



Kartläggning av svenskarnas utomhusträning:

43%* har tränat mer utomhus våren 2020

Actic ser utomhusträning som en viktig del av sitt erbjudande och vill förstå mer om svenskarnas träningsvanor, i synnerhet utomhusträning. I denna rapport delges lärdomar från en färsk studie genomförd tillsammans med Ipsos under juli 2020.

Svenskarna tränar flitigt utomhus – Promenad och löpning tar täten

62% av de svenskar som tränar uppger att de ofta tränar utomhus (någon gång varannan vecka, någon gång varje vecka eller flera gånger per vecka). När man tränar utomhus är det promenad (71%), löpning (36%) och cykling (32%) som står högst upp på listan.

Den primära fördelen med att träna utomhus jämfört med inomhus är att få vara ute i friska luften (69%), men man menar också att en viktig fördel med träning utomhus är att den är mer lättillgänglig (42%). Ungefär en tredjedel (34%) uppger minskad risk för smittspridning som en fördel och 28% menar att det helt enkelt är roligare att träna utomhus.

Dramatiskt ökat intresse för utomhusträning under Corona-pandemin

Hela *43% uppger att de tränat mer utomhus under våren 2020 jämfört med våren 2019 och 36% uppger att de tränat mindre inomhus under samma period.

Svenskarna låter vädret påverka utomhusträningen och hela 47% menar att bättre väder är det som skulle kunna få dem att träna mer utomhus. Fortsatt minskad smittspridning är det 18% som anger som anledning till mer utomhusträning.

”Vi ser utomhusträning som en viktig del av vårt erbjudande och vill förstå svenskarnas relation till just utomhusträning. Vår vision är att skapa ett friskare samhälle genom träning och vi söker ständigt nya vägar för att skapa tillgänglig träning på våra medlemmars villkor” menar Sofia Brandberg, Chief Marketing Officer på Actic Group.



ACTIC

Definition på träning i denna studie: Att ägna sig åt fysiskt ansträngande aktivitet i minst 30 minuter i syfte att träna.

Fakta om studien: Studien är genomförd av Ipsos och består av 1079 genomförda intervjuer under perioden 7-10 juli 2020. I studien uppger 90% att man tränar någon gång eller oftare och nästan samtliga (94%) av dessa uppger att man någon gång tränar utomhus. Intervjuerna är gjorda i en slumpmässigt rekryterad webbpanel och är representativt för den svenska befolkningen 16-65år.

Actic

Actic grundades 1981 (fd Nautilus Gym) och 1995 startades den internationella expansionen. Actic är idag en av de ledande aktörerna på gymmarknaden i Norden med bemannade gym. Bolaget driver drygt 170 anläggningar med över 220 000 medlemmar på huvudmarknaderna Sverige, Norge och Tyskland. Actics vision är ett friskare samhälle genom träning och attraherar en bred målgrupp för att därigenom utvidga marknaden. Actic, som har sitt huvudkontor i Solna, Stockholm, har cirka 800 heltidsanställda och en nettoomsättning under 2019 om 952 miljoner kronor. Actic Group leds av VD Anders Carlbark.



Presskontakt

Sofia Brandberg, CMO Actic Group

0767233154

Sofia.brandberg@actic.se