

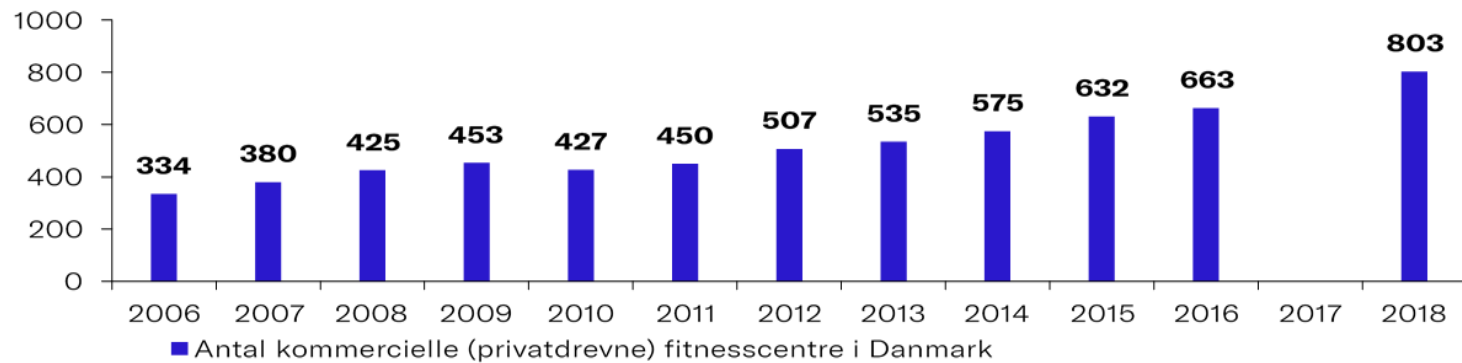
---

Onsdag den 11. april



## Fremgang i fitnessbranchen

**I 2018 var der mere end 800 privatdrevne fitnesscentre i Danmark**

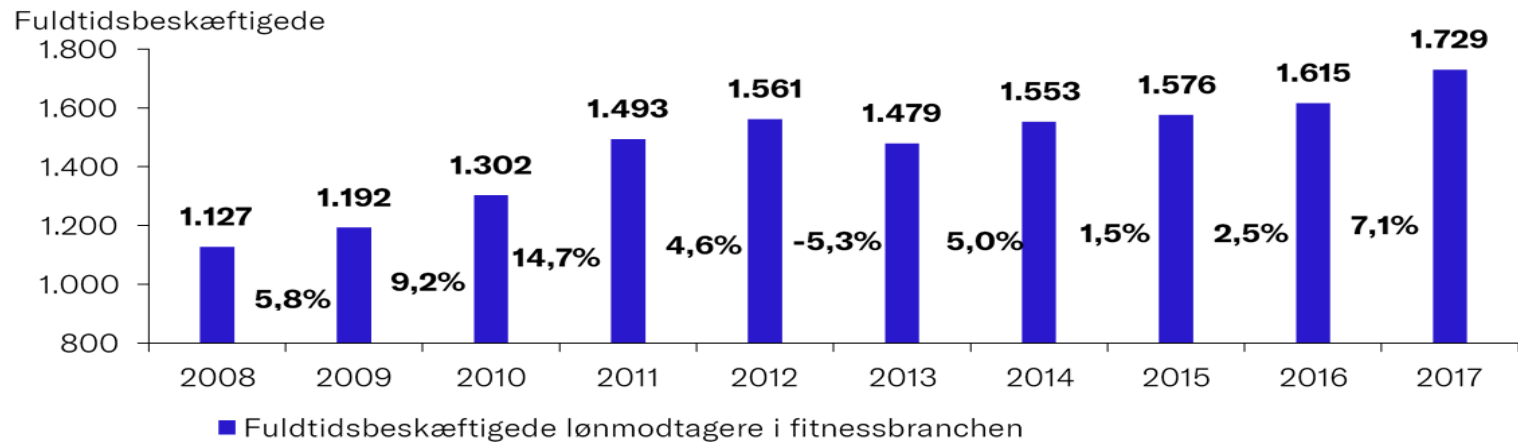


**Kilde:** Idrættens Analyseinstitut

**Note:** Tallet for 2018 er indhentet i medio februar 2018.

## Fremgang i fitnessbranchen

**1.729 fuldtidsbeskæftigede lønmodtagere i fitnessbranchen sidste år**

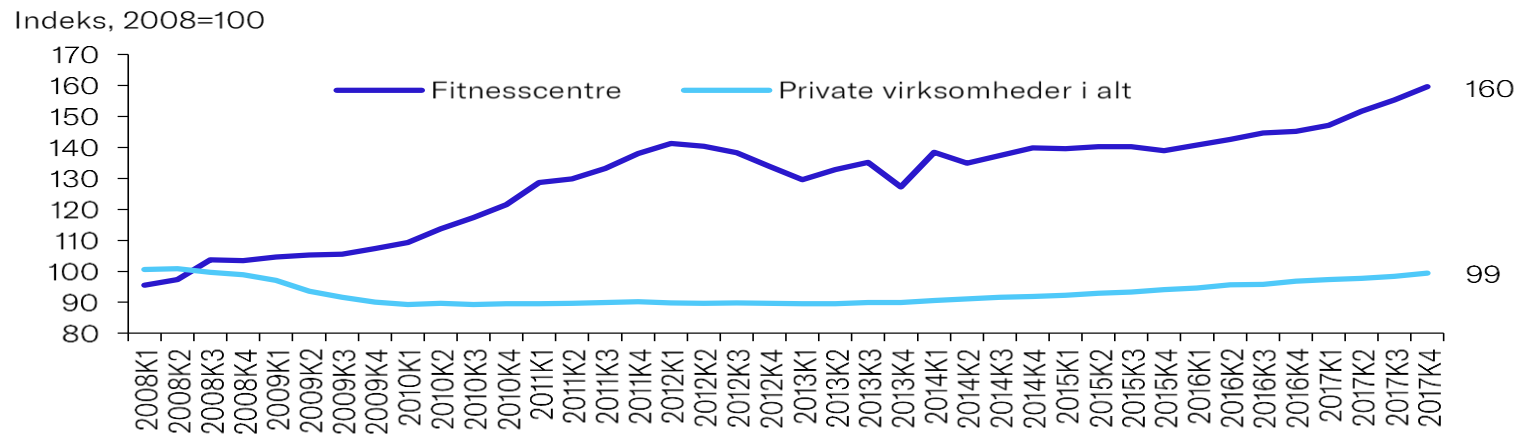


**Kilde:** Danmarks Statistik særudtræk på baggrund af data for e-indkomst

**Note:** Fuldtidsbeskæftigede er antallet af lønmodtagere omregnet til fuld tid.

## Fremgang i fitnessbranchen

**Fuldtidsbeskæftigede lønmodtagere er steget med 60% i fitnessbranchen**



**Kilde:** Danmarks Statistik særudtræk på baggrund af data for e-indkomst samt LBESK23.

**Note:** Fuldtidsbeskæftigede er antallet af lønmodtagere omregnet til fuld tid. Tidsserien for fitnesscentre er korrigeret for almindelige sæsonudsving af Dansk Erhverv.

---

# Fysisk aktivitet

## Håndbog om forebyggelse og behandling

Anbefalinger for fysisk aktivitet for børn og unge (5-17 år)

Anbefalinger for fysisk aktivitet for voksne (18-64 år)

Anbefalinger for fysisk aktivitet for ældre (+65 år)

Anbefalinger for fysisk aktivitet for gravide



# A K<sup>T</sup> I V SUNDHED

TRYGFONDENS  
CENTER FOR

A K<sup>T</sup> I V  
SUNDHED

## • Guide til træning i fitnesscenter

- 5 enkle råd der hjælper der til at få mest muligt ud af træningen.
- Når du går i fitnesscenter kan du generelt gøre to ting; du kan bruge de forskellige maskiner der står fremme eller du kan deltage i de mange forskellige slags holdtræning der tilbydes.
- Næsten alle slags holdtræninger kan anbefales, da du træner sammen med andre, hvilket kan hjælpe på motivationen og du bliver guidet igennem af en instruktør.
- Hvis du bruger det almindelige træningsudstyr, så kan det være lidt af en udfordring at gøre det effektivt på egen hånd, så her er nogle gode råd:
- Varm op 5-15 minutter i en kredsløbsmaskine inden du bruger styrkemaskinerne. Gerne romaskine eller cross-trainer, da de aktiverer både ben og arme.
- Når du laver styrkeøvelser, så lav det første sæt i en øvelse med moderat belastning men de efterfølgende med så meget vægt at du efter 10-15 gentagelser er næsten udmattet i musklen.
- Når du bruger styrkemaskinerne eller vægtene, så hold korte pauser mellem hvert sæt (max 1 minut).
- Hvis der er plads, så er det en god ide at veksle mellem to øvelser, således at mens du holder pause fra en øvelse, så gennemfører du en anden øvelse. Eksempelvis 12 gentagelser i brystpres efterfulgt af 12 gentagelser i rygbænken efterfulgt af 12 gentagelser i brystpres etc.
- En god effektiv træning i fitnesscenteret behøver ikke tage mere end 30-45 minutter. Du skal bare gå rimeligt godt til den i den tid du er der.



---

*Dansk Fitness & Helse Organisation*

---

Marked







”Den offentlige sektor skal bruge kræfterne på at løse velfærdopgaver, der giver værdi og kvalitet for borgerne, inden for eksempelvis dagtilbuds-, skole- og ældreområdet. Kommuner og andre offentlige myndigheder skal ikke i unfair konkurrence med private virksomheder udføre opgaver, der hører hjemme i den private sektor .....

- *Sophie Løhde*

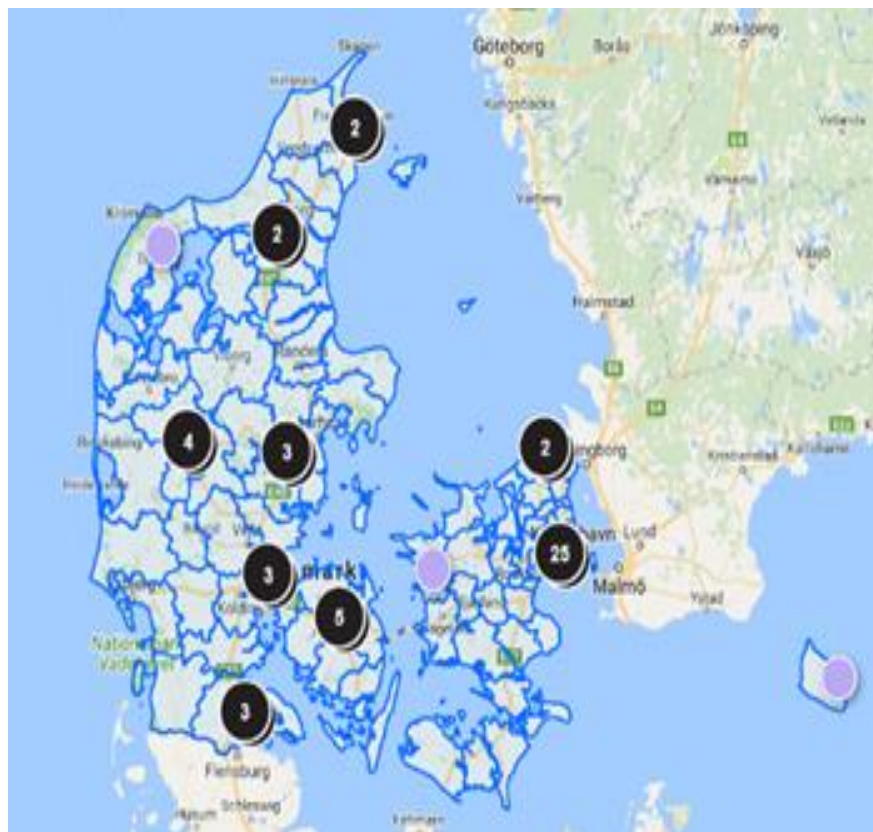
”Private virksomheder skal have de bedst mulige vilkår for vækst, og det har de ikke, når stat, regioner og kommuner med skattekroner i ryggen udkonkurrerer dem. Den unfair konkurrence skal vi stoppe.....”

- *Simon Emil Ammitzbøll*

”Det er virksomhederne, der skal drive erhvervsvirksomhed i Danmark – ikke det offentlige. Det er virksomhederne, som i sidste ende finansierer den offentlige sektor, og virksomhederne kan derfor ikke være tjent med at blive udkonkurreret af det offentlige på et unfair grundlag.....”

- *Brian Mikkelsen*

Kommunale fitnesscentre er udbredt over hele landet.



---

## Er kommuner også indirekte i konkurrence ?

”Jeg synes, det er skævvridende, at vi betaler skatter og afgifter til det offentlige, som så bruger pengene til at støtte nogen, der faktisk konkurrerer med os. Det, synes jeg, er en mærkelig måde at drive kommune på, siger han og tilføjer, at han ikke har noget problem med konkurrence, så længe den er fair.

- *Niels Larsen Vordingborg  
Motion og Fitness*

”Det svarer til, at kommunen åbner et lavprissupermarked, og da de ikke skal tjene på det, kan de sælge varerne til indkøbspris.....”

- *Helene Simonsen, daglig leder MyGym*



”Jeg kan godt forstå, de er frustrerede, og at markedet er presset, men jeg kan sige, at det bliver på konkurrencelignende vilkår.....”


- *Michael Seiding Larsen, borgmester i Vordingborg  
Kommune*

DGI Huset PANTEREN.pdf - Adobe Reader

File Edit View Window Help

1 / 2 100%

Fill & Sign Comment



**DGI Huset** DGI HUSET PANTEREN  
ONLINE BOOKING

Medlemsnr  Glem login? [?](#)

Adgangskode  [Login](#)

Information | Lokaleoversigt | Holdoversigt | Ugeplan | Klippekort/Abonnemeter | NY BRUGER | Årets Idrætspriser 2017 - spisebillet | Badminton | Bordtennis | [?](#)

Kalender [Holdplan](#)

Dato (ddmmaa)  OK

10 Apr 2018 OK

April, 2018

« ‹ 1 dag › »

Uge	Man	Tir	Ons	Tor	Fre	Lør	Søn
13							1
14	2	3	4	5	6	7	8
15	9	10	11	12	13	14	15
16	16	17	18	19	20	21	22
17	23	24	25	26	27	28	29
18	30						

Vælg dag

Kalendre

[Holdplan](#)

[Ny kalender](#)

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
<b>Mandag 09-04-2018</b> 17:00-18:00 Yoga (Laura Betak Sparholt) Sted: Avo Fjord holdsal på 1.sal DGI Huset Panteren 17:05-17:50 KIDS Dance 6-9 år (Tjasa Kern) Sted: Grønsund Syd med trægulv - Store Hal 18:00-19:00 Funky Freestyle Fitness (Marie Jylov) Sted: Grønsund Syd med trægulv - Store Hal 19:00-20:00 Pilates (Biten Herbst Rennow) Sted: Ulvsund - Lille holdsal - Stueplan DGI Huset	<b>Tirsdag 10-04-2018</b> 18:00-19:00 CrossGym WOD (Thomas Olsen) Sted: Grønsund - Store hal Stueplan DGI HUSET 19:00-20:00 CrossGym (Lene Rye) Sted: Grønsund Nord store hal uden trægulv -	<b>Onsdag 11-04-2018</b> 09:00-10:00 Cirkeltræning for Senior (Lene Rye) Sted: Grønsund Nord store hal uden trægulv - 11:00-12:15 Aqua Punkt (Lene Rye) Sted: Grønsund Svømmehallen Nord store hal uden trægulv - 16:00-17:00 Aqua Fit Svømmehallen Sted: Bane 3-6 16:45-17:45 Hatha Yoga (Laura Betak Sparholt) Sted: Ulvsund - Lille holdsal - Stueplan DGI Huset 18:00-19:00 Sliding og Foamroller (Lene Rye) Sted: Ulvsund - Lille holdsal - Stueplan DGI Huset	<b>Torsdag 12-04-2018</b> 09:00-10:00 Yoga - Hatha inspireret (Madoka Christensen) Sted: Ulvsund - Lille holdsal - Stueplan DGI Huset 10:15-11:15 Stræk og Balance (Pia Vestergren) Sted: Avo Fjord holdsal på 1.sal DGI Huset Panteren 18:30-19:30 Zumba Fitness (Marie Jylov) Sted: Hjelmbugt - Høj hal stueplan DGI HUSET 19:00-20:00 CrossGym (Lene Rye) Sted: Grønsund Nord store hal uden trægulv -	<b>Fredag 13-04-2018</b> 13:00-14:00 Sliding og Foamroller (Lene Rye) Sted: Ulvsund - Lille holdsal - Stueplan DGI Huset	<b>Lørdag 14-04-2018</b> 08:15-09:50 Aqua Fit Svømmehallen Sted: Bane 3-6 09:00-10:00 CrossGym WOD (Thomas Olsen) Sted: Grønsund - Store hal Stueplan DGI HUSET 10:00-11:00 CrossGym (Lene Rye) Sted: Grønsund - Store hal Stueplan DGI HUSET	<b>Søndag 15-04-2018</b> 12:00-13:00 Aqua Cross training Svømmehallen Sted: Bane 1-2

Udviklet af [Glohus Data ApS](#) | [Cookie politik](#)

DGI Huset PANTEREN | Solbakkevej 42-56 | 23 45 30 03

11,69 x 8,26 in



## Kortlægning af Foreningsfitness



I Faaborg-Midtfyn Kommune er 10 ud af 15 centre foreningsdrevne.



I Frederikshavn Kommune svinger afstanden mellem et privat center og et foreningsdrevet center fra 1,47 km til blot 248 meter.



I Vesthimmerland Kommune er der for 5 ud af kommunens 7 private centre kun 500 meter til nærmeste foreningsdrevne center.

- Foreningsfitness er et udbredt fænomen. I 20 kommuner udgør foreningsdrevne centre mere end 50% af det samlede antal fitnesscentre.

50 %

- Afstanden til private centre er kort. 42 % af alle private centre har maks. 3 km til et foreningsdrevet center.

42 %

- Konkurrencen er intensiv. 24 kommuner er der maks. 500 meter mellem et privat og et foreningsdrevet center.

500 meter

---

## De tre store idrætsorganisationer i tættere dialog





- Samfundsansvar – værn om de private aktører
- So ein ding muss ich auch haben
- Drop 50% og fokuser på 75%