

Medlems- og effektanalyse 2019

- pixiudgave

Bevæg dig for livet - Fitness

BEVÆG
DIG FOR
LIVET

GymDanmark





Indledning

Bevæg dig for livet – Fitness har udarbejdet en analyse, der bygger på medlemstal 2019 registreret i Centralt ForeningsRegister (CFR) fra DGI og Danmarks Idrætsforbund (DIF) offentliggjort den 15. april 2020. Tallene er rensat for overlap i medlemskaber.

Formålet med analysen er at bringe viden og indsigt til projektet i forhold til prioritering af fremtidige indsatser.

Dette er en pixiudgave af analysen med de vigtigste pointer. Hvis du er interesseret i yderligere detaljer, er du velkommen til at kontakte Charlotte Agergaard, Bevæg dig for livet – Fitness, som har udarbejdet selve analysen.



BEVÆG
DIG FOR
LIVET

Fuld fart på fitness i forening

Danskerne er vilde med at dyrke yoga, danse, spinne og styrketræne i deres lokale forening.

I alt 183.252 danskere er nemlig medlem af en forening med fitnessaktiviteter, og det er en fremgang på 10.055 medlemmer fra 2018 til 2019. Dermed er fitness også den idræt, der har haft den markant største vækst i antal og procent – 20,4% af de i alt 49.274 nye medlemmer dyrker fitness.

Ser man på de 11 idrætter, der er en del af Bevæg dig for livet-samarbejdet, tegner fitness sig for 43% af den samlede fremgang for Bevæg dig for livet medlemsudviklingen. De 11 idrætter har tilsammen haft en medlemsfremgang på 23.200 medlemmer.

Fitness er stadig den fjerde mest populære foreningsidræt i Danmark – kun overgået af fodbold, gymnastik og svømning. Og blandt voksne danskere (+19 år) er fitness den største aktivitet målt på medlemstal med 164.272 medlemmer – efterfulgt af golf og fodbold. De voksne står for 89,6% af det samlede medlemstal for fitness.

- 10.055 flere fitnessmedlemmer
- 20,4% af den samlede medlemsfremgang
- Voksnes mest populære idræt



Flere seniorer holder sig i form

Der bliver flere seniorer – og de vil gerne dyrke fitness.

Danmarks Statistiks fremskrivninger viser, at i 2030 forventes 22,4% af befolkningen at være ældre end 65 år - mod 19,6 pct. i 2019. Dermed er der fortsat et stort potentiale for fitnessmedlemmer i denne målgruppe.

Det samlede antal fitnessudøvere i aldersgruppen 70+ er det seneste år vokset med 2.032 nye medlemmer. For kvinder er stigningen på 13% og for mænd 12%.

Fitness er, udover idræt for seniorer, den idrætsaktivitet, der er vokset mest i antal blandt seniorer det seneste år med en vækst på 3.267 medlemmer.

- Andelen af ældre vokser
- 2.032 flere medlemmer er 70+
- Fitness vækster mest

”

*Jeg kan egentlig godt lide
at træne alene, men ud
over træningen får jeg
også hyggeligt samvær,
siger Per på 71 år.*

*Artikel: Per træner smerterne væk,
bevaegdigforlivet.dk/fitness*



Kvinderne er i front

Kvinderne er mere aktive i fitnesscentre og holdsale end mændene.

55,1% af fitnessmedlemmerne er kvinder, mens 44,9% er mænd.

Hvis vi sammenligner med befolkningsandelen, hvor 50,2% af befolkningen er kvinder, og 49,8% er mænd, er andelen af kvindelige fitnessmedlemmer derfor relativt høj i forhold til mænd.

Det er særligt de 40-59 årige kvinder, der dyrker fitness, nemlig 37.393. Her udgør andelen af kvinder 59% af det samlede medlemstal i aldersgruppen.

Men især i aldersgruppen 60-69 år, giver kvinderne mændene baghjul. Her udgør de 61,1% og i aldersgruppen 70+ udgør kvinderne 56,9% af det samlede medlemstal.

Når man ser på medlemsfremgangen i perioden 2018 til 2019, er det også kvinderne, der er blevet mest aktive, idet de står for 59% af fremgangen.

- 55 % af fitnessmedlemmerne er kvinder
- Flest aktive i alderen 40-59 år
- Størst fremgang blandt kvinder

”

Jeg ville jo gerne tabe mig og vidste, at det ville godt for mig at røre mig, så det gjaldt egentlig bare om at komme i gang,” fortæller Birgit.

*Artikel: Birgit smed både piller og kilo,
bevaegdigforlivet.dk/fitness*



BEVÆG
DIG FOR
LIVET



Stort potentiale blandt mænd

I aldersgruppen 13-24 år er der flere mænd end kvinder, der dyrker fitness. Men herefter overtager kvinderne førertrøjen.

Der er således potentiale for at hverve flere mandlige medlemmer i aldersgruppen 25+, hvor andelen af mandlige medlemmer er relativ lav i forhold til andelen af kvindelige medlemmer.

Særligt aldersgruppen 60-69 år har en relativ lav andel mandlige fitnessmedlemmer, svarende til 38,9%, hvorimod kvinderne udgør 61,1%.

- Unge mænd er mest fitnessaktive
- Potentiale blandt 25+
- Lav andel blandt 60-69 år



Stor forskel på fitnessforeningerne

Nogle er store, Andre er små. Nogle er lige midt imellem. Der er med andre ord stor variation i antallet af fitnessmedlemmer i foreningerne.

Størstedelen af foreningerne har under 50 medlemmer, svarende til 32,8% af foreningerne. Det er typisk gymnastikforeninger, der udbyder et eller flere fitnesshold i tilknytning til deres gymnastikaktiviteter.

23 foreninger (det svarer til 2,6%) har mere end 1.000 medlemmer, og de tegner sig til gengæld for 20% af det samlede antal fitnessmedlemmer.

De 10 største foreninger står alene for 10,9% af det samlede medlemstal. Knap 40% af medlemmerne er fra foreninger med 101-400 medlemmer.

- 32,8% har under 50 medlemmer
- 23 foreninger har +1.000
- De 10 største står for 10,9% af det samlede medlemstal

”

Det har en god effekt, at al idræt er samlet i hallen. Da vi flyttede hertil, havde vi 400-500 medlemmer – og nu er vi dobbelt så mange, siger Susanne Ankjær Klavsen.

*Artikel: Vig Motion har deres eget koncept,
bevaegdigforlivet.dk/fitness*





Flere medlemmer over hele landet

Der kommer nye fitnessmedlemmer over hele landet.

Kun Region Hovedstaden har oplevet et fald, og det skyldes hovedsageligt, at Novo Gruppen Fitness har nedlagt foreningen. Sidste år tegnede den sig alene for knap 5.600 medlemmer.

Der har været størst vækst i antal medlemmer i Midtjylland og Nordjylland.

Andelen af befolkningen, der dyrker fitness i forening, er på landsplan 3,15%.

I nogle geografisk områder er der en relativ lav andel, der dyrker fitness i forening, og her er det oplagt at rette en særlig indsats for at få flere i gang. Det er bla. i kommunerne Næstved, Rudersdal, Frederikssund, Sønderborg, Aabenrå, Slagelse og Fredensborg

- Minus 5.600 medlemmer i hovedstaden
- Størst vækst i Midt- og Nordjylland
- 3,15% af befolkningen dyrker fitness



Målrettet indsats virker

Udviklingen i medlemstal for de foreninger, Bevæg dig for livet - Fitness har været i kontakt med i 2019, er på 10,9%.

Stigningen er dermed relativ høj i forhold til den samlede medlemsudvikling, som er på 5,81%. Kigger man på de 130 foreninger, der holdt Fitness Tryday i 2019, har de samlet set haft en vækst i medlemstal på 12,4%.

Bevæg dig for livet – Fitness har i 2019 været i kontakt med 268 foreninger ud af et samlet antal foreninger på 974, hvilket svarer til kontakt til 27,5% af foreninger med fitnessmedlemmer.

Udover den registrerede kontakt har der ligeledes været en række arrangementer og anden kontakt, som ikke er medregnet, og derfor er andelen af foreninger, vi har været i kontakt med i 2019, reelt højere end de 27,5%.

I forhold til det totale antal fitnessmedlemmer, der er registreret i 2019, udgør de foreninger, vi har været i kontakt med 40% af det totale medlemstal i 2019 og 73% af den samlede medlemsvækst fra 2018-2019.

- 10,9% vækst i foreninger, som projektet har haft kontakt med
- Fitness Tryday-foreninger fik vækst på 12,4%
- Kontakterede foreninger står for 73% af den samlede medlemsvækst



Basis for flere medlemmer – sådan!

Medlemstal- og effektanalysen viser, at der fortsat er potentiale for flere fitnessmedlemmer. Der skal i den kommende periode iværksættes tiltag overfor udvalgte målgrupper, geografiske områder og foreninger med størst potentiale.

Analysen skal sammen med Foreningsundersøgelsen, der foretages i efteråret, skabe fundament for en målrettet indsats i den kommende periode indenfor en række områder. Det kan f.eks. være:

- **Gå efter mændene!:** Hvis vi sammenholder andelen af fitnessmedlemmer i forhold til befolkningsgruppens sammensætning, er der potentiale for at hverve mandlige medlemmer i aldersgruppen 25 år og opefter.
- **Gang i seniorerne:** Gruppen af borgere i alderen 60+ er stor – og stigende. Fitness er en oplagt aktivitet for ældre, fordi det kan dyrkes af alle - uanset køn, alder og fysisk formåen. Der er igangsat udvikling af en 'kom i gang med...seniorer'- pakke, som skal appellere til, at endnu flere seniorer dyrker fitness i forening.
- **Fokus på geografi:** Der skal iværksættes målrettede tiltag til foreninger i geografiske områder med potentiale for vækst.
- **Tænk småt!:** Knap 50% af foreningerne har under 100 medlemmer, og 33% har færre end 50 medlemmer. En målrettet kampagne med "Kom godt i gang" pakker kan skabe aktivitetsudvikling i foreninger med få fitnessmedlemmer.



Basis for flere medlemmer – sådan!

- **Husk de nye:** 99 foreninger har registreret fitness i 2019 og ikke året før. Disse foreninger skal tilbydes hjælp til udvikling og igangsætning, så de får succes.
- **Stærkt samarbejde:** Foreninger med potentiale for vækst tilbydes samarbejdsaftaler, der sikrer en løbende dialog og fokus på medlemsudvikling. I 2 halvår tilbydes foreninger med potentiale Players First, som er et spørgeskema målrettet foreningens medlemmer.
- **Giv førstehjælp!:** 35% af foreningerne har haft et fald i medlemstallet. På baggrund af videre analyse skal der tilbydes "førstehjælp" til foreningerne for at vende udviklingen, bl.a. med tilbud om Fitness Tryday, 'Kom i gang pakker' og målrettede indsatser.
- **Se de usynlige foreninger:** Der er en del foreninger, der har registreret fitnessmedlemmer under DIF, som ikke er medlem af GymDanmark. Disse foreninger skal kontaktes med henblik på aktivitetsudvikling.
- **Ny centre:** Der er fortsat potentiale for at hjælpe foreninger i gang med at etablere foreningsbaserede fitnesscentre, herunder lån og rådgivning i forbindelse med opstart af fitness.
- **Ny veje:** Nå flere foreninger med online møder, webinarer og inspirationsmøder. Den seneste periode, hvor vi ikke har kunne holde fysiske møder har vist, at der er potentiale for at inspirere foreningerne online. På udbudte webinarer har der været mere end 100 tilmeldte.