegg som bygges, og hvor de bygges. Hvilke grupper i befolkningen som får tilrettelagt for idrett og fysisk aktivitet ved at det bygges anlegg, er med andre ord et spørsmål om anleggsfordeling og tilgjengelige anleggstyper i den enkelte kommune.

8.1 Hvor ofte bruker befolkningen i Nordland ulike anleggstyper?

I denne delen av rapporten skal vi se på hvor stor andel av befolkningen i Nordland som benytter seg av idrettsanleggene. Norsk Monitor, som vi har benyttet, stilte også spørsmålet: *Hvor ofte benyttet du anlegget?* Vi har derfor mulighet til å kartlegge det vi har kalt regelmessig bruk og sporadisk bruk. I vår sammenheng er en regelmessig bruker en person 15 år eller eldre som bruker anlegget en eller flere ganger i uken.



Figur 36. Hvilke idrettsanlegg har du benyttet? Prosentandel av befolkningen over 15 år i Nordland som har brukt anlegget, og andelen som har brukt anlegget en gang eller mer i uken. 2013-2015-2017 slått sammen.

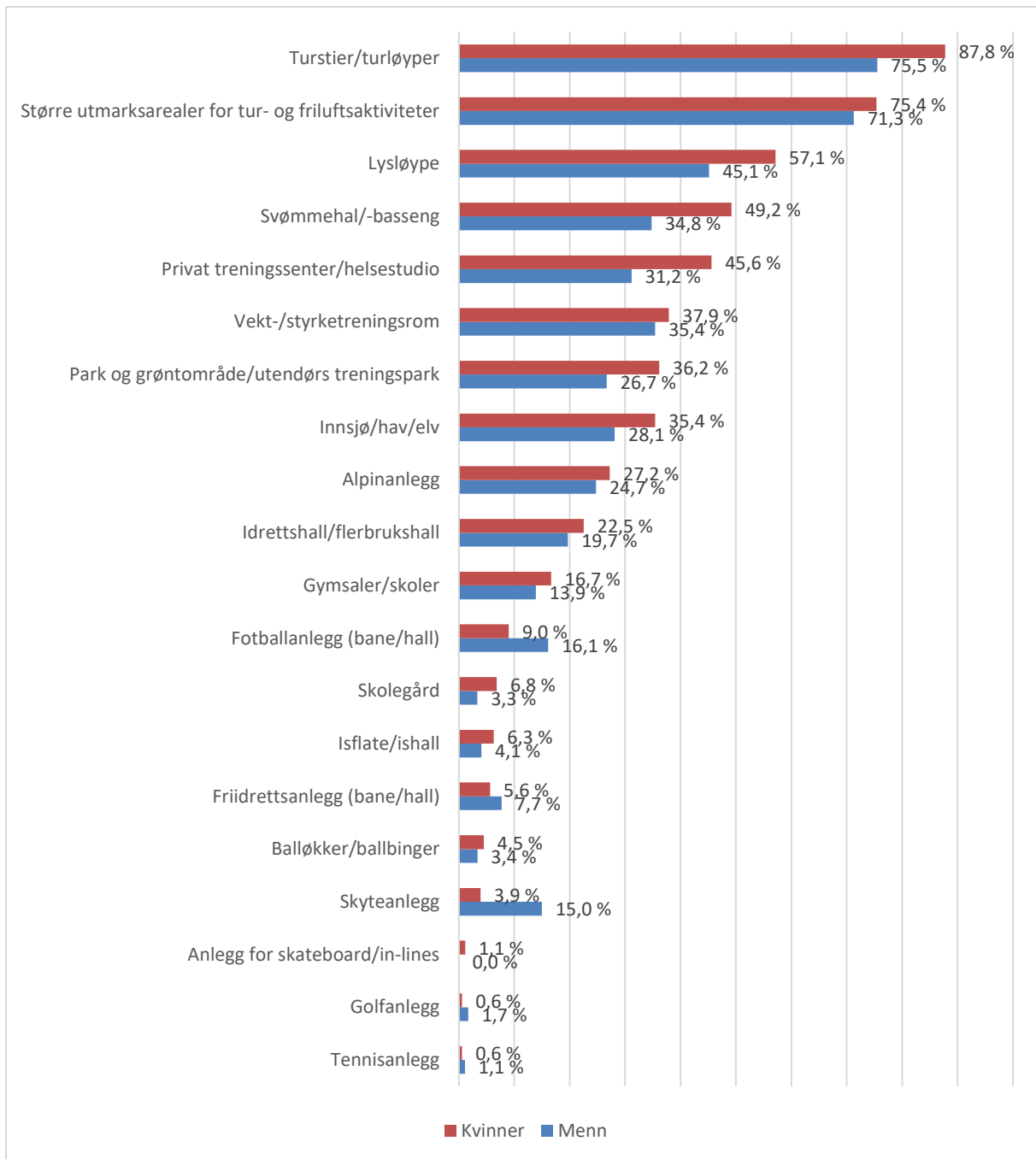
Desiderert flest voksne svarer at de benytter seg av turstier/turløyper, fulgt av større utmarksarealer. Mer enn tre fjerdedeler av befolkningen har benyttet disse. Videre oppgir nærmere halve befolkningen at de har benyttet lysløype, mens hver fjerde voksne har benyttet svømmehall, vekt- og styrkerom og treningssenter. Vi ser at i Nordland er det 10 anlegg som brukes sporadisk av mer enn 20 prosent av befolkningen. Et kjennetegn ved bruksmønsteret for svømmehall og park og grøntområde er at langt

færre bruker disse anleggene regelmessig. Dette er et generelt trekk for bruken av de fleste av anleggene. Spesielt tydelig er det for alpinanlegg, der en fjerdedel av befolkningen oppgir å benytte anleggstypen i sesongen, mens andelen regelmessig brukere er svært beskjedne. Kontrasten til dette bruksmønsteret finner man i bruk av private treningssentre og vekt-/styrketreningsrom, der henholdsvis 38,5 og 36,6 prosent av befolkningen oppgir å ha brukt anleggene, samtidig som andelen regelmessig brukere er stor i disse to anleggstypene sammenliknet med de fleste andre anleggene. Andelen regelmessig brukere er for eksempel mer enn tre ganger større for private treningssentre (28,0 prosent) enn for brukere av idrettshall (8,1 prosent).

Når det gjelder tradisjonelle konkurranseanlegg som tennisbaner, golfbaner og friidrettsbaner, brukes disse av en svært liten andel av den voksne befolkningen. Det er færre enn 2 prosent av den voksne befolkningen som benytter seg regelmessig av skateboard/in-lines, tennisbaner, skolegårder, golfanlegg, ball-løkker/ballbinger, skyteanlegg, friidrettsanlegg og isflater. En av de mest utbredte anleggstypene, fotballanlegg, brukes regelmessig av bare 3 prosent av den voksne befolkningen.

8.2 Hvordan bruker kvinner og menn ulike anleggstyper?

Hvordan fordeler den sporadiske anleggsbruken seg blant kvinner og menn? Vi finner et flertall kvinnelige brukere i 15 av de 20 undersøkte anleggene. Vi finner markante kjønnsforskjeller i anleggsbruk blant sporadiske brukere. Turstier/turløyper, privat treningssenter, park og grøntområde i tettsted/by, gymsal og svømmehall/-basseng brukes hyppigere av kvinner enn menn, mens en større andel menn benytter seg av skyteanlegg, friidrettsanlegg, golfanlegg og fotballanlegg (figur 37).



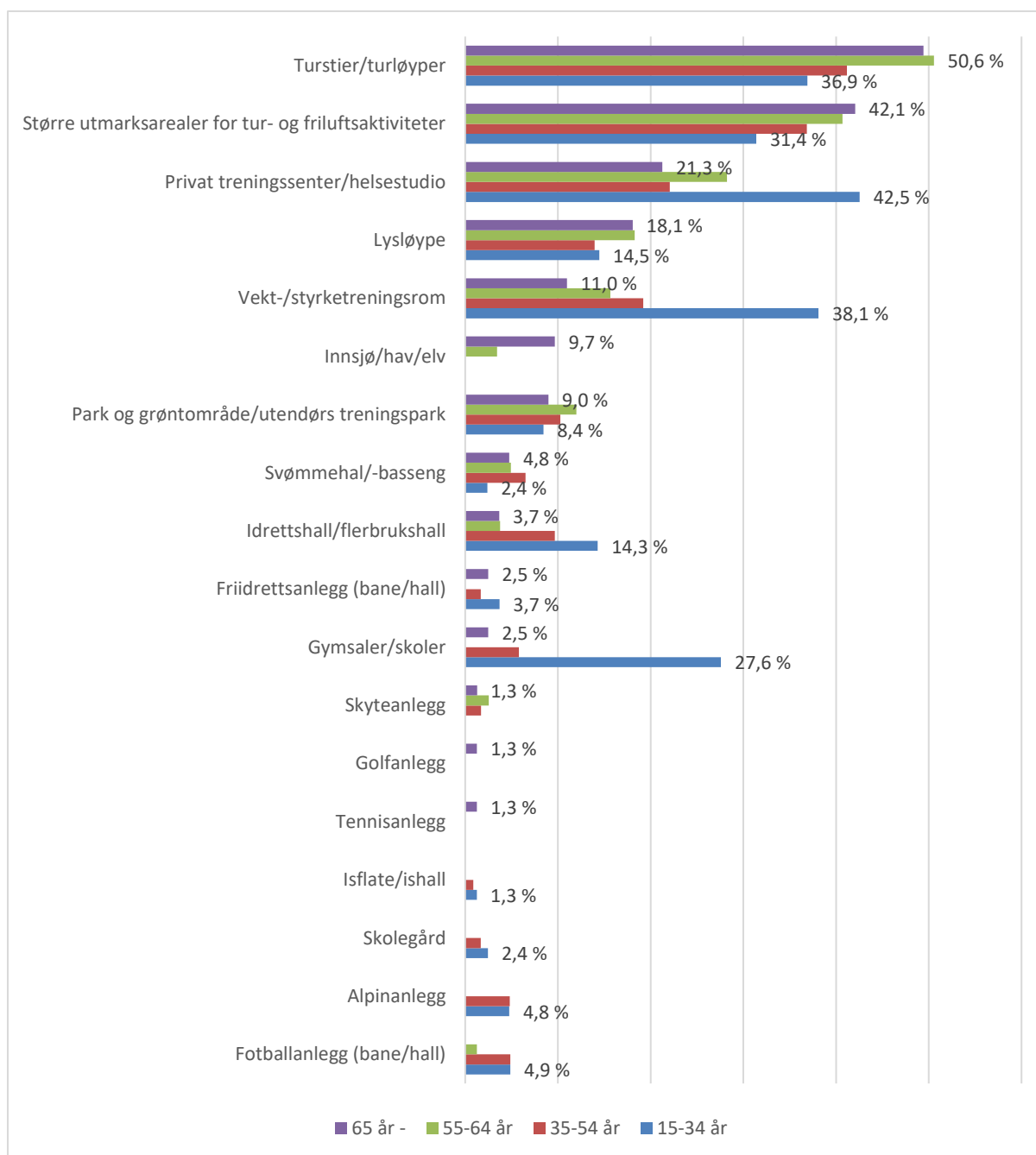
Figur 37. Hvordan bruker menn og kvinner ulike anlegg i Nordland? Prosentandel av befolkningen over 15 år som har brukt anlegget.. 2013-2015-2017 slått sammen.

Det fremgår videre av figur 37 at det er stor variasjon i bruken av noen anleggstyper. Det er størst forskjeller mellom menn og kvinner i forbindelse med sporadisk bruk av private treningssentre, og svømmebasseng og lysløype. Hele 49,2 prosent av kvinnene svarte at de trener sporadisk i svømmebasseng, mot 34,8 prosent av mennene. Mens 45,6 prosent av kvinnene svarte at de bruker private treningssentre sporadisk, var det bare 31,2 prosent av mennene som gjorde det samme. Det var 57,1 prosent av kvinnene og 45,1 prosent av mennene som svarte at de trener sporadisk i lysløype. For

brukere av idrettshall/flerbrukshall og styrketreningsrom var kjønnsforskjellene mindre. For anlegg som har en beskjeden oppslutning når det gjelder sporadisk bruk, er det en gjennomgående tendens med en høyere andel mannlige brukere i tradisjonelle idrettsanlegg som friidrettsanlegg, golfanlegg, fotballanlegg, skyteanlegg og tennisanlegg.

8.3 Hvordan bruker ulike aldersgrupper anleggene?

Vi har tidligere vist at aktivitetsnivået i befolkningen går ned med økende alder. Blant anleggsbrukerne kunne man tenke seg et tilsvarende mønster: at det er de yngste aldersgruppene som trener hyppigst i anleggene. Imidlertid viser bruken av anleggstyper et mer sammensatt mønster. Bruken går tilbake med økende alder i private treningssentre/treningssentre, vekt-/styrketreningsrom, lysløype, gymsal i skole, idrettshall/flerbrukshall og fotballanlegg, mens tendensen er motsatt for bruk av turstier/turløyper, større utmarksarealer for tur og friluftsliv, park og grøntområde i tettsted/by og svømmehall/-basseng. Disse anleggene brukes i større grad av grupper oppover i aldersgruppene. Anleggenes brukere fremstår dermed med svært varierte aldersprofiler. Det er interessant at den største andelen regelmessig brukere av svømmebasseng er over 60 år. Selv om bruken av lysløype går ned med økende alder, fant vi en stor andel over 60 år som brukte lysløyper.



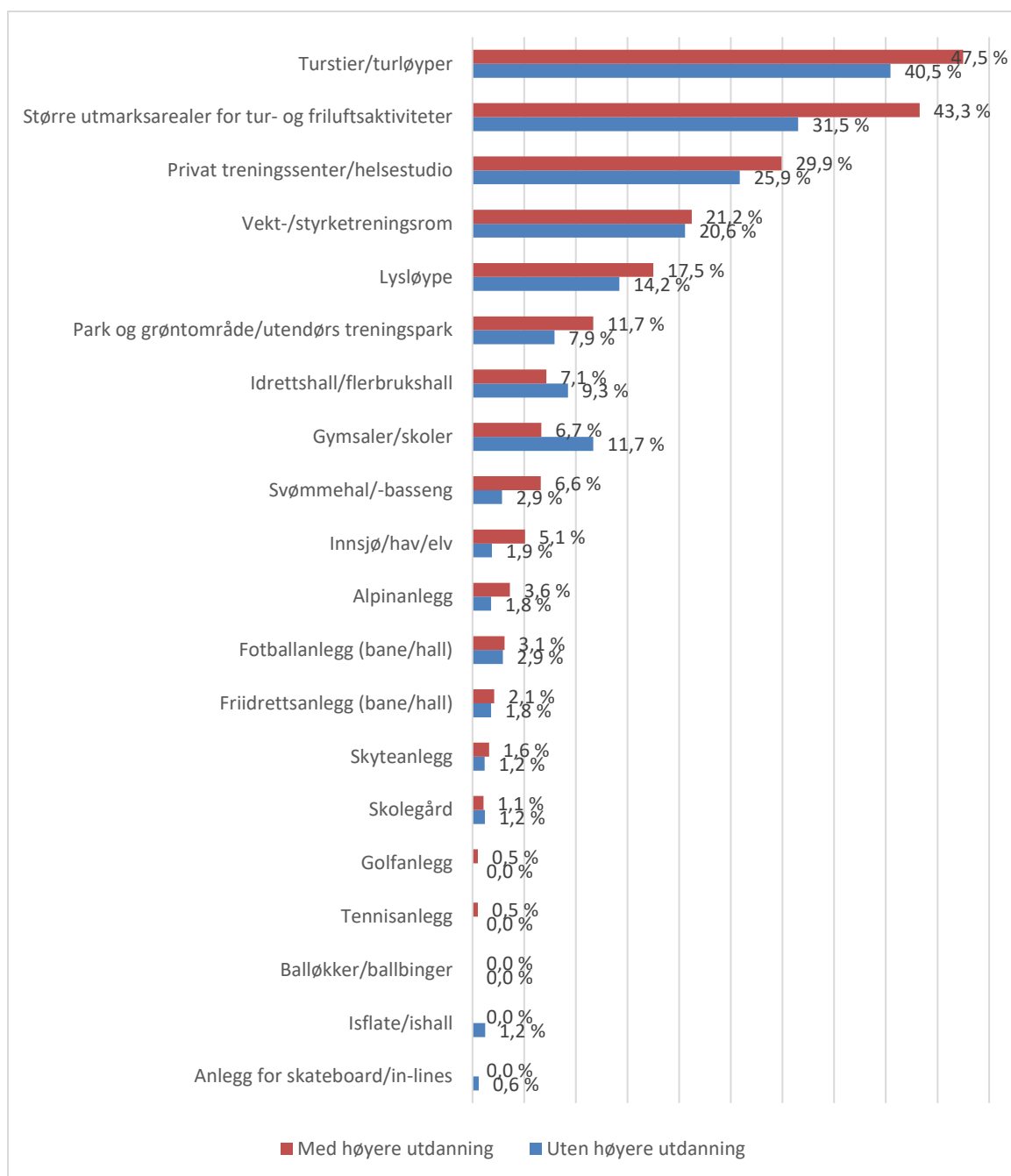
Figur 38. Hvordan bruker ulike aldersgrupper idrettsanleggene? Prosentandel av befolkningen over 15 år som bruker anlegget en gang eller flere i uken. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

Figur 38 viser fire eksempler på anlegg der nærmere 40 prosent av de som tilhører en bestemt aldersgruppe, benytter seg av en anleggstype: For den yngste gruppen (15-34 år) dreier dette seg om private treningssentre/treningssentre og styrketreningsrom, og for de to eldste gruppene (55-64 år og over 65 år) er det turstier/turløyper og større utmarksarealer for tur- og friluftslivsaktiviteter. Det er også mange i den yngste aldersgruppen (15-24 år) som trener i idrettshall/flerbrukshall (14,3 prosent) og gymsal (27,6 prosent).

Ved siden av at mange over 65 år bruker turstier regelmessig, er det også en stor andel, en av fire over 65 år som svarer at de bruker private treningssentre regelmessig. Det er altså en stor gruppe eldre som både trener og mosjonerer regelmessig utendørs og innendørs. Dersom vi ser nærmere på kjønnsforskjeller (fremgår ikke av figur 38), viser det seg at for aldersgruppene over 40 år er kvinner betydelig mer aktive brukere av private treningssentre og svømmeanlegg enn menn. Tilsvarende aktiviserer golfbaner mange menn over 40 år. En rimelig forklaring på de varierte aldersprofilene er at konkurranseidrett er sterkt knyttet til spesialiserte anlegg (fotballanlegg, friidrettsanlegg, tennisanlegg), mens andre anlegg fungerer mer som flerbruksanlegg (lysløyper, svømmeanlegg/-basseng, private treningssentre/treningssentre). Det som kjennetegner den siste gruppen anlegg, er at de fanger opp en større bredde i befolkningen.

8.4 Hvordan fordeler bruken av anlegg seg i forhold til utdanning?

Når temaet for undersøkelsen er utdanning, er utvalget blitt begrenset til aldersgruppen 28-70 år. Dette er gjort siden utdanning er avhengig av at man har avsluttet utdanning. Det ble laget en indeks og befolkningen delt inn i to klasser. Den ene klassen har lav utdanning det vil si grunnskole eller videregående skole som høyeste fullførte utdanning, mens høyeste klasse har høyskole- eller universitetsutdanning.



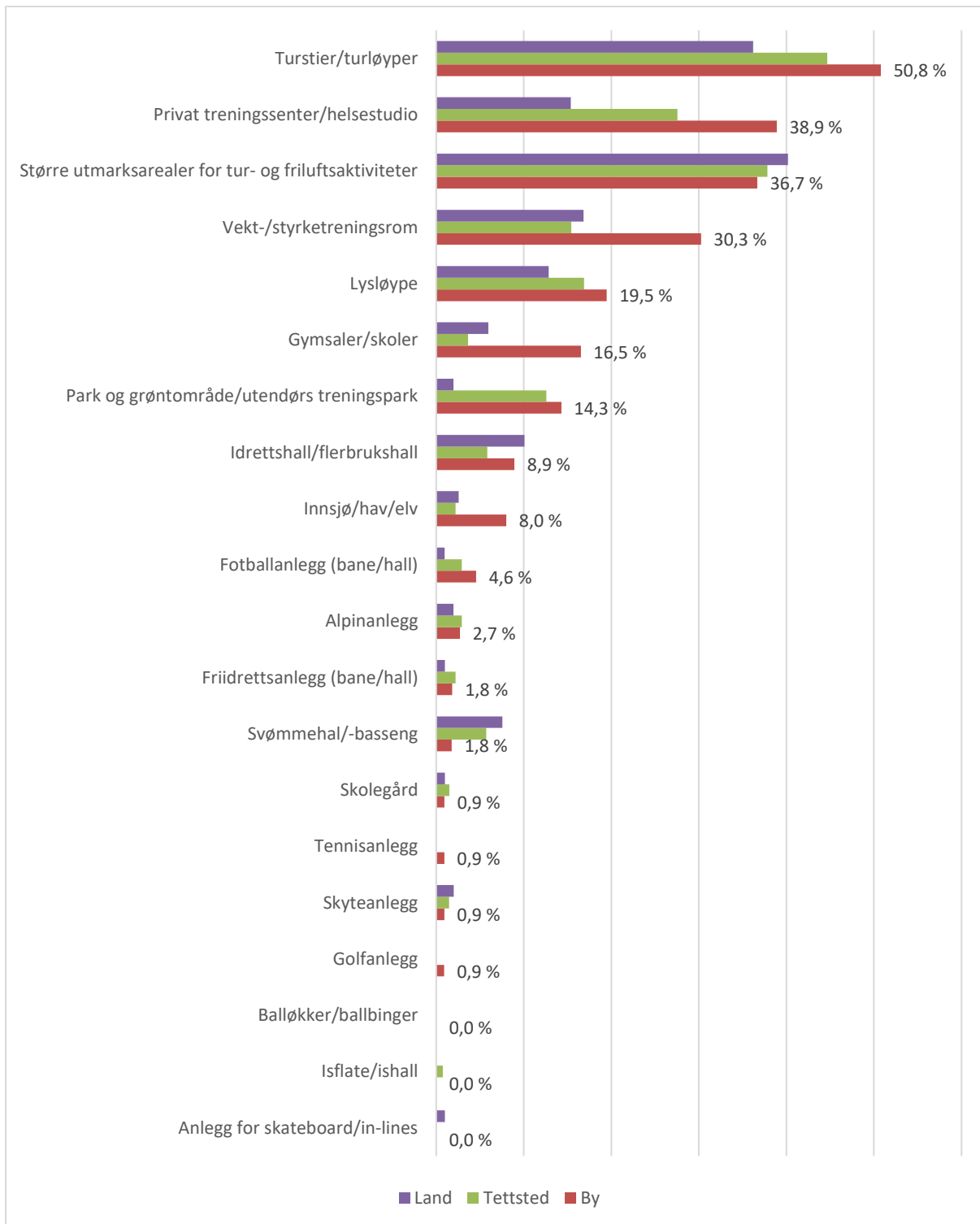
Figur 39. Regelmessig bruk av idrettsanlegg knyttet til utdanning. Aldersgruppe 28-70 år. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

Sammenlikner vi brukerne uten høyere utdanning med de med høyere utdanning, finner vi at det generelle mønsteret er en høyere andel brukere fra den øverste klassen i de fleste anleggstypene. Vekt- og styrkerom, private treningssenter/helsestudio fremstår som egalitære arenaer for trening, mens forskjellen i bruk av andre anleggstyper viser større forskjeller. De største utdanningsforskjellene finner vi blant de som bruker turstier og større utmarksarealer for tur- og friluftslivsaktiviteter. I gruppa med lavest utdanning brukte henholdsvis 40,5 prosent turstier og 31,5 prosent større utmarksarealer for tur-

og friluftslivsaktiviteter, mens tilsvarende tall for de med høyere utdanning var 47,5 prosent for turstier og 43,3 prosent for større utmarksarealer for tur- og friluftslivsaktiviteter. Det er et interessant funn at idrettshall og gymsal skiller seg ut ved at den største andelen brukere tilhører den laveste klassen. Det kan tyde på at det er få barrierer som ekskluderer folk med lav utdanning fra å bruke anleggene.

8.5 Hva betyr bosted for bruk av anlegg?

Den geografiske spredningen av anlegg har gjort tilgjengelig en idrettslig infrastruktur med et variert utvalg av idrettsanlegg for innbyggerne i de fleste norske kommuner. Idrettens infrastruktur kan ses på som et resultat av en bevisst distriktsvis utbygging av svømmebasseng på 60-tallet, idrettshaller på 70- og 80-tallet og kunstgressbaner på 90-tallet. En slik tetthet av anlegg skyldes ikke minst at det ble bygd idrettshaller og svømmebasseng i forbindelse med innføringen av niårig skole på 70-tallet. Et blick på fylkeskartet i 2017 viser at det er få kommuner som ikke har bygd både idrettshall, svømmebasseng og kunstgressbane til sine innbyggere.



Figur 40. Regelmessig bruk av anlegg knyttet til bosted. Alder 15 år +. 2013-2015-2017 slått sammen. Nordland.

Bosted ser ut til å ha betydning for regelmessig bruk av lysløyper og større utmarksarealer for tur- og friluftslivsaktiviteter. Derimot varierer bruken mellom by og land når det gjelder anleggstyper som brukes av mange i befolkningen. Det fremgår av figur 40 at en større andel av befolkningen i byene

bruker turstier, private treningssentre og vekt- og styrketreningsrom enn folk som bor i tettsteder og på landet. Vi ser også at det er forskjell mellom land og tettsted/by når det gjelder bruk av svømmehall, idrettshall og skyteanlegg. Det er særlig blant folk som bor på landet, vi finner flere regelmessige brukere av disse anleggstypene.

8.6 Hvilke endringer har funnet sted i perioden 1999–2017?

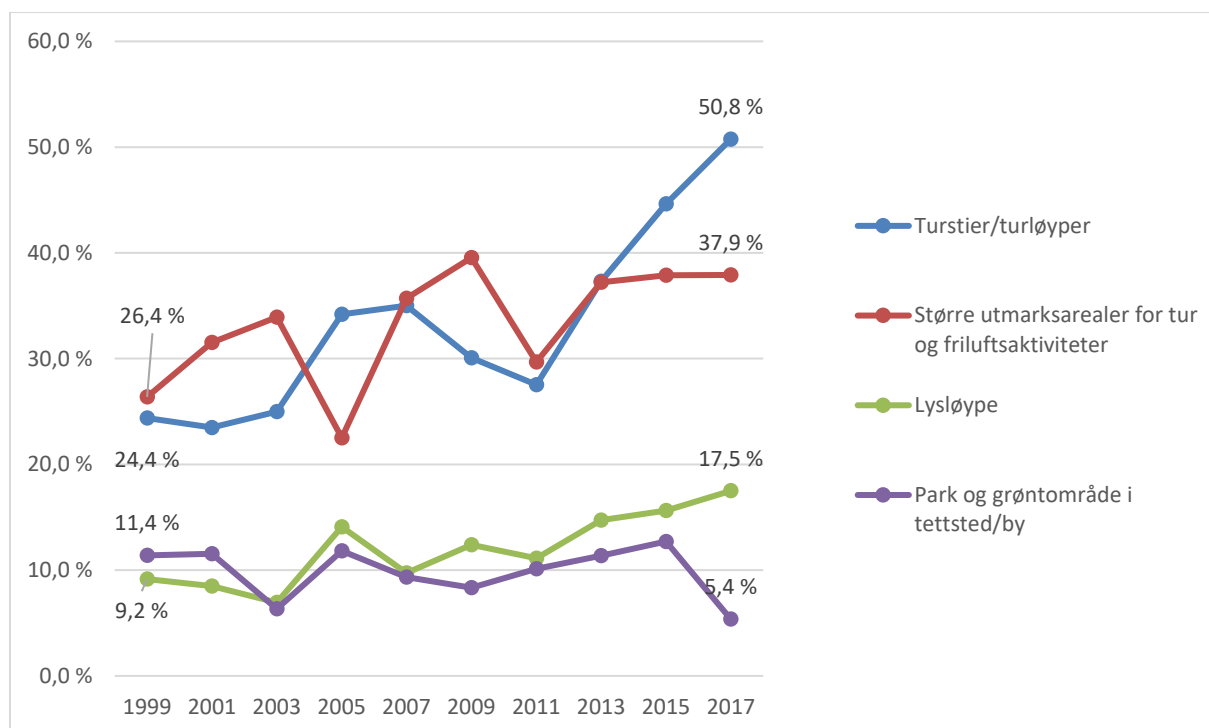
Vi finner store grupper i befolkningen i Nordland som svarer at de har brukt anlegget sjeldnere enn 1 gang hver fjortende dag eller mer. Vi kaller dette mønsteret generell eller total bruk. I perioden 1999–2017 er det særlig tre anleggstyper som har fått økt andel brukere i befolkningen: turstier (+13 prosent), styrketreningsrom (+15 prosent), treningssenter (+14 prosent). I den samme perioden har andelen i befolkningen som bruker svømmehall, idrettshall, gymsal og park og grøntområde gått ned (se vedlegg tabell 2.). Vi ser også at trenden har vært økt bruk i anleggstyper som allerede i 1999 ble regelmessig brukt av befolkningen. Det er særlig den økte bruken av private treningssentre (+13 prosent), turstier (+27 prosent), større utmarksarealer for tur og friluftslivsaktiviteter (+12 prosent), lysløype (+9 prosent) og vekt- og styrkerom (+13 prosent) som har skapt endringer i befolkningens anleggsbruk. Mens hver fjerde nordlending i 1999 brukte turstier, svarte halvparten i befolkningen i Nordland at de brukte turstier regelmessig i 2017. I 2017 svarte mer enn hver fjerde voksen at de trente en gang i uken eller oftere på private treningssentre. Ser vi på endringene for perioden 1999–2017 blant regelmessig brukere, trer det fram et tydelig mønster. Anlegg som er lett tilgjengelige og kan brukes til egenorganisert trening og mosjon, har hatt en markant økning. En annen tendens er at bruken av tradisjonelle idrettsanlegg er gått noe tilbake. Størst tilbakegang finner vi blant brukere av svømmehall (-8 prosent) gymsal (-6 prosent), fotballanlegg (-5 prosent) og flerbrukshall (-8 prosent) (se vedlegg tabell 3).

For å få en samlet oversikt over den regelmessige anleggsbruken har vi slått sammen de ulike anleggstypene i grupper og sammenliknet utviklingen. For å få et inntrykk av hvordan ulike kategorier anlegg har utviklet seg i perioden 1999–2017, har vi inndelt anleggene i følgende tre grupper:

- **Naturpregede anlegg:** a) Turstier/turløyper, b) Større utmarksarealer for tur og friluftslivsaktiviteter, c) Lysløyper, d) Park og grøntområde i tettsted/by.
- **Anlegg for egenorganisert aktivitet:** a) Gymsal i skole, b) Skolegård, c) Privat treningssenter/treningscenter, d) Vekt-/styrketreningsrom, e) Anlegg for skateboard/in-lines, f) Ball-løkker/ballbinger.
- **Idrettsanlegg:** a) Idrettshall/flerbrukshall, b) Fotballanlegg (bane/hall), c) Skyteanlegg, d) Friidrettsanlegg (bane/hall), e) Golfanlegg, f) Tennisanlegg, g) Isflate/ishall, h) Svømmehall/-basseng, i) Alpinanlegg.

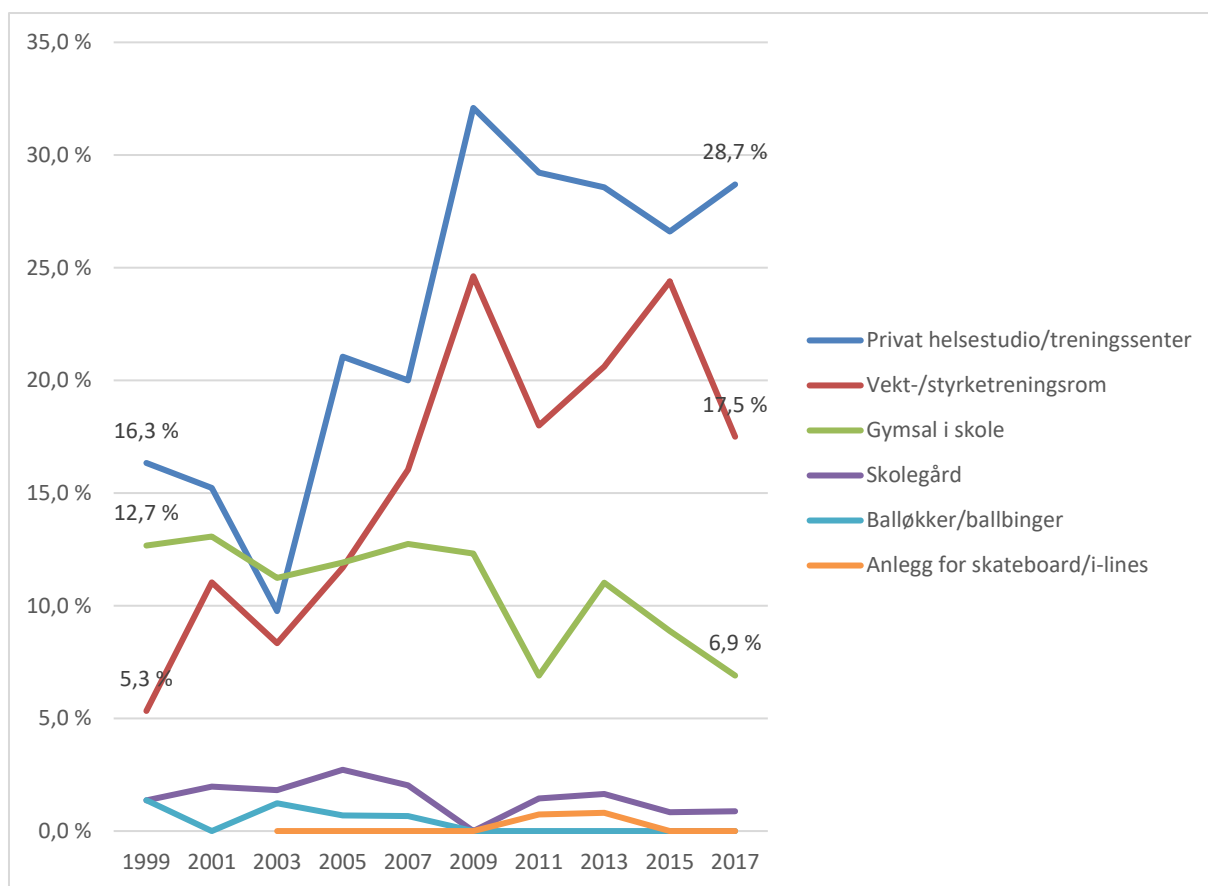
Det kan argumenteres for at mye av aktiviteten som finner sted i svømmehaller og alpinanlegg, er egenorganisert og ikke idrettspreget aktivitet. Når vi har valgt å inkludere disse anleggstypene som 'idrettsanlegg', er det med utgangspunkt i at de er bygd med idrettens standard som norm, og at dette er spillemiddelberettigede anleggstyper.

I det følgende ser vi derfor på utviklingen i bruk av naturpregede anlegg, anlegg for egenorganisert aktivitet og idrettsanlegg blant regelmessig brukere for perioden 1999–2017.



Figur 41. Utvikling i bruk av naturpregede anlegg en gang i uken eller mer i Nordland. 1999-2017. Nordland

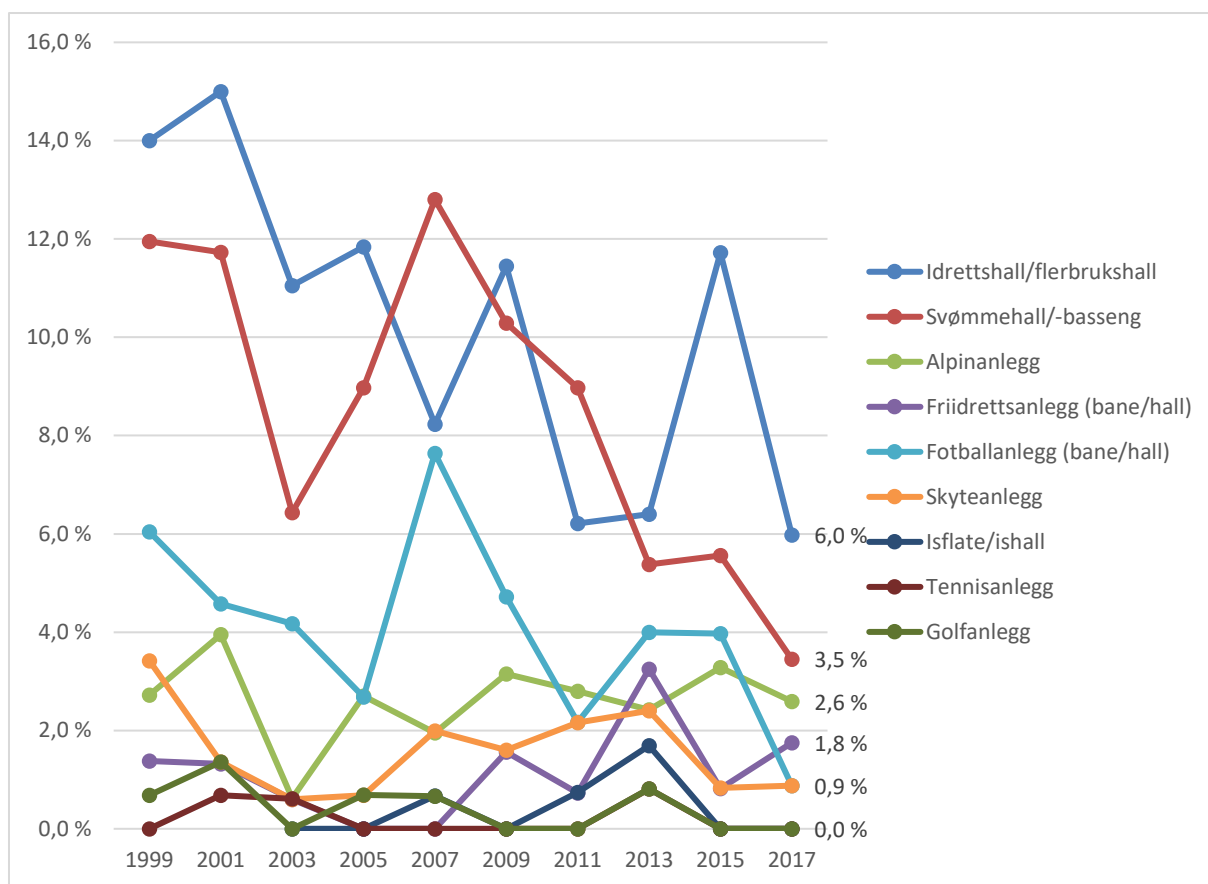
Det som kjennetegner bruken av de fire naturpregede anleggene, er at det har vært en markant økning i den regelmessige bruken for tre av anleggstypene i perioden. Den prosentvis største økningen finner vi i andelen i befolkningen som bruker turstier/turløyper og større utmarksarealer for tur og friluftslivsaktiviteter. I perioden steg andelen regelmessig brukere av turstier med hele 25 prosent, større utmarksarealer for tur og friluftslivsaktiviteter med 13 prosent og lysløype med 6 prosent.



Figur 42. Andel i befolkningen som brukte egenorganiserte anlegg en gang i uken eller mer i Nordland. 1999–2017.

Vi ser to tydelige mønstre når det gjelder bruken av egenorganiserte anlegg for perioden. Det fremgår av figur 42 at det har vært en markant økningen blant de som bruker private helsestudio/treningssenter (12 prosent) og vekt-/styrketreningsrom (12 prosent), mens for andre egenorganiserte anlegg er bruken uendret eller andelen regelmessige brukere gått ned.

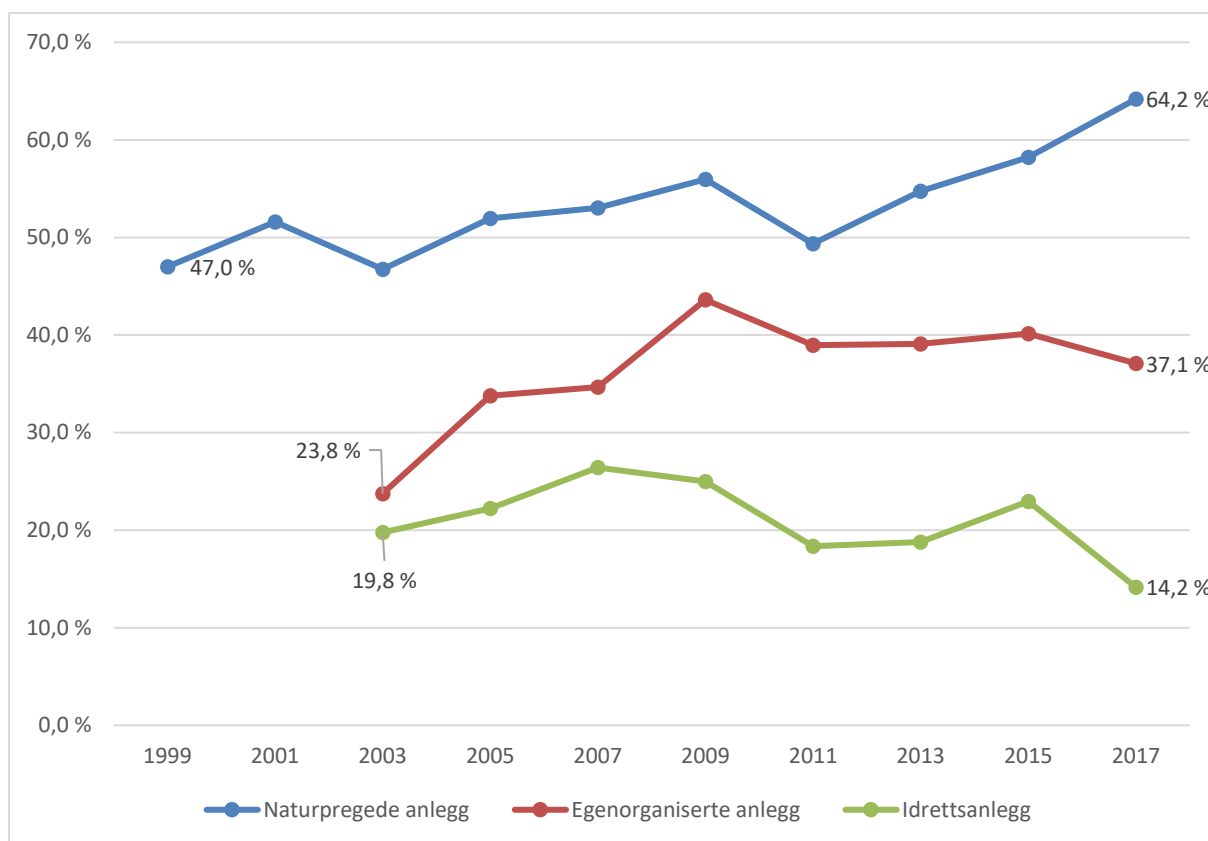
Hvordan er brukermønsteret for tradisjonelle idrettsanlegg for perioden 1999-2017?



Figur 43. Andel i befolkningen som brukte idrettsanlegg en gang i uken eller mer i Nordland. 1999–2017.

For perioden 1999–2017 er tendensen at den regelmessige bruken av tradisjonelle idrettsanlegg har gått tilbake. For de tre mest brukte anleggstypene, idrettshall/flerbrukshall, svømmehall/-basseng og fotballanlegg er den prosentvise nedgangen større enn for de andre anleggstypene.

Hvor stor andel i befolkningen i Nordland har vært regelmessig brukere innenfor de tre kategoriene vi har fremstilt ovenfor?



Figur 44. Andel av befolkningen som brukte naturpregede anlegg, anlegg for egenorganisert aktivitet og idrettsanlegg en gang i uken eller mer i perioden i Nordland 1999-2017.

Det fremgår av figur 44, der vi har laget et mål på hvor stor andel som har vært regelmessig aktive brukere innenfor de tre kategoriene; naturpregede anlegg, anlegg for egenorganisert aktivitet, idrettsanlegg. Disse endringene må forstås i sammenheng med at endrede aktivitetsvaner har ført til større ulikheter i bruk av anlegg. Det er en større andel i befolkningen som trener og mosjonerer i naturpregede anlegg og anlegg for egenorganisert aktivitet, mens andelen i befolkningen som bruker idrettsanlegg, har holdt seg stabilt eller gått noe tilbake.

8.7 Oppsummering

- Anlegg aktiviserer ulikt. Et karakteristisk trekk for perioden 1999–2017 er at bruken av anleggstyper som turstier, private treningssentre og vekt-/styrkerom har økt. Dette er anleggstyper som er åpne og lett tilgjengelige for individuell bruk, og som tilrettelegger for aktivitet utenfor idrettslagene. Vi finner en større andel enn 20 prosent i befolkningen trener og mosjonerer i turstier, større utmarksarealer for tur og friluftsliv, private treningssentre og vekt- og styrkerom. Felles for disse fire anleggene er at det er et flertall kvinnelige brukere.

- I perioden 1999–2017 er det blitt en mindre andel av befolkningen som bruker tradisjonelle idrettsanlegg. Det er en større andel i befolkningen som trener og mosjonerer i naturpregede anlegg og anlegg for egenorganisert aktivitet, mens andelen i befolkningen som bruker idrettsanlegg, har holdt seg stabilt eller gått noe tilbake.
- Den økte bruken av mosjonsanleggene har funnet sted i alle aldersgruppene, men økningen har vært størst for de eldre aldersgruppene. Aldersprofilene for brukerne varierer for anleggstypene: turstier og lysløyper aktiviserer mange oppover i aldersgruppene, mens private treningssentre og vekt-/styrkerom aktiviserer den største andelen i aldersgruppen 15-34 år.
- En økt andel aktive kvinner har bidratt betydeligst til vekst i bruk av turstier, private treningssentre og vekt-/styrkerom. Det er en større andel mannlige brukere i de fleste tradisjonelle idrettsanlegg. I to av anleggstypene, svømmebasseng og gymsal, er det en overvekt av kvinnelige brukere.
- Det er et gjennomgående mønster at vi finner en større andel brukere med høyere utdanning innen de fleste anleggstypene. Når det gjelder utdanning, fremstår turstier og større utmarksarealer som mer delt som arenaer for fysisk aktivitet selv om det er her vi finner de største andelen brukere med lavere utdanning. Forskjellen i bruk av tradisjonelle idrettsanlegg avspeiler mindre utdanningsforskjeller.

9 Sammenfatning og anbefalinger

Den voksne befolkningen i Nordland er blitt mer aktive på fritiden de siste årene. Denne økningen i andelen aktive som trener og mosjonerer på fritiden følger trenden vi ellers finner i landet. En større andel i befolkningen tilfredsstillende helsekravet til fysisk aktivitet. Dette kan forklares med endrede treningsvaner. Disse endringene kan knyttes til valg av aktiviteter, treningssammenhenger, motiver og anleggsbruk. Vi finner at endringene, særlig etter 1995 kan forklares med at store grupper i befolkningen slutter opp om styrke- og utholdenhetsaktiviteter, og da særlig ved at flere oppover i aldersgruppene og en større andel kvinner bruker disse treningsformene. Voksne velger også andre treningssammenhenger enn tidligere. Vi ser at oppslutningen om den organiserte idretten går tilbake, mens kundene strømmer til private treningssentre. De private tilbudene aktiviserer i dag tre ganger så mange voksne som idrettslagene, mens situasjonen var motsatt i 1990. Den norske idrettsmodellen er på mange måter satt under press ved at de tradisjonelle idrettsaktivitetene har stagnert eller gått tilbake i oppslutning, og at investering i og fordeling av fotballanlegg og idrettshaller ikke har ført til økt bruk i den voksne befolkningen.

9.1 Aktivitetsprofil, motiv og barrierer

I løpet av perioden 1995–2017 har befolkningen økt sin fysiske aktivitet i fritiden. Når det gjelder aktivitetsomfang, er en tredjedel (36,4 prosent) av befolkningen tilstrekkelig fysisk aktiv til å tilfredsstillende helsekravet. En stor andel, 50 prosent, er fysisk aktiv 1-4 ganger i uken. Det er et mål å øke aktiviteten totalt sett samt utjevne sosiale forskjeller, slik at alle får mulighet til å ta del i det godet som fysisk aktivitet og god helse representerer. Det vil antagelig være lettere å få de moderat aktive til å bli mer aktive enn å få den fjerdedelen som er inaktiv, til å begynne med fysisk aktivitet. På den annen side er det den helt passive gruppen som vil ha størst gevinst av fysisk aktivitet, og der det antagelig er størst kostnader å spare for samfunnet. Man må sannsynligvis gjøre begge deler samtidig, få de inaktive aktive og de lavaktive mer aktive. Det er små forskjeller knyttet til kjønn og bosted. De yngre er mer aktive enn de eldre, og det er til dels betydelige forskjeller knyttet til utdanning og inntekt. Det betyr at man må satse spesielt på aktivitetstyper som egner seg for den økende andel eldre i befolkningen, og særlig for de med lav inntekt og utdanning.

Når det gjelder aktiviteter, er det friluftslivsaktiviteter (fotturer på fjell og vidde, fotturer i skog og mark og skiturer) og egenorganisert aktivitet (styrketrening, sykling til jobb og på tur, jogging) som representerer de 'store aktivitetene', med mer enn 20 prosent oppslutning. Innenfor disse aktivitetene er mange allerede aktive, men kanskje ikke aktive nok. Det må være hensiktsmessig å øke satsingen på denne typen aktiviteter, både fordi de er lavterskeltilbud med tanke på spesifikke ferdigheter, og fordi de krever beskjedne anlegg. I tillegg kan de drives hele livsløpet. Også kommersielle treningsformer (treningssenter/fitness) opplever økende oppslutning og representerer betydelige potensialer i utvalgte

befolkningssegmenter. Derimot har de tradisjonelle idrettene (NIF-idrettene) begrenset kontaktflate, og har stagnert i oppslutning i den voksne del av befolkningen. De fleste spesifikke idrettsgrener domineres av de unge, spesielt av menn, og av den øverste sosiale klasse. Aktiviteter som på ulik vis motvirker mannsdominans, er friluftsliv i skog og mark, sykling til jobb og på tur, styrketrening, svømming, gymnastikk og dans. I de senere år har særlig utholdenhetsaktiviteter hatt en sterk utvikling, som ski og sykkel, og ulike former for styrketrening. De som tilfredsstillt det kriteriet som American College of Sport Medicine (ACSM) har satt som minimumskriterium for aktivitet, skårer særlig høyt på utholdenhetsøvelser og styrketrening. De senere årene er det stadig flere som driver målrettet trening, noe som har bidratt til økende treningsmengde for befolkningen under ett, og som har hatt en gunstig effekt i et folkehelseperspektiv.

Når det gjelder organisering, ser vi også tydelig at det er svært mange som driver aktiviteten sin uavhengig av formelle organisasjoner, det vil si alene, med familien eller med venner. Av organiserte treningssammenhenger har de private treningssentrene hatt en formidabel vekst siden 1990-tallet, mens idrettslagene har stått stille, eller gått tilbake. Det betyr, som nevnt, at i dag er de private treningssentrene en treningsarena som benyttes av mer enn en fjerdedel av den voksne befolkning, mens en av 10 nordlending har dette som sin viktigste treningssammenheng. Økningen i andelen som trener i private treningssentre er imidlertid betydelig lavere i Nordland enn i for landet for øvrig (Breivik 2013, s.102). I den gruppen som trener mest på treningssentrene, finner vi imidlertid mer enn dobbelt så mange som i idrettslagene, mens i landet for øvrig er det tre ganger så mange som trener i private treningssentre som i idrettslag. Ikke minst har treningssentrene bidratt til utviklingen av både styrketrening og utholdenhets trening blant kvinner. Selv om stadig nye befolkningsgrupper tar i bruk treningssentrene, er de skjevfordelt mellom by og land, og andre geografiske forskjeller. I tillegg til friluftsliv og egenorganisert trening bør derfor de private treningssentrene følges nøye med tanke på øket treningspotensial i befolkningen. Idrettsbevegelsen må på en helt annen måte også prioritere voksne dersom idretten skal bli en viktigere folkehelseaktør.

De viktigste motivene for fysisk aktivitet er knyttet til helse/livskvalitet. Også glede og sosialt fellesskap er viktige motiver for store grupper, særlig de unge. Det man kan kalle 'instrumentell selvrealisering' har økt i løpet av de siste ti år. Mange bruker fysisk aktivitet for å gå ned i vekt, bedre utseendet, øke selvtilliten, og liknende. Noen motiver, som konkurranse og utfordring/spenning, er svært betydningsfulle for de unge, men disse motivene avtar sterkt med økende alder. Andre motiver, slik som forebygging av helseplager, øker i betydning med økende alder. Viktige motiver knyttet til helse og livskvalitet er relativt stabile og skårer høyt i alle aldersgrupper. I et folkehelseperspektiv bør man for det første ta utgangspunkt i hva som motiverer de ulike befolkningsgrupper. For det andre må man satse på motiver som har stor oppslutning i alle befolkningsgrupper, på tvers av alder, kjønn og sosiale forskjeller. Ønsket om bedre helse og økt livskvalitet er en slik type motiv.

Når det gjelder barrierer mot fysisk aktivitet, er det samlet sett bare en liten andel av befolkningen som opplever barrierene som svært viktige. Det er neppe det at barrierene er store, eller uoverstigelige, som gjør at folk ikke trener. Blant barrierene er det vi har kalt personlig situasjon, en viktigere barriere enn organisering og utstyr/anlegg. Det betyr at det nok snarere er på motivasjonssiden enn på grunn av barrierer problemet med inaktivitet ligger. Gruppen med lavere utdanning opplever imidlertid betydelig større barrierer enn andre, særlig knyttet til utstyr/anlegg og organisering. Dette er enda et argument for å satse på friluftsliv og egenorganisert trening snarere enn ressurskrevende idrettsaktiviteter og dyre kommersielle tilbud.

Et viktig funn er at utviklingen går i retning av at en stadig større andel av befolkningen i Nordland blir fysisk aktive. Dette er gledelig. Men selv om flere er aktive, er de likevel ikke aktive nok. Det samsvarer med funnene fra kartleggingen av fysisk aktivitet blant voksen og eldre i 2008–2009 (Andersen mfl. 2009, Hansen m.fl. 2015). Og fremdeles er det skjevheter knyttet til alder, kjønn, utdanning og inntekt. Dersom disse skjevheter skal rettes opp, og målet om en mer aktiv befolkning skal nås, må prioriteringene knyttet til anlegg og økonomiske virkemidler endres.

9.2 Anleggsbruk

Spillemidlene er den største statlige finansieringskilden for å øke fysisk aktivitet, og det er et mål at disse midlene i større grad enn i dag skal gå til å finansiere uorganisert fysisk aktivitet (Meld. St. 26 (2011-2012)). Vi finner de samme trendene for anleggsbruk som for aktivitet: en vekst i anlegg for egenorganisert aktivitet og en synkende bruk av tradisjonelle idrettsanlegg. Vi stilte spørsmålet om det er sammenheng mellom anleggsbruk og befolkningens deltakelse i idrett. Våre data gir grunnlag for noen konklusjoner. Det er et skifte i valg av aktiviteter med økende alder. En større andel av befolkningen trener og mosjonerer, og dette har økt etterspørselen etter idrettsanlegg. Den vesentlige økningen og oppslutningen blant voksne har i hovedsak funnet sted gjennom deltakelse i aktiviteter utenfor den medlemsbaserte idretten. De ”nye” aktive velger andre aktiviteter, organisasjonsmåter og anlegg. Den store deltakelsen under andre organisasjonsmåter, og særlig egenorganiserte former, har skapt et stort behov for rom og steder som voksne kan benytte til spontan, selvorganisert fysisk aktivitet. Den økte bruken av ‘naturpregede anlegg’ og ‘egenorganiserte anlegg’ kan tolkes som det materialiserte uttrykket for disse endringer i trening og mosjonsvaner. Det kan synes som om utviklingen går i retning av at det blir flere og flere i befolkningen som velger å drive med uorganiserte og selvorganiserte aktiviteter, der den enkelte selv kan bestemme tid og sted. Denne utviklingen viser at det er et stort behov for ‘steder’ og ‘tider’ der ungdom og voksne kan drive med fysisk aktivitet. Denne økende individualiseringen av treningsvaner innebærer at mange utøvere, som ikke har lyst til – eller bruk for – å være en del av et idrettslag, har behov for et sted der de kan trene, eller være en del av et fellesskap. Å stimulere til utvikling av idrettsanlegg og aktivitetsmiljøer som både er attraktive for og tilgjengelige for så vel foreningsidrett som mosjonsidrett, blir en utfordring for de som skal (om)bygge fremtidens

anleggsmasse. Det finns flere eksempler i fylket hvor man har økt bruken av anlegg. Modernisering av Kippermoen idrettssenter i Mosjøen innebar både en tilrettelegging av ulike trenings- og mosjonsaktiviteter i tradisjonelle idrettsanlegg og økt tilgang for befolkningen i byen gjennom kjøp av idrettspass. Anlegget ble tilgjengelig for flere ved at idrettslagsmedlemmer fikk treningstider og befolkningen fleksible åpningstider (Rafoss 2006a). Et annet eksempel er Moheia bad hvor det gamle 25 meters bassenget ble erstattet med et multifunksjonelt badeanlegg. I 2005 var det 94 000 besøkende i Moheia bad. Badet var åpent 350 dager og besøket i folkebadet var jevnt fordelt over hele året. Sommermånedene var blant de best besøkte. Flertallet av brukerne i Moheia bad var eldre enn 25 år. Både blant kvinner og menn var det flest brukere mellom 25-39 år. Bruken oppover i aldersgruppene var ulik bruksmønsteret i andre typer innendørsanlegg der bruken går ned ved økende alder (Rafoss 2006b).

Den storstilte utbyggingen av svømmebassenger på 1960-tallet i Nordland har medført at det finnes mange små svømmeanlegg med behov for rehabilitering. Ifølge tall fra Kultur- og kirke departementet var det 1034 svømmebassenger i Norge i 1999, mens tallet i 2007 var 1040 – noe som utgjør en nettotilvekst på seks bassenger. I samme tidsrom har befolkningen på landsbasis økt. Dette innebærer at dekningsgraden av svømmehaller i forhold til folketallet har blitt redusert fra 1999 til 2007. En gjennomgang av anleggsregisteret viser at antall svømmebassenger som er åpne og tilgjengelige, og som kan brukes til svømming, er langt lavere enn 1040 basseng. En kartlegging i 2007 viste at av Nordlands 92 svømmeanlegg var 14 basseng stengt. Halvparten av badeanleggene, 48 basseng var åpent minimum 9 måneder i året (Riksrevisjonens undersøkelse av tilskudd til idrettsanlegg 2007, s.38).

Bruken av åpne og lett tilgjengelige anlegg har siden 1999 økt blant eldre og kvinner, mens bruken av tradisjonelle idrettsanlegg til konkurranseidrett har gått tilbake i perioden. Det er klart at anleggsutbyggingen ikke bare har vært styrt av hvilke anlegg som er ”teknisk forsvarlig og sunne” (Goksøyr mfl. 1996, s. 287), men mer av konkurranseidrettens behov og krav til standardiserte anlegg. Det fremgår at de fem anleggstypene turstier, større utmarksarealer for tur- og friluftslivsaktiviteter, private treningssentre, lysløype, og vekt- og styrkerom har hatt en markant økning. Det er en økende andel av befolkningen som trener og mosjonerer regelmessig i disse anleggstypene. Videre fremgår det at det er en synkende andel i befolkningen som svarer at de trener regelmessig i tradisjonelle idrettsanlegg som fotballanlegg, svømmehall og idrettshaller. Våre data viser at en stor andel av fotballanlegg og idrettshaller som en stor andel av anleggsmidlene har vært investert i, brukes av en synkende andel av den voksne befolkning i Nordland til trening.

En utfordring for anleggspolitikken er at idrett og fysisk aktivitet i økende grad finner sted utenfor idrettens tradisjonelle anlegg og organisasjoner. Antall aktive i befolkningen som trener og mosjonerer, øker, mens andelen som bruker tradisjonelle anlegg, ikke har økt. For noen anleggstyper har bruken

stagnert. Eldrebølgen vil innebære visse utfordringer med tanke på anleggsbygging. Det er et faktum at spillemidler som er benyttet til bygging av fotballanlegg og flerbrukshaller, har kommet en svært begrenset del av den voksne befolkningen til gode. Unge menn i aldersgruppen 15-34 år dominerer totalt bruken av fotballbaner, om man da ser bort fra barneaktiviteten i gruppene under 15 år. Dersom man vil nå større segmenter i befolkningen med anleggsbyggingen, blant annet med henblikk på en mer rettferdig kjønns- og aldersfordeling, må anleggsbygging og anleggsfinansiering endres betydelig.

Den største forskjellen i anleggsbruk knyttet til bosted og landsdel, finner vi i bruken av private treningssentre. I henhold til antall private treningsinstitutter i 2017 er anleggsdekningen høy i Nordland i sammenlignet med andre deler av landet, mens bruken er betydelig lavere enn den vi finner f.eks. i de sentrale østlandsstrøk. På mange måter er svømmebassengene en motvekt til de private treningssentrene, ved at de finnes i nesten hver kommune i Nordland. Ser vi på kartet, finner vi flere svømmebasseng per 10 000 innbyggere i tynt befolkede kommuner, mens mønsteret for private treningssentre er at jo flere innbyggere i kommunen, jo bedre anleggsdekning slik som i Bodø.

Utdannelse har positiv betydning for anleggsbruken. I alle anleggstypene er brukerne med høy utdanning mer aktive enn de med lav utdanning. Anleggsbruken gjenspeiler på mange måter de forskjellige gruppenes aktivitetsnivå. Ifølge Vaage (2004) er det få personer med høyere utdanning som aldri trener. Ikke overraskende er det grupper med høy utdanning som bruker anlegg oftest. En annen studie viser at de med lav inntekt er overrepresentert i bruken av svømmebasseng, mens de med høy inntekt er overrepresentert i bruken av private treningssentre. Golfere er den gruppen anleggsbrukere som har størst prosentvis andel med høy inntekt (Breivik & Rafoss, 2017).

9.3 Anbefalinger og tiltak

Staten gir gjennom flere departementer støtte til organisasjoner og støtte til bygging av anlegg som bidrar til fysisk aktivitet i ulike deler av befolkningen. Ikke minst er tildelingen av spillemidler fra Norsk Tipping og organisasjonstilskuddet til Norges idrettsforbund en søyle i statens aktivitetspolitikk. Vi har i denne rapporten sett at det i hele perioden 1995 til 2017, og særlig de siste 10-15 årene, har skjedd betydelige endringer når det gjelder fysisk aktivitet. Disse endringene er dels drevet fram av offentlige tilskuddsordninger, men i langt større grad er det «folk selv» og markedet som har bidratt til endring. Dersom offentlige tilskuddsordninger og støtte til organisasjoner skal kunne forsvares, må de være relevante for en endret samfunnsutvikling.

På bakgrunn av de funn vi har presentert i denne rapporten, kan det være grunnlag for følgende anbefalinger:

- Det at deltakelsen øker i friluftslivsaktiviteter og uorganisert trening, mens deltakelse i organisert trening er i stagnasjon eller tilbakegang, gjør at det bør gis støtte til et bredere spektrum av frivillige organisasjoner, blant annet slike som tilrettelegger for friluftsliv og breddeaktiviteter.

- Endringer i aktivitetsoppslutningen i perioden 1995–2017 viser at den største økningen har funnet sted innenfor de store folkeaktivitetene som styrketrening, langrenn, jogging, fotturer på fjell og vidde og fotturer i skog og mark. I den samme perioden er oppslutningen om idrettsaktiviteter gått tilbake. For å oppnå økt helsegevinst vil en styrking av det kommunale folkehelsearbeidet gi stor effekt.
- Spillemiddelordningen støtter opp en anleggsfordeling som i liten grad fanger opp bredden i befolkningen. Fotballanlegg og idrettshaller, som er finansiert med en stor andel av spillemidlene, aktiviserer mange barn og unge, men i langt mindre grad voksne og eldre. En fortsatt bruk av en stor andel av anleggspotten til finansiering og spredning av fotballanlegg og idrettshaller vil neppe føre til flere aktive og til økt fysisk aktivitet i den voksne del av befolkningen.
- Anleggstyper som turstier/turløyper, lysløyper, park/grøntområder, og utmarksarealer har sammen med private treningssentre, og vekt- og styrkerom bidratt mest til den økende andelen aktive i befolkningen. Dette er anleggstyper der det er brukt en liten andel spillemidler. En større del av spillemidlene bør derfor brukes til å finansiere spredning av anleggstyper som samsvarer med aktivitetsprofiler for alle lag i befolkningen, ikke minst den økende andel eldre. Det offentlige bør styrke tilrettelegging og finansiering av 'grønne anlegg' som turstier, lysløyper, park og grønntområder og nærmiljøanlegg der folk bor. Disse anleggstypene når store brukergrupper og har en bred sosial profil.

Litteratur

Anderssen, S.A., Hansen, B.A., Kolle, E., Steene-Johannessen, J., Børsheim, E. og Holme, I. (2009). *Fysisk aktivitet blant voksne og eldre i Norge – Resultater fra en kartlegging i 2008 og 2009*, Oslo: Helsedirektoratet.

Breivik, G. (2010). *Fysisk aktivitet i den norske befolkning 1985-2009*. Oslo: Manuskript.

Breivik, G. (2013). *Jakten på et bedre liv. Fysisk aktivitet i den norske befolkning 1985-2011*. Oslo: Universitetsforlaget.

Rafoss, K (2006a): *Idrettsanlegg i Nordland - En kartlegging og analyse av bruk og brukere av Kippermoen idrettsenter i Mosjøen*. Nordland fylkeskommune.40 sider.

Rafoss, K (2006b): *Idrettsanlegg i Nordland - En kartlegging og analyse av bruk og brukere av Moheia bad i Mo i Rana*. Nordland fylkeskommune.37 sider.

Rafoss, K. & Breivik, G. (2017): *Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet*. Rapport Helsedirektoratet. 125 sider.

Riksrevisjonens undersøkelse av tilskudd til idrettsanlegg. Dokument nr. 3:8 (2008–2009).

Bourdieu, P. (1995). *Distinksjonen*. Oslo: Pax forlag.

Bourdieu, P. (1999). *Meditasjoner*. Oslo: Pax forlag.

Goksøyr, M. (1992). *Staten og idretten 1861-1991*. [Oslo]: Kulturdepartementet, Idrettsavdelingen.

Goksøyr, M., Andersen, E. og Asdal, K. (1996). *Kropp, kultur og tippekamp: Statens idrettskontor, STUI og Idrettsavdelingen 1946-1996*. Oslo: Universitetsforlaget.

Hansen, B.H., Kolle, E. og Anderssen, S.A. (2014). *Fysisk aktivitetsnivå blant voksne og eldre i Norge. Oppdaterte analyser basert på nye nasjonale anbefalinger i 2014*. Oslo: Helsedirektoratet. IS2183

Hansen, B.H., Anderssen, S.S., Steene-Johannessen, J., Ekelund, U., Nilsen A.K., Andersen, I.D., Dalene, K.E., Kolle, E. (2016). *Fysisk aktivitet og sedat tid blant voksne og eldre i Norge – Nasjonal kartlegging 2014-2015*. Oslo: Helsedirektoratet. IS-2367.

Haskell, W.L., Lee, I.M., Pate, R.R., Powell, K.E., Blair, S.N., Franklin, B.A., Macera, C.A., Heath, G.W., Thompson, P.D. & Bauman, A. (2007). Physical activity and public health: Updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association, *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 39(8), 1423-1434.

Hellevik, O. (2008). *Jakten på den norske lykken*. Oslo: Universitetsforlaget.

Langkaas, L, red. (1997). *Nasjonalatlas for idrett*. Hønefoss: Statens kartverk.

Meld. St. 26 (2011-2012) *Den norske idrettsmodellen*. Oslo: Kulturdepartementet.

Olsen, A.M., og Giske, R. (1994). *Idrettshaller i fokus*. Oslo: Norges idrettshøgskole/Kulturdepartementet, Idrettsavdelingen.

Olsen, A.M., og Giske, R. (1996). *Svømmehallbrukere og bruk av svømmehaller: sammenfattende rapport fra to undersøkelser gjennomført etter oppdrag av Kulturdepartementet, Idrettsavdelingen*. Oslo: Kulturdepartementet.

Ommundsen Y. og Aadland, A.A. (2009). *Fysisk inaktive voksne i Norge. Hvem er de – og hva motiverer til mer fysisk aktivitet?* Oslo: Helsedirektoratet.

Rafoss, K., og Breivik, G. (2009). Anleggsbruk i befolkningen: en studie av anleggstyper, aktivitetsprofiler og endring. I: K. Rafoss og J.O. Tangen (red.). *Kampen om idrettsanleggene: planlegging, politikk og bruk* (s. 53-79). Bergen: Fagbokforlaget.

Sosial- og helsedirektoratet (2005). *Fysisk aktivitet og helse – anbefalinger*. Oslo: Helsedirektoratet.

St.meld. nr. 14 (1999-2000). *Idrettslivet i endring: om statens forhold til idrett og fysisk aktivitet*. Oslo: Kulturdepartementet.

Torkildsen, G. (1999). *Leisure and recreation management*. London: E & FN Spon.

Tønnesson, S. (1986). *Folkehelse, trim, stjerner 1939-1986*. Norsk idretts historie, Bd. 2.

Oslo: Aschehoug.

Ulseth, A.-L. B. (2008). *Mellom tradisjon og nydannelse: analyser av fysisk aktivitet blant voksne i Norge*. Akademisk publisering, Oslo.

Vaage, O.F. (2008). *Tidsbruk i Europa. Myten om spreke nordmenn står for fall*. Oslo: Statistisk sentralbyrå.

Willoch, K. (2005). En målbevisst ildsjel for idrettens sak. I: D.V. Hanstad og M. Goksøyr (red.). *Fred er ei det beste: festskrift: Hans B. Skaset 70 år* (s. 53-63). Oslo: Gyldendal undervisning.

Øverkil, L. (2011). *Makt og interessekonflikt i norsk anleggspolitikk. En studie av fordelingen av spillemidlene til anlegg for idrett og fysisk aktivitet i lys av søknadsmassen*. Masteroppgave i idrettsvitenskap. Trondheim: NTNU.

VEDLEGG

Tabell 1. Andel i befolkningen som har deltatt i aktivitet. Utvikling 1995–2017. Nordland

Tabell 2. Generell bruk av idrettsanlegg i befolkningen 1999–2017. Nordland

Tabell 3. Andel i befolkningen som bruker idrettsanlegg én gang i uken eller mer 1999–2017. Nordland

Tabell 1. Andel i befolkningen som har deltatt i aktivitet. Utvikling 1995–2017. Nordland

Aktivitet	95	97	99	01	03	05	07	09	11	13	15	17	95-17
Fotturer i skog og mark	56	58	72	74	75	73	78	80	69	68	64	62	+6
Skiturer i skog og fjell	41	53	49	44	43	38	40	40	42	40	41	34	-7
Styrketrening							19	34	31	30	32	32	+11
Sykling til jobb og på tur							37	34	31	26	29	38	+1
Fotturer på fjell og vidde	29	30	37	35	45	36	39	43	31	43	40	36	+7
Jogging i mosjonshensikt	25	33	16	15	14	14	16	22	20	21	27	20	-5
Sykling som trening							11	18	18	17	12	11	-
Svømming	20	22	15	21	15	23	24	16	11	16	11	9	-11
Langrenn	5	6	4	6	6	10	5	9	7	13	15	11	+6
Slalåm/Alpint	8	8	6	8	4	8	6	9	8	9	11	8	-
Gymnastikk/jazzballett/aerobics/freestyle	9	19	17	12	9	15	7	10	8	11	5	7	-2
Fotball	14	12	8	13	13	12	9	11	6	5	8	5	-9
Dans	15	12	14	11	16	14	10	13	8	9	4	4	-11
Løpstrening	5	6	4	4	3	5	3	9	4	6	7	7	+2
Vektløfting/kroppsbygging							4	7	4	5	6	8	+4
Skyting	7	2	5	4	5	4	5	5	7	6	3	2	-5
Volleyball	6	6	4	7	6	3	1	5	2	2	2	1	-5
Roing/padling	1	2	2	1	4	1	5	5	3	3	6	3	+2
Bowling	3	2	5	5	7	6	4	7	2	3	1	4	+1
Snowboard		2	2	4	2	4	1	1	2	3	3	1	+1
Innebandy							1	3	2	1	1	1	-
Golf	1	1	1	2	1	4	1	2	1	1	1	1	-
Telemark	2	2	1	3	1	1	1	1	2	1	2	2	-
Klatring/fallskjermhopping /paragliding/kiting/rafting/dykking	1	1	2	1	1	1	1	1	2	6	5	1	-
Håndball	2	3	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	-1
Orientering	1	1	3	1	2	2	1	1	1	3	3	2	+1
Tennis	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	-
Squash	1	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	-
Seiling/brettseiling/surfing	1	2	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	-
Judo/karate	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	+1
Bandy/ishockey	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	-1
Basketball	2	3	4	2	2	1	2	3	1	1	1	1	-1
Bryting/boksing	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	+1
Rulleskøyter/ In-line-skøyter		2	2	4	4	3	1	3	1	1	1	1	-1
Friidrett	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	-
Turn/rytmisk gymnastikk	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-
Kunstløp/hurtigløp	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	-

Tabell 2. Generell bruk av idrettsanlegg i befolkningen 1999–2017. Nordland

	1999	2001	2003	2005	2007	2009	2011	2013	2015	2017	1999- 2017
Turstier/turløyper	70	71	63	74	78	70	73	75	87	83	+13
Utmarksarealer	68	75	75	62	72	71	76	76	74	70	+2
Lysløype	45	49	34	44	39	38	42	48	59	46	+1
Park og grøntområde	27	31	29	32	25	21	28	37	37	20	-7
Svømmehall	48	51	42	51	44	40	39	42	46	38	-10
Treningssenter	26	25	20	38	27	41	36	39	36	40	+14
Styrketreningsrom	20	23	22	27	30	37	30	37	38	35	+15
Alpinanlegg	14	21	15	16	16	17	17	20	34	24	+10
Idrettshall	25	26	25	27	19	22	16	16	27	20	-5
Gymsal	25	25	24	17	19	20	15	16	18	12	-13
Fotballanlegg	11	14	16	11	12	13	12	13	17	8	-3
Isflate/ishall			4	8	5	2	4	3	9	5	+1
Friddrettsanlegg (bane/hall)	4	6	9	5	5	8	5	7	6	8	+4
Skyteanlegg	7	10	10	8	4	9	11	10	11	7	0
Ball-løkker/ballbinger	3	5	9	6	4	5	6	3	7	3	0
Golfanlegg	1	3	3	5	1	3	4	2	1	2	+1
Skolegård	3	7	9	6	4	4	6	5	7	4	+1
Tennisanlegg	1	1	3	2	1	2	2	2	1	1	+1
Anlegg for skateboard/in-lines			1	1	1	1	2	2	1	1	0

Tabell 3. Andel i befolkningen som bruker idrettsanlegg én gang i uken eller mer. Utvikling 1999–2017. Nordland

	1999	2001	2003	2005	2007	2009	2011	2013	2015	2017	1999-2017
Turstier/turløyper	24	24	25	34	35	30	28	37	45	51	+27
Større utmarksarealer for tur og friluftslivsaktiviteter	26	32	34	23	36	40	30	37	38	38	+12
Privat treningssenter/treningssenter	16	15	10	21	20	32	30	29	27	29	+13
Vekt-/styrketreningsrom	5	11	8	12	16	25	18	21	25	18	+13
Park og grøntområde i tettsted/by	11	12	6	12	9	8	10	11	13		
Lysløype	9	9	7	14	10	12	11	15	16	18	+9
Idrettshall/flerbrukshall	14	15	11	12	8	12	6	7	12	6	-8
Gymsal i skole	13	13	11	12	13	12	7	11	9	7	-6
Svømmehall/-basseng	12	12	6	9	13	10	9	5	6	4	-8
Fotballanlegg (bane/hall)	6	5	4	3	8	5	2	4	4	1	-5
Alpinanlegg	3	4	1	3	2	3	3	2	3	3	-
Skyteanlegg	3	1	1	1	2	2	2	2	1	1	-2
Fríidrettsanlegg (bane/hall)	1	1	1	1	1	2	1	3	1	2	+1
Golfanlegg	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	-
Skolegård	1	2	2	3	2	1	2	2	1	1	-
Ball-løkker/ballbinger	1	-	1	1	1	1	-	1	-	1	-
Tennisanlegg	-	1	1	-	1	-	-	1	-	-	-
Isflate/ishall	-	-	-	1	-	1	2	1	-	-	-
Anlegg for skateboard/in-lines											

