

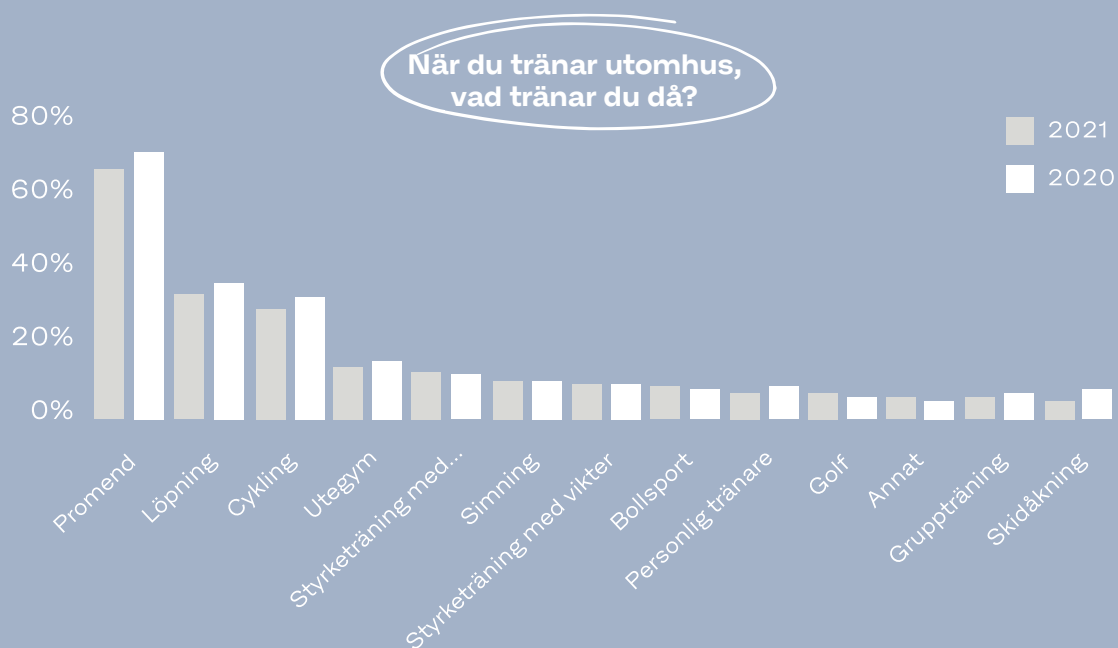
Svenskarna & utomhusträningen

Kartläggning av svenskarnas utomhusträning

Actic har en tydlig vision om ett friskare samhälle genom träning och även en ambition om att bli bäst på marknaden på utomhusträning. För att kunna införliva detta krävs en fördjupad förståelse och därför har nu, för andra gången, en kartläggning av svenskarnas beteende och tankar kring utomhusträning gjorts. Studien är genomförd tillsammans med Ipsos under juli 2021.

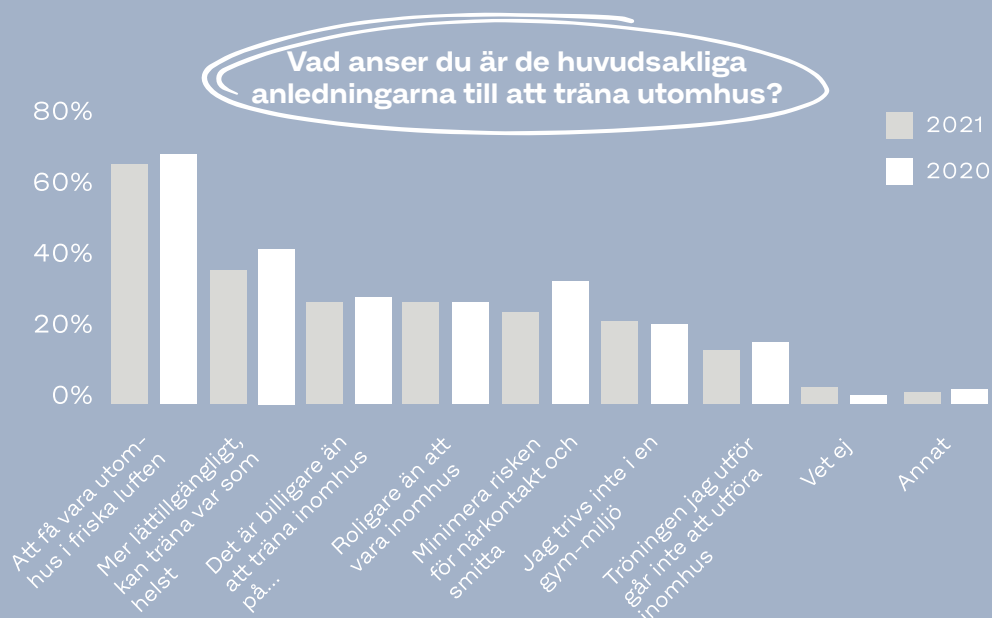
En trend som håller i sig

Likt föregående år (62%) är det i år en majoritet (61%) av de svenskar som tränar som uppger att de ofta tränar utomhus (någon gång varannan vecka, någon gång per vecka eller flera gånger per vecka). Det är fortsatt promenad (66%), löpning (33%) och cykling (28%) som är i topp, likt föregående år.



Inte längre bara en pandemiåtgärd

Den mest talande insikten är den att utomhusträningen inte minskat men att anledningen "minskad närkontakt och smittorisk" har fallit med 9 procentenheter (25%) ner till en femteplats på listan av huvudsakliga anledningar till att träna ute. Att utomhusträningen är här för att stanna är en spännande slutsats som kan dras av denna data. På ohotad förstaplats bland huvudsakliga anledningar till att träna ute är just "att få vara ute i friska luften" (67%) och "flexibilitet i att kunna träna vartsomhelst" (37%) på en stadig andraplats.



Bättre väder tack

På frågan vad som kan få svenskarna att träna ännu mer ute så är svaret att vädret behöver bli bättre. Men också att träna tillsammans med andra (23%), mer inspiration (23%) och möjlighet till belastande träning (19%).

”Vi strävar ständigt efter att förstå våra medlemmar och hur vi kan möjliggöra träning både ute och inne. Vi kan inte ändra på vädret men vi kan nu på många svenska orter erbjuda inspirerande gruppträning med belastning i våra Actic Outdoor Boxar precis som studien visar vara relevant. Mottagande av Boxarna har varit enormt fint och vi ser fram emot att lansera fler Boxar och att vidareutveckla konceptet.” menar Sofia Brandberg, CMO Actic Group.

23%
Mer inspiration

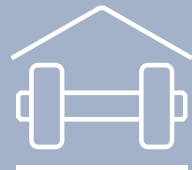
23%
Tillsammans med andra

19%
Möjlighet till belastande träning

Fler uppger att de kommer träna mer efter pandemin

En annan slutsats som står tydligt från studien är att fler svenskar uppger att de kommer träna mer efter pandemin än innan pandemin (36%). Av de som anger att de kommer träna mer är det främst de yngre (16-24år) och de som tidigare tränat mer sällan som kommer öka sin utomhusträning.

”Att pandemin har påverkat oss på många sätt står klart och att vi förhoppningsvis kommer ta än bättre hand om oss själva som en lärdom av pandemin är väldigt glädjande. Vi på Actic kommer att göra allt vi kan för att göra det både roligt och smidigt för våra medlemmar att träna” avslutar Sofia Brandberg, CMO Actic Group.



Defintition 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 1053 genomförda intervjuer under perioden 24-28 juni 2021. 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.

Presskontakt:

Sofia Brandberg, CMO Actic Group, sofia.brandberg@actic.se, 076-7233154