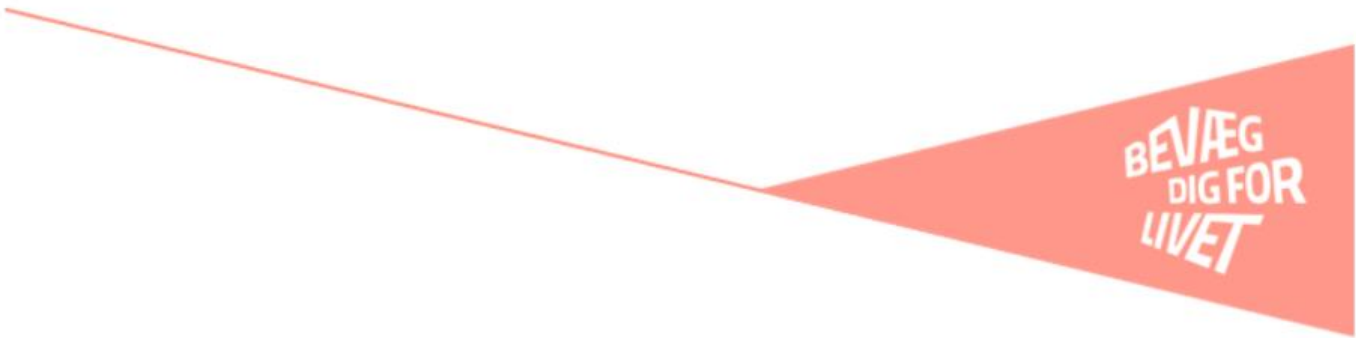
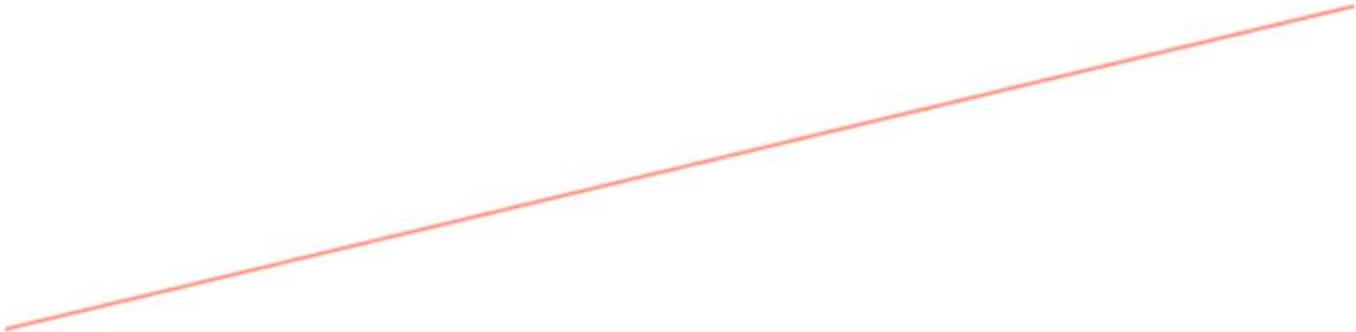




BEVÆG
DIG FOR
LIVET

Forskelle på idrætsaktivitet mellem borgerne i byområder og landdistrikter



Indhold

Resume	3
1. Indledning	4
2. Metode	4
3. Rapportens opbygning	5
4. Idrætsaktivitet i byområder og landdistrikter	6
5. Aktivitetsvalg i byområder og landdistrikter	7
6. Årsag og motivationer for at dyrke idræt i byområder og landdistrikter	11
7. Opsummering af rapportens resultater	16
Bilag 1. Opdeling mellem land og by	17
Bilag 2. COVID-19's betydning for undersøgelsen	18
Bilag 3. Baggrundsstatistik	19

Resume

'Bevæg dig for livet'(BDFL) er Danmarks Idrætsforbund (DIF) og DGI's ambitiøse vision om, at Danmark skal være verdens mest aktive nation. Hvert år laver DIF en idræts- og motionsvaneundersøgelse, der skal følge idrætsaktiviteten i de BDFL's samarbejdskommuner.

Denne rapport fokuserer på forskelle i idrætsaktiviteten mellem borgere, som bor henholdsvis i byområder og landdistrikter. Rapporten undersøger disse forskelle på tværs af køn og aldersgrupper. Samtidig undersøger rapporten organiseringsformer, borgernes brug af faciliteter samt motivationer og årsager til at dyrke idræt og motion.

Rapporten bygger på data fra 32.267 borgere mellem 18 og 75 år i 27 ud af 29 kommuner, der deltog i BDFL's idræts- og motionsvaneundersøgelse i 2020.

De væsentligste resultater i rapporten er:

- 69 % af borgere i byerne er idrætsaktive, mens andelen er 65 % på landet.
 - o Der er størst forskel på mænds idrætsaktivitet på tværs af by og land.
 - o Forskellen er mere udtalt for ældre borgere.
- Flere i byområder benytter sig af aktiv transport
 - o 69% i byområder og 63 % i landdistrikter går som transport.
 - o 43 % af borgerne i byerne og 34 % på landet bruger cyklen som transport.
- Store forskelle på aktiviteterets popularitet dyrkes i byen og på landet:
 - o 56 % i landdistrikter og 53 % i byområder går ture
 - o 37 % i landdistrikter og 44 % i byområder dyrker fitness eller styrketræning
 - o 35 % i landdistrikter og 42 % i byområder løber
 - o 15 % i landdistrikter og 18 % i byområder dyrker yoga og pilates
 - o 12 % i landdistrikter og 16 % i byområder dyrker funktionel træning
- Mere selvorganiseret idræt i byområder end landdistrikter, og flere i byen dyrker i et privat eller kommercielt center.
- Borgerne i byerne er mere tilfredse med deres idrætsfaciliteter.
- Forskellen på brugen af idrætsfaciliteter i byområder og landdistrikter:
 - o 31 % i landdistrikter og 15 % i byområder bruger idrætshaller og -sale
 - o 37 % i landdistrikter og 46 % i byområder bruger fitnesscentre og motionsrum
 - o 44 % i landdistrikter og 39 % i byområder bruger hjemmet og haven
- Små forskelle i årsager og motivation til at dyrke idræt og motion på tværs af land og by:
 - o I byen og på landet er borgere motiveret af at få trænet deres krop, men det er vigtigst for byboere.
 - o En kort afstand mellem idrætsaktivitet og hjemmet er vigtigst for borgere på landet.

1. Indledning

'Bevæg dig for livet'(BDFL) er Danmarks Idrætsforbund (DIF) og DGI's ambitiøse vision om, at Danmark skal være verdens mest aktive nation. Som et led i ambitionen er der indgået en række samarbejder med forskellige kommuner om at øge borgernes idrætsdeltagelse. Hvert år laver DIF en idræts- og motionsvaneundersøgelse på vegne af kommunerne. Undersøgelsen bliver brugt til at monitorere og evaluere kommunernes idrætsfremmende initiativer.

Undersøgelsens resultater bliver udgivet i en række rapporter, som belyser borgernes fysiske aktivitet fra forskellige perspektiver. Hovedtendenserne fra BDFL's idræts- og motionsvaneundersøgelse udgives i en tværgående og en række individuelle rapporter for hver enkelt af de 29 deltagende kommuner. I dem kortlægges idræts- og motionsvanerne blandt borgere mellem 18 og 75 år. Ud over den tværgående og kommunerapporterne udgives en række sær-rapporter med fokus på specifikke temaer, der er relateret til idræt og motion. Denne rapport hører til undersøgelsens særrapporter. Denne særrapport fokuserer på, om der er forskel på idrætsaktiviteten mellem borgere, som bor henholdsvis i byområder eller landdistrikter. I tillæg til denne rapport udarbejdes der særrapporter med fokus på henholdsvis rum og rammer for idræt, sociale aspekter af idræt og idræts betydning for form, helbred og trivsel.

2. Metode

I denne rapport analyseres data fra 27 ud af de 29 kommuner¹, som deltog i BDFL's idræts- og motionsvaneundersøgelse i 2020². Data er indsamlet i en årlig spørgeskemaundersøgelse, som er sendt ud til et repræsentativt udsnit af borgere mellem 18 og 75 år i hver af de deltagende kommuner. I 2020 er spørgeskemaet blevet sendt ud til 126.376 borgere i de 27 inkluderede kommuner, hvoraf 32.267 borgere svarende til 26 % har deltaget i undersøgelsen³. I denne rapport viser vi den overordnede tendens mellem borgere i byområder og landdistrikter på tværs af alle kommuner. Det kan ikke udelukkes, at nogle af de overordnede forskelle mellem by og land varierer inden for de enkelte kommuner⁴.

Respondenternes svar er opdelt efter, om de bor i et byområde eller landdistrikt. Opdelingen mellem by og land er sket efter en lokal vurdering af, om en respondents postnummer primært dækker over et byområde eller landdistrikt. 73 % af undersøgelsens respondenter bor i et byområde, mens de sidste 27 % bor i et landdistrikt. Se bilag 1 for en uddybning af opdelingen mellem byområder og landdistrikter og bilag 3 for fordelingen mellem borgere fra byområder og landdistrikter på køn, alder, uddannelse og beskæftigelse.

Om BDFL's idræts- og motionsvaneundersøgelse

DIF har på vegne af 29 kommuner indsamlet data, om deres borgeres idræts- og motionsvaner fra 2018 til 2020. Ni af kommunerne har været med fra 2018, 12 fra 2019 og de sidste otte fra 2020. Data indsamles hvert år i maj og juni for at sikre sammenligneligheden og give de bedste forudsætninger for at følge udviklingen over tid.

Deltagende kommuner: Assens, Brønderslev, Esbjerg, Frederiksberg, Faaborg-Midtfyn, Gentofte, Guldborgsund, Haderslev, Herning, Hillerød, Holbæk, Holstebro, Horsens, Høje-Taastrup, Ikast – Brande, Kolding, Lejre, Norddjurs, Randers, Silkeborg, Skive, Struer, Svendborg, Tønder, Vejle, Vesthimmerland, Aabenraa, Aalborg og Aarhus.

¹ Høje-Taastrup og Haderslev indgår ikke i denne rapport.

² For COVID-19's betydning for denne rapporters resultater henvises til bilag 2.

³ I det samlede datasæt fra 2020 indgår svar fra 34.416 ud af de 137.994 borgere som spørgeskemaet blev sendt ud til.

⁴ For at vurdere om eventuelle forskelle mellem by og land inden for en kommune er forskellig fra tendensen på tværs af kommunerne, har vi kontrolleret data vha. multilevel modeller. I en multilevel model tages der højde for, at borgerne bor i forskellige kommuner. Det er vigtigt at tage hensyn til, da hver kommune har sine lokale idrætsfremmende initiativer, der påvirker respondenter på tværs af kommuner forskellig. Multilevel analyserne viste, at selvom der er mindre variationer i forskelle mellem borgere i byområder og landdistrikter inden for de enkelte kommuner, så er den overordnede tendens gældende i alle kommuner. Vi har ikke mulighed for at replicere rapportens analyser på kommuneniveau, fordi stikprøvestørrelsen er for lille i de enkelte kommuner. Multilevel analysen kan derfor udelukkende sige noget om, hvorvidt betydningen af at bo i et byområde eller landdistrikt kan være anderledes i nogle kommuner, men ikke pege på nogle konkrete kommuner.

Forskelle i aktivitet mellem by og land illustreres ved signifikantest. I signifikantestene sammenlignes svar fra respondenter, som bor i et byområde med svar fra respondenter, som bor i et landdistrikt. F.eks. sammenlignes andelen af respondenter i et byområde, som svarer "Ja" til spørgsmålet "Dyrker du normal idræt og motion?", med andelen af respondenter i et landdistrikt, der svarer "Ja" til samme spørgsmål. I rapportens figurer vises andelen af svar for de to typer af respondenterne, og hvis andelen er signifikant forskellige fra hinanden, illustreres det med stjerner. Antallet af stjerner angiver signifikansniveauet og er beskrevet under figurerne. Det er vigtigt at have den procentuelle forskel mellem by og land for øje, da undersøgelsens resultater hviler på et stort datagrundlag, hvor selv små forskelle kan være signifikante.

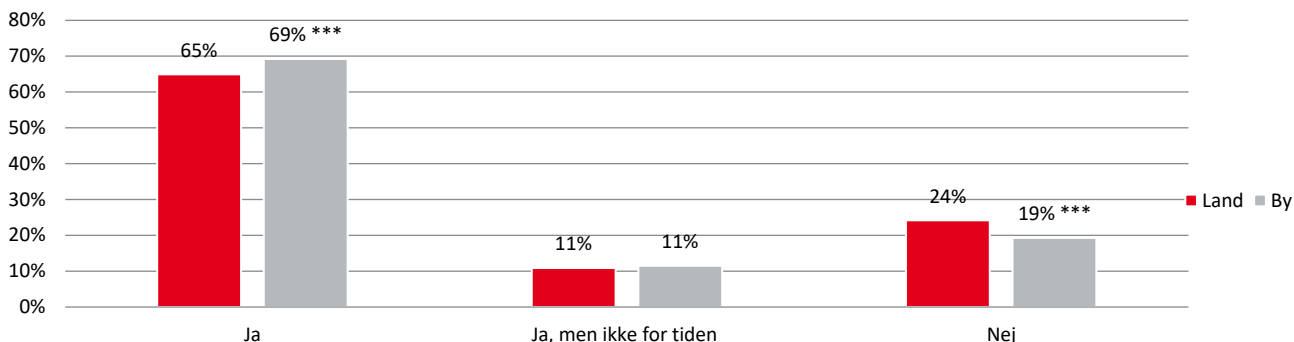
3. Rapportens opbygning

Rapporten er bygget op omkring en illustration af, om der er forskel på idrætsaktiviteten mellem borgere, som bor henholdsvis i byområde eller landdistrikter. Først belyses den generelle forskel ud fra spørgsmålet, om hvorvidt man normalt dyrker idræt og motion. Forskelle mellem by og land er yderligere opdelt i aldersgrupper og mellem køn. Dernæst undersøges borgernes valg af idrætsaktiviteter samt, hvilke faciliteter de benytter mest. Efterfølgende demonstreres borgernes tilfredshed med henholdsvis motions- og idrætsfaciliteter og adgangen til udendørs stier, ruter og grønne områder i deres nærområde. Sidst belyses borgernes motivation for og årsager til at starte til en ny idrætsaktivitet, samt årsager til at holde pause fra idræt eller ikke dyrke idræt regelmæssigt. Afslutningsvis vil de centrale tendenser i rapporten blive opsummeret.

4. Idrætsaktivitet i byområder og landdistrikter

I dette afsnit belyses idrætsaktiviteten på tværs af byområder og landdistrikter. Afsnittet tager udgangspunkt i spørgsmålet, om borgerne normalt dyrker idræt eller motion. Respondenter, der svarede "Ja", bliver betegnet som idrætsaktive. Respondenter, der svarede "Nej", betegnes om ikke-idrætsaktive. Respondenter, som har svaret "Ja, men ikke for tiden", bliver beskrevet som dem, der holder pause. Figur 1 nedenfor viser, at der er flest idrætsaktive borgere i byområderne (69 %) sammenlignet med landdistrikter (65 %). Andelen af borgere på pause fra idræt eller motion (11 %) er lige stor på tværs af by og land.

Figur 1. Samlet idrætsaktivitet fordelt på byområder og landdistrikter



Procentsatserne er afrundet til nærmeste hele procent.

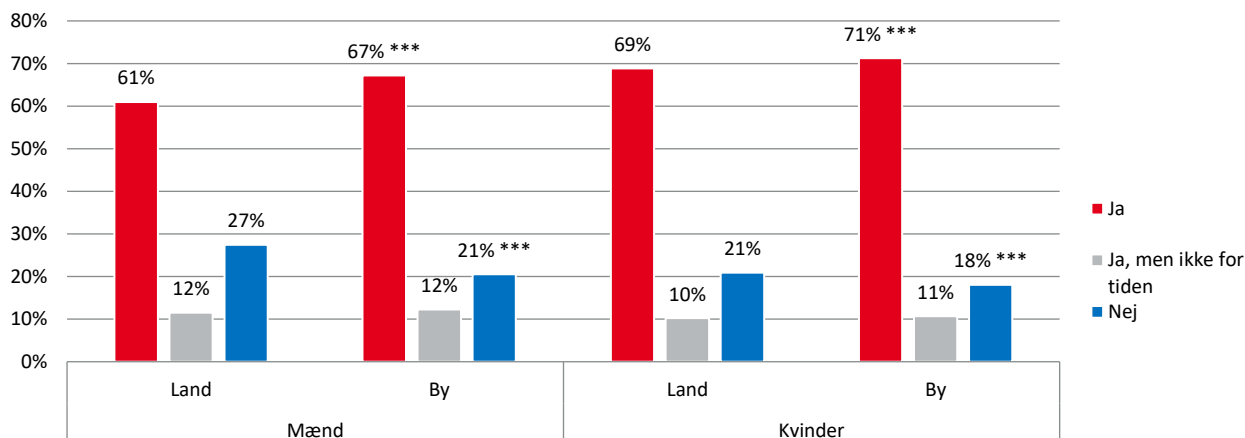
Spørgsmål: Dyrker du normalt idræt eller motion?

*= $p < 0,05$, **= $p < 0,01$, ***= $p < 0,001$

$n = 32.267$

Ser vi på forskellen mellem kønnene, er kvinder generelt mere aktive, uanset hvor de bor. Som det fremgår af figur 2, er kvinders idrætsaktivitet i byen (71 %) og på landet (69 %) nogenlunde ens, mens forskellen mellem mænd i byen (67 %) og på landet (61 %) er substantielt større.

Figur 2. Idrætsaktivitet på tværs af køn



Procentsatserne er afrundet til nærmeste hele procent.

Spørgsmål: Dyrker du normalt idræt eller motion?

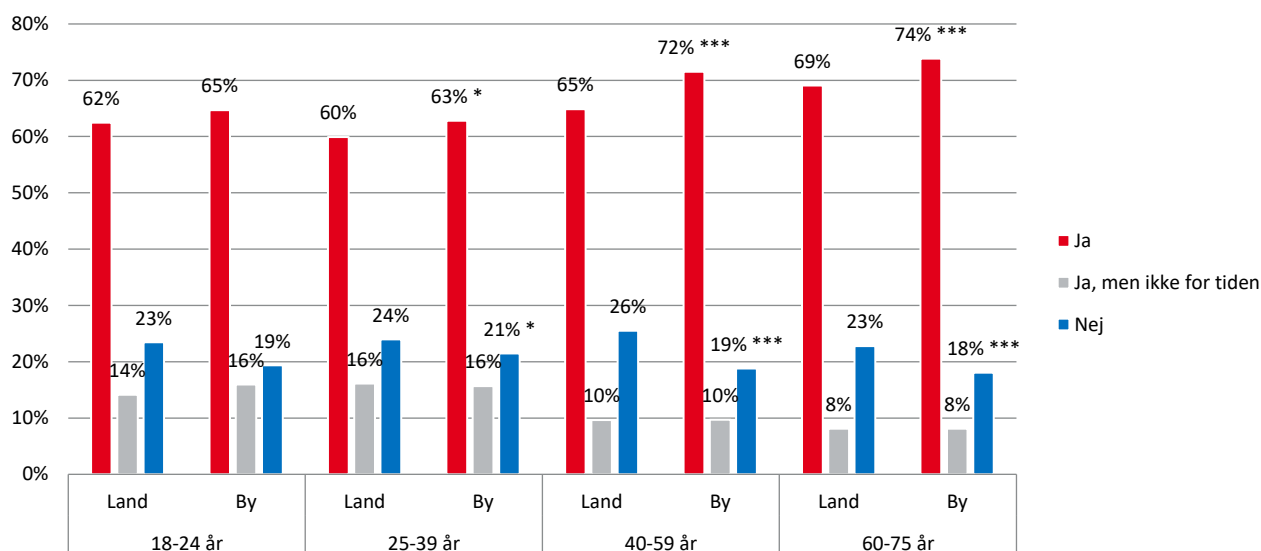
*= $p < 0,05$, **= $p < 0,01$, ***= $p < 0,001$

$n = 32.267$

Figur 3 viser, at forskellen i idrætsaktivitet blandt borgere i byerne og på landet også findes mellem forskellige aldersgrupper. Forskellen mellem byområder og landdistrikter er mindst hos de unge, men stiger jo ældre borgerne er. Der

er ingen signifikante forskelle i idrætsaktivitet blandt unge borgere mellem 18 og 24 år (byområde = 65 % & landdistrikt = 62 %). Med en forskel på 7 procentpoint er der størst og signifikant forskel på borgeres idrætsaktivitet i aldersgruppen 40-59 år (byområde = 72 % & landdistrikt = 65 %).

Figur 3. Idrætsaktivitet på tværs af alder



Procentsatserne er afrundet til nærmeste hele procent.

Spørgsmål: Dyrker du normalt idræt eller motion?

*= $p < 0,05$, **= $p < 0,01$, ***= $p < 0,001$

$n = 32.267$

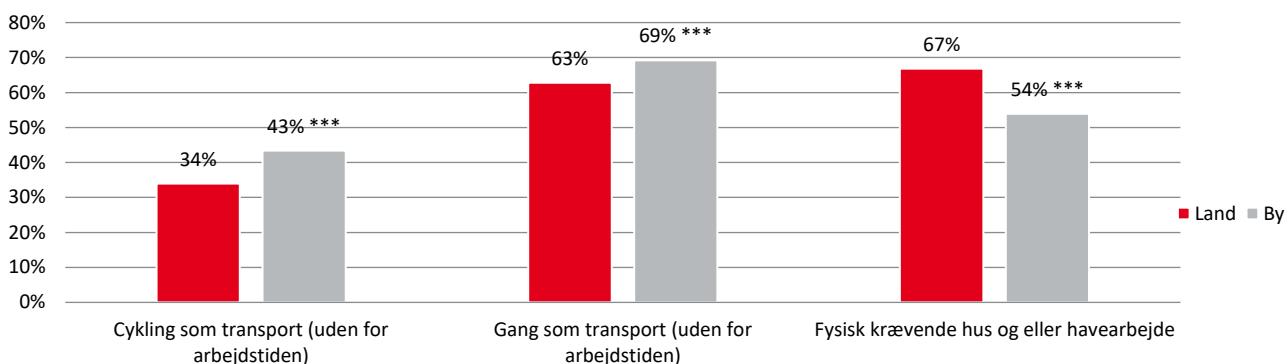
Analysen viser, at borgere i byerne generelt er mere aktive, hvilket også gør sig gældende både på tværs af køn og alder. Forskellen i idrætsaktivitet på tværs af byområder og landdistrikter er størst mellem mænd og ældre borgere.

5. Aktivitetsvalg i byområder og landdistrikter

I det følgende dykker vi ned i, hvilke aktiviteter borgere henholdsvis på landet og i byerne dyrker, hvilken sammenhæng de dyrker idrætten i og hvilke faciliteter de benytter sig af.

Figur 4 viser, hvilke fysiske aktiviteter borgerne laver mindst en gang om ugen. Som det ses i figuren, er cykling (43 %) og gang (69 %) som transport mere populært i byerne. Forskellene mellem by og land er signifikant forskellige fra hinanden. Fysisk krævende hus- eller havearbejde er derimod mest typisk på landet (67 %), hvor der er en signifikant forskel på 13 procentpoint mellem byområder og landdistrikter.

Figur 4. Fysiske aktiviteter uden for arbejdstiden fordelt på byområder og landdistrikter



Procentsatserne er afrundet til nærmeste hele procent.

Spørgsmål: Hvor aktiv er du i følgende sammenhænge på en helt almindelig uge?

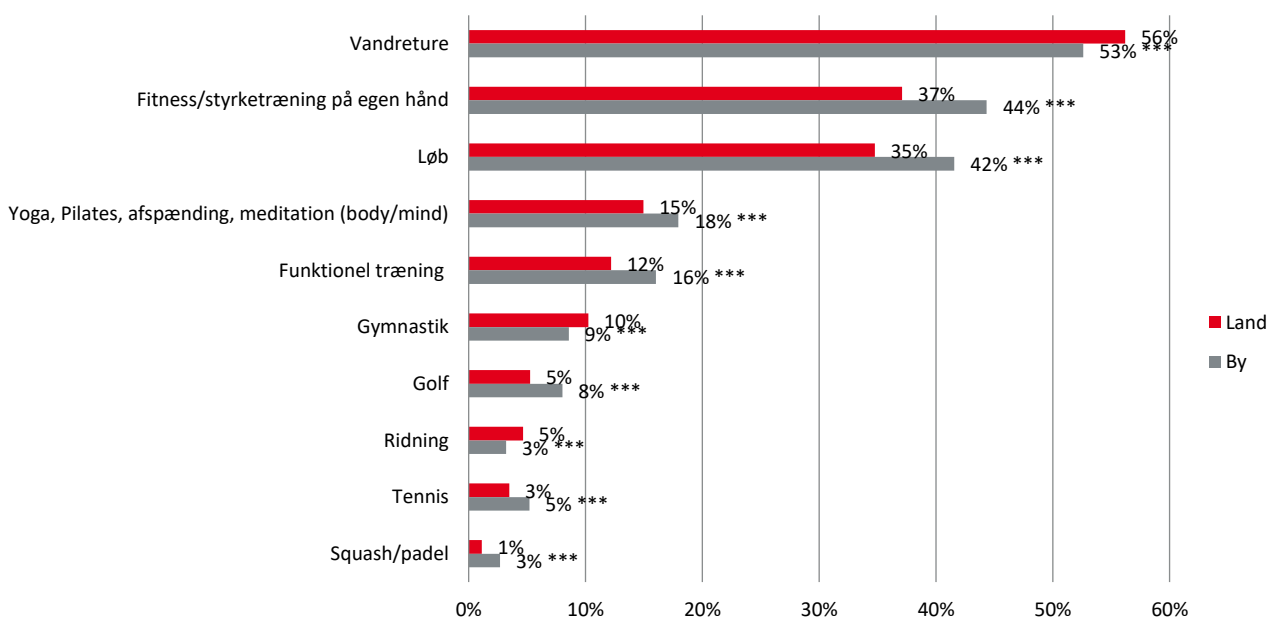
Respondenterne har angivet, hvor mange dage om ugen de er aktive i ovenstående sammenhænge. Svarene er samlet, så figuren viser andelen for de respondenter, som dyrker en aktivitet mindst en gang om ugen.

*= $p < 0,05$, **= $p < 0,01$, ***= $p < 0,001$

$n = 32.267$

Figur 5 viser forskelle på de aktiviteter, der dyrkes i byområder og landdistrikter. De tre mest populære aktiviteter er ens på tværs af byområder og landdistrikter, nemlig vandreture (gåture som motion eller stavgang osv.) og løb, samt fitness eller styrketræning på egen hånd. Resultaterne indikerer dog, at der er en forskel på, hvilke aktiviteter borgere i henholdsvis byen eller på landet dyrker mest. Vandreture er, med en signifikant forskel på 3 procentpoint, mest populær i landområder. Fitness eller styrketræning er, med en signifikant forskel på 7 procentpoint, mere populært i byerne (44 %). Løb er, med en signifikant forskel på 7 procentpoint, mere populært i byerne. Idrætter som yoga, pilates og meditation samt funktionel træning (f.eks. crossfit) er også mere populære i byerne.

Figur 5. Valg af idrætsaktiviteter fordelt på byområder og landdistrikter



Procentsatserne er afrundet til nærmeste hele procent.

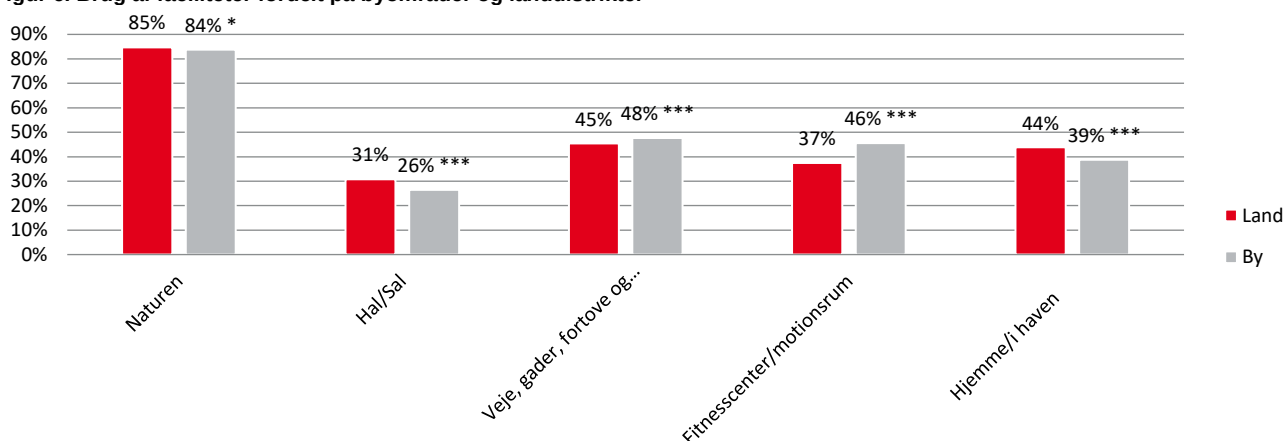
Spørgsmål(omformuleret): Hvilke former for idræt og motion har du dyrket regelmæssigt inden for de seneste 12 måneder? Vælg blandt disse aktiviteter eller klik 'Næste', hvis du ikke har dyrket nogen af dem.

*= $p<0,05$, **= $p<0,01$, ***= $p<0,001$

$n=22.572$

Figur 6 viser de faciliteter, som borgerne bruger til at dyrke idræt eller motion. Figuren understøtter tendensen med, at flere borgere i byerne dyrker fitness. Figur 6 viser, at der, med en signifikant forskel på 8 procentpoint, er flest, som benytter sig af fitnesscentre og motionsrum i byerne. Til gengæld dyrker signifikant flere borgere på landet idræt i deres hjem eller i haven. Der er også signifikant flere borgere på landet, som benytter idrætshaller og -sale. Der er en lille signifikant forskel på, om borgere i byen eller på landet benytter naturen til at dyrke idræt eller motion.

Figur 6. Brug af faciliteter fordelt på byområder og landdistrikter



Procentsatserne er afrundet til nærmeste hele procent.

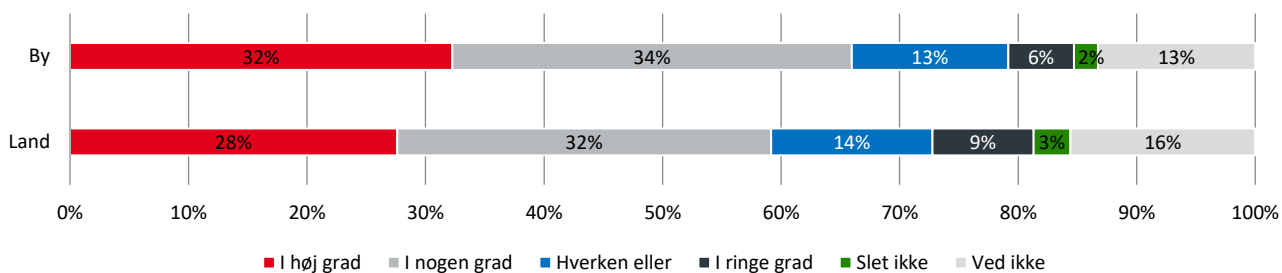
Spørgsmål: Hvilke idrætsanlæg, -faciliteter, -lokaler eller -steder benytter du til at dyrke idræt eller motion?

*= $p<0,05$, **= $p<0,01$, ***= $p<0,001$

$n=25.804$

Figur 7 viser tilfredsheden med indendørsfaciliteter på tværs af byområder og landdistrikter. Figuren viser, at der ikke er store substantielle forskelle på tværs af by og land. Borgere i byen er lidt mere tilfredse med deres indendørsfaciliteter end borgere på landet. Der er flest borgere, både på landet (32 %) og i byen (34 %), som er "i nogen grad tilfredse" med deres indendørsfaciliteter, mens omkring 30 % af borgere både i byen (32 %) og på landet (28 %) er "i høj grad tilfredse". Der er flest borgere på landet, som er "i ringe grad" (9 %) eller "slet ikke" (16 %) tilfredse med deres indendørsfaciliteter. Det er værd at bemærke, at spørgsmålet om tilfredshed med idræts- og motionsfaciliteter i nærområdet kan dække over to former for tilfredshed. Dels om man er tilfreds med de faciliteter man har til rådighed, og dels om man er tilfreds med udvalget af faciliteter eller ønsker nogle andre eller flere faciliteter. Denne analyse kan ikke sige noget om, hvilken form for tilfredshed borgerne har baseret deres svar på.

Figur 7. Tilfredshed med idræts- og motionsfaciliteter fordelt på by og land



Procentsatserne er afrundet til nærmeste hele procent.

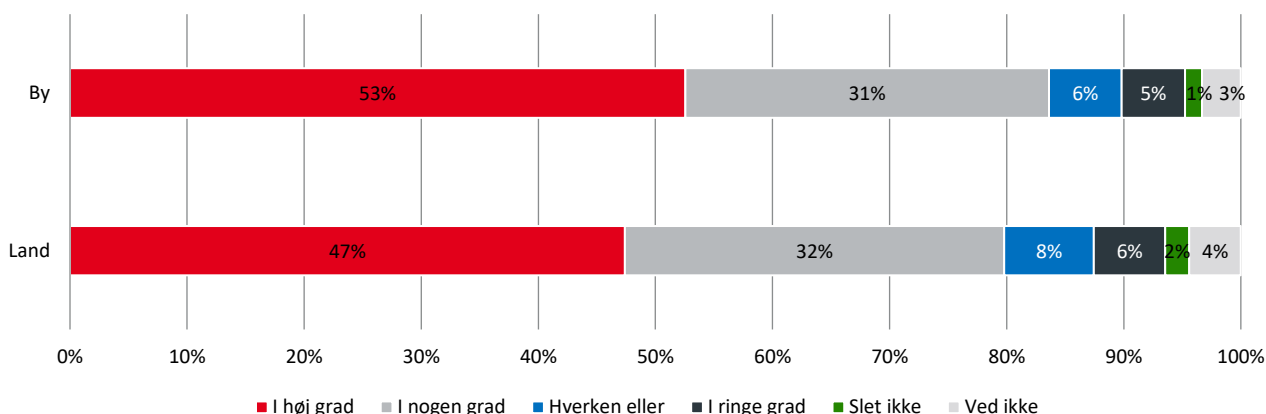
Spørgsmål: Er du tilfreds med idræts- og motionsfaciliteterne i dit nærområde?

*= $p < 0,05$, **= $p < 0,01$, ***= $p < 0,001$

$n = 34.416$

Figur 8 viser tilfredsheden med udendørsfaciliteter på tværs af byområder og landdistrikter. Tilfredsheden med adgangen til udendørsfaciliteter er højest i byerne. Både i byen og på landet er der få borgere, som slet ikke eller i ringe grad er tilfredse med deres udendørsfaciliteter.

Figur 8. Tilfredshed med adgangen til udendørs stier, ruter og grønne områder fordelt på by og land



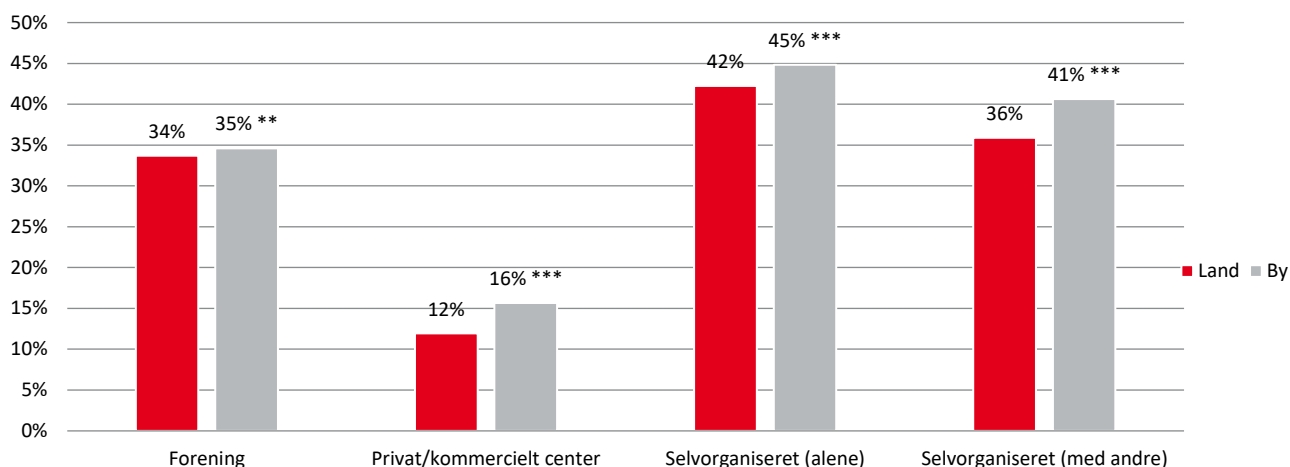
Procentsatserne er afrundet til nærmeste hele procent.

Spørgsmål: Er du tilfreds med adgangen til udendørs stier/ruter/grønne områder i dit nærområde?

*= $p < 0,05$, **= $p < 0,01$, ***= $p < 0,001$

$n = 34.416$

Figur 9 viser, hvilke organiseringsformer borgerne benytter, når de dyrker idræt og motion. Der er generelt flest, som dyrker selvorganiseret idræt - enten alene eller med andre. Som det fremgår af figuren, er der dog signifikant flere i byerne, der dyrker selvorganiseret idræt. Andelene, der dyrker idræt i en forening, er signifikant forskellige men procentuelt nogenlunde ens på tværs af byområder og landdistrikter. De private og kommercielle centre er mere populære i byområder, og forskellen mellem by og land er signifikant.

Figur 9. Organisering af idrætsaktivitet fordelt på byområder og landdistrikter

Procentsatserne er afrundet til nærmeste hele procent.

Spørgsmål: I hvilken sammenhæng har du dyrket disse aktiviteter?

*= $p < 0,05$, **= $p < 0,01$, ***= $p < 0,001$

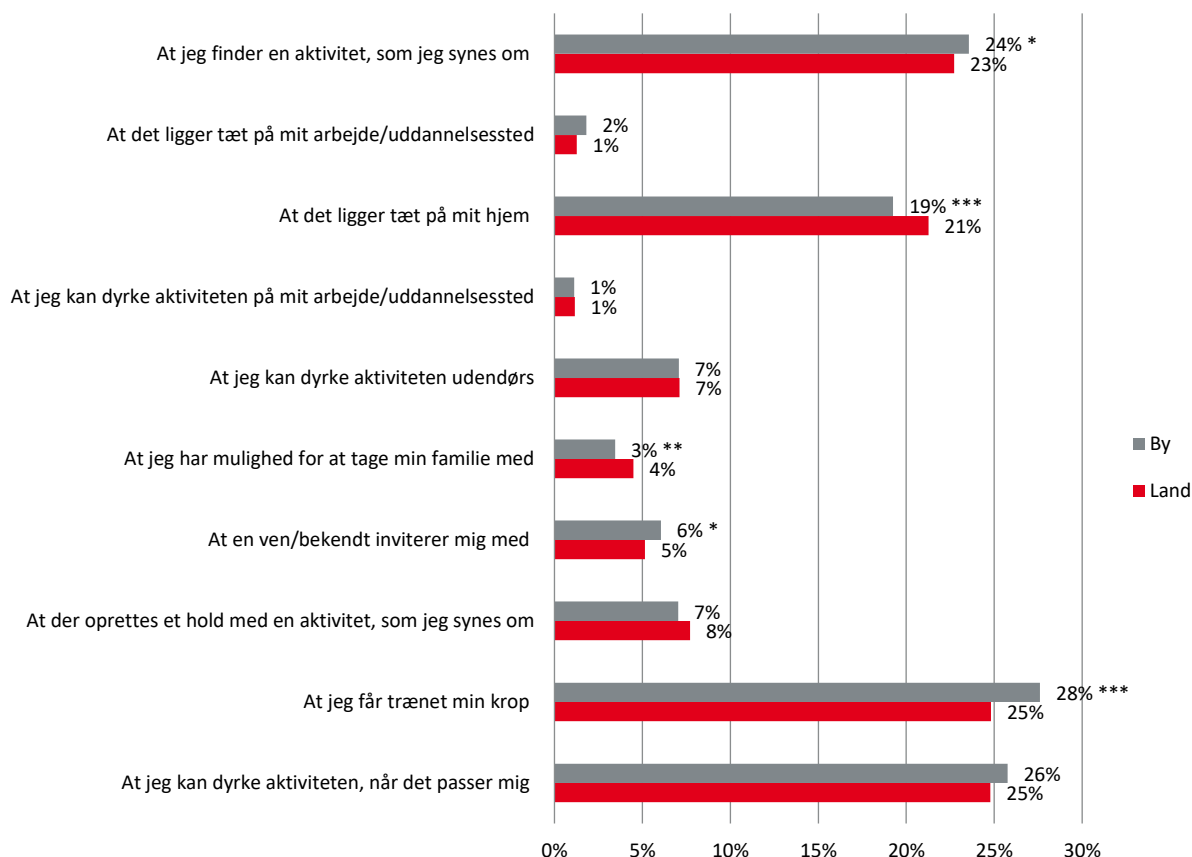
$n = 32.267$

Dette afsnit har vist en tendens til, at borgere i byen dyrker mere selvorganiserede idræt. Vandreture er mere populært på landet, men er stadig den mest populære aktivitet i byen. Udover vandreture, er fitness og styrketræning de mest populære aktiviteter i byområder. Løb hører også til blandt de mest populære aktiviteter, særligt i byområder. Flere borgere i byområder bruger fitnesscentre og motionsrum, og de er også mere tilfredse med deres idrætsfaciliteter. Tilfredsheden med adgangen udendørsfaciliteter er størst i byen. Der er stort set lige mange borgere på landet og i byen, som bruger naturen til at dyrke idræt i, mens der er flere på landet, der dyrker idræt i en idrætshal eller -sal.

6. Årsag og motivationer for at dyrke idræt i byområder og landdistrikter

Figur 10 viser, hvad der kan motivere borgerne til at dyrke idræt og motion. Både i byen og på landet bliver borgerne motiveret af muligheden for at få trænet deres krop. Det er, med en signifikant forskel på 3 procentpoint, lidt vigtigere for borgere i byen end på landet. Sammenlignet med byområder, er det lidt vigtigere for borgere i landdistrikter, at de finder en aktivitet, som de synes om. Det er også vigtigt, at aktiviteten ligger tæt på hjemmet på tværs af byområder (19 %) og landdistrikter (21 %). Der er dog vigtigere for borgere i et landdistrikt.

Figur 10. Motivation for at starte til en aktivitet fordelt på byområder og landdistrikter



Procentsatserne er afrundet til nærmeste hele procent.

Spørgsmål: I det følgende beder vi dig vælge op til tre ting, som er vigtige for dig, hvis du skulle starte på en (ny) idræts- eller motionsform.

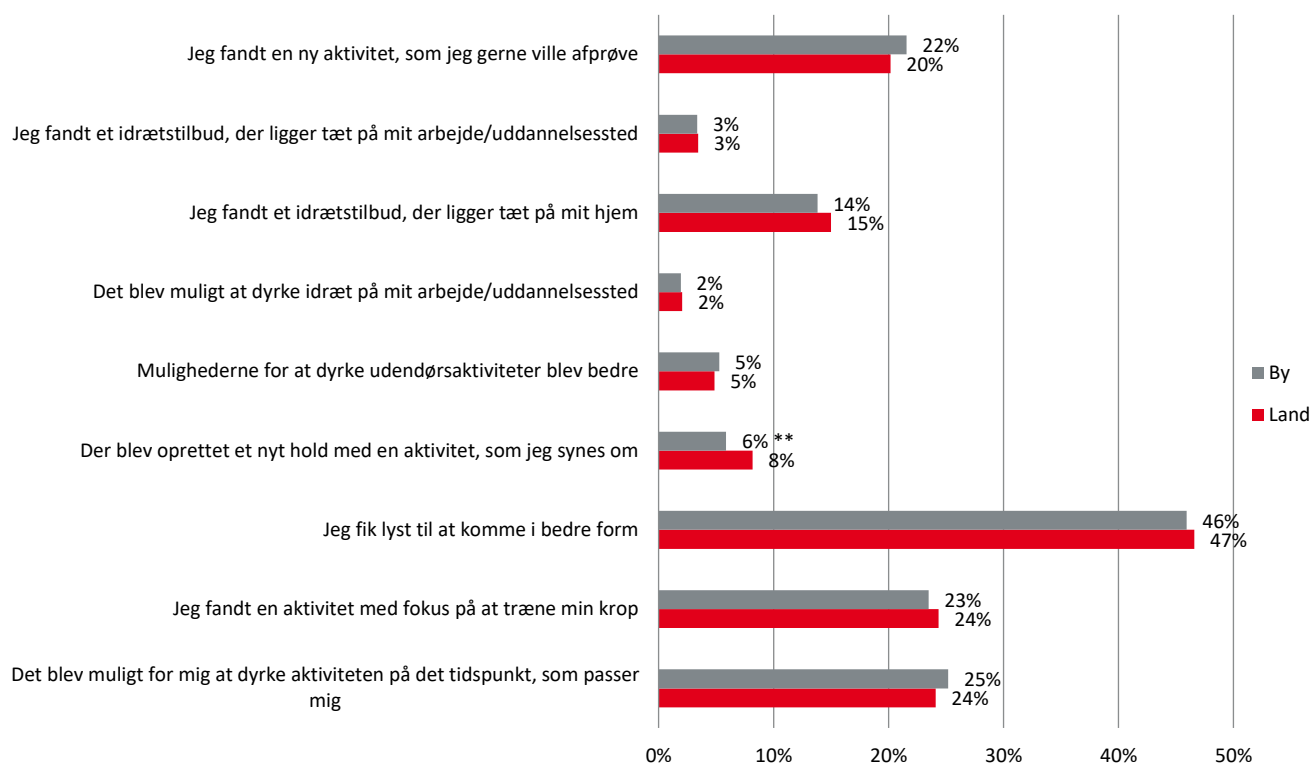
*= $p < 0,05$, **= $p < 0,01$, ***= $p < 0,001$

$n = 32.267$.

N.B. i denne analyse har vi samlet svarene fra alle respondenter lige meget om de har svaret "Ja", "Ja, men ikke for tiden" eller "Nej" til spørgsmålet "Dyrker du normalt idræt og motion". Derfor er de angivne procenter anderledes end i den tværgående og de kommunespecifikke rapporter, hvor resultaterne er opdelt efter de tre svarkategorier.

Figur 11 viser, hvilke årsager borgerne har haft til at begynde på en ny form for idræt eller motion. Den hyppigste årsag til at starte på en ny idræt er lysten til at komme i bedre form, uanset om man bor i byen eller på landet. Den tendens stemmer godt overens med rapportens tidligere pointer om, at den vigtigste motivation for at starte til en aktivitet er, at få trænet sin krop. En anden hyppig årsag til at starte på en ny aktivitet er, at borgerne har fundet en aktivitet, som de synes om. I modsætning til foregående analyser af motivationen til at starte på en aktivitet, er det dog vigtigere for borgere på landet.

Figur 11. Årsager til at være startet på en aktivitet fordelt på byområder og landdistrikter



Procentsatserne er afrundet til nærmeste hele procent.

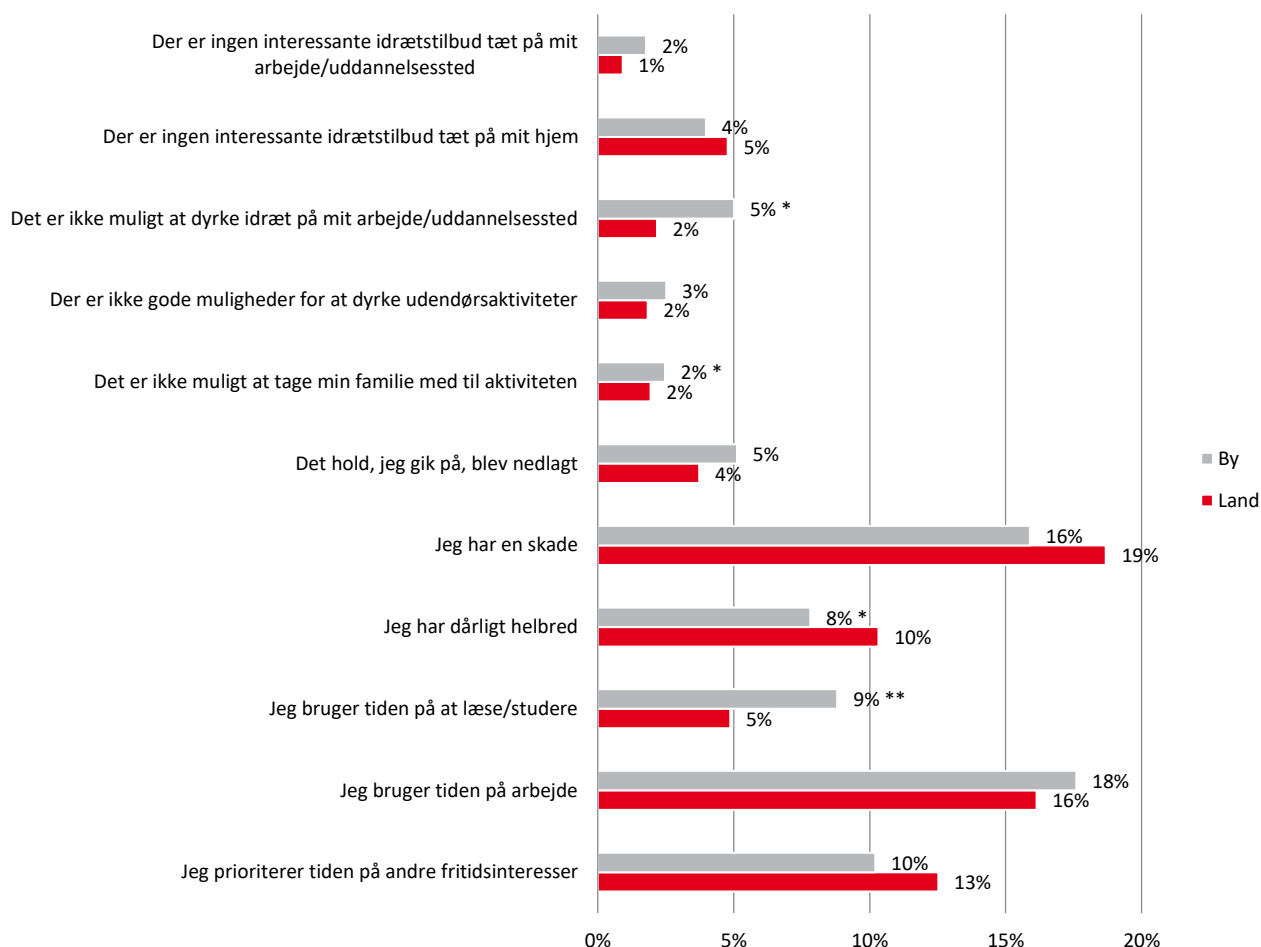
Spørgsmål: Hvad fik til at starte på den aktivitet/de aktiviteter, som du er startet på inden for det seneste år?

*= $p < 0,05$, **= $p < 0,01$, ***= $p < 0,001$

$n = 6.965$

Figur 12 viser forskelle mellem land og by på årsagerne til, at borgerne ikke dyrker idræt og motion for tiden. Der er signifikant flere borgere på landet, som holder pause fra idræt på grund af et dårligt helbred. Derimod er der signifikant flere borgere i byen, som holder pause fra idræt på grund af, at de bruger tiden på at læse eller studere. Derudover er der signifikant flere i byen, der holder pause, fordi det ikke er muligt at dyrke idræt eller motion på tæt deres arbejde eller uddannelsessted.

Figur 12. Årsag til ikke at dyrke idræt og motion for tiden fordelt på byområder og landdistrikter



Procentsatserne er afrundet til nærmeste hele procent.

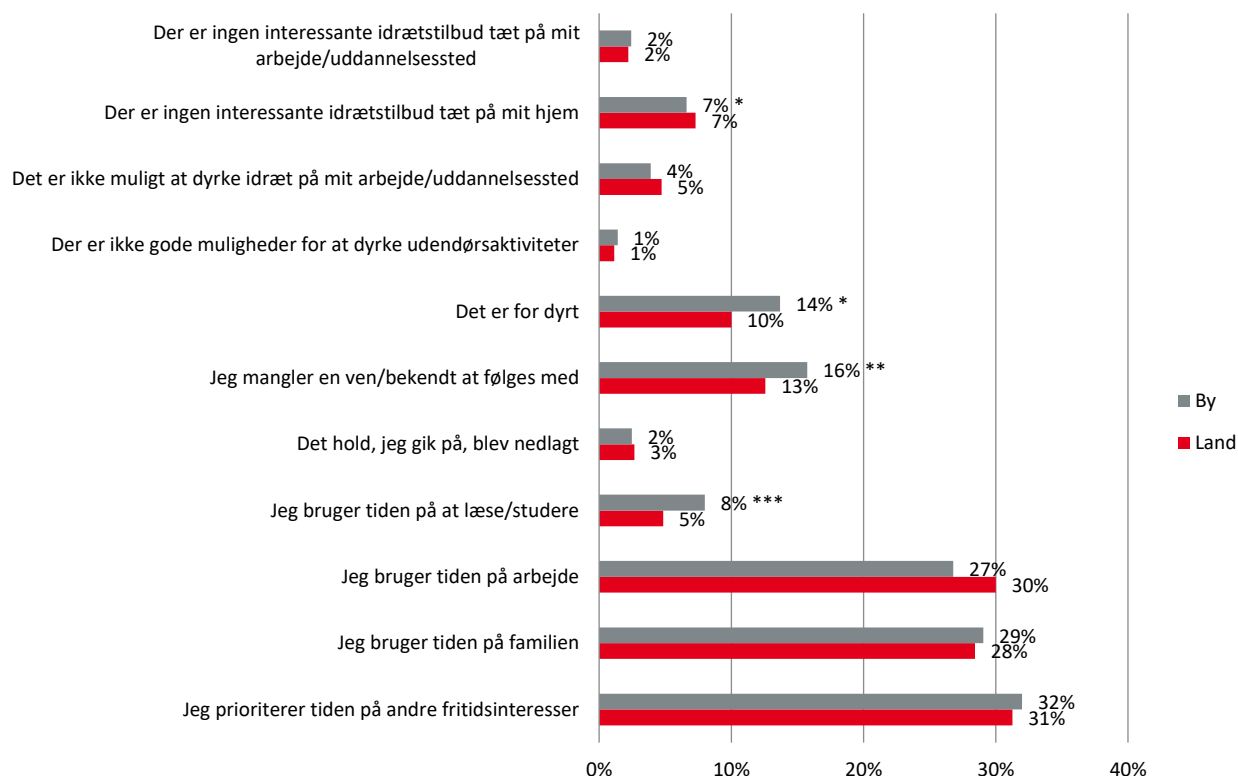
Spørgsmål: Hvad er årsagen til, at du ikke dyrker idræt og motion for tiden?

*= $p < 0,05$, **= $p < 0,01$, ***= $p < 0,001$

$n = 3.232$

Figur 13 viser ikke-idrætsaktives årsager til ikke at dyrke idræt og motion regelmæssigt. Figuren viser, at borgere i byområder og landdistrikter prioriterer deres tid på andre fritidsinteresser, arbejde eller familien. Der er, med en forskel på 4 procentpoint, signifikant flere borgere i byen, som ikke dyrker idræt, fordi det er for dyrt. Der er også signifikant flere borgere i byen, som mangler en ven eller bekendt at følges med til idræts- eller motionsaktiviteter. På samme måde som for borgere på pause, er der også signifikant flere borgere i byen, der ikke dyrker motion eller idræt regelmæssigt, fordi de bruger tiden på at læse eller studere.

Figur 13. Årsag til ikke at dyrke idræt og motion regelmæssigt fordelt på byområder og landdistrikter



Procentsatserne er afrundet til nærmeste hele procent.

Spørgsmål: Hvad er årsagen til, at du ikke dyrker idræt eller motion regelmæssigt?

*= $p < 0,05$, **= $p < 0,01$, ***= $p < 0,001$

$n = 6.494$

Resultaterne i dette afsnit har vist, at det både er en motivation og årsag til at starte på en ny form for idræt, at borgerne på tværs af by og land kan få trænet deres krop. En af de hyppigste årsager til at holde pause fra idræt er, at borgerne bruger tiden på arbejde, hvilket er mere typisk blandt borgere i byerne. Lige under en tredjedel af borgerne både i byen og på landet prioriterer tiden på andre fritidsinteresser eller deres familier. Borgerne i byerne nedprioriterer oftere idræt på grund af deres uddannelse, mens borgere på landet oftere prioriterer tiden på at arbejde frem for at være idrætsaktive.

7. Opsummering af rapportens resultater

Denne særrapport har belyst forskellene i idrætsaktivitet blandt borgere på tværs af byområder og landdistrikter. Generelt er borgere i byen mere idrætsaktive end borgere på landet. Kvinder er typisk mere idrætsaktive end mænd, hvad enten de bor på landet eller i byen. Forskellen i aktivitetsniveau mellem by og land er højere blandt mænd. Forskellen mellem idrætsaktivitet i byen og på landet bliver tydeligere, jo ældre borgerne bliver. Der er ingen signifikant forskel på unges idrætsaktivitet i byen og på landet, mens den stiger med alderen og er størst i aldersgruppen 40-59 år.

Der er store forskelle på, hvilke fysiske aktiviteter borgerne laver i hverdagen. Borgere i byen bruger oftere gang og cykel som transportmiddel. Derimod udfører borgere på landet markant mere fysisk krævende hus- eller havearbejde. Vandreture er den mest populære aktivitet i byen og på landet, men mere populært blandt borgere i landdistrikter. Fitness og styrketræning samt løb er mere populært i byerne. Det samme gælder aktiviteterne aerobic, yoga og pilates samt funktionel træning. I byen organiserer borgerne oftere selv deres idrætsaktiviteter, hvad enten det er alene eller sammen med andre. Borgere fra byområder dyrker også oftere idræt i et privat eller kommercielt regi. På landet er der flere, som dyrker idræt i idrætshaller eller -sale, mens der er flere i byen, som dyrker idræt i fitnesscenter eller motionsrum. Generelt er der høj tilfredshed med inden- og udendørsfaciliteter på tværs af by og land, men tilfredsheden er størst i byområder.

Der er ikke store forskelle i motivationer for at starte til en idræt blandt borgere i byen og på landet. Mange motiveres af at få trænet kroppen, men det er vigtigere for borgere i byerne. En fjerdedel af borgerne, både i byen og på landet, synes det er vigtigt, at de kan dyrke aktiviteten på et tidspunkt, som passer dem. Flere borgere i landdistrikter kan blive motiveret til at starte på en ny form for idræt og motion, hvis den ligger tæt på deres hjem. Lysten til at komme i bedre form er den markant mest hyppige årsag til at starte på en aktivitet blandt borgere på tværs af byområder og landdistrikter. Derudover er der ikke store forskelle på de årsager borgere i byen og på landet har til at være startet til en ny form for idræt og motion. Der er flere borgere i byen, som ikke dyrker idræt og motion, fordi det enten er for dyrt at gå til idræt, de mangler en ven at følges med eller bruger tiden på at læse og studere.

Samlet viser rapporten, at der er forskelle i idrætsaktivitet blandt borgere, som bor i byområder og landdistrikter. Forskelle i idrætsaktivitet mellem by og land er mere tydelige på tværs af køn og forskellige aldersgrupper. På samme måde er der også forskelle på, hvilke faciliteter borgerne i byområder og landdistrikter benytter og hvor tilfredse, de er med dem. Rapporten viser også forskelle i, hvilke aktiviteter borgere i byen og på landet dyrker, og hvilke organiseringsformer aktiviteterne dyrkes i. Sidst men ikke mindst har vi vist, at der blandt borgere i byen og på landet er små forskelle på, hvad der enten motiverer til eller afholder dem fra at dyrke idræt og motion. Denne rapport har påpeget nogle forskelle i idræts- og motionsvaner på tværs af byområder og landdistrikter, som kan være værd at have med i sine overvejelser, hvis de idrætsfremmende initiativer skal tage udgangspunkt i borgernes geografiske bopæl.

Bilag 1. Opdeling mellem land og by

I denne rapport undersøges forskelle mellem borgere, som bor på landet og i byen inden for hver kommune. Respondenterne er opdelt efter, om de bor i et byområde eller et landdistrikt. Opdelingen tager udgangspunkt i respondenternes postnummer, der er kategoriseret som by eller land. Kategoriseringen er foretaget af kommunernes projektledere ud fra en lokal vurdering af, om et postnummer primært dækker over et byområde eller landdistrikt.

Tabel 1 viser, hvor stor en andel af respondenterne i stikprøven, som bor i et byområde ud fra kommunernes opdeling. I tabellen sammenlignes stikprøveandelen med populationsandelen fra Danmarks Statistik (DST). Det er værd at bemærke, at DST bruger en anden opdeling mellem byområder og landdistrikter, som er baseret på bebyggelse og antal beboere⁵. Derfor er stikprøve- og populationsandele ikke er perfekt sammenlignelige og kun kan bruges til at give en indikation på stikprøvens repræsentativitet. Forskelle i andele mellem stikprøven og populationen er testet ved en One-sample test of proportion og signifikante forskelle er markeret med stjerner. Tabellen viser, at andelen af respondenter, der bor i et byområde, er underrepræsenteret i data. Inden for de enkelte kommuner er der stor variation i, om andel af respondenter, som bor i et byområde, er over eller underrepræsenteret.

Tabel 1. Beboere i byområder

Kommune type	Kommune	Andel beboere i byområde (%)	
		Stikprøve (n) – Kommunernes egne opdeling	Population – DST's opdeling
Bykommune	Esbjerg	92*** (1028)	70
	Frederiksberg	100 ^a (992)	100
	Gentofte	100 ^a (2004)	100
	Herning	89 ^a (1078)	100
	Horsens	87*** (938)	71
	Kolding	87 ^a (2032)	100
	Randers	80*** (922)	71
	Vejle	72*** (1047)	79
	Aalborg	63*** (987)	86
	Aarhus	100 ^a (911)	91
Mindre bykommune	Hillerød	81*** (1145)	88
	Holstebro	78*** (2137)	84
	Silkeborg	97*** (1261)	77
Mellemkommune	Assens	0*** (1050)	81
	Brønderslev	88*** (1735)	84
	Faaborg-Midtfyn	72*** (1859)	89

⁵ Opdeling mellem byområder og landdistrikter tager udgangspunkt i "BY2: Folketal 1. januar efter kommune, bystørrelse, alder og køn" fra <https://www.statistikbanken.dk/10021>. Andelen som bor i et byområde er fundet ved at trække andelen som bor i et landdistrikt fra 100. Vi har ekskluderet borgere uden bopæl.

	Haderslev	10*** (87)	82
	Holbæk	74*** (889)	88
	Ikast-Brande	96*** (979)	76
	Lejre	0*** (1092)	73
Yderkommune	Guldborgsund	57*** (1068)	83
	Norddjurs	59*** (942)	71
	Skive	0*** (558)	83
	Struer	78*** (1179)	69
	Svendborg	72*** (1107)	80
	Tønder	0*** (1057)	93
	Vesthimmerland	90*** (1053)	97
	Aabenraa	85* (1130)	87
Total		73*** (32267)	87

Note: I byer markeret med noten "a" var det ikke muligt at lave signifikanstest, fordi stikprøve- eller populationsandelen var 100%.

*= $p < 0,05$, **= $p < 0,01$, ***= $p < 0,001$

Bilag 2. COVID-19's betydning for undersøgelsen

I 2020 blev data indsamlet under COVID-19 nedlukningen af Danmark, hvilket har fået respondenterne til at overvurdere deres eget aktivitetsniveau. I denne rapport analyseres kun data fra 2020 og der fokuseres på forskelle mellem borgere boende i byområder eller landdistrikter. Vi har ingen grund til at tro, at borgere i nogle geografiske områder var mere tilbøjelige til at overvurdere deres aktivitetsniveau, hvilket minimerer COVID-19's betydning for resultaterne i denne rapport. Vi har tiltro til, at de beskrevne forskelle mellem by og land i denne rapport er repræsentative. Vi opfordrer samtidig til, at tolkningen af de absolutte niveauer for idrætsaktivitet tolkes med stor forsigtighed og med forbeholde for respondenternes overvurdering af eget aktivitetsniveau

Bilag 3. Baggrundsstatistik

Tabel 2. Forskelle i baggrundsstatistik på tværs af byområder og landdistrikter

		Samlet	Land	By	Forskel mellem land og by (procentpoint)
Køn	Mænd	42,0%	41,6%	42,2%	-0,6
	Kvinder	58,0%	58,3%	57,8%	0,5
	<i>n</i>	32267	8684	23583	
Alder	18-24 år	4,8%	3,6%	5,3%	-1,7***
	25-39 år	10,9%	14,6%	14,5%	0,1***
	40-59 år	40,5%	41,6%	40,0%	1,6**
	60-75 år	41,1%	43,8%	40,1%	3,7***
	<i>n</i>	32267	8684	23583	
Uddannelse	Grundskole	9,5%	11,7%	8,7%	3***
	Gymnasial	6,9%	6,2%	7,1%	-0,9**
	Erhvervsfaglig/AMU	27,7%	31,7%	26,3%	5,4***
	Kort videregående	9,7%	9,5%	9,7%	-0,3
	Mellemlang videregående	25,7%	25,5%	27,0%	-1,5**
	Lang videregående	14,6%	9,6%	16,4%	-6,8***
	Anden	5,1%	5,8%	4,8%	1***
	<i>n</i>	32236	8675	23561	
Beskæftigelse	Beskæftiget	57,4%	57,0%	57,2%	-0,1
	Ledig	4,0%	3,5%	4,2%	-0,7**
	Førtidspension	4,2%	4,5%	4,0%	0,5
	Folkepensionist/Efterlønsmodtager	27,7%	29,7%	26,9%	2,7***
	Andre uden for arbejdsmarkedet	1,6%	1,5%	1,7%	-0,2
	Under uddannelse	5,4%	3,8%	6,0%	-2,2***
	<i>n</i>	31083	8341	22742	

Forskelle mellem land og by er testet ved en two-group test of proportions.

*= $p < 0,05$, **= $p < 0,01$, ***= $p < 0,001$