

Kvinder og mænd i idrættens rum



Kaya Roessler og Marie Overbye

Syddansk Universitet

i samarbejde med Lokale- og Anlægsfonden

August 2006

Indholdsfortegnelse

1. Introduktion	2
2. Deltagernes profil.....	4
Køn.....	4
Alder.....	4
Beskæftigelse	5
Hjemmeboende børn	5
Bopæl	5
3. Deltagernes forhold til fysisk aktivitet	7
Hyppigheden	7
Aktiviteter	7
Organisationsform.....	8
Aktivitetssteder	8
Motivation for at være fysisk aktiv	9
4. Faciliteter.....	11
Tilgængelighed.....	11
Børn.....	14
Indendørs aktiviteter	16
Indendørsområder, der trænger mest til forandring	18
Hvad forhindrer den gode oplevelse ved indendørs aktivitet?.....	20
Vigtige argumenter for valget af et træningssted.....	22
Udendørs aktiviteter - alene	25
Barrierer	25
Udendørs Aktiviteter – sammen med andre.....	30
5. Sammenfatning og perspektivering	32
6.Litteratur.....	36
7. Bilag	37

Jeg vil ønske lækre vedligeholdte, rene steder inde og ude uden forstyrrende elementer. Service med smil, stor faglighed og humør, mulighed for at kombinere træning og andre ting (børnepasning/tv, nyheder, socialt samvær, fælles familie oplevelse, plads). Fleksible, fornuftige åbningstider og holdtider.¹

1. Introduktion

Kvinder dyrker idræt, og mænd dyrker idræt. De spiller bold, danser og styrketræner. Kvinder og mænd bruger idrætsfaciliteter. De går i motionscentre, de bruger haller, og de løber i skoven. Men bruger de idrætsfaciliteterne på samme måde? Opfatter og sanser de idrætsomgivelserne ens? Og stiller de samme krav til faciliteterne? Disse spørgsmål er udgangspunktet for undersøgelsen ”Kvinder og mænd i idrættens rum”.

Undersøgelsen beskæftiger sig med faciliteternes udformning og psykologiske virkning på motivation, barrierer og behov. Undersøgelsens resultater kan være en hjælp til udformningen og placeringen af fremtidige idrætsfaciliteter.

At beskæftige sig med idrætsfaciliteter ud fra kvinders reaktionsmønster er et forskningsmæssigt og politisk nyt felt. Der findes forskning om køn og idræt, og ligeledes om køn og arkitektur. Der findes forskning om menneskers påvirkning af arkitektur og om bedre rum til idræt og bevægelse. Men kvinders oplevelse af idrættens faciliteter – dvs. koblingen mellem faciliteter, idræt, kvinder og psykologi – må betegnes som et forholdsvis uudforsket område. Derfor blev der i fasen inden undersøgelsen udarbejdet fire hypoteser, som danner grundlag for undersøgelsens spørgeskema. Hypoteserne er formuleret af en ekspertgruppe, bestående af arkitekt Mette Mogensen, Lokale- og Anlægsfonden, arkitekt Dorthe Mandrup, fitnessinstruktør Bettina Borg og psykolog Kaya Roessler, Syddansk Universitet.

Den første hypotese omhandler blufærdighed. Det er antagelsen, at kvinders blufærdighedsgrænser er anderledes end mænds, og at indretningen af faciliteter må tage højde for dette, hvis kvinder skal føle sig godt tilpas.

¹ Alle citater i rapporten stammer fra de kvindelige respondenter i undersøgelsen.

Den anden hypotese omhandler tryghed. Kvinders fornemmelse af utryghed – f.eks. på mørke, øde områder – påvirker deres valg af idrætssted og idrætsaktivitet. Utrygheden melder sig, når de færdes alene, især i døgnets mørke timer.

Den tredje hypotese omhandler indretningen. For at kvinder skal have lyst til at opholde sig på idrætsanlægget (eller komme igen) er det afgørende, at alle rum er vedligeholdt samt understøtter deres idrætsmønster og præferencer. Et særligt punkt er renlighed, som især anses for en vigtig faktor for kvinders velbefindende i idrætsrummet.

Den fjerde og sidste hypotese omhandler multifunktionalitet. Kvinder – især kvinder med mindre børn – forventes at være mere aktive, hvis idrætsstedet kan tilfredsstille flere behov samtidigt, fx børnepasning, egen aktivitet og mulighed for sociale kontakter. At tage sig tid til egen aktivitet kan give samvittighedsproblemer over for andre opgaver. Derfor har det betydning for valg af idrætsaktivitet og udfoldelsessted, at det er muligt at forbinde forskellige gøremål.

For at belyse de fire hypoteser om kvinders reaktion på idrættens faciliteter har Lokale- og Anlægsfonden bedt Syddansk Universitet om at gennemføre nærværende undersøgelse.

Undersøgelsen blev gennemført i perioden januar til august 2006. Resultaterne er baseret på en spørgeskemaundersøgelse, som omfatter 758 kvinder og 258 mænd. I undersøgelsen står indfaldsvinklen ”køn” i centrum, og hovedvægten er lagt på kvinders oplevelser. Det er dog vigtigt at sammenholde kvinders og mænds reaktioner for at kontrollere, om der er nogle specifikke kvindelige behov og forventninger.

2. Deltagernes profil

Undersøgelsens mål var at samle svar fra kvinder og mænd i tre organisationstyper: Foreninger, fitnesscentre og selvorganiserede. Målgruppen for undersøgelsen er voksne kvinder (> 18 år), derfor udgør denne gruppe 75 % af respondenterne, mens den mandlige ”kontrolgruppe” bestående af voksne mænd (> 18 år) udgør de resterende 25 %. Den højere kvindeandel er et bevidst valg, fordi hovedvægten i undersøgelsen ligger på kvindernes oplevelser, og det er især et ønske at undersøge forskelle indenfor kvindegruppen.

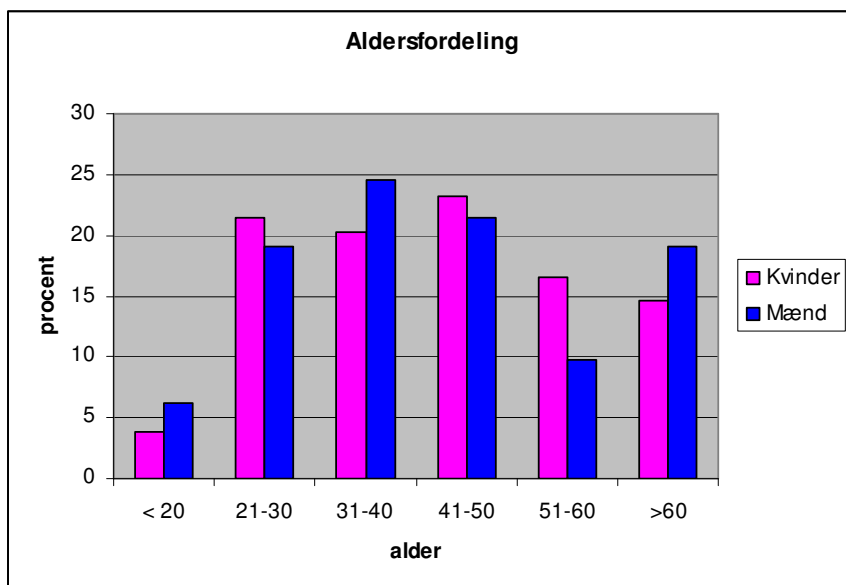
Køn

Undersøgelsen baseres på svar fra i alt 1016 respondenter, heraf er 758 kvinder og 258 mænd (bilagstabel 1). På grund af forskellen i antallet af respondenter mellem kønnene vil gennemsnittet gennem hele rapporten være angivet som et gennemsnit indenfor hvert køn. Herved bliver gennemsnitstallene sammenlignelige.

Alder

Det var et mål med undersøgelsen at inddrage forskellige aldersgrupper for at se, om de forskellige behov og forventninger er afhængige af alderen. Ca. 65 % af respondenterne inden for begge køn kommer fra aldersgruppen 21-50 år (se figur 1).

Figur 1: Respondenternes fordeling på alder, særskilt for mænd og kvinder (procent)



En opdeling i 10års-aldersintervaller viser en signifikant forskel mellem respondenterne, denne forskel udviskes, når respondenterne inddeles i tre aldersintervaller: under 30 år, 31-50 år og over 51 år (bilagstabel 2). Ved denne aldersinddeling er der ingen signifikant forskel mellem grupperne

(p-værdi 0,838²). Det er denne inddeling, der anvendes, når grupperne i rapporten undersøges i forhold til alder.

Beskæftigelse

Deltagerne blev spurgt efter deres beskæftigelse (bilagstabel 3). Angivelsen er ofte kort (fx konsulent eller mellemlider), og det beskrives ikke altid, hvad arbejdet konkret indebærer. Opdelingen er derfor tentativ, og opdelingens funktion er udelukkende at give et overblik over respondenterne. Beskæftigelses kategorier anvendes ikke i analysen.

Deltagernes baggrund er mangfoldig. Der er både unge kvinder under uddannelse (18 %) og pensionister (13 %). Deltagerne fra sundhedsområdet (14 %) omfatter læger, sygeplejersker og diætister, og der er en stor gruppe indenfor finans og handel, såsom salgsassistenter og ejendomsmæglere. Ikke overraskende er der en høj signifikant forskel mellem kønnene og erhverv. Dette afspejler kønsforskellene på det danske arbejdsmarked.

Hjemmeboende børn

Et centralt spørgsmål i undersøgelsen er, om kvinder med hjemmeboende børn og kvinder uden hjemmeboende børn har forskellige forventninger til idrætsfaciliteter.

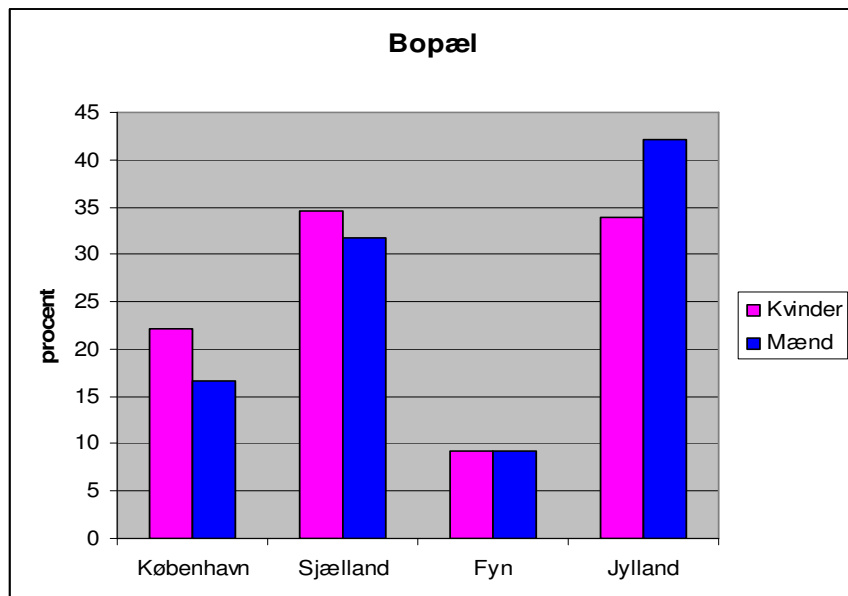
Der er ikke signifikante forskelle på antallet af hjemmeboende børn og deres alder mellem de to køn. En forholdsvis stor andel af deltagerne har ingen hjemmeboende børn (63 %), hvad der kan forklares ved, at mange deltagere enten er under uddannelse eller over 50 år (bilagstabel 4). De deltagere, som har hjemmeboende børn, har dem i alle aldersgrupper (bilagstabel 5).

Bopæl

Det er vigtigt, at undersøgelsen inddrager deltagere fra hele landet. Af figur 2 fremgår det, at 22 % af kvinderne kommer fra København, mens 35 % er fra det øvrige Sjælland. 9 % er fra Fyn og 34 % fra Jylland. Blandt mændene er 50 % fra Jylland og Fyn og 50 % fra København og Sjælland. Der er ikke signifikant forskel på mænds og kvinders bopæl i forhold til landsdele.

² P-værdien (Pearson test værdien) angiver, om der er belæg for, at fundne forskelle er statistisk signifikant eller ej. Er p-værdien under 0.05 taler man om signifikante forskelle, er p-værdien under 0.01 er de fundne forskelle høj signifikante.

Figur 2: Respondenternes bopæl ud fra postnummer, særskilt for mænd og kvinder (procent)



Det er ligeledes vigtigt at kunne belyse eventuelle forskelle mellem by og land. 29 % af kvinderne bor i hovedstaden eller i en større provinsby, mens 24 % af kvinderne bor i landsbyer eller på landet. Den største gruppe på 47 % kommer fra middelstore provinsbyer (tabel 1). Her er ingen signifikant forskel mellem kønnene.

Tabel 1: Respondenternes bopæl ud fra bystørrelse, særskilt for mænd og kvinder (procent)

Bystørrelse	Kvinder	Mænd
København/større provinsby over 100.000 indbyggere	28,9	25,2
Middelstor provinsby 15.000- 100.000 indbyggere	46,7	46,5
Mindre byer på landet 1-15.000 indbyggere	24,4	28,3
Procent i alt	100	100
N= 1016 P= 0,352 NS	758	258

Der er ikke forskel på de kvindelige og de mandlige respondenter i forhold til deltagernes alder, bopæl, bystørrelse, antal og alder af hjemmeboende børn. Når mænd og kvinder sammenlignes, må det derfor antages, at eventuelle forskelle mellem de to køn ikke skyldes deltagernes profil, men forskelle i forventninger, oplevelser og barrierer mellem de to køn.

3. Deltagernes forhold til fysisk aktivitet

Hyppigheden

I 2004 dyrkede 58 % af de voksne danskere idræt eller motion (Bille et al. 2004). De fleste af deltagerne i undersøgelsen er særdeles idrætsaktive. Det er ikke så mærkværdigt, da skemaet netop er delt ud til personer, som er fysisk aktive. Det forklarer den høje aktivitetsgrad og også, hvorfor der ikke er nogle, der angiver, at de aldrig er fysisk aktive.

Størstedelen af såvel mændene (94 %) som kvinderne (94 %) er fysisk aktive flere gange om ugen (bilagstabel 6). Derved adskiller deltagergruppen sig væsentligt fra resten af Danmarks befolkning. I en nyere undersøgelse om brugertilfredshed i idrætshaller, er det 55 % af alle deltagere, som er aktive flere gange om ugen (Larsen 2005).

Aktiviteter

Deltagernes aktivitetsmønster er bredt (tabel 2). Der dyrkes en række forskellige idrætsgrene, og der er tydelig forskel på kønnenes præferencer. Kvinderne er overrepræsenterede i gang, gymnastik, aerobic, yoga og pilates, mens mændene er overrepræsenterede i løb, cykelsport og fodbold. Denne variation i idrætsaktiviteter svarer nogenlunde til resultaterne fra undersøgelsen fra Amternes og Kommunernes Forskningsinstitut i 2004 (Bille et al. 2004).

Tabel 2: Respondenternes valg af idrætsaktivitet(er), særskilt for mænd og kvinder (procent)

Aktivitet	Kvinde ♀	Mand ♂	FORSKEL	Aktivitet	Kvinde	Mand	FORSKEL
Gang	36,7	15,1	21,6 ♀	Golf	2,0	4,3	2,3 ♂
Aerobic	17,7	1,2	16,5 ♀	Svømning	19,4	21,7	2,3 ♂
Gymnastik	30,7	14,7	16,0 ♀	Ridning	2,2	0,0	2,2 ♀
Cykelsport	16,5	32,2	15,7 ♂	Håndbold	2,2	4,3	2,1 ♂
Yoga/Pilates	17,5	1,9	15,6 ♀	Kampsport	1,6	3,1	1,5 ♂
Fodbold	1,5	12,0	10,5 ♂	Volleyball	0,8	1,9	1,1 ♂
Løb	39,8	49,2	9,4 ♂	Kajak	1,2	1,6	0,4 ♂
Fitness/Spinning	29,7	38,4	8,7 ♂	Andet	14,5	15,1	0,6 ♂
Dans	7,9	3,9	4,0 ♂	N=1016	758	258	
Tennis	2,6	5,0	2,4 ♂				

Organisationsform

Det var et mål at inddrage såvel kvinder, der dyrker idræt alene, som kvinder, der dyrker idræt i en forening eller i et fitnesscenter. De fleste kvinder og mænd angiver, at de både træner selvorganiseret og organiseret (tabel 3), fx løber mandag og onsdag morgen med en gruppe og går til badminton om torsdagen.

Tabel 3: Respondenternes organisationsform, særskilt for mænd og kvinder (procent)

		Kvinder ♀	Mænd ♂	Forskel
Selvorganiseret	Alene	62,9	56,2	6,7 ♀
	Med andre	59,0	55,0	4,0 ♀
I en forening		47,4	62,0	14,6 ♂
I et fitnesscenter/danseinstitut		36,4	40,3	3,9 ♂
I en aftenskole		12,3	1,9	10,4 ♀
På arbejdspladsen		10,6	14,0	3,4 ♂
Andet		7,7	5,8	1,9 ♀
N=1016 P< 0.05*		758	358	

87 % af kvinderne og 78 % af mændene har udfyldt de selvorganiserede felter. Kun hhv. 13 % af kvinderne og 22 % af mændene dyrker ikke selvorganiseret idræt (bilagstabel 7).

Den høje andel af deltagerne, der er aktive i fitnessverdenen, kan forklares ved, at spørgeskemaerne både er sendt til kommercielle fitnesscentre og til foreningsfitnesscentre. 62 % af mændene og lidt over 47 % af kvinderne dyrker idræt i en forening. Der er flere kvindelige respondenter, der dyrker idræt i aftenskoleregi (12 % over for knap 2 %).

Aktivitetssteder

Knap 66 % af de kvindelige respondenter er fysisk aktive i grønne områder, mens op mod 61 % af mændene er det. Byens pladser og fortove bruges af 52 % af kvinderne og knap 45 % af mændene. Mændene er til gengæld mere aktive end kvinderne på anlagte baner. Indendørs er 42 % af kvinderne aktive i en idrætshal eller svømmehal mod 49 % af mændene. Fitnesscenterets lokaler tiltrækker 37 % af de kvindelige respondenter og ca. 43 % af de mandlige. Dobbelt så mange kvinder som mænd dyrker idræt i en gymnastiksal (tabel 4).

Tabel 4: Aktivitetssted hvor respondenterne dyrker idræt/motion, særskilt for mænd og kvinder (procent)

		Kvinde ♀	Mand ♂	Forskel
U d e n d ø r s	I skoven/grønne områder	65,6	60,5	5,1 ♀
	På anlagte baner	9,4	22,5	13,1 ♂
	På byens veje, fortorve og pladser	52,0	44,6	7,4 ♀
	Til havs/på søen	5,7	10,1	4,4 ♂
	Andet	5,7	8,5	2,8 ♂
I n e d n s ø d s	I en hal eller svømmehal	41,7	48,8	7,1 ♂
	I fitnesscentrets lokaler	36,5	43,4	6,9 ♂
	I en dansesal	4,9	1,9	3,0 ♀
	I en gymnastiksal	30,3	15,5	14,8 ♀
	I et forsamlingshus	1,1	0,8	0,3 ♀
	I et almindeligt lokale	5,0	1,6	3,4 ♀
Andet		6,1	6,6	0,5 ♂
N= 1016 P<0.05*		758	258	

De fleste kvinder og mænd (hhv. 87 % og 86 %) dyrker idræt udendørs (bilagstabel 8). Der er signifikant forskel på kvinder og mænds valg af træningssted udendørs i skoven/grønne områder og træning på byens veje, fortove og pladser. Især på landet og i mindre byer er der forskel mellem kønnene. Lidt over 71 % af kvinderne vælger at dyrke motion/idræt i skoven/grønne områder, mens dette kun er tilfældet for ca. 49 % af mændene. Samme billede ses ved træning på byens veje, fortove og pladser, hvor kvinder (45 %) fra mindre byer/landet ligger knap 15 procentpoint over mændene (ca. 30 %) (bilagstabel 9).

Motivation for at være fysisk aktiv

Det bliver ofte antaget, at kvinder først og fremmest er fysisk aktive pga. helbredsfordele og udseende, mens mænd vil konkurrere.

Resultaterne (tabel 5) viser dog, at et bedre helbred som motivation for idræt er både den mandlige (87 %) og kvindelige (88 %) topscorer. Helbred, glæde ved aktiviteten og et ønske om at koble af eller komme i balance er for både mænd og kvinder centrale motivationsfaktorer. Men der er en

tydelig forskel på betydningen af konkurrence, hvor 34 % af mændene angiver den som motivation over for kun 10 % af kvinderne. Også den rent idrætslige mestring, at blive bedre til sin idræt, må anses som et mandligt domæne. Med henblik på det sociale samvær med andre viser det sig, at knap 64 % af mændene anser det som en motivationsfaktor mod 54 % af kvinderne. At afreagere og leve følelser ud angiver 25 % af mændene som motivationsfaktor over for 20 % af kvinderne. Begge køn ønsker i samme grad (60 %) at koble af ved at dyrke idræt.

Tabel 5: Respondenternes motivation for at være fysisk aktiv, særskilt for mænd og kvinder (procent)

	Kvinde ♀	Mand ♂	Forskel
Et bedre helbred	88,4	86,8	1,6 ♀
Glæden ved aktiviteten	72,7	72,5	0,2 ♀
At koble af/komme i balance	61,1	60,5	0,6 ♀
Socialt samvær med andre	54,5	64,0	9,5 ♂
Udseende	43,0	36,4	6,6 ♀
Vægttab	39,7	34,9	4,8 ♀
At blive bedre til min idræt	21,0	38,8	17,8 ♂
At afreagere/leve følelser ud	20,6	25,6	5,0 ♂
At konkurrere med andre	10,4	34,5	24,1 ♂
At være aktiv i lokalområdet	9,9	12,0	2,1 ♂
Andet	6,6	5,0	1,6 ♀
N= 1016 P< 0.05*	758	258	

4. Faciliteter

I det følgende bliver de konkrete vurderinger af idrætsfaciliteterne belyst i forhold til fire emner:

- Tilgængelighed,
- Indendørsfaciliteter,
- Udendørsfaciliteter,
- At dyrke idræt som forælder.

Med henblik på tilgængelighed er det vigtigt at undersøge, om åbnings- og træningstidspunkter er afgørende, hvilken rolle beliggenheden af idrætsfaciliteten i forhold til arbejde og hjem spiller, og hvor stor en indflydelse prisen har for deltagerne.

I forhold til børn er det vigtigt at undersøge, om forældre med børn har særlige krav til faciliteterne. I undersøgelsen af indendørsaktiviteter fokuseres der henholdsvis på den gode aktivitetsoplevelse, på områder, der trænger til forandring, og på forhold, der har indflydelse på oplevelsen af træningsstedet.

I forhold til udendørsaktiviteter er der delt op i idræt, som dyrkes alene, og idræt, som dyrkes sammen med andre. Der antages, at det især med henblik på de psykologiske faktorer er afgørende, om man er alene. Også i udendørsaktiviteterne bliver deltagerne bedt om at prioritere, hvilke områder der trænger til forandring.

Tilgængelighed

- *Jeg ønsker mig tilgængelighed, dvs. brede åbningstider og adgang til mange forskellige sportsgrene samlet et sted, hvor alle faciliteter og sportsgrene kan benyttes uden at man skal have medlemskab til hver enkelt sportsgren.*

Der er signifikant forskel på kønnene i alle kategorier. Kvinderne vurderer de forskellige tilgængelighedsfaktorer højere end mændene (tabel 6). Både hvad angår åbnings- og træningstidspunkt, beliggenhed i forhold til hjem og arbejde og prisen på aktiviteten. Den forholdsvis lave svarprocent i kategorien ”beliggenhed i forhold til arbejde/skole” skyldes, at det ikke er relevant for pensionister at besvare dette spørgsmål.

En aldersopdelt analyse viser, at der er en signifikant forskel mellem kvinderne i de tre alderskategorier. Kvinder mellem 31 og 50 år stiller særligt store krav til åbningstid/træningstidspunkt (tabel 7). Det gælder også mænd i denne aldersgruppe (bilagstabel 10). Ca. 60 % af kvinderne mellem 31 og 50 år angiver dette som ”meget vigtig”, mod ca. 40 % i

gruppen af kvinder under 30 år. Kun ca. 8 % af kvinderne mellem 31 og 50 år mener ikke, åbningstid/træningstidspunkt er vigtigt mod 14 % af kvinderne under 30 år og 18 % over 51 år.

Tabel 6: Respondenternes opfattelse af tilgængelighedsfaktorerne: Åbningstid/træningstidspunkt, beliggenhed i forhold til hjem og arbejde/skole samt prisen i forbindelse med idræt/motion, særskilt for mænd og kvinder (procent)

Vigtigheden af tilgængelighedsfaktorer i forbindelse med fysisk aktivitet		Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
1. Åbningstid/ træningstidspunkt	Kvinder N= 705	48,5	38,7	12,8
	Mænd N= 253	39,1	44,3	16,6
	Forskel p=0,031*	9,4 ♀	5,6 ♂	3,8 ♂
2. Beliggenhed i forhold til hjem	Kvinder N=717	41,4	45,3	13,2
	Mænd N=250	23,2	53,2	23,6
	Forskel P=0,00**	18,2 ♀	7,9 ♂	10,4 ♂
3. Beliggenhed i forhold til skole/arbejde	Kvinder N= 544	13,2	30,0	56,8
	Mænd N= 207	6,8	26,1	67,1
	Forskel P=0,011*	6,4 ♀	3,9 ♀	10,3 ♂
4. Pris	Kvinder N= 641	21,4	51,3	27,3
	Mænd N= 230	12,2	48,7	39,1
	Forskel P=0,00**	9,2 ♀	2,6 ♀	11,8 ♂

* signifikant < 0.05
** høj signifikant < 0.01

Beliggenheden af idrætsfaciliteten er især vigtig for kvinderne mellem 31-51 år (tabel 8). Hos mændene ses ikke forskelle mellem aldersgrupperne på dette punkt (P=0.418).

Prisen er især vigtig for de yngre kvinder. Her angiver knap 30 %, at prisen er meget vigtig, mens det kun gælder for ca. 19 % af kvinderne mellem 31-50 år og ca. 16 % af kvinderne over 51 år (tabel 9). Samme billede ses hos mændene, hvor 20 % af de unge angiver prisen som ”meget vigtig”, mod 11 % af de 31-50-årige og lidt over 3 % af de over 51-årige (bilagstabel 11).

Tabel 7: De kvindelige respondents opfattelse af åbningstid/træningstidspunkt, særskilt for aldersgrupper (procent)

Åbningstid/træningstidspunkt		Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
Op til 30 år	N= 187	41,2	44,4	14,4
31-50 år	N=317	60,6	31,2	8,2
51 år og op	N=198	36,9	44,9	18,2
P=0,00**				

Tabel 8: De kvindelige respondents opfattelse af beliggenhed i forhold til hjem særskilt for aldersgrupper (procent)

Beliggenhed i forhold til hjem		Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
Op til 30 år	N=187	36,9	47,6	15,5
31-50 år	N=321	49,8	39,6	10,6
51 år og op	N=205	32,7	51,7	15,6
P=0,01**				

Tabel 9: De kvindelige respondents opfattelse af prisen, særskilt for aldersgrupper (procent)

Pris		Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
Op til 30 år	N=182	29,7	51,6	18,7
31-50 år	N=298	19,1	50,7	30,2
51 år og op	N=159	16,4	52,2	31,4
P=0,04*				

I en åben kategori blev deltagerne bedt om kommentarer til tilgængelighed. Det er et af undersøgelsens formål at give plads til kvinders (og mænds) individuelle ønsker, drømme og forventninger. Derfor er der i spørgeskemaet formuleret spørgsmål med åbne svarmuligheder. Ikke mindre end 326 kvinder (og 112 mænd) har benyttet sig af muligheden. I de følgende afsnit bliver udvalgte kommentarer af kvinderne præsenteret.

Mange kommentarer er knyttet til aspekter som tilgængelighed og fleksibilitet. Der ønskes flere og fleksible tilbud, og det fremgår tydeligt, at kvinderne er nødt til at forbinde det idrætsmæssige med det praktiske. Der skal gerne være en bred vifte af muligheder i de ønskede faciliteter. Muligheder, som man kan benytte, uden at der er en regulering i tid eller andre former for adgangs begrænsning.

Fleksibilitet og tilgængelighed

- *Da jeg har vekslende arbejdstider, er det vigtigt, at jeg kan træne, når jeg vil, især da jeg er på orlov og ikke har bil eller stor økonomi.*
- *Det er vigtigt, at lægge motionen ind, så det passer med min arbejdsdag.*
- *En af grundene til at jeg løber er, at det er så fleksibelt - uafhængigt af tider osv.*
- *Åbningstiderne er meget vigtige, når man ikke dyrker holdidræt!*
- *I forhold til indendørstræning er det især træningstiderne, der står øverst på ønskeseddelen. Hallerne er ofte ufleksible med henblik på åbningstider og tilgængelighed. Her ønsker kvinder, at kunne komme, hvornår de vil og gerne om formiddagen.*
- *Jeg ønsker mig flere svømmehaller i Storkøbenhavn med mere fleksible åbningstider. De fleste svømmehaller åbner først kl. 07 om morgenen, hvilket er for sent, hvis man skal møde kl. 08-09. Typisk har de kun længe åbent en aften om ugen.*

Børn

Et af udgangsspørgsmålene var, om kvinder med børn har specielle forventninger til idrætsfaciliteterne. Vil de gerne "multitaske", fx dyrke idræt, mens børnene bliver passet ved siden af, eller vil de gerne selv være aktive, mens børnene spiller deres ugentlige håndboldkamp?

Det viser sig, at det for 71 % af kvinderne med hjemmeboende børn ikke er vigtigt, at deres børn kan deltage i noget, mens de selv er aktive, og at det heller ikke er vigtigt, at de selv kan dyrke motion, mens børnene er aktive (70 %). 82 % af kvinderne har ingen behov for, at deres børn bliver passet, mens de dyrker idræt. Der er en større andel af mændene, som gerne vil have deres børn passet, mens de dyrker idræt (bilagstabel 12).

Flere af respondenterne har angivet, at deres børn er store nok til at klare sig selv, men at spørgsmålene havde været relevante, hvis børnene havde været mindre. Derfor er det nødvendigt at opdele analysen efter børnenes alder. Når der opdeles efter børnenes alder i kategorierne 0-2 år, 3-5 år og 6-8 år er der signifikante forskelle mellem kønnene i alle tre spørgsmål for forældre med børn mellem 0-2 år og 6-8 år (tabel 10). Her viser det sig, at det er meget vigtigt for kvinder, at de selv kan være aktive, mens børnene dyrker motion, og at børnene kan blive passet, mens de selv er aktive.

Det eneste spørgsmål, hvor der ikke er signifikant forskel på kønnene, er ønsket om selv at kunne være aktiv på idrætsstedet, mens børnene mellem 3 og 5 år træner.

Tabel 10: Respondenter med hjemmeboende børn under 9 års krav til idrætsstedet, særskilt for mænd og kvinder (procent)

		Barns alder	Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
1. At mine børn kan dyrke idræt/lege/læse lektier samme sted, mens jeg er fysisk aktiv	Kvinder N=36	0-2 år	16,6	41,7	41,7
	Mænd N=13		15,4	23,1	61,5
	Kvinder N=57	3-5 år	7,0	40,4	52,6
	Mænd N=22		18,2	27,3	54,5
	Kvinder N=72	6-8 år	18,1	25,0	56,9
	Mænd N=28		14,3	46,4	39,3
2. At jeg selv kan være aktiv på idrætsstedet, mens børnene træner	Kvinder N=35	0-2 år	20,0	31,4	48,6
	Mænd N=13		7,7	30,8	61,5
	Kvinder N=58	3-5 år	5,2	32,8	62,0
	Mænd N=22		9,1	36,3	54,6
	Kvinder N=69	6-8 år	11,6	33,3	55,1
	Mænd N=28		7,1	25,0	67,9
3. At mine børn kan blive passet på idrætsstedet, mens jeg er fysisk aktiv	Kvinder N=37	0-2 år	27,0	27	46
	Mænd N=14		14,3	35,7	50,0
	Kvinder N=59	3-5 år	8,5	20,3	71,2
	Mænd N=22		0,0	45,5	55,5
	Kvinder N=69	6-8 år	11,6	13,0	75,4
	Mænd N=29		3,5	34,0	62,5

Ønsker fra børneforældre

Kvinder med børn skal på mange måder organisere deres tilværelse sådan, at både barnets, familiens og deres egne behov dækkes. Især hvis de har været meget aktive, kan det være svært, at en god form er gået tabt under graviditet og småbørnsfasen. Derfor er interessen stor for faciliteter og for aktiviteter, der kan hjælpe med til at kombinere idræt/motion med familielivet. Mange kvinder vælger løb som aktivitet, da det nemt kan indpasses efter familiens behov. I forhold til andre idrætsaktiviteter er det vigtigt, at de er fleksible og let tilgængelige.

Børneforældres ønsker

- *Jeg løber sammen med mange kvinder, og det der oftest er en begrænsning, er TID. Tid i travle børnefamilier er nok noget af det sværeste at finde. Derfor løber mange kvinder.*
- *Jeg ønsker flere og bedre træningstimer i klubben samtidig med, at der ville være "børnepasning", når mor/far træner. Vores børn vil gerne med, når vi skal træne, men det er et problem, når vi hele tiden skal holde øje med dem. Derfor skiftes vi til at træne på forskellige dage, men måske kunne der være et børnepasning arrangement.*
- *Jeg er ikke helt holdt op med at løbe. Men jeg tror meget, det er tiden, når man har børn. Prioritering, prioritering, prioritering hele tiden. Så er det nemmere at svømme.*
- *At man kan købe 10- turs kort, så man ikke behøver at melde sig til for et helt år ad gangen. Det er meget fedt, når man er mor.*
- *Ja jeg ville nok ikke komme af sted, hvis ikke jeg kunne gøre det her om formiddagen og tage min søn med. For om eftermiddagen kommer min ældre søn fra børnehaven, og deres far kommer hjem, og så vil jeg gerne være der. Jeg ville nok ikke komme så meget af sted, hvis det var om aftenen. Så ville det være sværere.*
- *Det er af hensyn til mine børn vigtigt ikke at bruge mere tid end højst nødvendigt på min idræt.*
- *Når man har børn, er det vigtigt, at træningstiderne i foreningen ikke ligger for sent/for tidligt.*

Indendørs aktiviteter

Det er et formål i undersøgelsen at finde ud af, hvor stor betydning idrætshallen, omklædningsrummet og cafeteriet har for en positiv idrætsoplevelse.

Der var forventet, at der er væsentlig forskel på mænds og kvinders krav til idrætsrummets og omklædningsrummets udformning. En sådan forskel fremgår imidlertid ikke af undersøgelsen. Der er ikke signifikant forskel på kønnene og deres holdning til den "gode oplevelse". Men der er en række forskelle med hensyn til valg af træningsstedet.

Mænd og kvinder er enige om, at idrætsrummet og omklædningsfaciliteterne har størst betydning for deres oplevelse (tabel 11).

Tabel 11: Forhold der har betydning for oplevelsen af "den gode aktivitet", særskilt for mænd og kvinder (procent)

		Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
1. Idrætsrummets udformning/indretning	Kvinder N= 715	25,5	54,1	20,4
	Mænd N= 240	31,3	53,3	15,4
	Forskel P=0,94	5,8	0,8	5,0 ♀
2. Opholdsrummets/klublokalers udformning/indretning	Kvinder N=655	8,5	44,0	47,5
	Mænd N=236	11,9	49,2	39,0
	Forskel P=0,054	3,4	5,2	8,5 ♀
3. Omklædningsfaciliteters udformning/indretning	Kvinder N= 697	20,1	54,9	25,0
	Mænd N= 225	21,6	54,3	24,1
	Forskel P=0,868	1,5	0,6	0,9 ♀
4. Cafeteriets udformning/indretning	Kvinder N= 650	2,3	15,7	82,0
	Mænd N= 230	2,7	17,8	79,6
	Forskel P=0,719	0,4	2,1	2,4 ♀
5. Adgangsforhold udformning/indretning	Kvinder N= 669	8,7	43,8	47,5
	Mænd N= 233	6,9	42,0	51,1
	Forskel P=0,535	1,8	1,8	3,6 ♂
6. Ankomst og fordelingsarealer udformning og indretning	Kvinder N= 652	2,1	30,5	67,3
	Mænd N= 228	2,2	24,6	73,2
	Forskel P=0,231*	0,1	5,9	5,9 ♂
7. Adgangsforholdene udendørs udformning/indretning	Kvinder N= 669	9,9	43,3	46,8
	Mænd N= 235	6,0	40,8	53,2
	Forskel P=0,094	3,9	2,5	6,4 ♂

En aldersopdelt analyse viser, at knap 13 % af kvinderne under 30 år ikke anser idrætsrummets udformning og indretning for vigtig. Herved skiller denne gruppe sig ud fra de ældre aldersgrupper, hvor hhv. 22 % og 24 % angiver, at idrætsrummet udformning er uden betydning. Der er ingen forskelle mellem de mandlige aldersgrupper (P=0,338). Kvinder over 51 år tillægger både cafeteriets udformning og adgangsforholdenes udformning større betydning end de yngre aldersgrupper (bilagstabel 13-15). Denne forskel ses ikke hos mændene (P=0,065 og P=0,182).

Ønsker til nye anlæg

Topscoren på kvindernes (og mændenes) ønskeseddel til nye faciliteter er en svømmehal, gerne med en 50 meter bane. Det viser individuelle kommentarer fra 40 kvinder (og 10 mænd). Enten fordi der slet ingen svømmehaller er i området, hvor man bor, eller fordi svømmehallerne er i dårlig tilstand og har for korte baner. Der er også et udbredt ønske om nye løbe- og cykelstier. Flere ønsker skøjtemuligheder og atletikbaner (eller mulighed for at træne på de eksisterende).

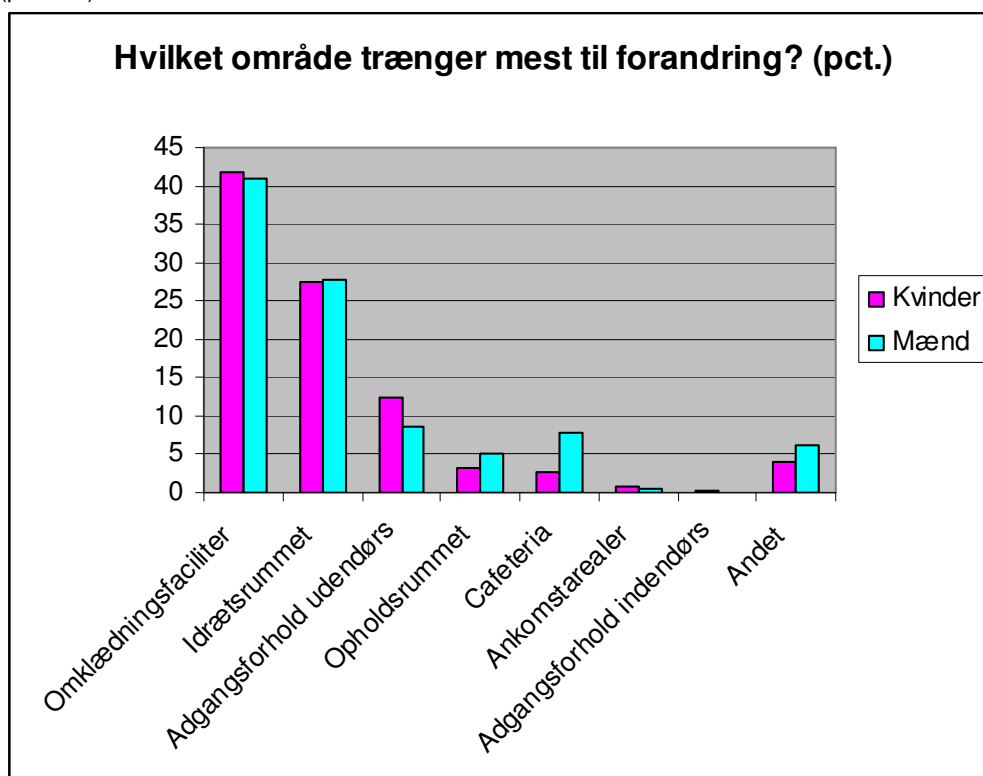
- *Det skulle være en multihal, hvor der bare var tennisbaner og squashbaner og kæmpe fitnesscenter og så også gerne kombinere det med noget socialt som en cafe eller et eller andet, hvor der var mange muligheder som i DGI byen, hvor der var nogle oplevelser også, og man kunne kombinere så mange idrætsgrene som muligt.*
- *Jeg savner tit lidt flere afmærkede og opmålte løberuter og vandreture i skove og ved søer. Det ville øge motivationen og glæden ved at løbe, hvis der var flere "tilrettelagte" ruter at følge, så man i højere grad løb forskellige steder i stedet for samme ruter hele tiden.*

Indendørsområder, der trænger mest til forandring

Som et åbent spørgsmål blev deltagerne bedt om at angive, hvad der trænger mest til forandring (figur 3). 36 % af alle deltagere har afgivet kommentarer, og kønnene har været meget enige. Det er omklædningsrummet, der trænger mest til forandring, især hvad angår modernisering og rengøring. Der er udfoldet over 70 individuelle kommentarer fra kvinderne og 16 fra mændene om, hvad der er galt i omklædningsrummet. Manglende rengøring, dårlige brusere, alt for små skabe og manglende plads i baderum er ofte nævnt af kvinderne. Men der er også mænd, der nævner det. Ved opholdsrummet er det manglen på sociale rum og klublokaler, der bliver angivet. Ved cafeteriaet er det ofte rygning, der forstyrrer, og sund mad, der mangler. Ved adgangsforholdene udendørs er det oftest manglende p-pladser, der fremkalder et ønske om forandring.

Mange kvinder ønsker sig ikke nye, men bare *bedre* faciliteter. Det er ordet ”gode” og ”bedre”, der bliver brugt igen og igen i forbindelse med idrætsfaciliteterne. *Gode* redskaber, *gode* haller, *gode* materialer, *godt* lys, *gode* udendørs faciliteter. I *bedre* stand og med *bedre* omklædningsfaciliteter. Det fremgår tydelig af svarene både fra mænd og kvinder, at det især er *kvaliteten* af idrætsfaciliteter, der viser mangler.

Figur 3: Respondenternes angivelse af hvilke faciliteter der trænger mest til reovering, særskilt for mænd og kvinder (procent)



Omkleednings- og badefaciliteter

Over 40 % af alle deltagere angiver som nævnt, at det er omkleedningsrummet der trænger mest til forandring. Kritikken retter sig især mod rummets størrelse og renlighedsniveauet.

Mangel på plads og kvalitet

- *Jeg vil gerne have lidt større rum, hvor man kan hænge sit tøj. I et offentligt rum skal man være opmærksom på, hvad man har på, for man kan ikke have en dyr jakke på.*
- *Omkleedningsfaciliteterne trænger til reovering, de er ofte meget slidte og ikke særligt rene. Mere rengøring og skabe, hvor man kan låse tøj mv. inde.*
- *Det er vigtigt, at der ikke er diverse lugtgener fra kloak, da det giver et dårligt indtryk og får en til at tvivle på stedets hygiejne, primært grundet fugt og snavs, bakterier. Lokalerne må gerne være lyse rene og åbne.*
- *Nu har jeg været i en arkitekttegnet svømmehal, og det var så fantastisk. Der var netop træ, også der, hvor man klædte om. Og der var bare så behageligt, at være, også på grund af akustikken, som var blød. Det var et dejligt sådan soft lys, så man var ikke alt for bleg, når man havde været i bad.*

Cafeteria og multifunktionalitet

Kvinder vil gerne forbinde flere aktiviteter, såsom fysisk aktivitet og andre daglige gøremål. Især, når de har familie, skal deres tid prioriteres, og de foretrækker steder, hvor flere muligheder kan forbindes. Der er en del, som ønsker røgfrie lokaler og sund mad i cafeteriaet.

- *Det æstetiske spiller en stor rolle! Hvis haller i højere grad var en del af bybilledet: Naturlig del - ikke afsides liggende, men med indkøbsmuligheder i nærheden som en ny slags kulturcenter.*
- *At faciliteterne ligger tæt på bymæssig bebyggelse. At man kunne få vasket sit tøj, spise et måltid sund mad. At bibliotek og kulturhus samt kropsudfoldende muligheder var tæt forbundne, og man havde mulighed for at være spontan - sige til en ven/veninde: 'Sku vi lige ta' et sæt eller svømme?'*
- *Der skulle være flere rum, hvor man kunne mødes efter træningsturen, og dyrke det sociale, fx flere klublokaler eller et cafeteria. Jeg vil have nogle lyse områder, hvor man kan dyrke idræt især om vinteren.*

Hvad forhindrer den gode oplevelse ved indendørs aktivitet?

Der er signifikant forskel på kønnenes vurdering af, at "idrætsrummet benyttes som gennemgangsrum", "folk fra gaden kan se ind", og at man skal "igennem et offentligt rum for at nå fra omklædningsrum til hal". Kvinderne tillægger disse forhold mere negativ betydning end mændene. Når det gælder idrætsrummets størrelse i forhold til aktiviteten, findes der ingen signifikante forskelle mellem kønnene.

87 % af kvinderne finder det meget negativt, hvis idrætsrummet benyttes som gennemgangsrum, hvilket også generer knap 79 % af mændene (tabel 12). For 62 % af kvinderne er det meget negativt, hvis man kan se ind fra gaden, mens mændene ikke i samme grad er berørt af dette. Kun 36 % tillægger det en negativ betydning.

Tabel 12: Respondenternes vurdering af forskellige faktoreres indflydelse på oplevelsen af træningsstedet, særskilt for mænd og kvinder (procent)

Faktoreres indflydelse på oplevelsen af træningsstedet		Positiv betydning	Uden betydning	Negativ betydning
Ildrætsrummet benyttes som gennemgangsrum	Kvinder N= 714	1,1	11,9	87,0
	Mænd N= 246	2,8	18,3	78,9
	Forskel P=0,005**	1,7 ♂	6,4 ♂	8,1 ♀
At folk fra gaden kan se på dig mens du er aktiv	Kvinder N=719	0,7	37,7	61,6
	Mænd N=247	2,8	61,1	36,0
	Forskel P=0,00*	2,1 ♂	23,4 ♂	25,6 ♀
At man skal igennem et offentligt rum for at nå fra omklædningsrum til aktivitetsrum /hal	Kvinder N= 709	0,6	53,5	46,0
	Mænd N= 244	1,6	61,9	36,5
	Forskel P=0,014*	1,0 ♂	8,4 ♂	9,5 ♀
At aktivitetsrummet er mindre end det, aktiviteten har brug for	Kvinder N= 709	0,9	3,8	95,3
	Mænd N= 244	0,8	6,6	92,6
	Forskel P=0,216	0,1 ♀	2,8 ♂	2,7 ♀
At aktivitetsrummet er større end det aktiviteten har brug for	Kvinder N= 705	28,4	57,9	13,8
	Mænd N= 245	30,2	59,2	10,6
	Forskel P=0,437	1,8 ♂	1,3 ♂	3,2 ♀

At blive set krænker kvindernes blufærdighed, og det er et problem som med tiltagende alder vinder betydning (tabel 13). Kvinder over 51 år er tydeligt mere generet af forestillingen om, at folk kan se ind fra gaden. Det har en negativ betydning for 74 % af kvinderne mod hhv. 55 % og 58 % i de andre aldersgrupper.

Tabel 13: Kvindelige respondenters vurdering af forskellige faktorer indflydelse på oplevelsen af træningsstedet, særskilt for aldersgrupper (procent)

At folk fra gaden kan se på dig mens du er aktiv		Positiv indflydelse	Uden betydning	Negativ indflydelse
Op til 30 år	N=189	1,6	43,9	54,5
31-50 år	N=319	0,6	41,4	58,0
51 år og op	N=207	0,0	25,6	74,4
P=0,000**				

Vigtige argumenter for valget af et træningssted

Det fremgår, at der er mange stemningsfaktorer, som er centrale for den gode idrætsoplevelse. At stemning, serviceniveau og vedligeholdelse er centrale faktorer for brugertilfredsheden fremgår også tydeligt af Knud Larsens analyse af idrætshaller (2005). Kvinder vil føle sig velkomne i lækre vedligeholdte lokaler, og hvis de bliver mødt af veluddannede, dygtige instruktører i et rart miljø. Blandt de forhold, som er vigtige ved træningen, er det især stemningen, der har en stor betydning for kvinder. De vil gerne føle sig trygge i en god atmosfære, få god vejledning og have det sjovt.

Der er forskel i kvinders og mænds ønsker om personlig velvære. Få mænd efterspørger en coach, som er relateret til deres idrætsgren, mens kvinder ønsker en mere helhedsorienteret omsorg. De vil plejes, slappe af og nyde. Over 50 kvinder angiver, at de gerne vil have en personlig træner, en instruktør eller en diætist, som kunne efterkomme deres individuelle behov. Det viser, at idrætsrummet indeholder mere end selve den fysiske aktivitet. Der er et tiltagende behov for at opleve omsorg og opmærksomhed i forbindelse med idrætsudøvelsen, samtidig med, at atmosfæren er behagelig. For kvinder er balance-, afstresnings- og afslapningsaspektet en kvalitet i den fysiske aktivitet, som kan understøttes gennem muligheder som massage eller wellness.

- *Jeg ønsker en afslappet atmosfære blandt de trænende og positive og imødekommende trænere. Indflydelse på holdlektioner i fitnesscentre og mere personlig rådgivning. Lektioner med instruktører - hjælp til helhedsorienteret planlægning af program.*
- *Da mit primære mål med træningen er vægttab, kunne jeg godt tænke mig en personlig træner og kostvejleder, der kan motivere mig og se, om jeg gør det rigtigt. Derudover tilpasser programmet efterhånden, som jeg udvikler mig.*

Især oplevelsen af tryghed, renlighedsniveau og de lydæssige forhold adskiller kønnene, mens forhold som stimulation og atmosfære har samme betydning for de to køn (tabel 14). For 50 % af kvinderne er det meget vigtigt at føle sig tryk, mens kun 26 % mænd prioriterer det højest.

Tabel 14: Respondenternes vurdering af forhold der har betydning, hvis træningsstedet frit kunne vælges, særskilt for mænd og kvinder (procent)

		Meget vigtigt	Vigtigt	Ikke vigtigt
At jeg føler mig tryk	Kvinder N= 716	50,3	43,9	5,9
	Mænd N= 244	25,8	57,8	16,4
	Forskel P=0,00**	24,5 ♀	13,9 ♂	10,5 ♂
At jeg føler mig stimuleret af omgivelserne	Kvinder N=709	35,8	53,0	11,1
	Mænd N=241	29,5	56,8	13,7
	Forskel P=0,165	6,3 ♀	3,8 ♂	2,6 ♂
Atmosfæren	Kvinder N= 720	52,4	43,9	3,8
	Mænd N= 243	45,3	50,6	4,1
	Forskel P=0,159	7,1 ♀	6,7 ♂	0,3 ♂
At jeg kan forbinde forskellige aktiviteter	Kvinder N= 702	21,5	33,5	45,0
	Mænd N= 245	22,4	42,9	34,7
	Forskel P=0,011*	0,9 ♂	9,4 ♂	10,3 ♀
Rengøringsniveauet	Kvinder N= 715	52,2	44,1	3,8
	Mænd N= 245	37,6	53,5	9,0
	Forskel P=0,00**	14,6 ♀	9,4 ♂	5,2 ♂
Lydmæssige forhold	Kvinder N= 702	38,3	53,3	8,4
	Mænd N= 242	23,6	60,7	15,7
	Forskel P=0,00**	14,7 ♀	7,4 ♂	7,3 ♂
Udsyn til omgivelserne, naturlig belysning	Kvinder N= 703	17,6	50,4	32,0
	Mænd N= 245	11,0	51,0	38,0
	Forskel P=0,031*	6,6 ♀	0,6 ♂	6,0 ♂

Renlighed er et meget vigtigt emne for 52 % af kvinderne mod 38 % af mændene, og de lydæssige forhold er vigtigere for kvinder (38 %) end for mænd (24 %).

- *Jeg synes ikke, det er så fedt at være et sted, hvor der er glasvægge, så folk kan stå og kigge ind, mens man ligger der og puster. Jeg kan bedst lide rum, hvor der er lukket.*

I en aldersopdelte analyse viser det sig, at tryghed har størst betydning for de unge kvinder, mens betydning af rengøringen og betydningen af lydæssige forhold tiltager med alderen (bilagstabel 16-18).

Ønske om renlighed

En af hypoteserne for undersøgelsen er, at renlighedsniveauet på idrætssteder er en central faktor for kvinders tilfredshed med idrætsaktiviteten. Denne tese støttes i både den kvantitative del (se tabel 14) af undersøgelsen og i de individuelle kommentarer.

- *Jeg har gået på aftenskole, og det var i en gymnastiksal, og der ligger man der nede på gulvet og laver øvelser på nogle madrasser, der lugter af sure tæer, og så er der nullermænd, der farer hen over gulvet.*
- *Der må gerne være et vist rengøringsniveau og rare omgivelser. Det behøver ikke være super luksus, bare, at det er rent eller ikke lugter for meget.*
- *Der skal simpelthen være rent. Og det må ikke overhovedet se bare små smudset ud. Det skal gøres rent flere gange om dagen, for at det er i orden*
- *Noget af det vigtigste på sådan en badeanstalt det er altså renheden.*
- *Renligheden betyder faktisk meget. Det er virkelig noget, der demotiverer en, hvis man kommer ind i en sal, hvor spejlene er møgbeskidte, og man bare kan se, at der ikke er blevet støvsuget i flere dage. Det er sådan noget, man snakker om ude i omklædningsrummet, hvis man synes der er beskidt.*

At have plads

Men der skal også være plads nok til at udfolde sig. Lokalerne skal ikke være for små, og spinningscyklerne skal helst ikke står alt for tæt på hinanden.

- *Det gælder både i spinningsrummet og aerobicsalen og for så vidt også i fitness. Man gider ikke stå i kø for at komme til maskinerne. Der skal være noget luft, man vil ikke komme hinanden ved.*
- *Jeg dyrker jo svømning, fordi jeg føler et enormt stort velbehag både kropslig og psykisk. Så kan man jo godt blive forstyrret, hvis der er alt for mange, så man ikke kan få lov til at gå op i ens kropsrytme. Men skal hele tiden navigere mellem de andre, så der ligger en stor hæmsko, hvis der ikke er plads nok.*
- *Ja selve rummet må godt have en rimelig størrelse, men det kommer jo også an på, hvad man laver. Hvis man laver aerobic eller yoga, så må rummene godt være så store, at der er plads, altså at man ikke står og støder ind i hinanden.*
- *Lokalerne er små, især spinningslokalet er meget meget småt. Vi sidder simpelthen for tæt, så det kan godt være lidt irriterende. Man sidder næsten og sveder på hinanden, det er jo ikke så godt.*

Udendørs aktiviteter - alene

Barrierer

Kvinder har mange barrierer i forbindelse med udendørs aktivitet. I de fleste kategorier, hvor idrætten udøves *alene*, er der tale om højt signifikante forskelle på mænd og kvinder.

For over 70 % af kvinderne er det en stor barriere eller en barriere, at området ligger afsides og isoleret, mens det for 62 % af mændene er uden betydning (tabel 15). Der er ligeledes en forskel med henblik på, hvor forsømt området virker. Det er for 28 % af mændene uden betydning, mens knap 15 % af kvinderne har den holdning. Lidt under 61 % af mændene mener, at det er uden betydning, at området er mennesketomt. Det gælder kun for 30 % af kvinderne. At der er begrænset lys i området, er for 45 % af kvinderne en stor barriere mod knap 16 % af mændene. Også frygten for at komme til skade ser ud til at være en kvindelig bekymring. I hvert fald er det for 32 % af kvinderne en stor barriere over for 14 % af mændene. Endnu større er frygten for at blive overfaldet, som anses for en stor barriere for 40 % af kvinderne, men kun for 15 % af mændene. At blive set af andre, mens man dyrker idræt, er for 7 % af kvinderne en stor barriere, men kun for 1 % af mændene.

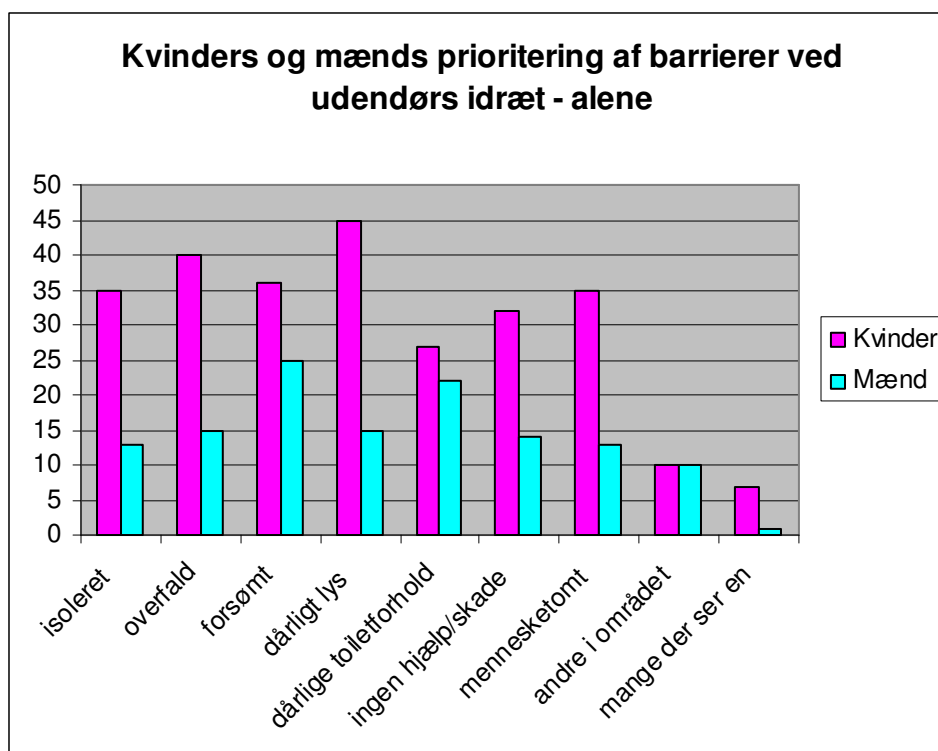
De eneste to områder, hvor der ikke er signifikante forskelle, er manglen på toiletter/dårlige toilet forhold (som 22 % af mændene og 27 % af kvinderne oplever som en stor barriere), og tilstedeværelsen af folk med andre gøremål i idrætsområdet (som knap 10 % af mænd og kvinder oplever som en barriere).

Tabel 15: Respondenternes opfattelse af barrierer ved udendørs aktivitet på egen hånd, særligt for mænd og kvinder (procent)

Udendørs aktivitet <u>alene</u>		Stor barriere	Barriere	Uden betydning
Området ligger afsides og isoleret	Kvinder N= 708	35,0	36,4	28,5
	Mænd N= 240	13,3	24,6	62,1
	Forskel P=0,00**	21,7 ♀	11,8 ♀	33,6 ♂
Området ser forsømt ud	Kvinder N=704	35,9	49,4	14,6
	Mænd N=239	25,1	46,9	28,0
	Forskel P=0,00**	10,8 ♀	2,5 ♀	13,4 ♂
Området virker mennesketomt	Kvinder N= 710	34,8	34,6	30,6
	Mænd N= 239	12,6	26,8	60,7
	Forskel P=0,00**	22,2 ♀	7,8 ♀	30,1 ♂
Begrænset lys i området	Kvinder N= 705	45,4	43,4	11,2
	Mænd N= 241	15,8	53,9	30,3
	Forskel P=0,00**	29,6 ♀	10,5 ♂	19,1 ♂
Mangel på toilet eller dårlige toiletforhold	Kvinder N= 710	27,3	31,4	41,3
	Mænd N= 243	22,6	33,7	43,6
	Forskel P=0,355	4,7 ♀	2,3 ♂	2,3 ♂
Frygt for at falde/komme til skade uden at kunne få hjælp	Kvinder N= 706	32,2	36,5	31,3
	Mænd N= 243	14,4	40,7	44,9
	Forskel P=0,00**	17,8 ♀	4,2 ♂	13,6 ♂
Der er for mange, der kan se mig, når jeg træner	Kvinder N= 699	7,2	27,6	65,2
	Mænd N= 241	1,2	16,2	82,6
	Forskel P=0,00**	6,0 ♀	11,4 ♀	17,4 ♂
Frygt for at blive overfaldet	Kvinder N= 702	40,3	36,9	22,8
	Mænd N= 242	15,3	26,0	58,7
	Forskel P=0,00**	25 ♀	10,9 ♀	35,9 ♂
Andre er primært i området med andre gøremål	Kvinder N= 700	9,7	30,0	60,3
	Mænd N= 240	10,4	30,0	59,6
	Forskel P=0,949	0,7 ♂	0,0	0,7 ♀

Den store forskel mellem kønnene træder endnu stærkere frem ved en grafisk fokusering på det, deltagerne angiver som ”stor barriere” (figur 4).

Figur 4: Kvinders og mænds største barrierer – ved udendørs idræt alene.



Tryghed

- *Nu er jeg bare så heldig, at jeg bor lige op ad en skov. Der er jo et perfekt stisystem, så det er dejligt. For det er ikke sådan helt natur, som godt kunne gøre mig lidt bange, fordi man er helt alene, men her er der en vis sikkerhed i at gå under velordnede forhold. Om aften har jeg dog ikke så meget lyst til at være der, jeg føler mig tryggere i lyset.*
- *Inde i byen, der løb jeg også, når det var mørkt. Ikke i parker og sådan noget, der havde jeg det ikke fedt, men på gaderne kunne jeg godt. Men herude løber jeg ikke om aftenen. Det er jeg ikke tryk ved.*
- *Jeg løber mest omkring søerne, man ved, hvor langt der er, og der er masser af mennesker, så man føler sig ikke utryk. Om dagen kunne jeg også godt løbe i Frederiksberg have, men der vil jeg så ikke løbe om aftenen.*
- *Men jeg har da tænkt på det med utryghed, at jeg ikke bryder mig om at løbe steder, jeg ikke kender eller øde steder, hvor det er meget mørkt, det bryder jeg mig ikke så meget om.*

En aldersopdelte analyse (tabel 16-18) viser, at alle faktorer knyttet til angst får større betydning med alderen. Et isoleret liggende område er for 21 % af de yngre kvinder en stor barriere over for 44 % af de ældre kvinder (tabel 16). Denne forskel ses ikke hos mændene ($P=0,66$). Også et forsømt

(tabel 17) eller et mennesketomt (tabel 18) område er for de yngre kvinder en mindre barriere end for de ældre. Det samme billede ses hos mændene (bilagstabel 19 og 20). Især de ældre kvinder over 51 år (41 %) er bange for at komme til skade uden at kunne få hjælp (tabel 19). Det er for kun 27 % af de yngre kvinder et problem. Denne forskel ses ikke hos de mandlige respondenter (P=0,86).

Tabel 16: Kvindernes opfattelse af barrierer ved udendørs aktivitet på egen hånd, særskilt for aldersgrupper (procent)

Området ligger afsides/isoleret		Stor barriere	Barriere	Uden betydning
Op til 30 år	N=183	20,8	41,0	38,3
31-50 år	N=320	37,2	35,6	27,2
51 år og op	N=210	44,3	33,8	21,9
P=0,000**				

Tabel 17: Kvindernes opfattelse af barrierer ved udendørs aktivitet på egen hånd, særskilt for aldersgrupper (procent)

Området ser forsømt ud		Stor barriere	Barriere	Uden betydning
Op til 30 år	N=183	27,3	51,9	20,8
31-50 år	N=317	36,3	50,8	12,9
51 år og op	N=200	44,0	45,0	11,0
P=0,000**				

Tabel 18: Kvindernes opfattelse af barrierer ved udendørs aktivitet på egen hånd, særskilt for aldersgrupper (procent)

Området virker mennesketomt		Stor barriere	Barriere	Uden betydning
Op til 30 år	N=184	25,5	34,2	40,2
31-50 år	N=317	37,2	35,3	27,4
51 år og op	N=205	40,0	33,2	26,8
P=0,006**				

Tabel 19: Kvindernes opfattelse af barrierer ved udendørs aktivitet på egen hånd, særskilt for aldersgrupper (procent)

Frygt for at komme til skade uden at kunne få hjælp		Stor barriere	Barriere	Uden betydning
Op til 30 år	N=184	27,2	40,2	32,6
31-50 år	N=319	29,5	36,4	34,2
51 år og op	N=199	41,2	33,2	25,6
P=0,022*				

Toiletter – et fælles anliggende

Kønnene enes med alderen i deres bekymring for manglende eller dårlige toiletforhold. 39 % af kvinderne over 51 år og 31 % af mændene over 51 år oplever det som en stor barriere, mens det for 48 % af de yngre kvinder og 52 % af de yngre mænd er uden betydning (tabel 20 og 21).

Tabel 20: Kvindernes opfattelse af barrierer ved udendørs aktivitet på egen hånd, særskilt for aldersgrupper (procent)

Mangel på toilet/dårlige toiletforhold		Stor barriere	Barriere	Uden betydning
Op til 30 år	N=184	19,0	33,2	47,8
31-50 år	N=318	24,5	33,3	42,1
51 år og op	N=204	38,7	27,0	34,3
P=0,000**				

Tabel 21: Mændenes opfattelse af barrierer ved udendørs aktivitet på egen hånd, særskilt for aldersgrupper (procent)

Mangel på toilet/dårlige toiletforhold		Stor barriere	Barriere	Uden betydning
Op til 30 år	N=63	19,0	28,6	52,4
31-50 år	N=115	19,1	30,4	50,4
51 år og op	N=64	31,3	45,3	23,4
P=0,005*				

Ønsker i forhold til træningsmuligheder udendørs

Spørges deltagerne, hvad de vil ønske sig af udendørs arealer, så er det stisystemer, der står øverst på ønskelisten, både som løbestier, naturstier og cykelstier. Ønskerne omhandler både belægningens karakter og kvalitet, vedligeholdelse og belysning, orienteringsmuligheder og ikke mindst behovet om at have toiletter i friluftsområder.

- *Jeg løber og bor midt i København, så det ville være dejligt med nogle stier, der førte til grønne områder, så man undgår de store trafikerede veje! Mere lys i parker om vinteren/aftenen.*
- *Jeg ønsker stier til at løbe på langs landevejen - bor langt ude på landet.*
- *Altså stisystemer og sådan noget. Det ville være godt. Men der skulle være forskellige ruter, måske 7 forskellige, og så kunne man løbe 5 km. eller 8, eller så man ikke hele tiden løb den samme rute, det gør man nemlig.*
- *At der var skabt stisystemer, hvor belægningen er blødere og dermed ikke så hård at løbe på.*

- *Ja det kunne være fedt med løberuter, hvor man ikke hele tiden skulle tænke på, at der var rødt, og at der måske ikke var så mørkt, det ville da være super. Og med belægningen, hvis man lavede ruter med grus for eksempel, så man ikke skulle løbe på asfalt. Måske, hvis man nu er ude i ønskerne, måtte det gerne være lidt kuperet, så der var lidt afveksling, så man ikke bare løb rundt på fortovene, men kunne løbe op og ned ad bakke.*
- *Jeg vil gerne have lov til at køre på rulleskøjter på cykelstien og have, at cykelstierne er ordentligt asfalterede, og at der ikke ligger grus, grene og andet.*
- *Jeg savner lys om vinteren, og at der blev ryddet sne på naturstierne!!*
- *Mht. cykling ville ryddede cykelstier uden huller være nummer et. .*
- *Jeg savner åbne toiletter om vinteren i forbindelse med friluftsområder, badeanstalter og løbeområder.*

Kvinder på landet er mindre bange

Der er en signifikant forskel på kvinder fra forskellige bystørrelser, hvad angår frygten for at blive overfaldet, når der dyrkes idræt udendørs på egen hånd (tabel 22). Her skiller kvinder fra mindre byer/på landet sig ud, hvor 32 % angiver, at denne frygt ikke er til stede, mod 17 % kvinder fra København/større provinsbyer. Kvinder i byen er altså mere angst for overfald.

Tabel 22: Respondenters frygt for at blive overfaldet ved udendørs træning alene set i forhold til by, særskilt for kvinder i forskellige bystørrelser (procent)

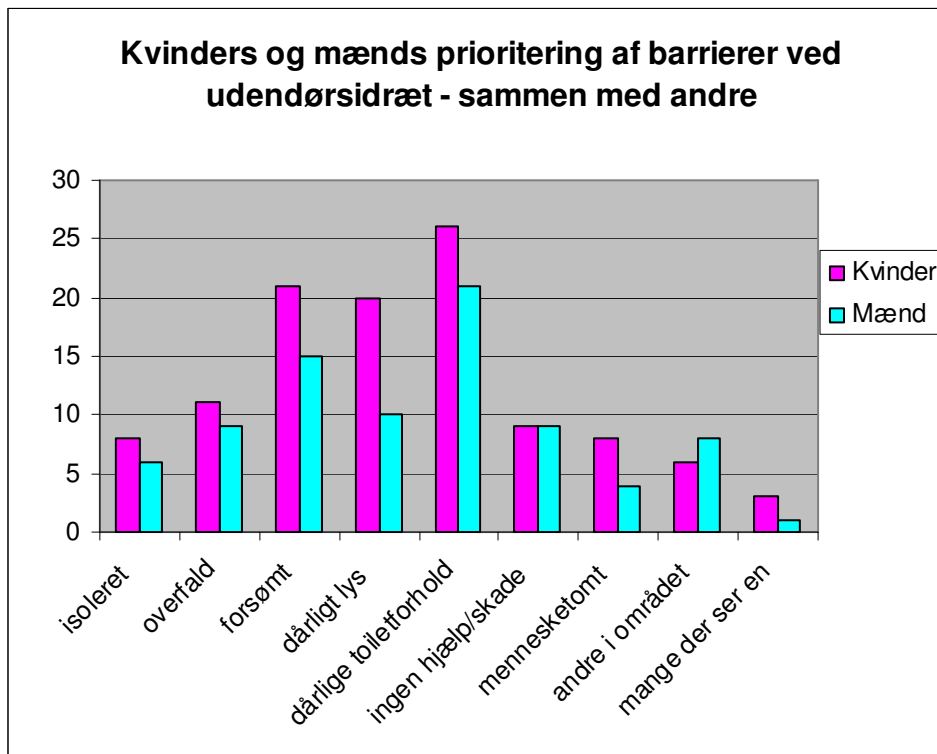
Frygt for at blive overfaldet ved udendørs aktivitet alene		Stor barriere	Barriere	Uden betydning
København/større provinsby	Kvinder N= 215	42,3	40,5	17,2
Middelstor provinsby	Kvinder N=279	41,3	37,0	21,7
Mindre byer/på landet	Kvinder N= 156	35,8	32,1	32,1
<i>P=0,015*</i>				

Udendørs Aktiviteter – sammen med andre

Et spørgsmål i undersøgelsen var, om barriererne ved udendørsidræt er de samme, når man er sammen med andre. Det måtte forventes, at kvinder føler sig mere trygge, når de er sammen med andre. De viser sig også, at der næsten ingen signifikante forskelle er på mænd og kvinder, når de er sammen med andre (figur 5). Et afsides eller mennesketomt område, som for 35 % af kvinderne er en stor barriere, når de er alene (figur 4), er kun for 7,5 % af kvinderne en stor barriere, når de er sammen med andre. Kun for faktorerne ”begrænset lys i området” (en stor barriere for 20 % af

kvinderne og 11 % af mændene), ”frygten for at blive overfaldet” (uden betydning for 75 % af mændene og 61 % af kvinderne) og ”for mange, der kan se en” (uden betydning for 88 % af mændene og 78 % af kvinderne) er der stadig signifikante forskelle. Kvinder føler sig altså mere trygge, når de er sammen med andre (se også bilagstabel 21).

Figur 5: Kvinders og mænds største barrierer – ved udendørs idræt sammen med andre.



5. Sammenfatning og perspektivering

Kvinder har andre ønsker end mænd, og de oplever og vurderer idrætsområder anderledes. Kvinder ønsker nye faciliteter og bedre vedligeholdte faciliteter. De stiller krav om renlighed og kvalitet, om respons, tryghed og velvære.

Formålet med undersøgelsen var at analysere:

- Forskelle i ønsker til udformningen af indendørs- og udendørsfaciliteter
- Forskelle i psykologiske opfattelser af idrætsfaciliteter
- Forskelle i demografiske aspekter i forhold til eventuelle barrierer

Der kan dokumenteres centrale forskelle på kvinder og mænd på en række af disse områder, men det kan også konstateres, at mænd og kvinder på mange punkter ligner hinanden i deres forventninger til bevægelsesfaciliteter. Ud fra undersøgelsen kan der overordnet konkluderes, at der findes:

Lighed mellem kønnene

- Enighed i motivation for at være fysisk aktiv
Hovedmotivation for at være fysisk aktiv er for alle respondenter et bedre helbred, glæden ved aktiviteten, et ønske om at koble af og at være social sammen med andre.
- Enighed om faciliteternes betydning for oplevelsen af den ”gode aktivitet”
For at opleve fysisk aktivitet som en ”god aktivitet” er det først og fremmest idrætsrummet, der er centralt, derefter omklædningsrummet. Faktorer som adgangsforhold, cafeteria, klublokaler eller fordelingsarealer er af underordnet betydning.
- Enighed om at prioritere omklædningsrummet som det område, der trænger mest til forandring
Omkledekningsrummet trænger til renovering. Der mangler rengøring, brusere, skabe og plads i det hele taget.
- Enighed om, at manglende eller dårlige toiletforhold er en barriere for udendørsidræt
At have gode toiletforhold er et behov, som tiltager med alderen – for begge køn.

Forskel mellem kønnene

- Signifikante forskelle på de psykologiske faktorer
Kvinder prioriterer både tryghed og intimitet meget højt. De oplever forholdene som dårlige, hvis der mangler lys, der er mennesketomt, eller der findes et højt støjniveau.
- Signifikante forskelle på en række områder i forhold til faciliteternes indretning ved indendørs aktivitet
Kvinder er mere følsomme over for rum, der benyttes som gennemgangsrum, eller hvor folk fra gaden kan se ind.
- Signifikante forskelle i forhold til barrierer ved udendørs aktivitet
Dårligt lys er den største barriere for udendørs idræt, men også afsides liggende, mennesketomme områder og angsten for overfald afholder kvinder fra at dyrke idræt udendørs. For mænd er det forsømte områder og dårlige toiletforhold, der er de største barrierer.
- Signifikante forskelle i kravene til idrætsaktivitetens tilgængelighed
Kvinder har brug for en større fleksibilitet i tilgængeligheden af idrætsrummet, især med henblik på åbningstider og på beliggenhed af idrætsstedet i forhold til hjemmet. Også prisen spiller en større rolle end for mænd.
- Signifikante forskelle i mødrenes og fædrenes krav til idrætsfaciliteten, afhængig af deres børns alder
For kvinder med børn under 9 år er det vigtigt selv at være aktiv på idrætsstedet, mens deres børn træner eller er aktive, og der er samtidig et behov for, at børnene kan blive passet, mens moderen er fysisk aktiv.

Forskelle mellem andre faktorer

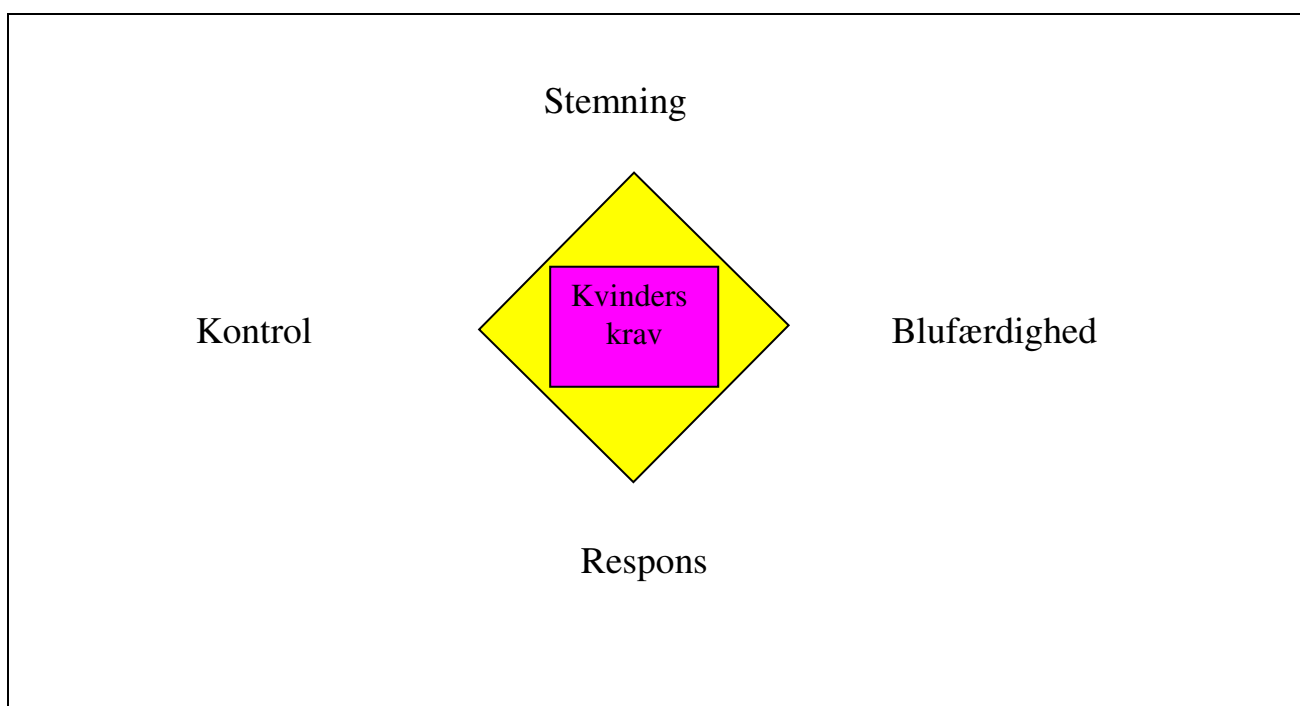
- Signifikante forskelle mellem bystørrelse og idrætsudøvelse
Kvinder på landet er mindre bange for at blive overfaldet end kvinder i større byer. Der er langt flere kvinder på landet, der træner i skoven eller grønne områder end mænd.
- Signifikante forskelle mellem aktivitetssteder
Flere mænd træner udendørs på anlagte baner, mens flere kvinder træner indendørs i en gymnastiksal.

Forskel inden for kvindegruppen

- Signifikante forskelle mellem aldersgrupperne med henblik på tilgængelighed
Kvinder mellem 31 og 50 stiller særlig store krav til åbningstidernes fleksibilitet, mens de yngste kvinder stiller større krav til prisen.
- Signifikante forskelle mellem aldersgrupperne med henblik på krav til udformning af indendørsfaciliteter
For de yngste kvinder er idrætsrummets udformning meget vigtig, mens udformningen af cafeteriaet er vigtigere for de ældre kvinder. Jo ældre kvinder bliver, jo mere er de generet af forestillingen om, at folk kan se ind fra gaden. Tryghed er vigtigere for de yngre kvinder, mens følsomheden overfor lyd og støj tiltager med alderen.
- Signifikante forskelle mellem aldersgrupperne med henblik på barrierer ved udendørsaktiviteter
Angsten tiltager med alderen, både når det handler sig om at opholde sig i et mennesketømt, forsømt og isoleret område. Også angsten for at komme til skade uden at kunne få hjælp er mest udpræget blandt de ældste kvinder i undersøgelsen.

Vurdering af resultaterne

Undersøgelsen tog som nævnt udgangspunkt i formuleringen af fire hypoteser, og resultaterne viser, at disse hypoteser kan danne orienteringspunkter i en nyformulering af kvindespecifikke krav til bevægelsens rum.



Stemning

Samklang med omgivelserne er udtryk for den rette stemning i et rum. Hvordan et rum opfattes afhænger af mange faktorer. Det kan være sanseindtryk som lyd, lugt, lys og materiale. Det kan også være en fornemmelse af, om rummet opleves som passende i forhold til aktiviteten. En idrætshal med højt til loftet, ekkodannelse og lysstofrør skaber næppe stemning til blid afspændingsmusik og yoga. Et gulv fyldt med nullermænd fratager lysten til at læne sig afslappet tilbage.

Kontrol

En central forskel mellem mænd og kvinder er deres oplevelse af faren for at tabe kontrol. At føle sig utryk i et område eller på en løbesti manifesterer sig som en angst for en mulig grænseoverskridelse og i form af et fysisk overgreb. Når fx et løbeområde er bevokset med buske og mangler belysning, stiger i kvindernes bevidsthed risikoen for at tabe kontrol, og i samme takt forsvinder lysten ved bevægelsen. Angsten er særlig stor, når kvinder er alene, og den mindskes, når de er sammen med andre.

Blufærdighed

Mens ønsket om kontrol især omfatter angsten for den fysiske grænseoverskridelse, så omhandler blufærdighed angsten for en potentiel krænkelse af intimsfæren. Ligger man på ryggen på gulvet og laver pilatesøvelser, føler man sig udstillet på en anden måde, end hvis man træner med vægte. Vægttræning symboliserer styrke, mens gymnastiske øvelser, der skal fremme fordybelse eller smidighed, gør en mere sårbar for andres blikke. Det er især ældre kvinder, der bliver forstyrret af denne ”synlighed”. Intimsfæren kan også generes af at høre sidemandens stønnen i fitnesscenterets maskinafdeling ved en for tæt placering af træningsredskaberne. Det opleves som en indtrængen i ens private rum.

Respons

Mange kvinder giver udtryk for et ønske om en personlig træner og et godt serviceniveau på de steder, de træner. Det afspejler bl.a., at idrætstid er en kostbar tid for kvinder (især med børn), fordi de er mere afhængige af faktorer som tilgængelighed og fleksibilitet. Derfor vil kvinder gerne have så meget udbytte som muligt af tidsanvendelsen. I oplevelsen indgår fitnessinstruktørens interesse på lige fod med muligheden for at sidde et rart sted efter idrætten. Også faktorer som renlighed på stedet, varmt vand i bruserne og store skabe i omklædningsrummet indgår i oplevelsen.

6.Litteratur

- Altman, I. & Wohlwill, J.F. (1977). *Human behaviour and environment*. New York: Plenum.
- Bille, T. et al. (2004). Danskernes kultur- og fritidsaktiviteter. Amternes og Kommunernes Forskningsinstitut.
- Canter, D. (1974). *Psychology for Architects*. London: Applied Science Publishers.
- Flade, A. et al. (red.) (1993). *Mädchen in der Stadtplanung*. Bolzplätze und was sonst? Weinheim: Dt. Studienverlag.
- Ittelson, W.H. et al. (1974). *An introduction to Environmental Psychology*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Kennedy, Margrit I. (1982). Towards a Rediscovery of 'Feminine' Principles in Architecture and Planning. I: Margrit Eichler ogd Hilda Scott (red.). *Women in Futures Research*. New York: Pergamon Press, 75-81.
- Larsen, K. (2003). Den tredje bølge – på vej mod en bevægelseskultur. LOA-skriftrække.
- Larsen, K. (2005). Brugerindflydelse & brugertilfredshed – ved brugen af idrætsanlæg. Rapport www.loa-fonden.dk
- Rendell, J. & Penner, B. & Borden, I. (1999). *Gender Space Architecture. An Interdisciplinary Introduction*. Routledge.
- Trangbæk, E. (1997). Gender in Modern Society. Femininity, Gymnastics and Sport. *International Journal of the History of Sport*, Vol. 14, No. 3 Dec. 1997.

7. Bilag

Bilagstabel 1: Respondenternes kønsfordeling (procent)

Køn	Antal	Procent
Kvinde	758	74,6
Mand	258	25,4
Total	1016	100

Bilagstabel 2: Respondenternes fordeling på alder 3-kategorier, særskilt for mænd og kvinder (procent)

Alder	Kvinder	Mænd
Op til 30 år	25,1	25,2
31 – 50 år	43,7	45,7
51 og op	31,0	28,7
Alder ukendt	0,7	0,4
Procent i alt	100	100
N = 1016	758	258
P = 0,838		

Bilagstabel 3: Respondenternes erhvervsfordeling, særskilt for mænd og kvinder (procent)

Erhverv	Kvinder	Mænd
Studerende	18,1	15,5
Undervisning og forskning	9,4	8,9
Pleje og pasning	9,0	2,3
Sundhed	13,7	3,1
Finans og handel	14,9	9,3
Kommunikation	4,0	5,8
Håndværker/landbrug	1,2	14,0
Kommunal service	3,6	0,8
Transport- og byggesektor	0,3	2,3
Selvstændig erhvervsdrivende	1,2	1,9
Pensionist	13,1	12,4
Andet	9,9	22,9
Uoplyst	1,8	0,8
Procent i alt	100	100
N=1016	758	258
P=0,00**		

Bilagstabel 4: Antal hjemmeboende børn, særskilt for mænd og kvinder (procent)

	Kvinde	Mand	Forskel
0 Hjemmeboende børn	63,3	64,7	1,4 ♂
1 Hjemmeboende barn	12,8	11,6	1,2 ♀
2 Hjemmeboende børn	19,3	17,8	1,5 ♀
3 Hjemmeboende børn	4,4	4,3	0,1 ♀
4 Hjemmeboende børn	0,3	1,6	1,3 ♂
Procent I alt	100	100	
N= 1016	758	258	
P> 0,05 NS			

Bilagstabel 5: Antal og alder på hjemmeboende børn, særskilt for mænd og kvinder (procent)

	Kvinde		Mand		Forskel
	Antal børn	Procent	Antal børn	Procent	
0-2 År	38	7,7	20	12,0	4,3 ♂
3-5 År	65	13,2	22	13,2	0,0
6-8 År	78	15,8	29	17,4	1,6 ♂
9-11 År	83	16,8	26	15,6	1,2 ♀
12-14 År	87	17,7	27	16,2	1,5 ♀
15- Op	142	28,8	43	25,8	3,0 ♀
Total	493	100	167	100	
N= 369	278		91		
P> 0,05 NS					

Bilagstabel 6: Respondenternes hyppighed i dyrkelsen af fysisk aktivitet, særskilt for mænd og kvinder (procent)

Fysisk aktivitet	Kvinder	Mænd
Dagligt	30,9	33,5
Flere gange om ugen	62,9	60,3
Højst en gang om uge	6,3	6,2
Procent i alt	100	100
N= 1010	752	257
P=0,733 NS		

Bilagstabel 7: Dyrker respondenterne selvorganiseret idræt? Særskilt for mænd og kvinder (procent)

Dyrker selvorganiseret idræt	Kvinde	Mand
Ja	86,7	77,9
Nej	13,3	22,1
Procent i alt	100	100
N= 1016	758	258
P<0.05*		

Bilagstabel 8: Andel af respondenterne der dyrker idræt/motion udendørs, særskilt for mænd og kvinder (procent)

Dyrker idræt udendørs	Kvinde	Mand
Ja	87,3	86,4
Nej	12,7	13,6
Procent i alt	100	100
N= 1016	758	258
P>0,05 NS		

Bilagstabel 9: Respondenter fra forskellig bystørrelse og træning i skoven/grønne områder & træning på byens veje, fortorve og pladser. Procentangivelserne er angivet som procent indenfor hver bystørrelses kategori, særskilt for mænd og kvinder (procent)

		København/ større provins by	Middelstor provinsby	Mindre byer/ på landet
Træning i skoven/ grønne områder	Kvinder N= 497	62,1	64,7	71,4
	Mænd N= 156	70,8	61,7	49,3
	Forskel Køn <i>P<0,05*</i>	8,7 ♂	3 ♀	22,1 ♀
Træning på byens veje, fortorve og pladser	Kvinder N= 394	59,8	50,9	44,9
	Mænd N= 115	53,9	48,3	30,1
	Forskel køn <i>P<0,05*</i>	5,9 ♀	2,6 ♀	14,8 ♀

Bilagstabel 10: De mandlige respondenters opfattelse af tilgængelighedsfaktorerne åbningstid/træningstidspunkt, særskilt for aldersgrupper (procent)

1. Åbningstid/træningstidspunkt		Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
Op til 30 år	N= 63	34,9	46,0	19,0
31-50 år	N=118	50,0	36,4	13,6
51 år og op	N=71	23,9	56,3	19,7
P=0.01*				

Bilagstabel 11: De mandlige respondenters opfattelse af prisen, særskilt for aldersgrupper (procent)

4. Pris		Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
Op til 30 år	N=63	20,6	52,4	27,0
31-50 år	N=108	11,1	45,4	43,5
51 år og op	N=58	3,4	51,7	44,8
P=0,021*				

Bilagstabel 12: Særlige krav til idrætsfaciliteten hos respondenterne med hjemmeboende børn, særskilt for mænd og kvinder (procent)

		Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
At mine børn kan dyrke idræt/lege/læse lektier samme sted, mens jeg er fysisk aktiv	Kvinder N= 255	10,2	18,8	71,0
	Mænd N= 86	9,3	29,1	61,6
	Forskel P=0,134	0,9 ♀	10,3 ♂	9,4 ♀
At jeg selv kan være aktiv på idrætsstedet, mens børnene træner	Kvinder N=249	8,4	21,3	70,3
	Mænd N=87	8,0	26,4	65,5
	Forskel P=0,613	0,4 ♀	5,1 ♂	4,8 ♀
At mine børn kan blive passet på idrætsstedet, mens jeg er fysisk aktiv	Kvinder N= 252	6,7	11,5	81,7
	Mænd N= 87	3,4	21,8	74,7
	Forskel P=0,039*	3.3 ♀	10.3 ♂	7.0 ♀

Bilagstabel 13: Forhold der har betydning for oplevelsen af "den gode aktivitet" for de kvindelige respondenter, særskilt aldersgrupper (procent)

Idrætsrummets udformning/indretning		Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
Op til 30 år	N=188	27,7	59,6	12,8
31-50 år	N=312	29,5	48,1	22,4
51 år og op	N=212	17,9	57,5	24,5
P=0,001**				

Bilagstabel 14: Forhold der har betydning for oplevelsen af "den gode aktivitet" for de kvindelige respondenter, særskilt aldersgrupper (procent)

Cafeteriet udformning/indretning		Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
Op til 30 år	N=187	0,5	16,0	83,4
31-50 år	N=298	1,3	13,4	85,2
51 år og op	N=162	6,2	19,8	74,1
P=0,001**				

Bilagstabel 15: Forhold der har betydning for oplevelsen af "den gode aktivitet" for de kvindelige respondenter, særskilt aldersgrupper (procent)

Adgangsforholdenes udformning/indretning udendørs		Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
Op til 30 år	N=184	4,3	39,7	56,0
31-50 år	N=307	10,4	43,6	45,9
51 år og op	N=174	14,4	47,1	38,5
P=0,002*				

Bilagstabel 16: Forhold der har betydning for valg af et træningssted for de kvindelige respondenter, særskilt aldersgrupper (procent)

At jeg føler mig tryk		Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
Op til 30 år	N=188	60,1	37,8	2,1
31-50 år	N=316	49,7	42,4	7,9
51 år og op	N=207	43,0	51,7	5,3
P=0,002*				

Bilagstabel 17: Forhold der har betydning for valg af et træningssted for de kvindelige respondenter, særskilt aldersgrupper (procent)

Rengøringsniveauet		Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
Op til 30 år	N=189	43,4	48,7	7,9
31-50 år	N=318	56,3	41,2	2,5
51 år og op	N=203	54,7	44,3	1,0
P=0,000**				

Bilagstabel 18: Forhold der har betydning for valg af et træningssted for de kvindelige respondenter, særskilt aldersgrupper (procent)

Lydmæssige forhold		Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
Op til 30 år	N=187	34,2	49,7	16,0
31-50 år	N=318	37,1	56,0	6,9
51 år og op	N=193	44,6	51,8	3,6
P=0,000**				

Bilagstabel 19: Respondenters frygt for forsømte områder ved udendørs træning alene set i forhold til by, særskilt for mændene i forskellige aldersgrupper (procent)

Området ser forsømt ud		Stor barriere	Barriere	Uden betydning
Op til 30 år	N=63	15,9	57,1	27,0
31-50 år	N=114	19,3	46,5	34,2
51 år og op	N=61	44,3	37,7	18,0
P=0,001**				

Bilagstabel 20: Respondenters frygt for mennesketomme områder ved udendørs træning alene set i forhold til by, særskilt for mænd i forskellige aldersgrupper (procent)

Området virker mennesketomt		Stor barriere	Barriere	Uden betydning
Op til 30 år	N=63	7,9	22,2	69,8
31-50 år	N=114	8,8	29,8	61,4
51 år og op	N=61	23,0	26,2	50,8
P=0,032*				

Bilagstabel 21: Respondenternes opfattelse af barrierer ved udendørs aktivitet med andre, særsklit for mænd og kvinder (procent)

Udendørs aktivitet <u>sammen med andre</u>		Stor barriere	Barriere	Uden betydning
Området ligger afsides og isoleret	Kvinder N= 690	7,5	24,5	68,0
	Mænd N= 235	5,5	21,7	72,8
	Forskel P=0,34	2,0 ♀	2,8 ♀	4,8 ♂
Området ser forsømt ud	Kvinder N=684	21,2	51,9	26,9
	Mænd N=235	15,3	52,8	31,9
	Forskel P=0,98	5,9 ♀	0,9 ♂	5,0 ♂
Området virker mennesketomt	Kvinder N= 684	7,5	18,6	74,0
	Mænd N= 233	3,9	17,6	78,5
	Forskel P=0,135	3,6 ♀	1,0 ♀	4,5 ♂
Begrænset lys i området	Kvinder N= 682	20,1	55,6	24,3
	Mænd N= 236	10,6	55,1	34,3
	Forskel P=0,00**	9,5 ♀	0,5 ♀	10,0 ♂
Mangel på toiletforhold eller dårlige toiletforhold	Kvinder N= 689	26,4	35,7	37,9
	Mænd N= 239	20,9	43,1	36,0
	Forskel P=0,087	5,5 ♀	7,4 ♂	1,9 ♀
Frygt for at falde/komme til skade uden at kunne få hjælp	Kvinder N= 684	8,6	26,5	64,9
	Mænd N= 238	9,2	29,0	61,8
	Forskel P=0,682	0,6	2,5 ♂	3,1 ♂
Der er for mange, der kan se mig når jeg træner	Kvinder N= 675	3,1	19,0	77,9
	Mænd N= 235	1,3	10,6	88,1
	Forskel P=0,003**	1,8 ♀	8,4 ♀	10,2 ♂
Frygt for at blive overfaldet	Kvinder N= 679	11,0	28,3	60,7
	Mænd N= 236	8,9	16,5	74,6
	Forskel P=0,00**	2,1 ♀	11,8 ♀	13,9 ♂
Andre er primært i området med andre gøremål	Kvinder N= 677	6,2	26,4	67,4
	Mænd N= 232	8,2	22,4	69,4
	Forskel P=0,329	2,0 ♂	4,0 ♀	2,0 ♂

Bilag 22: Spørgeskema til undersøgelsen



Kvinder og mænd i idrættens rum

Spørgeskemaundersøgelse

Kaya Roessler og Marie Overbye

Syddansk Universitet

i samarbejde med Lokale- og Anlægsfonden

Hvad handler undersøgelsen om?

Kvinder dyrker idræt, og mænd dyrker idræt. De spiller bold, løber, dyrker gymnastik, danser og styrketræner. Kvinder og mænd benytter idrætsfaciliteterne. De går i motionscenter, de bruger haller, de løber i skoven. Men bruger de idrætsfaciliteter på samme måde? Reagerer de på idrætsomgivelser på samme måde? Og har de samme krav og ønsker til faciliteterne?

Denne undersøgelse prøver at give svar på disse spørgsmål.

Hvordan besvares spørgeskemaet?

De fleste af spørgsmålene besvares ved at sætte et kryds i en eller flere af rubrikkerne, hvor du synes, svaret passer bedst.

Når du har besvaret skemaet bedes du sende det i vedlagt svarkuvert til Kaya Roessler, Syddansk Universitet, Skælskør Landevej 28, 4200 Slagelse – eller aflevere det til eventuel træner/instruktør.

Hvem er du?

Er du mand eller kvinde? kvinde

mand

Angiv venligst dit fødselsår _____

Hvad er din beskæftigelse? _____

Hvis du har hjemmeboende børn, hvor gamle er de?

Dit postnummer: _____

Bor du efter din egen vurdering:

I København /større provinsby (> 100.000 indbyggere)	
En middelstor provinsby (15.000-100.000 indbyggere)	
Mindre byer/på landet (1 – 15.000 indbyggere)	

Fysisk aktivitet

1. Hvor ofte er du fysisk aktiv? (Sæt ét kryds)

Dagligt	
Flere gange om ugen	
Højest én gang om ugen	
Aldrig	

2. Hvilken form for idræt dyrker du i løbet af en normal uge?

Gang eller stavgang		Yoga/Pilates	
Aerobic		Badminton	
Gymnastik		Tennis	
Løb		Cykelsport	
Svømning		Fodbold	
Fitness/Spinning		Håndbold	
Dans		Volleyball	
Kampsport: f.eks.		Andet	

boksning, karate			
------------------	--	--	--

3. Jeg er fysisk aktiv (Sæt ét til flere kryds):

Selvorganiseret	
a. alene	
b. sammen med andre	
I en forening	
I et fitnesscenter/ danseinstitut m.v.	
I en aftenskole	
På arbejdspladsen	
Andet	

4. Hvor er du fysisk aktiv? (Sæt ét til flere kryds):

Udenfor	
a. i skoven/grønne områder	
b. på anlagte baner (f.eks. golf, tennis)	
c. på byens veje, fortove og pladser	
d. til havs/på søen	
e. andet	
I en hal (f.eks. i en idrætsforening)	
I fitnesscenterets lokaler	
I en dansesal	
I en gymnastiksal	
I et forsamlingshus	
I et almindeligt lokale (f.eks.	

mødelokale, klasseværelse)	
Andet _____	

5. Hvad er din motivation for at være fysisk aktiv? (Sæt ét til flere kryds)

Et bedre helbred	
Udseende	
Vægttab	
Glæden ved aktiviteten	
Socialt samvær med andre	
At blive bedre til min idræt	
At konkurrere med andre	
At være aktiv i lokalområde	
At afreagere/leve følelser ud	
At koble af/komme i balance	
Andet _____	

Faciliteter

TILGÆNGELIGHED

6. Hvor afgørende er følgende forhold for dit valg af idrætssted/aktivitet?

	Meget vigtig	Vigtig	Ikke vigtig
Åbningstid/træningstidspunkt			
Beliggenhed i forhold til hjem			
Beliggenhed i forhold til arbejde/skole			
Pris			

Evt. Kommentarer

Hvis du har hjemmegående børn, bedes du at svare på spørgsmål 6A.

6.a Hvor afgørende er følgende forhold for dit valg af idrætssted/aktivitet?

	Meget vigtigt	Vigtigt	Ikke vigtigt
At mine børn kan dyrke idræt/lege/læse lektier samme sted, mens jeg er fysisk aktiv			
At jeg selv kan være aktiv på idrætsstedet, mens børnene træner			
At mine børn kan blive passet på idrætsstedet, mens jeg er fysisk aktiv			

--	--	--	--

Evt. kommentarer:

INDENDØRS AKTIVITETER

7. Hvor vigtige er følgende forhold for den gode aktivitets oplevelse?

	Meget vigtigt	Vigtigt	Ikke vigtigt
Idrætsrummets/hallens/gymnastiksalens/dansesalens udformning og/eller indretning			
Opholdsrummenes/klublokaler udformning/indretning			
Omklædningsfaciliteterne udformning/indretning			
Cafeterias udformning/indretning			
Udformning/indretning af adgangsforholdene (P-pladser, stier, foyer etc.)			
Udformning og indretning af ankomst- og fordelingsarealer (foyer, indgangsparti, gange etc.)			
Udformning/indretning af adgangsforholdene udendørs (P-pladser, stier, udendørs adgangsveje)			
Andet			

7.a Hvilke af ovenstående områder synes du generelt trænger til størst forandring?

Evt. Hvad vil du ændre?

8. Hvilken indflydelse ville følgende forhold have på din oplevelse af træningsstedet?

	Positiv indflydelse	Uden betydning	Negativ indflydelse
Idrætsrummet benyttes som gennemgangsrum			
At folk fra gaden kan se på dig mens du er aktiv			
At man skal igennem et offentligt rum (f.eks. cafeteria) for at nå fra omklædningsrum til aktivitetsrum/hal			
At aktivitetsrummet er mindre end det aktiviteten har brug for			
At aktivitetsrummet er større end det aktiviteten har brug for			

9. Hvis du frit kunne vælge træningssted, hvor meget indflydelse på dit valg ville følgende forhold så have?

	Meget vigtigt	Vigtigt	Ikke vigtigt
At jeg føler mig tryk			
At jeg føler mig stimuleret af omgivelserne			
Atmosfæren			

At jeg kan forbinde forskellige aktiviteter (f.eks. motion og socialt samvær, praktiske gøremål, læse aviser)			
Rengøringsniveauet			
Lydmæssige forhold			
Udsyn til omgivelserne, naturlig belysning (ovenlysvinduerne mv.)			

Evt. kommentarer: _____

UDENDØRS AKTIVITETER – PÅ EGEN HÅND

10. Hvis du skulle dyrke udendørs idræt alene, hvordan ville du så opleve nedenstående forhold?

		Stor barriere	Barriere	Uden betydning
A	Området ligger afsides og isoleret			
B	Området ser forsømt ud			
C	Området virker mennesketomt			
D	Begrænset lys i området			
E	Mangel på toilet eller dårlige toiletforhold			
F	Frygt for at falde/komme til skade uden at kunne få hjælp			
G	Der er for mange, der kan se mig når jeg træner			

H	Frygt for at blive overfaldet			
I	Andre er primært i området med andre gøremål (f.eks. leg, indkøb, solbadning)			
J	Andet			

Hvilke af de ovenstående forhold har størst indflydelse på dig?

1. prioritet _____

2. prioritet _____

3. prioritet _____

Evt. kommentarer: _____

UDENDØRSAKTIVITETER – SAMMEN MED ANDRE

11. Hvis du skulle dyrke udendørs idræt sammen med andre, hvordan ville du så opleve nedenstående forhold?

		Stor barriere	Barriere	Uden betydning
A	Området ligger afsides og isoleret			
B	Området ser forsømt ud			
C	Området virker mennesketomt			
D	Begrænset lys i området			
E	Mangel på toilet eller dårlige toiletforhold			
F	Frygt for at falde/komme til skade uden at kunne få			

	hjælp			
G	Der er for mange, der kan se mig når jeg træner			
H	Frygt for at blive overfaldet			
I	Andre er primært i området med andre gøremål (f.eks. leg, indkøb, solbadning)			
J	Andet _____			

Hvilke af de ovennævnte forhold har størst indflydelse på dig?

1. prioritet _____

2. prioritet _____

3. prioritet _____

Evt. kommentarer: _____

12. Hvad er ud over de nævnte ting vigtigt for dig, når du motionerer og dyrker fysisk aktivitet? Hvad ville du ønske dig af muligheder, hvis penge ikke var en begrænsning?

Tak fordi du tog dig tid til at besvare spørgeskemaet