



Danish Institute for Sports Studies

**IDRÆTTENS  
ANALYSEINSTITUT**

Idrættens Analyseinstitut  
Kanonbådsvej 12A  
1437 København K  
Tlf.: +45 3266 1030  
Fax: +45 3266 1039  
E-mail: [idan@idan.dk](mailto:idan@idan.dk)  
[www.idan.dk](http://www.idan.dk)

**UNDERSØGELSE AF**

***BEFOLKNINGENS  
MOTIONS- OG SPORTSVANER***

**SPØRGESKEMA TIL PERSONER OVER 15 ÅR**

**Du bedes udfylde skemaet og indsende det i vedlagte svarkuvert**

***inden onsdag d. 7. november***

«LBNR»

**EPINION**   
capacent

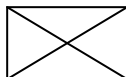
## Vejledning i at udfylde spørgeskemaet

Da spørgeskemaet bliver scannet automatisk, er det vigtigt, at der afkrydses omhyggeligt inden for felterne. Det er desuden vigtigt, at du udfylder skemaet med kuglepen eller tuschpen - ikke med blyant.

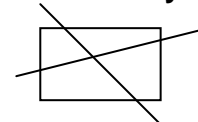
Du besvarer et spørgsmål ved at sætte kryds i den kasse, der angiver dit svar. Hvor intet andet er angivet, sættes kun ét kryds

**Krydserne angives således:**

**Korrekt kryds**



**Forkert kryds**

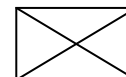


Hvis du sætter et forkert kryds eller fortryder et kryds, fylder du bare feltet ud og sætter krydset det rigtige sted, som vist nedenunder:

**Rettet**



**Nyt kryds**



**BEMÆRK:** Hvor der ikke er anført andet, skal spørgsmålene besvares med ét kryds

## Hvordan udvikler motions- og sportsvanerne sig i Danmark?

*Hvilke former for motion og sport dyrker vi i Danmark? Hvor gør vi det? Hvor ofte? Og hvilke forhold spiller ind på vores valg eller fravalg af motion og sport?*

Disse spørgsmål skal dette spørgeskema hjælpe til med at belyse. Ved at udfylde og indsende spørgeskemaet deltager du i den hidtil største landsdækkende undersøgelse på området. Som du vil se, består spørgeskemaet først af en række spørgsmål om din arbejds- og familiemæssige situation. Dernæst følger en række spørgsmål om dine motions- og sportsvaner, herunder også spørgsmål om friluftsvaner og fysisk aktivitet i hverdagen.

For at få et troværdigt billede af motions- og sportsdeltagelsen i Danmark er det vigtigt, at du deltager og besvarer spørgeskemaet så præcist som muligt. Alle besvarelser er vigtige – også svar fra personer, som ikke dyrker motion eller sport.

Siden 1964 har forskellige aktører syv gange foretaget lignende undersøgelser. Den nye undersøgelse vil give et unikt indblik i befolkningens motions- og sportsvaner og udviklingen siden 1964. Hovedresultaterne af undersøgelsen offentliggøres blandt andet på Idrættens Analyseinstituts hjemmeside ([www.idan.dk](http://www.idan.dk)) i sommeren 2008.

Undersøgelsen af befolkningens motions- og sportsvaner 2007 koordineres af Idrættens Analyseinstitut og Epinion Capacent i samarbejde med Danmarks Idræts-Forbund (DIF), Danske Gymnastik- og Idrætsforeninger (DGI), Lokale- og Anlægsfonden, Kulturministeriet, Friluftsrådet, Dansk Firmaidrætsforbund (DFIF), Team Danmark og Kulturministeriets Udvalg for Idrætsforskning (KIF). Du kan læse mere om Idrættens Analyseinstitut her: [www.idan.dk](http://www.idan.dk)

Har du spørgsmål til undersøgelsens indhold og formål, er du velkommen til at kontakte Maja Pilgaard hos Idrættens Analyseinstitut på tlf. 32 66 10 30 ([maja.pilgaard@idan.dk](mailto:maja.pilgaard@idan.dk)). Har du praktiske spørgsmål til undersøgelsens gennemførelse, kan du kontakte Stine Mulvad Christensen hos Epinion Capacent på tlf. 87 30 95 00 ([stine.mulvad.christensen@capacent.dk](mailto:stine.mulvad.christensen@capacent.dk)).

## Baggrundsspørgsmål om dig selv

1. Er du mand eller kvinde?	
Mand	<input type="checkbox"/>
Kvinde	<input type="checkbox"/>

2. Hvor gammel er du?	
Skriv antal år (hele):	_ _ _ _ _

3. Hvad er din hovedbeskæftigelse for tiden?	
Selvstændig	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 5
Medarbejdende ægtefælle	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 5
Funktionær/tjenestemand	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 5
Faglært arbejder	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 5
Ufaglært arbejder/specialarbejder	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 5
På orlov	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 5
Ledig på dagpenge (modtager dagpenge fra A-kasse)	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 5
Ledig på kontanthjælp (modtager bistandshjælp)	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 5
Førtidspensionist	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 5
Folkepensionist / efterlønsmodtager	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 5
Hjemmearbejdende husmor/husfar	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 5
Under uddannelse / går i skole (inkl. lærlinge og elever)	<input type="checkbox"/> → <b>Gå til spørgsmål 4</b>
Andet	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 5

**SPØRGSMÅL 4** BESVARES KUN, HVIS DU LIGE NU ER UNDER UDDANNELSE / GÅR I SKOLE  
(ellers bedes du gå til spørgsmål 5).

<b>4. Hvilken uddannelse er du lige nu i gang med?</b> <i>Sæt flere kryds, hvis du er i gang med mere end én uddannelse</i>	
8.-9.-10. klasse (grundskole)	<input type="checkbox"/>
Gymnasial uddannelse (STX, HF, HHX, HTX)	<input type="checkbox"/>
Erhvervsfaglig uddannelse (fx butik, kontor, håndværker, frisør, SOSU m.v.)	<input type="checkbox"/>
AMU (Arbejdsmarkedsuddannelse) / specialarbejderuddannelse	<input type="checkbox"/>
Kort videregående uddannelse, under 3 år (fx datamatiker, markedsføringsøkonom, farmakonom, installatør, laborant, industriel designer)	<input type="checkbox"/>
Mellemlang videregående uddannelse, 3-4 år (fx sygeplejerske, jordemoder, fysio-/ergoterapeut, pædagog, folkeskolelærer, journalist, diplomingeniør, bygningskonstruktør, socialrådgiver)	<input type="checkbox"/>
Lang videregående uddannelse (inkl. evt. bachelordel), over 4 år (alle universitetsuddannelser – fx læge, cand. merc., jurist, civilingeniør, cand. mag., cand. scient.)	<input type="checkbox"/>
Forskeruddannelse (Ph.d.)	<input type="checkbox"/>
Anden uddannelse	<input type="checkbox"/>

**I SPØRGSMÅL 5** BEDES DU SVARE PÅ, HVILKE UDDANNELSER DU HAR FULDFØRT  
(dvs. gennemført og afsluttet med eksamensbevis eller lign.)

<b>5. Hvilken eller hvilke uddannelser har du fuldført?</b> <i>Sæt flere kryds, hvis du har fuldført flere af de nævnte uddannelser</i>	
8.-9.-10. klasse (grundskole)	<input type="checkbox"/>
Gymnasial uddannelse (STX, HF, HHX, HTX)	<input type="checkbox"/>
Erhvervsfaglig uddannelse (fx butik, kontor, håndværker, frisør, SOSU m.v.)	<input type="checkbox"/>
AMU (Arbejdsmarkedsuddannelse) / specialarbejderuddannelse	<input type="checkbox"/>
Kort videregående uddannelse, under 3 år (fx datamatiker, markedsføringsøkonom, farmakonom, installatør, laborant, industriel designer)	<input type="checkbox"/>
Mellemlang videregående uddannelse, 3-4 år (fx sygeplejerske, jordemoder, fysio-/ergoterapeut, pædagog, folkeskolelærer, journalist, diplomingeniør, bygningskonstruktør, socialrådgiver)	<input type="checkbox"/>
Lang videregående uddannelse (inkl. evt. bachelordel), over 4 år (alle universitetsuddannelser – fx læge, cand. merc., jurist, civilingeniør, cand. mag., cand. scient.)	<input type="checkbox"/>
Forskeruddannelse (Ph.d.)	<input type="checkbox"/>
Anden uddannelse	<input type="checkbox"/>

6. Bor du sammen med ægtefælle/samlever?		
Ja, ægtefælle	Ja, samlever	Nej
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Har du nogen hjemmeboende børn (inkl. 'bonusbørn') under 18 år? Hvis ingen, skriv 0 og gå til spørgsmål 9	
Skriv antal børn i husstanden:	_ _ _ _

8. Hvor gamle er børnene? Skriv antal år for hvert hjemmeboende barn (max op til fem børn)				
Yngste barn	Næst yngste barn	3. yngste barn	4. yngste barn	5. yngste barn
_ _ _ _	_ _ _ _	_ _ _ _	_ _ _ _	_ _ _ _

9. Har du et fysisk handicap, som hæmmer din mobilitet?		
Ja, i høj grad	Ja, i nogen grad	Nej
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

10. Nationalitet Sæt ét kryds i hver kolonne – dvs. svar 'ja' eller 'nej' til hvert af de 6 spørgsmål						
	Er du dansk statsborger?	Er du født i Danmark?	Har eller har din <u>mor</u> haft udenlandsk statsborgerskab?	Har eller har din <u>far</u> haft udenlandsk statsborgerskab?	Er din <u>mor</u> født i udlandet?	Er din <u>far</u> født i udlandet?
Ja	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nej	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

11. Hvor stor var din families (husstands) samlede indkomst i 2006 brutto, dvs. før skat, fradrag og pensionsindbetalinger og lign. er trukket fra?								
Under 300.000 kr.	300.000 - 400.000 kr.	400.000 - 500.000 kr.	500.000 - 600.000 kr.	600.000 - 700.000 kr.	700.000 - 800.000 kr.	800.000 - 900.000 kr.	Over 900.000 kr.	Ved ikke
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

12. Bor du i...	
København, Århus, Odense, Aalborg	<input type="checkbox"/>
En (anden) stor provinsby (15.000 indbyggere eller derover)	<input type="checkbox"/>
En mindre by (under 15.000 indbyggere) eller på landet	<input type="checkbox"/>

13. Har du (din husstand) bil eller fast daglig adgang til bil?	
Ja	Nej
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

14. Arbejder du i det offentlige eller i en privat virksomhed?		
Offentlig	Privat	Ikke relevant (ledig, under uddannelse, førtidspension, efterløn, folkepension m.v.)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**SPØRGSMÅL 15** BESVARES KUN, HVIS DU HAR ARBEJDE SOM HOVEDBESKÆFTIGELSE (ellers bedes du gå videre til spørgsmål 18).

15. Hvordan er din arbejdstid <u>normalt placeret</u> ?	
Dagtid eller fast daghold	<input type="checkbox"/>
Fast skifteholdsarbejde	<input type="checkbox"/>
Uregelmæssig placering i løbet af døgnet/ugen efter særligt arbejdsskema eller turnusordning	<input type="checkbox"/>
Andet – beskriv venligst: _____	<input type="checkbox"/>

**SPØRGSMÅL 16** BESVARES KUN, HVIS DU HAR ARBEJDE SOM HOVEDBESKÆFTIGELSE (ellers bedes du gå videre til spørgsmål 18).

16. Hvordan kan forholdet mellem arbejde og fritid bedst beskrives for dig?				
	Ofte	Sommetider	Sjældent	Aldrig
Jeg tænker på arbejdsopgaver efter fyraften	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg tager arbejdsopgaver med hjem om aftenen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg tager arbejdsopgaver med hjem i weekenden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**SPØRGSMÅL 17** BESVARES KUN, HVIS DU HAR ARBEJDE SOM HOVEDBESKÆFTIGELSE (ellers bedes du gå videre til spørgsmål 18).

**17. Hvor mange timer om ugen arbejder du normalt, inkl. evt. frokostpause, evt. fastlagte timer, betalt overarbejde og andet ekstraarbejde, fx hjemmearbejde?**

Angiv timer i gennemsnit pr. uge	Antal timer:   ____   ____
----------------------------------	----------------------------

**18. Hvorledes vil du vurdere din nuværende helbredstilstand i almindelighed?**

Meget dårlig	Dårlig	Nogenlunde	God	Virkelig god
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**19. Hvorledes vil du vurdere din nuværende fysiske form (kondition)?**

Meget dårlig	Dårlig	Nogenlunde	God	Virkelig god
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**20. Har du nogen langvarig sygdom, langvarig eftervirkning af skade eller anden langvarig lidelse? Med langvarig menes mindst ½ år.**

Ja	Nej
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**SPØRGSMÅL 21** BESVARES KUN, HVIS DU HAR ARBEJDE SOM HOVEDBESKÆFTIGELSE (ellers bedes du gå videre til spørgsmål 22).

**21. Hvordan vil du beskrive din fysiske aktivitet i dit arbejde?**

Mest stillesiddende arbejde, som ikke kræver fysisk anstrengelse	<input type="checkbox"/>
Mest stående arbejde eller gående arbejde, som ellers ikke kræver fysisk anstrengelse	<input type="checkbox"/>
Stående eller gående arbejde med en del løfte- eller bærearbejde	<input type="checkbox"/>
Tungt eller hurtigt arbejde, som er fysisk anstrengende	<input type="checkbox"/>

**22. Dyrker du normalt motion/sport?**

Ja	Ja, men ikke for tiden	Nej
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**De næste spørgsmål (23-27) handler om din ægtefælle/samlever.**

DU BEDES GÅ DIREKTE TIL SPØRGSMÅL 28, HVIS DU IKKE ER GIFT ELLER SAMLEVENDE

23. Hvor gammel er din ægtefælle/samlever?	
Skriv alder i år:	

24. Dyrker din ægtefælle/samlever normalt motion/sport?		
Ja	Ja, men ikke for tiden	Nej
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

25. Hvad er din ægtefælles/samlevers hovedbeskæftigelse for tiden?	
Selvstændig	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 27
Medarbejdende ægtefælle	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 27
Funktionær/tjenestemand	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 27
Faglært arbejder	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 27
Ufaglært arbejder/specialarbejder	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 27
På orlov	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 27
Ledig på dagpenge (modtager dagpenge fra A-kasse)	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 27
Ledig på kontanthjælp (modtager bistandshjælp)	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 27
Førtidspensionist	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 27
Folkepensionist / efterlønsmodtager	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 27
Hjemmearbejdende husmor/husfar	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 27
Under uddannelse / går i skole (inkl. lærlinge og elever)	<input type="checkbox"/> → <b>Gå til spørgsmål 26</b>
Andet	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 27



**SPØRGSMÅL 26** BESVARES KUN, HVIS DIN ÆGTEFÆLLE/SAMLEVER LIGE NU ER UNDER UDDANNELSE / GÅR I SKOLE (ellers bedes du gå videre til spørgsmål 27).

<b>26. Hvilken uddannelse er din ægtefælle/samlever lige nu <u>i gang</u> med?</b> <i>Sæt flere kryds, hvis han/hun er <u>i gang</u> med mere end én uddannelse</i>	
8.-9.-10. klasse (grundskole)	<input type="checkbox"/>
Gymnasial uddannelse (STX, HF, HHX, HTX)	<input type="checkbox"/>
Erhvervsfaglig uddannelse (fx butik, kontor, håndværker, frisør, SOSU m.v.)	<input type="checkbox"/>
AMU (Arbejdsmarkedsuddannelse) / specialarbejderuddannelse	<input type="checkbox"/>
Kort videregående uddannelse, under 3 år (fx datamatiker, markedsføringsøkonom, farmakonom, installatør, laborant, industriel designer)	<input type="checkbox"/>
Mellemlang videregående uddannelse, 3-4 år (fx sygeplejerske, jordemoder, fysio-/ergoterapeut, pædagog, folkeskolelærer, journalist, diplomingeniør, bygningskonstruktør, socialrådgiver)	<input type="checkbox"/>
Lang videregående uddannelse (inkl. evt. bachelordel), over 4 år (alle universitetsuddannelser – fx læge, cand. merc., jurist, civilingeniør, cand. mag., cand. scient.)	<input type="checkbox"/>
Forskeruddannelse (Ph.d.)	<input type="checkbox"/>
Anden uddannelse	<input type="checkbox"/>

**I SPØRGSMÅL 27** BEDES DU SVARE PÅ, HVILKE UDDANNELSER DIN ÆGTEFÆLLE/SAMLEVER HAR FULDFØRT (dvs. gennemført og afsluttet med eksamensbevis eller lign.)

<b>27. Hvilken eller hvilke uddannelser har din ægtefælle/samlever <u>fuldført</u>?</b> <i>Sæt flere kryds, hvis han/hun har <u>fuldført</u> flere af de nævnte uddannelser</i>	
8.-9.-10. klasse (grundskole)	<input type="checkbox"/>
Gymnasial uddannelse (STX, HF, HHX, HTX)	<input type="checkbox"/>
Erhvervsfaglig uddannelse (fx butik, kontor, håndværker, frisør, SOSU m.v.)	<input type="checkbox"/>
AMU (Arbejdsmarkedsuddannelse) / specialarbejderuddannelse	<input type="checkbox"/>
Kort videregående uddannelse, under 3 år (fx datamatiker, markedsføringsøkonom, farmakonom, installatør, laborant, industriel designer)	<input type="checkbox"/>
Mellemlang videregående uddannelse, 3-4 år (fx sygeplejerske, jordemoder, fysio-/ergoterapeut, pædagog, folkeskolelærer, journalist, diplomingeniør, bygningskonstruktør, socialrådgiver)	<input type="checkbox"/>
Lang videregående uddannelse (inkl. evt. bachelordel), over 4 år (alle universitetsuddannelser – fx læge, cand. merc., jurist, civilingeniør, cand. mag., cand. scient.)	<input type="checkbox"/>
Forskeruddannelse (Ph.d.)	<input type="checkbox"/>
Anden uddannelse	<input type="checkbox"/>

## Sport og motion

**28. Hvilke former for motion/sport har du dyrket regelmæssigt inden for de seneste 12 måneder? Og i hvilken sammenhæng?**

Der skal kun svares på B-kolonnen, hvis du har svaret "Ja" i A-kolonnen.

A. Har dyrket regelmæssigt det seneste år			B. I hvilken sammenhæng dyrker du motion/sport (Sæt gerne flere kryds)					
	Ja gå til kolonne B →	Nej gå til næste sports- gren ↓	Klub / For- ening	Privat center	Firma- idræt (Arbej- de)	På egen hånd*	Aften- skole	Anden sam- men- hæng
Fodbold	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Håndbold	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Basketball	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Volleyball/beachvolleyball	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andet boldspil for hold. Noter hvilket: _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Badminton	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tennis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Golf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bowling eller Keglespil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Petanque eller Boule	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Billard eller Pool	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bordtennis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Squash	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andet individuelt boldspil. Noter hvilket: _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stavgang/Nordic Walking	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jogging/motionsløb	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Orienteringsløb	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vandreture	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rulleskøjter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Skateboard	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cykelsport (ikke transport til arbejde og lignende)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ridning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Motorsport	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

A. Har dyrket regelmæssigt det seneste år			B. I hvilken sammenhæng dyrker du motion/sport Sæt gerne flere kryds					
	Ja gå til kolonne B →	Nej gå til næste sports- gren ↓	Klub / For- ening	Privat center	Firma- idræt (Arbej- de)	På egen hånd*	Aften- skole	Anden sam- men- hæng
Gymnastik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pausegymnastik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aerobic/Workout	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Styrketræning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dans (alle former)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Yoga, afspænding, Meditation	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Spinning/Kondicykel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Konditionstræning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Boksning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kampsport (karate, aikido, taekwondo, judo, brydning, m.v.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Atletik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Klatring	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Svømning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Anden vandtræning Noter hvilken: _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kano, roning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kajak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sejlsport, windsurfing	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Skøjteløb (is)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Skydning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jagt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fiskeri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Handicapidræt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rollespil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Anden sportsgren Noter hvilken: _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

\*Alene eller sammen med andre

## 29. Hvilke faciliteter bruger du, når du dyrker motion/sport?

Du kan vælge max tre faciliteter pr. idrætsgren, og du kan vægte dem fra 1-3, alt efter hvor du dyrker idrætsgrenen mest.

Skriv "1" ud for den facilitet, du oftest bruger, når du dyrker sportsgrenen, "2" for den, du benytter næstmest, og "3" for den, du benytter tredjemest.

*HUSK: Du skal kun skrive tal ved de former for motion/sport, som du svarede 'ja' til i spørgsmål 28*

	Gymnastiksal	På min arbejdsplads	Almindelig idrætshal	Hal/lokale til bestemt idrætsgren (ridning, svømning m.v.)	Fitnesscenter o. lign.	Andet lokale eller anlæg	Hjemme/ i haven	Særlig udenørs bane eller anlæg (fodbold, tennis, golf m.v.)	Lbyens parker	På vandet (hav, sø, å)	På veje, gader, fortove og lignende	Ved stranden	I naturen (skoven mv.)
Fodbold													
Håndbold													
Basketball													
Volleyball/beachvolleyball													
Andet boldspil for hold													
Badminton													
Tennis													
Golf													
Bowling eller Keglespil													
Petanque eller Boule													
Billard eller Pool													
Bordtennis													
Squash													
Andet individuelt boldspil													
Stavgang/Nordic Walking													
Jogging/motionsløb													
Orienteringsløb													
Vandreture													
Rulleskøjter													
Skateboard													
Cykelsport (ikke transport til arbejde og lignende)													
Ridning													

	I naturen (skoven mv.)	Ved stranden	På veje, gader, fortove og lignende	På vandet (hav, sø, å)	I byens parker	Særlig udendørs bane eller anlæg (fodbold, tennis, golf m.v.)	Hjemme/ i haven	Andet lokale eller anlæg	Fitnesscenter o. lign.	Hal/lokale til bestemt idrætsgren (ridning, svømning m.v.)	Almindelig idrætshal	På min arbejdsplads	Gymnastiksal
Motorsport	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gymnastik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pausegymnastik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aerobic/Workout	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Styrketræning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dans (alle former)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Yoga, afspænding, meditation	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Spinning/Kondicykel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Konditionstræning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Boksning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kampsport (karate, aikido, taekwondo, judo, brydning m.v.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Atletik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Klatring	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Svømning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Anden vandtræning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kano, roning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kajak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sejlsport, windsurfing	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Skøjteløb (is)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Skydning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jagt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fiskeri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Handicapidræt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rollespil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Anden sportsgren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## ***Idrætsfaciliteter og nærområdet***

<b>30. I hvilken grad er dit valg af motion/sport afhængigt af de idrætsfaciliteter, der findes i dit nærområde?</b>				
I høj grad	I nogen grad	I ringe grad	Slet ikke	Ved ikke
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>31. Ville du dyrke mere motion/sport, hvis der var bedre idrætsfaciliteter i dit nærområde?</b>		
Ja	Nej	Ved ikke
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>32. Er du tilfreds med idrætsfaciliteterne i dit nærområde</b>					
I høj grad	I nogen grad	Hverken eller	I ringe grad	Slet ikke	Ved ikke
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>33. Hvor lang transporttid har du til den idrætsfacilitet, hvor du primært dyrker motion/sport? (Kun den ene vej)</b>					
Under 5 minutter	5-14 minutter	15-29 minutter	30-45 Minutter	Over 45 minutter	Ved ikke / ikke relevant
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>34. Hvor ofte dyrker du normalt motion/sport (alle aktiviteter)?</b>							
5 gange om ugen eller mere	4 gange om ugen	3 gange om ugen	2 gange om ugen	1 gang om ugen	1-3 gange om måneden	Sjældnere	Aldrig
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>35. Dyrker du fortrinsvis motion/sport i sommer- eller vinterperioden?</b>			
Fortrinsvis 1. april – 30. september (sommer)	Fortrinsvis 1. oktober - 31. marts (vinter)	Cirka lige meget hele året igennem	Ikke relevant
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

36. Hvor lang tid bruger du normalt på motion/sport om ugen (minus transporttid)? (Skriv 0 hvis du ikke dyrker motion/sport)	
Skriv antal timer og minutter	Timer   ____   ____   Minutter   ____   ____

37. Hvilken form for motion/sport dyrkede du i sidste uge?	
Skriv motion/sport (max 2 typer):	Motion/sport: _____  Motion/sport: _____

38. Er du medlem af en sportsklub/idrætsforening, og deltager du aktivt i foreningens møder og/eller arbejde? <i>Sæt gerne flere kryds</i>					
Er IKKE medlem	ER medlem	Deltager i medlemsmøder	Er leder/har tillidspost	Er træner/instruktør	Udfører andet foreningsarbejde
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

39. Har du deltaget i konkurrencer, turneringer, stævner eller lign. inden for det seneste år?	
Ja	Nej
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Motion/sport på arbejdet

SPØRGSMÅL 40 OG 41 BESVARES KUN, HVIS DU HAR ARBEJDE SOM HOVEDBESKÆFTIGELSE (ellers bedes du gå videre til spørgsmål 42).

40. Tilbyder din arbejdsplads dig motion/sport og i givet fald i hvilken form? Sæt gerne flere kryds						
Ja, rabat i fitnesscenter eller fitnesscenter på arbejdspladsen	Ja, pause-gymnastik	Ja, som fir-maidræt	Ja, som med-lem af idræts-forening	Ja, Andet	Ved ikke → gå til spørgsmål 42	Nej → gå til spørgsmål 42
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

41. Hvor ofte benytter du disse tilbud?							
5 eller flere gange om ugen	4 gange om ugen	3 gange om ugen	2 gange om ugen	1 gang om ugen	1-3 gange om måneden	Sjældnere	Aldrig
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Motion/sport og friluftsliv

42. Hvilken betydning har naturen for dig, når du dyrker motion, sport eller friluftsliv?						
Stor betydning	Nogen betydning	Hverken / eller	Ringe betydning	Ingen betydning	Ved ikke	Ikke relevant (dyrker aldrig sport/motion eller friluftsliv i naturen)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

43. Tager du nogle gange bil/offentlig transport for at komme til at dyrke motion, sport eller friluftsliv i mere attraktive omgivelser, end der er tæt på din bolig?		
Ja	Nej	Ikke relevant (dyrker aldrig motion, sport eller friluftsliv i naturen)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

44. Ville du dyrke mere motion, sport eller friluftsliv, hvis du havde lettere adgang til natur/grønne områder fra din bolig? (Med 'lettere' menes kortere afstand og/eller transporttid)				
Ja	Nej	Ved ikke	Ikke relevant, da jeg allerede har meget let adgang til natur/grønne områder, hvor jeg bor	Ikke relevant (dyrker aldrig sport/motion eller friluftsliv i naturen)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



45. En række motions-/sportsaktiviteter kan dyrkes både indendørs og udendørs. Hvor dyrker du almindeligvis motion/sport?					
Altid udendørs	Oftest udendørs	Lige meget udendørs og indendørs	Oftest indendørs	Altid indendørs	Ikke relevant (dyrker aldrig motion/sport)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
→ gå til spørgsmål 47	→ gå til spørgsmål 46	→ gå til spørgsmål 46	→ gå til spørgsmål 46	→ gå til spørgsmål 46	→ gå til spørgsmål 47

46. Hvilke faktorer har betydning for, om du nogle gange eller altid dyrker motion/sport indendørs?					
	Meget stor betydning	Stor betydning	Nogen betydning	Ringe betydning	Ingen betydning
Min motion/sport dyrkes kun indendørs	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Årstiden generelt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lysforhold	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vejret	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sikkerhed	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tryghed	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Krav til udstyr/baneforhold	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Afstanden fra mit hjem / arbejdsplads til indendørsfaciliteterne	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andet, noter: _____ _____ _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

47. Hvor ofte <u>cykler</u> du i følgende sammenhænge?								
	5 gange om ugen eller mere	4 gange om ugen	3 gange om ugen	2 gange om ugen	1 gang om ugen	1 – 3 gange om måneden	Sjældnere	Aldrig
Cykler til og fra arbejde / uddannelse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cykler i naturen (skov, strand mv. uden for byen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cykler til og fra indkøb	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cykler til og fra besøg hos venner/familie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cykler til og fra sport/motion	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cykler til og fra skole/daginstitution med børn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

48. Hvor ofte <u>går</u> du i følgende sammenhænge?								
	5 gange om ugen eller mere	4 gange om ugen	3 gange om ugen	2 gange om ugen	1 gang om ugen	1 – 3 gange om måneden	Sjældnere	Aldrig
Går i byens parker og grønne områder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Går i naturen (skov, strand mv. uden for byen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Går tur med hunden/ et kæledyr	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Går til og fra arbejde / uddannelse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Går til og fra indkøb	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Går til og fra besøg hos venner og familie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Går til og fra anden sport/motion	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Går til og fra skole/daginstitution med børn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

49. Hvordan indgår motion/sport i din hverdag? Svar på følgende udsagn:							
	Helt enig	Mest enig	Hverken / Eller	Mest uenig	Helt uenig	Ved ikke	Ikke relevant
Motion/sport betyder meget i min hverdag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Motion/sport indgår i min hverdag på lige fod med andre fritidsaktiviteter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Motion/sport fylder tidsmæssigt meget i min hverdag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Det er vigtigt, at min familie dyrker den samme motion/sportsgren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Det er vigtigt, at min familie dyrker motion/sport sammen (mor-barn gymnastik, familieidræt mv.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg kan selv tilrettelægge min arbejdstid, så jeg dyrker motion/sport når jeg vil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg har fast arbejdstid og må planlægge motion/sport derefter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Motion/sport er en lille del af min hverdag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg melder afbud til familiesammenkomster for at dyrke min motion/sport	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg melder afbud til motion/sport, hvis der er familiesammenkomster	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg dyrker motion/sport, når jeg kan få mine børn passet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg tager mine børn med, når jeg dyrker motion/sport	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg dyrker motion/sport, så det ikke går ud over familielivet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg følger med i mine børns motion/sport (overværer kampe, kørsel mv.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg følger med i min ægtefælle/samlevers motion/sport (overværer kampe, deltager i arrangementer mv.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg har i høj grad valgt sportsaktiviteter ud fra beliggenheden i forhold til hjemmet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Det er vigtigt, at mine børn kan blive passet samme sted, som jeg dyrker motion/sport	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Træningstidspunktet er afgørende for mit valg af idrætsaktiviteter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Det er vigtigt, at mine børn kan dyrke motion/sport/lege, mens jeg selv er i gang	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Idrætsvaner og medievaner

50. Hvor meget tid bruger du <u>ca. i gennemsnit pr. uge</u> på at følge med i medierne omkring idræt/sport?							
0 timer → gå til spørgsmål 53	Under ½ time	½-1 timer	1-2 timer	2-3 timer	3-4 timer	4-5 timer	Over 5 timer
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

51. Hvilke typer medier benytter du først og fremmest til at følge med i idræt/sport? Sæt gerne flere kryds				
TV	Internet	Aviser	Radio	Specialblade
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andet (skriv hvad): _____				<input type="checkbox"/>

52. Hvilke tre idrætsgrene er du mest interesseret i at...	
... se i tv?	Idrætsgren 1: _____ Idrætsgren 2: _____ Idrætsgren 3: _____
... læse om i avisen?	Idrætsgren 1: _____ Idrætsgren 2: _____ Idrætsgren 3: _____
... se og/ eller læse om på Internettet?	Idrætsgren 1: _____ Idrætsgren 2: _____ Idrætsgren 3: _____
... høre om i radioen	Idrætsgren 1: _____ Idrætsgren 2: _____ Idrætsgren 3: _____

<b>53. Har du været til sportsarrangement som tilskuer?</b>	
Nej, gør det aldrig	<input type="checkbox"/>
Ja, men det er mere end ét år siden	<input type="checkbox"/>
Ja, 1-2 gange inden for de seneste 12 mdr.	<input type="checkbox"/>
Ja, 3-5 gange inden for de seneste 12 mdr.	<input type="checkbox"/>
Ja, 6 eller flere gange inden for de seneste 12 mdr.	<input type="checkbox"/>
Ved ikke	<input type="checkbox"/>

<b>54. Hvilke af følgende typer af rejser/ ophold med motionsindhold har du været på i ind- eller udland inden for det seneste år? Sæt gerne flere kryds</b>	
Skiferie	<input type="checkbox"/>
Golfferie	<input type="checkbox"/>
Vandreferie	<input type="checkbox"/>
Cykelferie	<input type="checkbox"/>
Idrætsskole (fx fodboldskole)	<input type="checkbox"/>
Idrætshøjskole (1-2 ugers kursus)	<input type="checkbox"/>
Dykkerferie	<input type="checkbox"/>
Sejlferie	<input type="checkbox"/>
Idrætsferie i tilknytning til større idrætscenterfaciliteter (fx La Santa sport, Lalandia o. lign)	<input type="checkbox"/>
Rideferie	<input type="checkbox"/>
Andet (skriv hvad): _____	<input type="checkbox"/>
Nej – har ikke været på rejser/ ophold med motionsophold	<input type="checkbox"/>

## Penge

55. Synes du, at det offentlige bruger for mange, passende eller for få penge på henholdsvis eliteidræt og breddeidræt?				
	For mange penge	Passende	For få penge	Ved ikke
Eliteidræt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Breddeidræt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Spørgsmål angående regelmæssig motion/sport det seneste år

56. Har du dyrket motion/sport regelmæssigt i det seneste år?	
Ja	Nej
<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 58	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 57

57. Hvad har afholdt dig fra at dyrke motion/sport regelmæssigt det seneste år? Vælg de vigtigste årsager – sæt max 5 kryds	
Har ikke råd/er for dyrt	<input type="checkbox"/>
Familien/omgangskredsen er imod det	<input type="checkbox"/>
Har svært ved at få barn / børnene passet	<input type="checkbox"/>
Bruger tiden på arbejde / for lidt fritid	<input type="checkbox"/>
Bruger tiden på familien	<input type="checkbox"/>
Bruger tiden på andre fritidsinteresser	<input type="checkbox"/>
Har dårligt helbred	<input type="checkbox"/>
Er for gammel	<input type="checkbox"/>
Er i dårlig form	<input type="checkbox"/>
Ved for lidt om sport/motion mv.	<input type="checkbox"/>
Mangler nogen at følges med	<input type="checkbox"/>
Savner passende tilbud / konkret mulighed	<input type="checkbox"/>
Har ikke de rette faciliteter til rådighed i mit nærområde	<input type="checkbox"/>
Sport/motion interesserer mig ikke	<input type="checkbox"/>
Gider ikke	<input type="checkbox"/>
Holder pause – regner med at starte igen	<input type="checkbox"/>
Andre grunde	<input type="checkbox"/>
Ved ikke	<input type="checkbox"/>

## Motivspørgsmål

58. Er du medlem af en idrætsforening/sportsklub? <i>Bemærk, at medlemskab af motions-, fitnesscentre og lign. IKKE skal medregnes her</i>	
Ja	Nej
<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 60	<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 59

59. Hvad kunne få dig til at dyrke motion/sport i en idrætsforening/sportsklub? (Skriv hvad)
<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

60. Er du stoppet som aktiv i en idrætsforening/sportsklub inden for det seneste år?	
Ja	Nej
<input type="checkbox"/> → Gå til spørgsmål 61	<input type="checkbox"/> → Skemaet er slut – mange tak for din deltagelse!

<b>61. Hvorfor stoppede du som aktiv i idrætsforeningen/sportsklubben?</b> <i>Vælg de vigtigste årsager – sæt max 5 kryds</i>	
Jeg stiftede familie	<input type="checkbox"/>
Jeg flyttede til ny bopæl	<input type="checkbox"/>
Jeg fik andre fritidsinteresser	<input type="checkbox"/>
Jeg synes, at konkurrenceelementet blev for meget	<input type="checkbox"/>
Jeg var træt af at skulle tage hensyn til andre	<input type="checkbox"/>
Jeg havde nået mine mål med idrætten/sporten	<input type="checkbox"/>
Idrætsforeningen/sportsklubben kunne ikke tilbyde de aktiviteter, som jeg ønskede	<input type="checkbox"/>
Jeg havde ikke tid nok	<input type="checkbox"/>
Træningstiderne var for faste i forhold til min hverdag	<input type="checkbox"/>
Jeg synes, at det blev for kedeligt	<input type="checkbox"/>
Idrætsforeningen/sportsklubben opfyldte ikke mine krav til effektiv træning	<input type="checkbox"/>
Jeg kunne ikke fortsætte med min idræt i foreningen/klubben pga. en skade	<input type="checkbox"/>
Medlemskabet medførte for meget frivilligt arbejde	<input type="checkbox"/>
Har mistet interessen/havde ikke lyst længere	<input type="checkbox"/>
Følte mig ikke længere tilpas i foreningen	<input type="checkbox"/>
Brød mig ikke om træneren/instruktøren	<input type="checkbox"/>
Andre grunde	<input type="checkbox"/>

***Spørgeskemaet er slut – mange tak for din deltagelse!***

Du bedes udfylde skemaet og indsende det i vedlagte svarkuvert

**inden onsdag d. 7. november**