



Af Henrik H. Brandt,
direktør for Idrættens
Analyseinstitut

Fodbold gør blind

Man skal ikke undervurdere de følelsesmæssige aspekter ved at verdensidrættens første rigtige megaevent i de kommende uger finder sted i Afrika.

Til gengæld er det formentlig også nødvendigt at tilføje en stor portion *feel good factor* for at gøre VM-slutrunden til en samfundsøkonomisk god forretning for Sydafrika, selv om det som altid er næsten umuligt at gennemskue alle de tal om turistindtægter, økonomiske effekter og social udvikling, der fyger gennem luften før en af sportens megaevents.

Den sydafrikanske regerings officielle regnestykke viser en investering på 22,5 mia. kr. eksklusive lokale myndigheders investeringer. Mindst halvdelen er gået til VM-relaterede projekter som stadionanlæg, driftsomkostninger og sikkerhed, mens andre midler er gået til mere traditionel infrastruktur.

Går det, som det plejer, er forventningerne til turistomsætningen og afledte effekter vildt overdrevne. Og håbet om en rentabel anvendelse af de enorme stadionanlæg efter VM er naturligvis en illusion.

Hos VM-værterne fra 2006, Tyskland, var der fornuftige anvendelsesmuligheder for nye stadionanlæg både før og efter VM. Andre fodboldværter som Japan/Syd-korea (VM 2002), Portugal (EM 2004) og Polen/Ukraine (EM 2012) kommer til at døje med enorme efterregninger for uudnyttet stadionkapacitet.

Hvis VM-værternes regnestykke er tvivlsomt, er FIFA til gengæld en sikker vinder af VM. Tv- og sponsorindtægterne slår med næsten 22 mia. kr. alle rekorder,

fortsættes...

Indhold:

- Hvem vinder VM i motionsfodbold?
- Fodbold er et nyt gigantmarked
- Fodbolden søger nye veje
- Motionsfodbold har et stort potentiale
- Motionsfodboldens kvaliteter kortlagt
- Nyt i vidensbanken



Foto: Katie Brady

Fodbold har enormt potentiale som motion. Men bliver det fodboldklubberne eller andre aktører, der udvikler de bedste koncepter for lettilgængelig fodboldmotion for andre end dedikerede fodboldspillere?

Hvem vinder VM i motionsfodbold?

Kommentar: Danske fodboldklubber må i gang med at udvikle voksenfodbolden – ellers må man forvente, at gymnastikforeninger, motionsklubber eller kommercielle aktører melder sig på fodboldbanen.

Af Henrik H. Brandt, Idrættens Analyseinstitut

Når Morten Olsens drenge mandag eftermiddag løber på banen til den første kamp ved VM-slutrunden i fodbold i Sydafrika, kan danske fodboldledere nyde kampen i sikker forvisning om, at fodbolden i Danmark gør mange ting rigtigt.

Den danske talentudvikling har endnu engang placeret den lille nations bedste spillere i verdensfodboldens fornemste selskab, og tilstrømningen af børn til landets fodboldklubber viser, at der også bliver materiale at arbejde med i fremtiden.

Fodbold er et genialt spil, der engagerer millioner af mennesker, og VM i fodbold kan som ingen andre begivenheder få nationen til at stå stille.

Men kan fodbold også få nationen til at bevæge sig i en tid med enormt fokus på at motivere en større del af befolkningen til fysisk aktivitet?

Forbund og klubber overser potentiale

Desværre tyder alt for lidt på, at danske fodboldklubber og deres organisationer for alvor har reageret på budskabet fra Dansk Boldspil-Unions (DBU) egen hjemmeside fra august 2007:

'Fodbold sundeste motion', hed overskriften på en pressemeddelelse, der gennemgik de interessante resultater fra lektor Peter Krustrups forsøg med fodbold som sundhedsfremme som led i et forskningsprojekt på Institut for Idræt i København.

Essensen af de københavnske forskeres resultater er ikke blot, at fodboldtræning er uhyre effektivt for såvel kondition som styrke og derfor er et potent middel til bekæmpelse af livsstilssygdomme. Hobbyfodbold på små baner er tillige mere effektiv træning end såvel styrketræning som løbetræning med moderat intensitet. Dertil tyder forskergruppens resultater på,

fortsættes...

og såvel sponsorkredsen som verdens medieselskaber bidrager med massiv teknologisk, økonomisk og imagemæssig værdi til fodbold som verdens førende sportsgren.

Det er fodbold, vi læser om, taler om, kigger på og drømmer om i disse uger. Så meget mere ærgerligt er det, at det ikke også er fodbold, vi spiller, når vi er ovre de første børneår. For fodbold er både sjovt og sundt.

Man kunne ønske, at de forbund, medier, sponsorer og fodboldekspertter, som i disse uger flokkes om VM-festen, ikke kun ville udvikle koncepter for sponsorer, fans og talenter, men også fokusere lidt mere på fodbold som en tilgængelig aktivitet for alle aldersgrupper uanset køn, fysiske forudsætninger og livsbetingelser.

Gigantiske stadionanlæg bidrager ikke stort i den henseende, og på en måde er fodboldens globale succes også dens akilleshæl i forhold til at opfange tendenserne i befolkningens motions- og sportsvaner. Fodbold gør blind, og det er lidt af en udfordring at få ørenlyd for en påstand om, at fodbolden klatter et enormt potentiale væk i en tid med absolut fodboldhysteri.

Men nu gør vi forsøget med dette nyhedsbrev.

NYT FRA IND- OG UDLAND

Kamp om spillerne

Et enige Folketing har netop vedtaget den delvise liberalisering af den danske spillelovgivning, som betyder enden på dele af Danske Spils monopol efter nytår.

Regeringen måtte opgive en idé om at forbyde pengeinstitutter og internetudbydere at formidle betalinger og internetadgang til spilleselskaber uden licens straks fra lovens vedtagelse. Dermed er der lagt op til, at de kommende ugers VM i Sydafrika bliver det første store reklameslag i den kamp om kunderne, der venter mellem Danske Spil og nye spiludbydere med dansk licens efter nytår.

Væddemål på sport samt onlinpoker – og casino er blandt de spiltyper, hvor Danske Spil mister sit monopol efter nytår, mens det statslige spilleselskab bevarer monopollet på talspil som lotto og skrab samt hestevæddeløb.

Udredning om tv-sport

Det nye medieforlig mellem regeringen, Dansk Folkeparti og Liberal Alliance bebuder et udredningsarbejde mellem idrætsorganisationerne og tv-stationerne, der skal komme med forslag til, hvordan en dansk ordning om tv-transmission af vigtige sportsbegivenheder kan se ud.

I de senere år har det ofte vakt politisk debat, at ikke alle vigtige landskampe i fodbold og håndbold er tilgængelige på landsdækkende dansk tv.

at fodboldtræning af deltagerne opleves mere lystbetonet og motiverende og har større evne til at skabe sociale bånd end løbetræningen.

Fodboldens potentiale som sundhedsredskab er med andre ord en solstrålehistorie, men desværre en overset solstrålehistorie, hvis man kigger på de faktiske tendenser i teenagers og voksnes idrætsudøvelse og på de forhulede initiativer, fodboldens organisationer har lanceret på baggrund af den dokumenterede viden fra 2007 indtil videre.

De unge løber ud af klubberne

Faktum er, at over halvdelen af de danske drenge og efterhånden også rigtig mange piger fødes med fodboldstøvler på. Men efter de tidlige barneår er fodboldklubber verdensmestre i at udvikle talenter – og afvikle de mindre dygtige spillere.

Teenagere og voksne forlader fodboldklubberne i rå mængder og drøner ud på dyrke aktiviteter, der ifølge de københavnske forskningsresultater hverken er nær så sunde og effektive eller nær så sjove og motiverende som fodbold!

Forklaringen på den adfærd kan delvist være, at styrketræning og løbetræning ikke opleves så pligtbetonet og trist af udøverne, som mange boldspillere vil hævde. Men først og fremmest må forklaringen være, at fodboldklubbernes ikke evner at organisere en fodboldtræning, som befolkningen har lyst til og mulighed for at del-

tage i efter de første børne- og ungdomsår.

Når nu fodbold åbenbart er sjovere og sundere end andre former for træning, er det jo nærmest en 'trussel' mod folkesundheden, at fodboldklubberne så målrettet taber medlemmer uden at få nye ind.

Brug for konceptudvikling

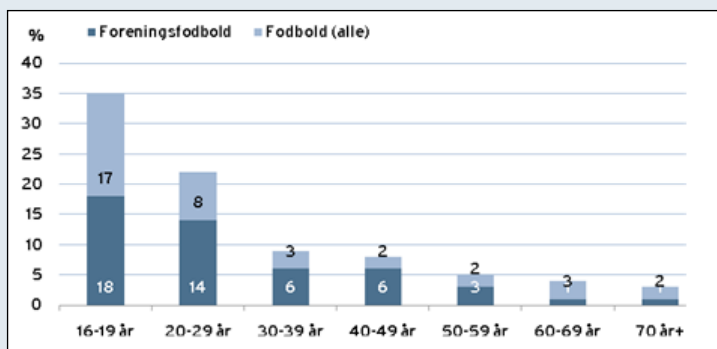
Skygger fodboldens enorme fascination i virkeligheden for den kendsgerning, at fodbold for målgrupper som frafaldne teenagere eller voksne motionister ikke handler om talentudvikling, men om konceptudvikling med et helt andet sigte?

Banens størrelse, resultater, aldersgrupper, køn og regler, er biting i det store spil. Skal fodbold for alvor vokse som motion, handler det om at skabe en struktur, som gør det muligt at mødes om fodbold indendørs eller udendørs i en form, hvor spillet er tilrettelagt efter forskellige aldersgrupper og segmenters fysiske forudsætninger og livsvilkår.

Har man nogensinde hørt om en fodboldklub, der udbød fodboldtræning for voksne begyndere eller let øvede lige som gymnastikforeningen, fitnesscentret eller motionsklubben?

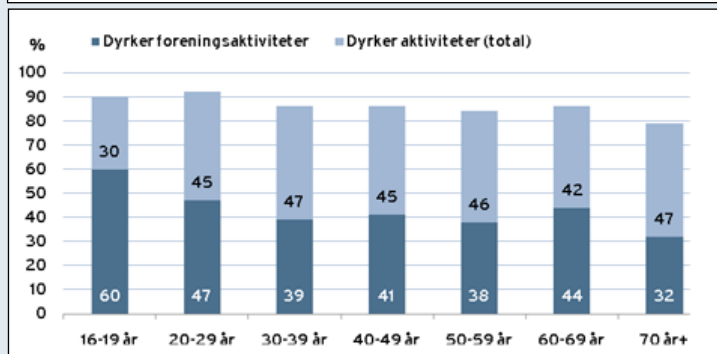
Har fodboldens mastodonter som DBU og DGI tænkt på, at foreningsbaseret fodbold akkurat som motionsløb, fitnessstræning eller tennis kan bygge på et helt lokalt fællesskab, hvor deltagerne ikke spiller kamp mod andre klubber, men hvor foreningens først og fremmest formidler fortsættes...

Fodbold mister pusten blandt de voksne



Der sker et massivt og konstant frafald i antallet af danskere, der regelmæssigt spiller fodbold (figuren øverst), efter de første barneår. Hvis fodboldens kurve kunne hæves bare få procent i forhold til den generelle kurve over danskere, der dyrker sport eller motion (figuren nederst) i forskellige aldersklasser, ville medlemspotentialet være enormt.

Kilde: Data fra 'Befolkningens Motions- og Sportsvaner 2007'.



NYT OM FODBOLD

Foto: Shine 2010



Soccer City Stadium i Johannesburg.

Dyster fremtid for VM-stadions

Rapporten 'Player and Referee. Conflicting interests and the 2010 FIFA World Cup' fra Institute for Security Studies tegner et dystert billede af fremtiden for Sydafrikas VM-stadions og stiller spørgsmålstejn ved, hvor meget den sydafrikanske befolkning får ud af de store stadioninvesteringer.

Det sker i tre bidrag skrevet af lokale journalister, der sætter fokus på VM's tre største stadionbyggerier: Moses Mabhida Stadium i Durban til cirka 2,4 mia.kr., Soccer City i Johannesburg til cirka 2,7 mia.kr. og Cape Town Stadium til 3,5 mia.kr.

De tre cases konkluderer, at det er overvejende sandsynligt, at stadionanlæggene i fremtiden bliver underskudsforretninger for byerne, og at sydafrikanerne næppe kommer til at mærke positive effekter af de store investeringer. De risikerer at stå tilbage som tomme omkostningsfulde monumenter – såkaldte 'hvide elefanter'.

Rapporten slår samtidig fast, at FIFA tager størstedelen af overskuddet fra slutrunden. Det være sig f.eks. sponsorindtægter og ikke mindst pengene fra tv-retigheder. Kun en andel af billetindtægterne går direkte tilbage til værtsbyerne.

En af rapportens cases stiller skarpt på problematikken omkring placeringen af det nye Cape Town Stadium i Green Point. Ifølge forfatterne gennemtrufede FIFA opførelsen af det nye Cape Town Stadium, der ligger i et område uden fodboldopbakning.

Samtidig har stadion med sine små 70.000 tilskuerpladser en størrelse, så ingen med sandsynlighed vil kunne udnytte det efter VM.

Generelt rejser rapporten gennem de tre cases tvivl om, hvorvidt værtsbyerne vil være i stand til at forvalte og drive stadionanlæggene profitabelt fremover.

Ifølge rapporten vil det manglende lokale sportslige fundament for stadionbyggeriet i Durban gøre det umuligt at fylde stadion op til sportsevents efter VM, mens betingelserne for den fremtidige private drift af Soccer City Stadium i Johannesburg er uklare og kan ende med, at bystyret må dække eventuelle underskud.

kontakten mellem spillerne om at mødes på et givet sted på et givet tidspunkt om en form for fodbold, hvor alle 'på holdet' kan være med?

Idan har netop gennemført en undersøgelse af det drastiske frafald i Dansk Tennis Forbund. Her viser det sig, at forbundets traditionelle rolle som formidler af kampe mellem klubber langt fra har relevans for alle klubber eller spillere. 68 pct. af tennisclubbernes medlemmer deltager aldrig i holdkampe, stævner eller turneringer. Forningens primære rolle er derfor først og fremmest at fungere som 'kontaktbureau' og stille en attraktiv ramme til rådighed for træningen helt lokalt.

Landets fodboldklubber må stille en infrastruktur til rådighed for spillere, som kun ønsker at deltage i fodbold for træningens skyld eller acceptere, at nye aktører begynder at gøre krav på banekapacitet. Landets kommuner stiller over 5.000 fodboldbaner kvit og frit til rådighed for fodboldklubberne, men det står ikke nedfældet i grundloven, at banen skal have bestemte mål – eller hvem der skal have lov at spille på den.

Turen er kommet til motionisterne

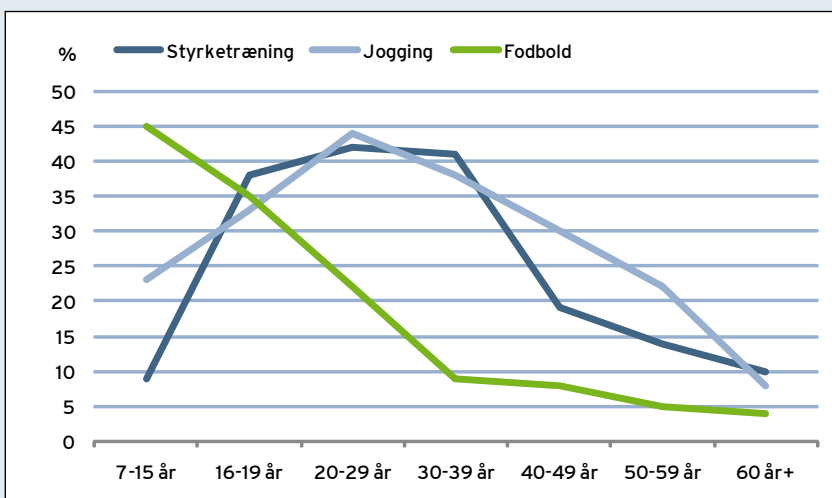
Fodbolten har med stor dygtighed udformet attraktive koncepter for de yngste børn og høstet frugterne af det. Nu er turen kommet til motionisterne, og hvis fodboldklubberne eller fodboldorganisationerne ikke selv har lyst eller evne til at løfte opgaven, er det bare at opfordre kommercielle aktører (se særskilt artikel om Goals Soccer Centres), motionsklubber,

gymnastikforeninger eller fitnesscentre til at udvikle motiverende fodboldkoncepter som supplement til alle de andre træningsformer for den motionshungrende voksne befolkning.

Indtil videre har DBU kun tøvende taget pointerne fra det københavnske forskningsprojekt til sig. Unionens indsats for lokale multibaner og kunstgræsanlæg er prisværdig, men udbredelsen af motionsfodbold handler ikke kun om faciliteter, men også om vilje, fantasi og en ny tankegang, der både kan indeholde nye fodboldkoncepter og tværgående initiativer med løbehold, fitnesshold eller fitnesscentre.

Man kan undre sig over, at flertallet af landets fodboldklubber hellere vil rende med telefonbøger og arrangere Kandidatkoncerter for at tjene penge til deres virksomhed end at engagere sig i motionsmarkedet i den sportsgren, klubberne trods alt brænder mest for. Men skulle det ske, at fodboldklubberne ser lyset, tør vi godt garantere, at en uforpligtende og fleksibel satsning på motionsfodbold ikke vil lokke én eneste trofast spiller til at forlade old boys-holdet. Til gengæld stiger chancen for, at den dedikerede oldboys-spiller snart får følgeskab af naboen, sin teenageunge eller de stressede forældre, der plejer at hjælpe til ved ungerne træning.

Fodbold kommer til at vokse dramatisk som motionsaktivitet i de kommende år. Spørgsmålet er blot, om det bliver fodboldklubberne eller andre aktører, der bliver verdensmestre i at arrangere motionsfodbold.

Vi 'fødes' som fodboldspillere

Nyere individuelle motionsaktiviteter som jogging og styrketræning er vokset kraftigt i de senere år blandt teenagere og yngre danskere, mens fodbold – såvel i forening som i andre regier – oplever stort frafald i de samme aldersgrupper. En mere fleksibel organisering eller forsøg på at udnytte synergier med andre aktiviteter kunne fastholde flere i fodbolden.

Økonomisk fairplay i fodbold

UEFA's bestyrelse har efter flere års forberedelse vedtaget et sæt nye regler om 'økonomisk fairplay', der i fremtiden skal lægge låg over de europæiske fodboldklubbers udgifter.

De præcise regler er ikke offentliggjort endnu, men hovedprincipperne ligger klar:

Fra 2012-2013 skal alle klubber, som ønsker en europæisk licens arbejde hen mod balance mellem indtægter og udgifter. Sker det ikke kan klubberne i værste fald miste retten til at deltage i de europæiske turneringer, herunder Champions League.

Samtidig vil klubberne være forpligtede til at svare alle udestående rettidigt, ligesom de skal levere økonomiske oplysninger til UEFA.

Partnerskaber hjælper Goals

På trods af den rent forretningsmæssige tilgang, spiller partnerskaber med lokale myndigheder en afgørende rolle for Goals Soccer Centres' forretningsmodel (se artiklen til højre).

Det er dyrt at finde egnede arealer på 12.000-20.000 kvadratmeter med attraktiv beliggenhed i de store byområder. Derfor placerer Goals typisk centrene på grønne områder, som ejes af skoler eller lokale myndigheder. Goals lejer jorden og står for drift og byggeomkostningerne, der ifølge årsberetningen typisk ligger på 20 mio. kr. pr. center, men samarbejdspartnerne profiterer også.

Goals betaler ikke blot leje til skolerne eller kommunerne, men stiller også faciliteterne gratis til rådighed for skoler eller andre lokale brugere i dagtimerne efter aftale med de lokale myndigheder. Der er plads til alle, for centrene har typisk åbent fra 9-23, men først i tidsrummet mellem 18 og 23 er belægningsen oppe på 100 procent.

Goals har netop ansat en såkaldt partnership development manager, der yderligere skal udvikle samarbejdet med de lokale myndigheder. Et eksempel på et nyt projekt er Ipswich, hvor Goals-centret ligger på campus for en videregående læreanstalt sammen med andre sportsfaciliteter.

Til gengæld føler kædens direktør, Keith Rogers, ingen særlige forpligtelser over for socialt udsatte områder. Han afviser, at Goals kunne finde på at åbne en afdeling i nogle af de belastede områder i Glasgow, hvor der mangler udfoldelsesmuligheder, hvis Goals eksempelvis fik økonomisk støtte fra myndighederne.

"Vi går ikke ind i belastede eller fattige områder. Vi skal have en beliggenhed med appel til kunderne, og det ville ikke være godt for vores brand, hvis vi blev forbundet med socialt belastede områder."

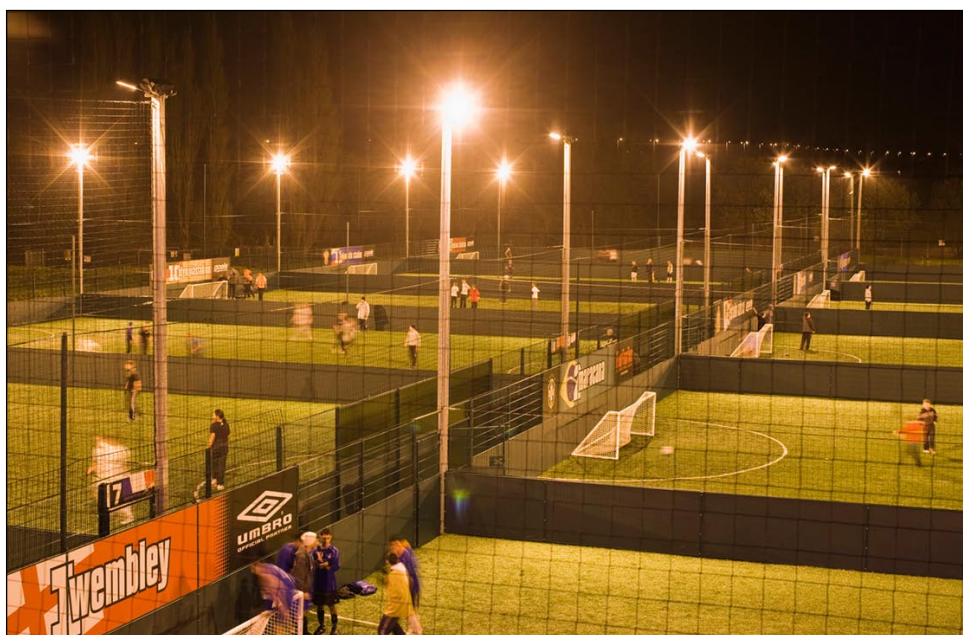


Foto: Goals

Five-a-side-fodbold i Storbritannien. Kæden Goals sender alene 120.000 spillere på kunstgræs om ugen.

Motionsfodbold er et nyt gigantmarked

De to største kommercielle fodboldkæder i Storbritannien omsatte alene for 512 mio. kr. i 2009. Forretningsmodellen bygger på, at det skal være let, fleksibelt og sjovt at spille fodbold – også selv om man har to venstreben.

Af Henrik H. Brandt, Idrættens Analyseinstitut

SKOTLAND. Umiddelbart stinker der ikke ligefrem af fodbold i den skotske soveby East Kilbride, hvor fabrikker og kontorbygninger ligger tæt mellem rundkørslerne i byens udkant.

'Orbital House' i industriparken Peel Park ligner en kontorbygning som alle de andre, og da administrerende direktør Keith Rogers og hans økonomichef Bill Gow dukker op i mødelokalet, ligner de på ingen måde klassiske fodboldledere af den slags, man kan møde nede i den lokale boldklubs klubhus.

De to briter ligner, hvad de er: Forretningsfolk med benhårdt fokus på vækst og bundlinje.

Keith Rogers påstår nu heller ikke, at han føler sig som en del af den 'fodboldfamilie' med FIFA på toppen, som hylder sig selv som globalt fællesskab i disse dage ved VM i Sydafrika. Han er ikke fodboldleder. Han er forretningsmand.

"Vi er ikke en del af fodboldpyramiden. Vi er i fritidsindustrien, og vi konkurrerer først og fremmest med biografer og den slags om kunderne," siger Keith Rogers.

Ikke desto mindre er Keith Rogers og hans folk de måske mest succesfulde britiske fodboldledere overhovedet, hvis man måler succes i fodbold på evnen til at få folk til at spille fodbold og blive ved med det.

Overhaler traditionel fodbold

Keith Rogers er direktør for fodboldkæden 'Goals Soccer Centres', der i løbet af 2010 passerer 40 five-a-side-centre over hele Storbritannien med i alt ca. 400 små udendørs kunstgræsbaner. Snart regner Goals med at åbne de første centre i lande som USA, Australien og Sydafrika, men indtil videre sender Goals ca. 120.000 spillere – næsten udelukkende mænd – på kunstgræs hver uge i Storbritannien.

Hovedkonkurrenten Powerleague har samme antal kunder i sine 44 centre. Dertil kommer et væld af andre private, kommunale og halvprivate fodboldcentre over hele Storbritannien med fokus på at sælge fodbold for sjov på velplejede små kunstgræsbaner med bånd og små flade mål. Five-a-side-fodbold har for længst overhalet traditionel 11-mandsfodbold

fortsættes...



Stort frafald i England

Mens medlemstallet i kommercielle fodboldcentre som Goals Soccer Centres vokser, sker et fald i antallet af voksne spillere i de engelske fodboldklubber. Ifølge Sport Englands landsdækkende befolkningsundersøgelse 'Active People Survey' faldt antallet af voksne (16+), der angav at være medlem af en fodboldklub, drastisk fra 642.300 i 2007/8 til 569.400 i 2008/9.

Ca. 18 pct. af de voksne englændere, der angiver at spille fodbold mindst én gang om ugen, spiller dermed fodbold under det organiserede sportssystem. I alt angiver 2,1 mio. voksne englændere, at de spiller fodbold mindst en gang om ugen. Tallet svarer til 9,7 pct. af den samlede mandlige befolkning og blot 0,7 pct. af kvinderne.

I Skotland viste Sport Scotlands tal i 2007, at five-a-side fodbold er langt mere populært end traditionel 11-mandsfodbold. 6 pct. af de skotske mænd og stort set ingen kvinder spiller regelmæssigt 11-mandsfodbold, mens 13 pct. af mændene og 1 pct. af kvinderne spiller five a-side-fodbold. 5 pct. af mændene og 2 pct. af kvinderne angiver desuden, at de spiller selvorganiseret fodbold.

Læs mere om Active People Survey på www.sportengland.org og om de skotske idrætsvaner på www.sportscotland.co.uk.

Pris for teenagefodbold

Dansk Boldspil-Union fik den 2. juni i Idrættens Hus overrakt en pris på 150.000 kr. af Danmarks Idræts-Forbund for et kreativt koncept omkring fastholdelse af teenagere i idrætten. DBU-projektet 'Teenage-træning' dækker over organiseret five-a-side fodbold for teenagere.

I København har B1908 og Nørrebro United skabt landets første streetsooccerklubber, hvor træningen skal tiltrække nye brugergrupper ved at være åben for alle, der vil spille og lege under mere selvorganiserede former, mens de voksne ledere vil være organisatorer og brobyggere.

Projektet har medvirket til at skabe medlemsfremgang blandt teenagere i Københavns Boldspil-Union efter flere års nedgang i den organiserede fodbold.

DBU arbejder nu for at udbrede de mere 'selvorganiserede' fodboldkoncepter til andre dele af landet med fokus på flere mini-kunstgræsbaner og streetsooccer-turneringer.

som den mest populære fodboldform for voksne i Storbritannien.

Keith Rogers har været i branchen for motionsfodbold siden 1987, da han åbnede sit første center i Paisley. Hans oprindelige firma, som han frasolgte for 11 år siden, har i dag udviklet sig til rivalen Powerleague, mens den nye forretning 'Goals Soccer Centres' stormer frem med 34 centre ved årsskiftet, en omsætning på 235 mio. kr. i 2009 og ubrudt vækst i omsætning, overskud og antal centre siden 2000.

Midt i Storbritanniens værste økonomiske nedtur i årtier præsterede Goals et overskud på 78 mio. kr. før skat i 2009. Årsberetningen kan berette om syv nye centre i 2010, seks planlagte i 2011 og premiere på kædens første udenlandske joint venture i Los Angeles i løbet af 2010.

Let adgang for alle

"Det handler om at gøre det så let som muligt at komme til at spille fodbold. Det er det, vi er i branchen for," forklarer Keith Rogers.

Goals-kæden har et udmærket forhold til det engelske fodboldforbund FA og afvikler da også årlige stævner, som er sanktioneret af FA. Men på mange måder er den kommercielle fodboldkædes succes og appel til spillerne en falliterklæring for produktudviklingen i den traditionelle organiserede fodbold.

Akkurat som man har set i fitness-sektoren, har Goals haft succes på at bryde den traditionelle sportslige logik og tilpasse produktet til en målgruppe, der ikke får leveret varen i den traditionelle sportsstruktur. Tanken om, at eksempelvis VM i Sydafrika har en snus at gøre med den almindelige voksne fodboldspillers mulighed for at indpasse fodbold i hverdagen, skal man glemme, hvis man vil have succes med motionsfodbold.

"Problemet med sportsorganisationer er, at de altid har fokus på 'excellence', men 95 pct. af spillerne er ikke interesserede i at spille på topplan. Og selv om de var, kunne de ikke. De vil bare spille fodbold. Det handler ikke om at udvikle talenter, men om ren hobbyfodbold," siger Keith Rogers, der mener, at den organiserede fodbold mest er interesseret i den traditionelle version af spillet.

"Vi stoppede også selv med at spille organiseret fodbold som teenagere, og 11-mandsfodbold er i tilbagegang, fordi det ikke passer ind i folks livsstil. Folk har ikke tid at spille kamp i weekenden og træne to gange om ugen. Spørger du på kontoret, hvor mange, der spiller 11-mandsfodbold,



Keith Rogers: Vi er en del af fritidsindustrien.

er det ganske få, men five-a-side som tilgængeligt og rekreativt spil – *that's another ball game,*" siger han.

Store krav til service

Keith Rogers gør dog også meget ud af at understrege, at det ikke er simpelt at skabe millionomsætning på motionsfodbold.

"Vores spillere er betalende kunder. De skal have høj service, god beliggenhed, gode baner og omklædningsrum og et godt barmiljø," forklarer Keith Rogers

Goals står selv for uddannelse af de over 660 ansatte i kædens centre, og der er benhård central opfølgning på nøgletal om belægning, salg i barerne og salg af arrangementer fra børnefødselsdag til firmaevents og fastholdelse af de faste kunder.

Nøglen til firmaets succes er ifølge Keith Rogers og Bill Gow kædens særlige 'SmartCentre' system, som Goals selv har udviklet for over 12 mio. kr., og som styrer

fortsættes...

De største fodboldkæder

Storbritanniens største fodboldkæde Powerleague havde 44 centre ved udgangen af 2009. Powerleague omsatte for 156 mio. kr. i 2005. I 2009 var omsætningen vokset til 277 mio. kr. Firmaet havde et overskud på 45 mio. kr. før skat i 2008. Læs mere: www.powerleague.co.uk

Konkurrenten Goals Soccer Centres regner med at passere Powerleague i størrelse i løbet af 2010. Goals havde ved udgangen af 2009 34 centre i Storbritannien og en omsætning på 235 mio. kr. kæden havde et overskud før skat på 79 mio. kr. og en lang række nye centre på vej. Læs mere: www.goalsplc.co.uk, www.goalsfootball.co.uk

Play the Game sætter spot på VM

Hvor stor effekt får det kommende VM i fodbold reelt for Sydafrika og resten kontinentet? Det forsøger Play the Game at belyse med en temaside om fodbold-VM på nettet.

Temasiden vil gennem artikler og analyser undersøge mesterskabernes økonomiske og politiske betydning for Sydafrika og de omkringliggende lande, men den vil også tegne bredere portrætter af den afrikanske fodboldkultur.

Centralt på temasiden står en artikelsamling om VM og afrikansk fodbold, som løbende bliver opdateret med bidrag fra en række udvalgte freelancejournalister med kendskab til Sydafrika og international fodbold.

Desuden har Play the Game samlet en række artikler, som sætter kritisk fokus på, hvordan fodbolden bliver administreret af fodboldens organisationer anført af det internationale fodboldforbund, FIFA. Endelig kan man finde en linksamling til VM og afrikansk fodbold samt et fotogalleri.

Se mere på www.playthegame.org.

EM i fodbold til Frankrig i 2016

Frankrig sikrede sig med stemmerne 7-6 i UEFA's eksekutivkomité værtskabet for EM i fodbold i 2016 foran Tyrkiet. Inden da var Italien røget ud i første afstemningsrunde på UEFA's møde den 28. maj.

Frankrigs bud omfatter ikke mindre end 12 stadions fordelt på 11 byer: Bordeaux, Lens, Lille, Lyon, Nancy, Nice, Marseille, Paris (Stade de France and Parc des Princes), Saint-Etienne, Strasbourg and Toulouse. Af disse skal stadionerne i Lille, Bordeaux, Nice og Lyon nyopføres, mens de øvrige otte renoveres eller opgraderes.

Det store antal stadions afspejler, at UEFA i 2016 udvider slutrunden fra 16 til 24 hold. I alt ventes stadioninvesteringerne at løbe op i 1,7 mia. euro (små 13 mia. kroner), hvoraf 61 pct. skal komme fra private investeringer.

Det er tredje gang, at Frankrig er vært for EM. Desuden har Frankrig to gange arrangeret VM i fodbold.

For Tyrkiet, der også søgte om EM i 2008 og 2012, blev afgørelsen en ny skuffelse. Den tyrkiske regering havde ellers garanteret stadioninvesteringer på cirka én milliard euro, ligesom milliardstore investeringer i infrastruktur er undervejs.

Men i sidste ende valgte UEFA med Frankrig den på papiret sikre løsning, efter at forberedelserne til EM i 2012 i Polen og Ukraine gentagne gange er løbet ind i problemer – især på den ukrainske side af grænsen. Så sent som i maj advarede UEFA's franske præsident, Michel Platini, om, at det i værste fald kan komme på tale helt at flytte kampene fra Ukraine til Polen suppleret med et par stadions i enten Tyskland eller Ungarn.



Foto: Goals

Indretningen og fleksibiliteten er som i et fitnesscenter, men ifølge Keith Rogers fra Goals byder fodbolden i centrene på et stærkere socialt samvær.

såvel brugerplatformen på centrenes hjemmesider som alle nøgletal i centrenes drift.

”Systemet følger op på centrenes drift til en grad, som var Bill og jeg selv til stede i alle centrene. Vi har total indsigt i driften,” siger Keith Rogers.

Hele konceptet er, som Keith Rogers siger, i den grad gearret til at gøre det let og ukompliceret at spille fodbold og til at lokke nye spillere til:

- Onlinebooking er en selvfølge – booking via mobiltelefoner venter lige om hjørnet. Banerne lejes ud med variabel leje – typisk 270-450 kr. pr. time alt efter tidspunktet.
- Centrene organiserer selv små ligaer, hvor holdene rates, så de er jævnbyrdige. Ca. halvdelen af belægningen kommer fra disse organiserede turneringer, der løber over 14 uger, mens den anden halvdel kommer fra folk, der bare booker en bane og spiller selv.
- Firma- og børnearrangementer udgør hver ca. 4 pct. af omsætningen. Mangler man et hold at spille på – eller en spiller til holdet – hjælper Goals via hjemmesiden med at formidle kontakten til ligeværdige spillere eller hold.
- Goals har eget call center, der sælger firmaarrangementer, følger op på kundernes oplevelse og aktivt tager kontakt for at genvinde de kunder, der ikke har meldt sig på banen et stykke tid.

Ikke et sundhedskoncept

Da et forskerhold fra Københavns Universitet i marts offentliggjorde resultaterne af et længerevarende studie af fodboldens sundhedsmæssige potentiale, gik der ikke mange dage, før nyheden var at finde på forsiden af konkurrenten Powerleagues hjemmeside.

Øget fokus på fodbold og sundhed kan kun gavne forretningen i fodboldcentre, men ifølge Keith Rogers er det absolut ikke sundhedslogikken, der styrer butikken.

”Træning i fitnesscentre har det med at være anstrengende og kedelig, og centrene har en enorm gennemstrømning af kunder. Five-a-side-fodbold styrker venskab og det sociale samvær og er samtidig godt for helbredet. Man spiller fodbold, fordi man ønsker det, mens mange går i fitnesscenter, fordi de er nødt til det. Jeg vil stille spørgsmål ved folks forstand, hvis de påstår, at de træner på et løbebånd, fordi de har lyst til det,” siger Keith Rogers.

Planlægges som supermarkeder

Den kommercielle tilgang til fodbolden betyder samtidig, at Goals gør sig samme anstrengelser med at vurdere placering og opland som en supermarkeds kæde, før de åbner et nyt center. Baseret på Smart-Centre-systemet kan Goals nøjagtig se, hvor langt kunderne kører for at komme til at spille fodbold. Goals har derfor en tommelfingerregel om, at der skal være et opland på 150.000 mennesker inden for 12 minutters kørsel, før Goals tænker på at åbne et nyt center.

Om Goals på et tidspunkt retter opmærksomheden mod Danmark, hvor den kommercielle sektor har udviklet sig voldsomt i de senere år, men hvor fleksibel fodbold for voksenmotionister spiller en lille rolle, kan Keith Rogers ikke helt svare på.

”Alle steder, hvor man spiller fodbold, er interessante for os, men vi har fortsat store udviklingsmuligheder i Storbritannien og engagementer på vej i USA, Australien og Sydafrika. Så hvis vi skulle til Skandinavien, ville det blive i en form for franchisemodel,” siger Keith Rogers.

>> KALENDEREN

Konference om idræt for hjemløse

25. juni 2010: Hjemløse og andre socialt udsatte mennesker har svært ved at deltage i det traditionelle idrætsliv, selv om lysten er der, og idrætten kan give dem sociale kompetencer, øge deres selvtillid og give dem et frirum.

Derfor sætter organisationen Ombold nu fokus på, hvordan idrætten kan bruges som led i det sociale arbejde med udsatte og fungere som løftestang til et bedre liv.

På en halvdagskonference den 25. juni i Esbjerg vil deltagerne med udgangspunkt i fodbold diskutere, hvordan man bedst muligt motiverer personale og brugere inden for det sociale område til at tage idrætten op – f.eks. gennem tilbud på behandlingssteder og væresteder.

Konferencen vil byde på en bred vifte af oplæg fra praktikere på området samt konsulenter og forskere med viden om idrættens muligheder for at aktivere udsatte mennesker og inddrage dem i fællesskaber.

Socialminister Benedikte Kiær åbner konferencen, som har fået støtte af Indenrigs- og Socialministeriet, Nordeafonden og Esbjerg Kommune.

Konferencens målgruppe er folk, der til daglig arbejder med socialt udsatte, politikere og andre med interesse for idræt og udsatte. Deltagelse i konferencen, som afholdes i Esbjerg Musikhus, er gratis.

Læs mere på: www.ombold.dk/konference_2010.html.

Idræt og sundhed hånd i hånd

20.-24. oktober 2010: Sundhed er fysisk, mentalt og socialt velbefindende, og idrætten er et middel til at nå det. Der ligger derfor et potentiale i, at breddeidrætten indgår i strategiske samarbejder omkring sundhed.

Den 20.-24. oktober 2010 indbyder en række internationale breddeidrætsorganisationer på den baggrund til konferencen 'MOVE2010 – Sport for All and Health: A Strategic Partnership'.

Konferencen, der finder sted i Frankfurt i Tyskland, skal diskutere, hvordan det er muligt at sikre gode partnerskaber, som kan være med til at ændre sundhedsvaner.

Ved at forene idrætten og sundheden i strategiske partnerskaber er der basis for at udvikle større og koordinerede strategier for sundhed, mener organisationerne bag konferencen, der bl.a. omfatter International Sport and Culture Association (ISCA), som har hovedsæde i Danmark.

Det endelige program er endnu ikke fastlagt, men række foredragsholdere fra forskellige lande vil give deres bud på bl.a. strategier inden for sundhed og idræt, netværkdannelse og erfaringer.

Læs mere på www.move2010.info.



Foto: Jan Martinsen

Herfølge Boldklubs motionsfodboldspillere i aktion på banen. Siden april 2010 har klubben udbudt motionsfodbold for alle voksne mænd uanset niveau og alder hver mandag aften.

Fodbolden søger nye veje

Motionsfodboldens gavnlige effekter er bevist gennem forskning på Københavns Universitet. Nu skal klubberne og de store idrætsorganisationer på banen for at udnytte potentialet i fodboldspillet.

Af Ditte Toft, Idrættens Analyseinstitut

Mandag aften i Herfølge. På boldbanen står en gruppe mænd klar til denne uges fodboldtræning. Her betaler spillerne ikke til bødekasen, hvis de ikke har meldt afbud til aftenens træning. De spillere som kan, møder op til en god gang fodboldtræning.

I foråret 2010 startede Herfølge Boldklub et motionsfodboldhold. Omdrejningspunktet er træning og sjov med fodbold uanset niveau, og målet er 100 spillere inden for de første tre år. Allerede nu gør 35 mænd brug af tilbuddet.

"Fokus er på fysisk træning med bold. Mændene oplever et behov for at træne, men de synes fitnesscenterets træning er dødssyg," fortæller Søren Østergaard, som står for motionsfodbold i Herfølge.

Herfølge Boldklub er en af de første klubber, som har taget motionsfodbolden til sig.

Nu melder også de store idrætsorganisationer sig på banen med initiativer, som

skal udnytte motionsfodboldens potentialer.

Indtil videre er antallet af konkrete initiativer begrænset, men Danske Gymnastik- og Idrætsforeninger (DGI) og Jydsk Boldspil-Union (JBU) under Dansk Boldspil-Union har søsat de første projekter ud fra hver deres indgang til motionsfodbold.

Fodbold i fritiden og på job

DGI tager afsæt i foreningerne og fritidsidrætten med de nye initiativer.

"Otte foreninger er i gang eller skal i gang med at afprøve nye måder at få ikke-motionsaktive i til at spille fodbold i fodboldklubber," siger udviklingskonsulent for DGI Fodbold, Thomas Ahrentz.

DGI har ingen færdig formel for, hvordan motionsfodbolden skal organiseres og undersøger derfor gennem de otte foreninger mulighederne for fremtidens organisering.

"Det er vigtigt ikke at komme med et færdigt koncept. Vi vil samle idéer og

fortsættes...

NYT I IDANS VIDENSBANK

Aktivitet eller idrætspolitisk arbejde? Frivilligt arbejde i DGI Vestsjælland og DGI Nordsjælland

Rapporten beskæftiger sig med interesse og holdning til frivilligt arbejde i to af DGI's landsforeninger samt en diskussion af, hvilke opgaver der skal varetages af frivillige, og hvorledes det frivillige arbejde kan styrkes.

Carsten Hvid Larsen, Bjarne Ibsen, Syddansk Universitet, 2010.

Om at være fodboldspiller i dansk kvindedefodbold - En undersøgelse af stipendieordningens betydning for engagement og fastholdelse

Rapporten undersøger, hvilke faktorer der har betydning for fastholdelse og engagement hos danske kvindelige elitefodboldspillere gennem en spørgeskemaundersøgelse blandt 102 spillere i den bedste danske liga. Specielt belyses betydningen af DBU's fodboldstipendieordning.

Laila Susanne Ottesen, Glen Nielsen, Marianne Brandt-Hansen, Institut for Idræt, Københavns Universitet, januar 2010.

Trænere i den frivillige idræt - personlige projekter og velfærdsprojekter

Rapporten omhandler gennem 13 kvalitative interviews betydningen af det offentlige stigende ønske om at inddrage foreninger i løsningen af velfærdsopgaver set fra trænerens synspunkt. Herunder belyser rapporten, hvorledes dette påvirker trænerens virke og syn på sin forening.

Laila Susanne Ottesen, Jens Bjerregaard, Glen Nielsen, Institut for Idræt, Københavns Universitet, 2009

Strategising, organising and managing health

Specialet omhandler effektivisering af strategisk sundhedsfremme i virksomheder. Specialet bygger bl.a. på et kvalitativt case-studie, der analyserer effekten af sundhedsstrategiske tiltag med fokus på de sociologiske og organisatoriske processer i virksomheden.

Strategising, organising and managing health, Rebecca Steele, Copenhagen Business School, november 2009

Eliteidrættens mix

Universitetsspeciale, der behandler Roskilde Kommunes begrundelser for at indgå et fireårigt samarbejde med Team Danmark, og som bl.a. analyserer det gensidige afhængighedsforhold mellem kommunen og Team Danmark.

Anders Koogi, Institut for Idræt, Københavns Universitet, juni 2009

Download eller find links til rapporter i vidensbanken på Idan.dk.

spørge: Hvordan kan motionsfodbold blive en succes lokalområdet?" fortæller han.

JBU har rettet blikket mod potentialet for motionsfodbold i arbejdsregi før fritidsidrætten. Projektet 'Fodbold i arbejdstiden' er igangsat på 40 virksomheder i Århus, Aalborg, Viborg og Herning.

"Det er et åbent tilbud, hvor alle kan være med. Det handler om at indføre idræt hos medarbejderne, og så handler det også om at præsentere fodbold," forklarer Mads D. Larsen, kommunikationschef hos JBU.

JBU's moderorganisation, Dansk Boldspil-Union (DBU), er dog i højere grad fokuseret på fodbold i fritiden som DGI.

Alternativer til det traditionelle 11 mod 11-spil skal fremhæves mere. Det er f.eks. spil med fem mod fem og syv mod syv. Spilformerne og turneringer for spillerne

har hele tiden været der, men DBU vil i større grad forsøge også at markedsføre disse spilformer. Bl.a. er DBU gået ind i Ekstra Bladets turnering med femmandsfodbold, 'Nationen! Cup'.

Det handler om at være med helt fremme

Trods en forskellig tilgang til motionsfodbold er DGI og JBU enige om, at de skal være med helt fremme i forhold til området for motionsfodbold.

"Vi vil afsøge og afprøve noget nyt. Det er som organisation vores mål at være med helt fremme," udtaler DGI Fodbolds Thomas Ahrentz.

Mads D. Larsen fra JBU fremhæver, at der er andre aktører end foreninger og klubber, som ser muligheder på området.

"Der er vi nødt til at være fremme i

fortsættes...

Motionsfodbold har et stort potentiale

Fodbolden skal tilpasse sig flere målgrupper, mener Peter Krusturp, der står i spidsen for et stort forskningsprojekt om motionsfodbold.

Træning én-to gange om ugen og kamp i weekenden. Sådan kender mange fodboldtræning i dag. Skal nye målgrupper have gavn af fodboldspillet, skal det organiseres, så det passer til en moderne livsstil, der ikke altid har plads til fast træning og kamp.

I stedet er der behov for fodboldformer, som passer til forskellige målgrupper, mener Peter Krusturp, der står i spidsen for forskningsprojektet 'Fodbold og sundhed' på Institut for Idræt ved Københavns Universitet:

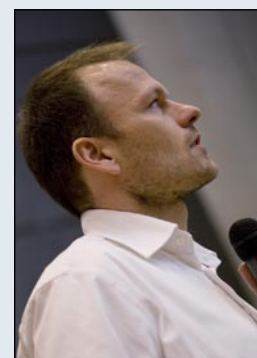
"Der er et stort uudnyttet potentiale i foreningsregi, i arbejdspladsregi og i uorganiseret regi. De forskellige målgrupper har gavn af forskellige organisationsformer. Nogle har brug for en fodboldfaglig træner, andre for nogen til at motivere sig, og vi kan se, at en horisontal opbygning kan fungere i vennegrupper," fortæller Peter Krusturp.

Han peger på, at det ikke er antallet af spillere, som har den store betydning, når det handler om de sundhedsmæssige effekter. De kommer i ligeså høj grad, når man spiller fire mod fire, som når man spiller 11 mod 11. Og spillerne kan have det lige sjovt i begge spil, forklarer Peter Krusturp.

Træning vigtigere end kamp

Han mener desuden, at træningen bør være omdrejningspunktet i motionsfodbolddelen – i det mindste i begyndelsen.

"Man kan med fordel starte med fokus på træning – det at være sammen om at spille som gruppe. Man bør vente med



Peter Krusturp på DIF, DBU og Institut for Idræt seminar om motionsfodbold i februar. (Foto: Mikal Schlosser)

kampe og konkurrence. Træning fungerer godt og motiverer. Der er en god respektfuld tone med plads til leg og skæve skud, og det er lettere at inkludere alle i træning sammenlignet med kamp," siger han.

Ny turneringsstruktur

Turneringsformen i fodbold skal ifølge Peter Krusturp også nytænkes, så der kommer større rummelighed i turneringerne:

"Man bør udvikle en mere rummelig foreningskultur. F.eks. ved at gøre turneringsstrukturen inden for voksenfodbold mere fleksibel og ved at medlemmer kan træne uden at spille turnering."

Det kan netop betyde, at der kan være fodboldhold, som ikke spiller kampe, men det kan også være turneringer, som eksempelvis foregår som stævner få weekender i sæsonen. På den måde er deltagerne ikke bundet af kamp hver weekend.

Ditte Toft

BØGER



Arkitektur, krop og rum

Indbydende rum og sanselig arkitektur har stor betydning for idrætsudfoldelsen. Det gælder ikke mindst i de blødere idrætsformer som f.eks. gymnastik, pilates, dans og yoga, der appellerer til mange kvinder.

Med bogen 'Arkitektur, krop og rum' vil arkitekterne Helle Bøcken Wikke og Karin Skousbøll inspirere kolleger, beslutningstagere og bygherrer til at have bedre øje for de sanselige rum frem for blot at tænke i snæver, praktisk funktionalitet.

Centralt står en rigt illustreret gennemgang af 17 banebrydende projekter fra Europa og Nordamerika, der understøtter idrættens æstetiske og sanselige sider.

Samtidig indeholder bogen en introduktion til de bløde idrætsformer og dens arkitektur, ligesom den diskuterer forskningen på området og de gjorde erfaringer.

Bogen og forskningsprojektet bag den tager afsæt i bl.a. Lokale- og Anlægsfondens indsats for at udvikle rammer, der også tilgodeser kvinders behov. Men frem for alt viser den, hvordan god arkitektur kan stimulere bevægelsesglæden hos alle.

Søren Bang

Arkitektur, krop og rum

Helle Bøcken Wikke og Karin Skousbøll

Kunstakademiets Arkitektskoles Forlag

332 sider, ill.

Pris: 248 kr.

Nummer 31 - 10. juni 2010

Udgiver:

Idrættens Analyseinstitut
Kanonbådsvej 12A
1437 København K

Telefon: 3266 1030

E-mail: idan@idan.dk

Hjemmeside: www.idan.dk

Redaktion:

Søren Bang, redaktør
soeren.bang@idan.dk

Ditte Toft

ditte.toft@idan.dk

Henrik Brandt, direktør (ansv.)
henrik.brandt@idan.dk

skoen, hvis der er et kommercielt marked i Danmark. Vi ser, der er potentiale i England, så er potentialet måske også i Danmark," siger han og henviser til de kommercielle fodboldcentre i Storbritannien, som har specialiseret sig i at udleje five-a-side-baner.

Holdningen går igen hos Danmarks Idræts-Forbund (DIF), som understreger, at fodbolden i de danske klubber og foreninger allerede har gode forudsætninger for at løfte organiseringen af motionsfodbold:

"Det gælder om at sætte sig på området inden de kommercielle aktører. Ikke fordi vi har noget imod dem. Men vi har en veludviklet struktur i fodbolden, så der er ingen grund til at lade det gå næsen forbi. Vi kan sagtens klare det selv," siger

kommunikationschef hos DIF, Morten Mølholm Hansen.

En god forretning

I Herfølge mener Søren Østergaard, at også klubberne får fordele ved at engagere sig i motionsfodbold.

"Der er et behov, men der er også økonomi i det her. Deltagerne betaler en form for kontingent, men de koster ikke ret meget. Der er en bold, som en gang imellem skal pumpes. Det er det," siger Søren Østergaard.

Der til kommer de nye potentielle frivillige ressourcer, som Søren Østergaard påpeger også kan være dem, der kan bringe fornyelsen ind i fodboldklubberne. En fornyelse, som skal være med til at tegne fremtidens fodboldklubber.

Motionsfodboldens mange kvaliteter kortlagt

I de senere år er fodboldens sundhedsmæssige og sociale kvaliteter som motionsport blevet videnskabeligt dokumenteret gennem en række forskningsprojekter med danske forskere fra Institut for Idræt ved Københavns Universitet i en central rolle.

Det videnskabelige tidsskrift 'Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports' bragte i et særnummer om fodbold tidligere i år. Følgende beskriver kort tre artiklers konklusioner. Læs i øvrigt mere om projektet på Institut for Idræts hjemmeside: www.ifi.ku.dk.

Fodbold giver god fysik

Fodboldtræning for unge og midaldrende mænd forbedrer sundheden og nedsætter risikoen for livsstilssygdomme.

Peter Krstrup m.fl. konkluderer i artiklen 'Motionsfodboldens betydning for fysisk form og sundhedstilstand', at de mange aspekter af fodboldspillet giver positive sundhedsforbedringer hos yngre og midaldrende mænd. Fodboldspillet indeholder således en kombination af høj-intense løb, sprint, vendinger, hop, skud og tacklinger.

Tilsammen gav det i undersøgelsen en række positive effekter for deltagerne. Konditionen og blodtrykket blev bl.a. bedre. Yderligere gav fodboldtræningen større forbedringer end dem, man ser i løbetræning. I forhold til løb fik de mandlige deltagere i fodboldtræningen f.eks. større muskler og knogler, ligesom deres fedtforbrænding under aktivitet blev større.

Fodbold giver socialt fællesskab

Legen i fodbold generer socialt fællesskab,

når inaktive kvinder starter med at spille fodbold.

I artiklen 'Opbygning af social kapital gennem fodbold og løb' har Laila Ottesen, Rikke Jeppesen og Birgitte Krustrup undersøgt de sociale effekter, herunder fastholdelsen i en aktiv livsstil, når inaktive kvinder begynder henholdsvis at løbetræne og spille fodbold.

De inaktive kvinder, som gennemgik løbetræning, havde størst fokus på de sundhedsmæssige aspekter af deres træning. Derimod var det sjove og legende i fodbolden en positiv faktor for fællesskabet hos dem, der trænede fodbold. Fodboldkvinderne oplevede en større følelse af socialt fællesskab end løberne.

Fodbold sænker blodtrykket

En gruppe inaktive mænd med forhøjet blodtryk sænkede blodtrykket markant gennem organiseret fodboldtræning.

Det er resultatet af en undersøgelse af Lars Juel Andersen m.fl. I artiklen 'Fodboldtræning kan anvendes som behandling af mild til moderat hypertension' beskriver de, hvordan fodboldtræning sænkede det forhøjede blodtryk hos deltagerne.

Træningen reducerede effektivt blodtrykket hos deltagerne. Resultaterne viste, at faldet i blodtryk var større end i tilsvarende undersøgelser inden for jogging og styrketræning.

Der til kom en række andre sundhedsforbedrende effekter af træningen. Mændene reducerede fedtmængden i kroppen, deres hvilepuls faldt, ligesom de øgede deres maksimale iltoptagelse.