

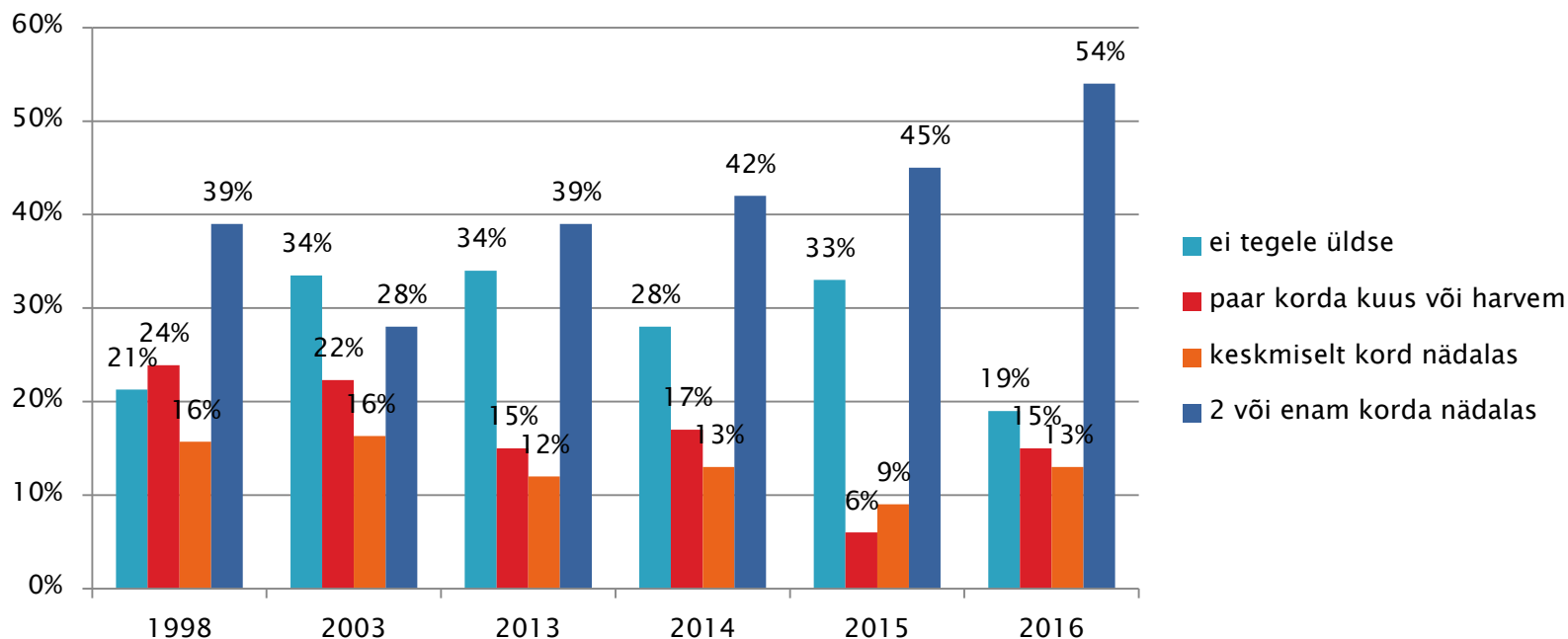
# Liikumisharrastuse uuringud

# Uuring 2016

- ▶ Aeg: september 2016
- ▶ 1012 inimest. Vanus 15 – 69.
- ▶ Rahastamine: Liikumistervise innovatsiooni klaster SPORTEST, Ühendus Sport Kõigile
- ▶ Läbiviija: Turu-uuringute AS
- ▶ Ankeedi koostajad: Mait Arvisto, Peeter Lusmägi, Mati Heidmets
- ▶ Saadi võrreldavaid andmeid varem läbiviidud uuringutega

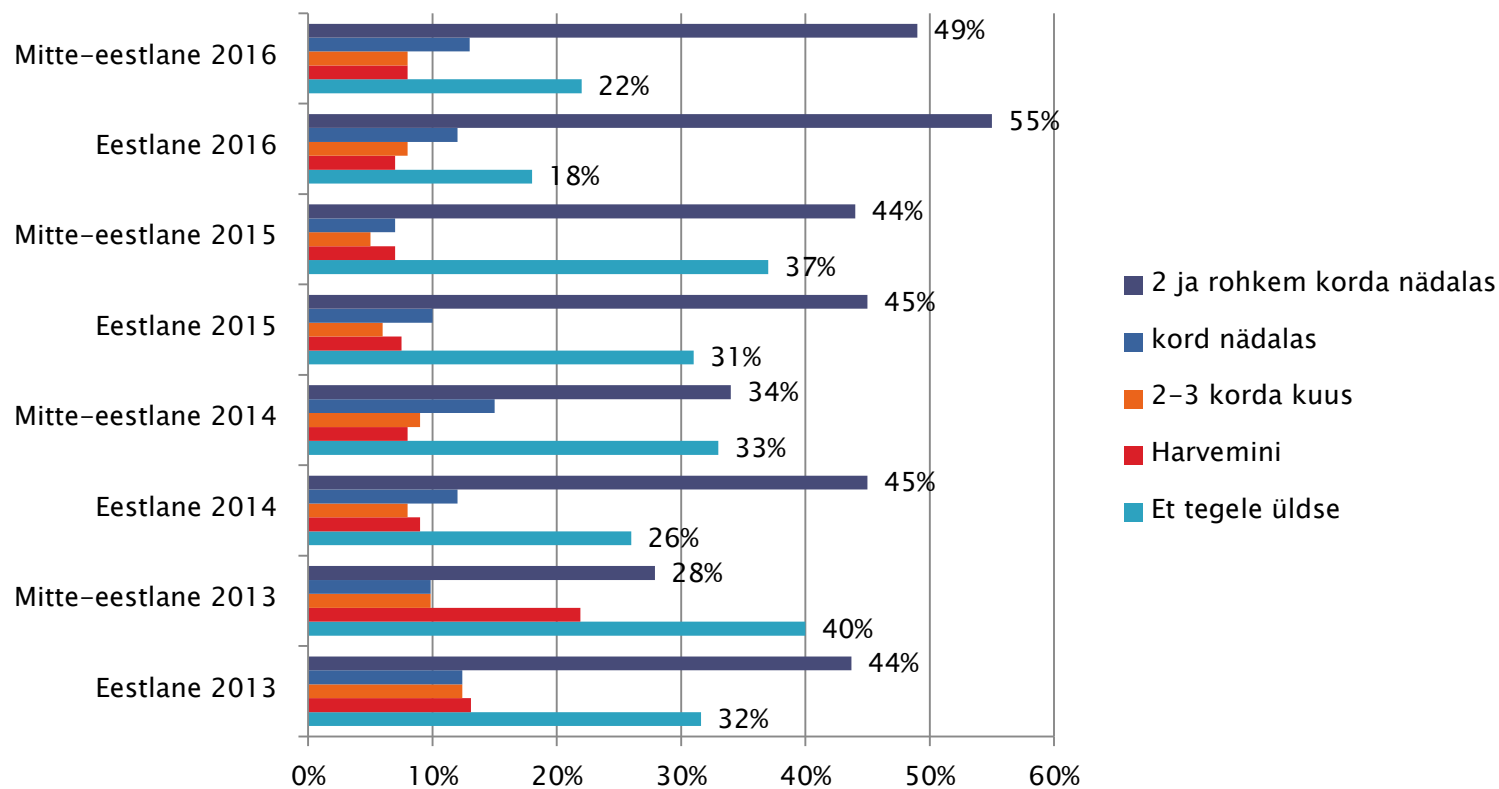
# Uuring 2016

Kui sageli Te tegelete liikumisharrastustega, nagu jooks, rattasõit, võimlemine, pallimängud, jõuharjutused või muu? Ärge lugege liikumisharrastuseks jalutuskäike.



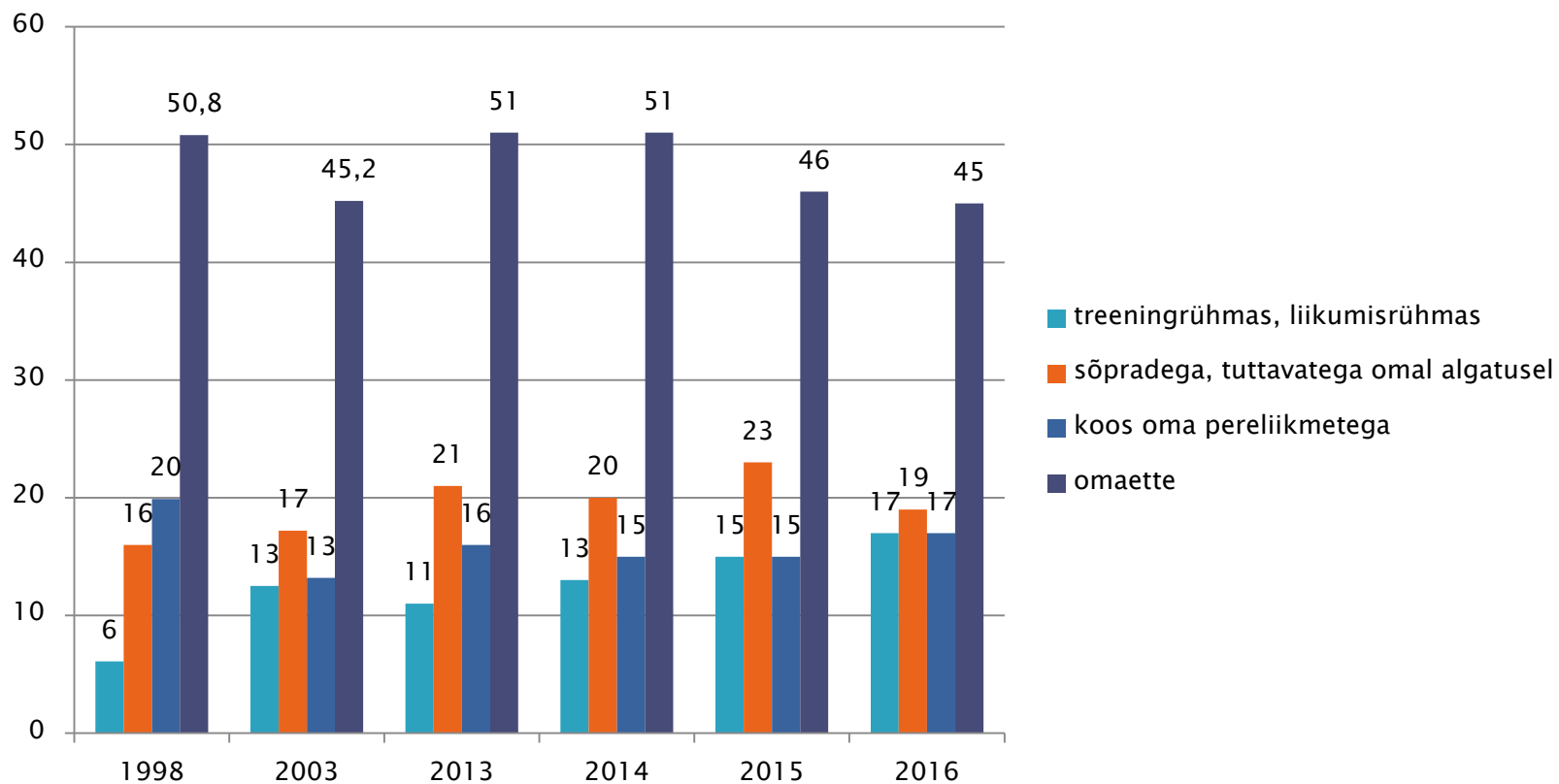
# Uuring 2016

Kui sageli Te tegelete liikumisharrastustega, nagu jooks, rattasõit, võimlemine, pallimängud, jõuharjutused või muu?



# Uuring 2016

## Kas Te tegelete liikumisharrastustega peamiselt ...?



# Uuring 2016

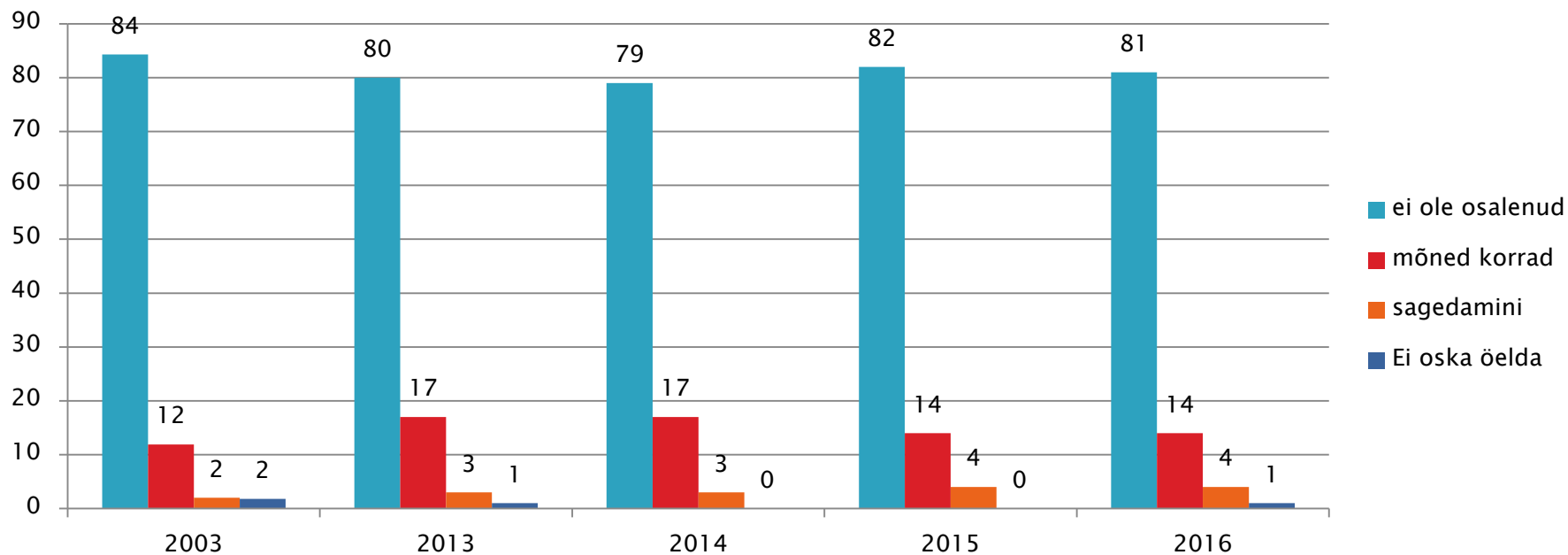
Palun nimetage kolm põhjust, miks Te tegelete liikumisharrastustega?		
Kasulik, tervislik, tervise pärast	%	60
Meeldib liikuda, see pakub naudingut, leevendab stressi	%	51
Et olla vormis, hoida kehakaalu, hea välja näha	%	32
Võimalus veeta aega pere/sõpradega, sotsiaalne suhtlus	%	8
Hobi, ajaviide	%	7
Liikumine on hädavajalik, istuv töö	%	6
Harjumus, režiim, enesedistsipliin	%	5
Et olla vabas õhus, loodus meeldib	%	4
Ei oska öelda	%	4
Töö on selline (eeldab kehalist aktiivsust)	%	2
Muu	%	2
Et end proovile panna, osaleda võistlustel, saavutusvajadus	%	2
Erinevad probleemid (vähe aega, puudub treeningkaaslane, motivatsioon)	%	2
Arst soovitas, terviseprobleemid	%	1
Et olla eeskujuks lastele	%	1
Vaja käia väljas lemmikloomaga	%	1

# Uuring 2016

<b>Palun nimetage kolm põhjust, miks takistavad Teid regulaarselt liikumisharrastustega tegelemast.</b>		
Ajapuudus – muud hobid, kodu ja töö võtavad aja	%	44
Tervis või vanus ei võimalda	%	25
Pole motivatsiooni, laiskus, sportimine ei meeldi	%	22
Töö on füüsiline, töö on väsitav	%	16
Ei oska öelda	%	13
Rahapuudus, sportimine on kallid	%	5
Muu	%	5
Läheduses puuduvad sportimisvõimalused	%	2

# Uuring 2016

Kui sageli olete Te viimase 12 kuu jooksul osalejana kaasa  
lõõnud tervisespordiüritustel?





Palun nimetage kuni kolm spordiala või liikumisvormi, millega Te kõige enam tegelete.

Palun nimetage kuni kolm spordiala või liikumisvormi, millega Te kõige enam tegelete.		
Jalgrattasõit	%	38
Jooks	%	30
Kõnd (jalutamine, kiirkõnd, kepikõnd), matkamine	%	30
Ujumine	%	23
Jõusaal, jõutreeningud, raskejõustik	%	16
Muu	%	12
Suusatamine	%	9
Jalgpall	%	8
Võimlemine	%	6
Korvpall	%	6
Võrkpall	%	5
Tants	%	5
Rulluisutamine, uisutamine	%	5
Jooga	%	4
Aeroobika, vesiaeroobika	%	3
Poks, karate, maaldus, võitluskunstim	%	3
Fitness	%	3
Tennis, lauatennis	%	2
Kergejõustik	%	1
Trenasöör	%	1
Pilates	%	1
Ratsutamine	%	1
Aiatöö	%	1
Sulgpall	%	1
Motosport	%	0
Ei oska öelda	%	0

# Uuring 2016

Kas Te olete teadlik, et septembris viidi Eestis läbi Spordinädal?	Jah	45%
	Ei	55%

Millistest infokanalitest Te spordinädala toimumise kohta kuulsite?		
Internet	%	44
Televisioon	%	37
Raadio	%	18
Reklaam ajalehes	%	14
Välireklaam	%	9
Perekonnaliige	%	10
Kool	%	12
Muu infokanal	%	4
Ei oska öelda	%	2