

FÅ FLERE SPILLERE 60+

Med hold til seniorer kan I tiltrække mange nye medlemmer, liv og vigtige frivillige kræfter til klubben

BEVÆG
DIG FOR
LIVET



Trygfonden

NORDEA
FONDEN

DGI



EN SÆRLIG MÅLGRUPPE

Undersøgelser viser, at i 2025 vil hver tredje dansker være over 60 år. Har I plads til dem i jeres klub?

60+’erne udgør en stærk målgruppe af potentielle medlemmer for jer som fodboldklub.

De har både tid og lyst til at leve et aktivt og sundt liv og efterspørger fritids- og motionstilbud, der kan holde dem i gang både fysisk, mentalt og socialt.

Med de rigtige tilbud på programmet og en målrettet kommunikation, kan I tiltrække nye medlemmer blandt 60+’erne og skabe vækst og udvikling i jeres klub. Nogle af 60+’erne udgør desuden en vigtig kilde af frivillige kræfter, som I kan gøre brug af, når I får dem ind som medlemmer.

60+’ere efterspørger træningstilbud, der hjælper dem med at holde sig sunde og raske og i god fysisk form. De bliver imidlertid også motiveret af det sociale aspekt og vælger ofte aktiviteter, der ikke kun byder på træning men også på hyggeligt samvær, fællesskab og nye relationer og venskaber, så det vil være

oplagt at kombinere en træningstime med kaffe og hyggensnak bagefter.

En del 60+-spillere har mulighed for at mødes om formiddagen eller først på eftermiddagen. Det vil som regel være muligt at finde ledige baner i dette tidsrum – på den måde kan I udnytte jeres faciliteter bedre.

Et tilbud om motionsfodbold eller Fodbold Fitness tilpasset 60+-målgruppen kan tiltrække mange nye medlemmer til jeres klub, og vi står klar til at hjælpe jer med opstarten af holdet.

Det er vigtigt, at vi sammen er skarpe på, hvilken type af 60+’ere I gerne vil lave et hold for.

Når I sammen med os har defineret dette klart, hjælper vi jer også med at markedsføre tilbuddet til målgruppen, så I kan få flest muligt med på jeres nye hold.



Det sociale samvær er ofte lige så vigtigt for 60+-målgruppen som motionen.

VÆLG EN TYPE 60+

60+-målgruppen er særlig, fordi den spænder enormt bredt. I arbejdet med at starte et nyt hold op, har I mange muligheder for at målrette det en særlig type 60+'ere.

3

Vil I gerne lave et motionsfodboldhold for aktive, raske og rørige 60+'ere, som har spillet fodbold tidligere i livet?

Vil I gerne lave et Fodbold Fitnesshold for ældre kvinder, der aldrig har spillet fodbold før, men som gerne vil røre sig?

Eller skal holdet være for en særlig patientgruppe fx diabetikere, parkinsonsyge eller lignende, som gerne vil spille på et hold med ligesindede?

Mulighederne er mange - vi hjælper jer med at finde den bedste målgruppe af 60+'ere for jer!

Professor Peter Krstrup fra SDU har sammen med danske, færøske, norske og brasilianske kolleger i 10 år forsket i Fodbold Fitness for 60+-målgruppen. Konklusionen er at fodboldtræning tilpasset til målgruppen er effektiv som forebyggelse og behandling af livsstilssygdomme. Forskningen har vist, at det er vigtigt, at træningen tilpasses for at give 60+'erne sund, sjov, social og sikker træning. Uddannelsesmateriale til Fodbold Fitnessstræneruddannelsen giver gode og brugbare bud på, hvordan træningen kan tilrettelægges for spillere med lav fysisk kapacitet, som nogle i 60+-målgruppen vil være.

KAN MAN SPILLE FODBOLD HELE LIVET?

Har I plads til en ny målgruppe, som gerne vil spille fodbold for motionen, sundheden og det sociale samværs skyld?

60+'erne udgør et kæmpe potentiale for medlemsvækst for jer som klub, og I kan få masser af hjælp til at komme i gang.

Tøv ikke med at kontakte os, hvis du gerne vil vide mere om, hvordan du starter motionsfodbold- eller Fodbold Fitnesshold op for 60+-målgruppen. Din lokale Bevæg dig for livetkonsulent står klar til at hjælpe.

Bevæg dig for livet – Fodbold hører under den overordnede Bevæg dig for livet-vision, som er et samarbejde mellem DIF, DGI, TrygFonden og Nordea-Fonden. Visionen handler om, at flere danskere skal være fysisk aktive, og at flere skal være medlem af en idrætsforening.

Formålet med Bevæg dig for livet - Fodbold er at bidrage til den fælles vision ved at styrke, hjælpe og udvikle fodboldklubberne.

Du kan læse meget mere om 60+-målgruppen på

www.bevaegdigforlivet.dk/fodbold

Her finder du også kontaktoplysningerne på din lokale konsulent.

Om Bevæg dig for livet

Bevæg dig for livet er en invitation til fællesskab, motivation og nye idéer til at dyrke idræt og motion. Det starter med dig – og involverer hele Danmark.

**BEVÆG
DIG FOR
LIVET**