

Aktywność sportowa Polaków

Raport z badania TNS Polska
Wrzesień 2015



Czy Polacy są „fit”?

Pod względem aktywności fizycznej Polacy wypadają poniżej średniej dla krajów Unii Europejskiej*. W dalszym ciągu bliżej nam do mało aktywnych sportowo krajów południa niż np. do Skandynawii, w której aktywna jest zdecydowana większość mieszkańców.


Wśród aktywnych fizycznie Polaków zmianie ulega sposób konsumpcji i formy aktywności fizycznej, pod tym względem zmierzamy w kierunku wzorców zachodnich. Dostrzegają to m.in. międzynarodowe sieci klubów fitness, coraz chętniej wchodząc na polski rynek, który według nich ma jedno z najlepszych perspektyw rozwoju w Europie.

Na zachodzące zmiany warto patrzeć w perspektywie szerszego trendu „Być FIT”. W tym kontekście, poza sportem, kluczową rolę odgrywa zdrowa i zbilansowana dieta, a także świadomość własnego organizmu i jego potrzeb.

Z całą pewnością można dziś powiedzieć, że aktywny i zdrowy styl życia jest modny. Imprezy biegowe organizowane są nawet w mniejszych miejscowościach, na siłowniach można spotkać cały przekrój społeczeństwa, nie tylko „pakerów”, a o zumbie słyszeli nie tylko wtajemniczeni.

Można zaryzykować stwierdzenie, że dla branży sportowej nadchodzi czas żniw, jednak odpowiednie wykorzystanie tego momentu zależy m.in. od rozpoznania potrzeb, dopasowania oferty i budowania przewagi konkurencyjnej.

Niniejszy raport zawiera pytania zadane ogółowi Polaków. Pełny raport skupia się na osobach korzystających z klubów fitness.



„Wiedzieliśmy, że moda na zdrowy styl życia dotrze do Polski i dotarła. Statystyki same mówią za siebie. Ludzie chcą dobrze wyglądać, być atrakcyjnym dla płci przeciwnej. Stąd wiem, że na całym świecie znajdę osoby, które będą chciały chodzić na siłownię. My natomiast dajemy ludziom możliwość, by dojść do formy.”**

Mike Balfour
Założyciel siłowni Pure

* Na podstawie wyników badania Eurobarometr
** Wywiad opublikowany w serwisie natemat.pl

Sportowa aktywność i nieaktywność Polaków



Niemal jedna trzecia Polaków uprawia sport lub inne aktywności fizyczne regularnie (co najmniej 3 razy w tygodniu). Jednak odsetek osób niepodjęających żadnej aktywności sportowej jest podobny (32%). Zauważalnie częściej sport uprawiają mężczyźni oraz mieszkańcy miast. Najaktywniejsi sportowo jesteśmy do 25. roku życia. Po trzydziestce ta aktywność stopniowo spada, aby ponownie wzrosnąć w grupie 60+.



53%



33%



29%

Aktywnościami fizycznymi, które najchętniej podejmujemy są: jazda na rowerze (53% aktywnych fizycznie), bieganie (33%) oraz pływanie (29%). Są to zarazem dyscypliny cieszące się dużą popularnością we wszystkich grupach wiekowych, niezależnie od miejsca zamieszkania, płci czy wykształcenia.



17%



8%



3%

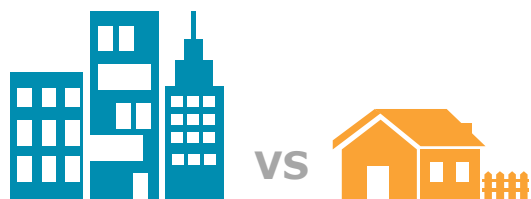
Spośród sportów zespołowych zdecydowanie największą popularnością cieszy się piłka nożna (17%). W siatkówkę – mniej lub bardziej regularnie – grywa 8% Polaków, zaś w koszykówkę – 3%. Pozostałe dyscypliny sportowe - w tym tak chętnie oglądana piłka ręczna - póki co mają charakter niszowy.

Aktywność sportowa Polaków

Sportowa aktywność i nieaktywność Polaków



Sporty zespołowe są w Polsce domeną mężczyzn: najwyraźniej widać to w przypadku piłki nożnej. Zgodnie z potocznym wyobrażeniem, mężczyźni częściej deklarują także korzystanie z siłowni oraz uprawianie sportów walki. Dyscyplinami zdecydowanie chętniej uprawianymi przez kobiety niż przez mężczyzn są gimnastyka, fitness, nordic walking i joga.



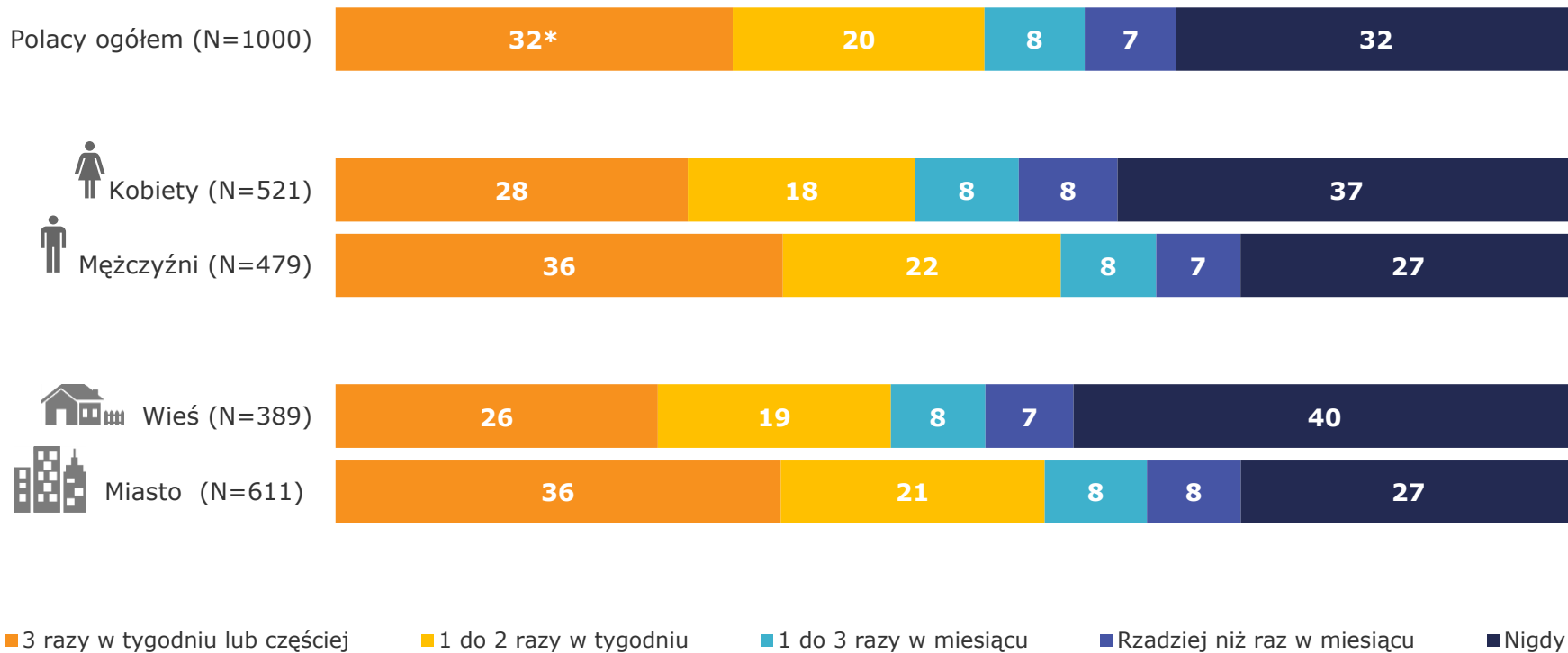
Profil sportowo-rekreacyjny mieszkańców miast znacząco odbiega od profilu osób mieszkających na wsi. Ci pierwsi częściej biegają i korzystają z infrastruktury sportowej, której na wsiach brakuje (baseny, siłownie, kluby fitness). Ci drudzy - częściej jeżdżą na rowerze i uprawiają sporty drużynowe (piłka nożna, siatkówka i koszykówka).



Rodzaj podejmowanej aktywności sportowej zależy też od wieku. Młodzi Polacy częściej niż inni uprawiają sporty zespołowe. Osoby w wieku 30 lat częściej deklarują uprawianie dyscyplin wymagających nieco większych nakładów finansowych (basen, siłownia, fitness), a także takich, które można uprawiać całą rodziną (jazda na rowerze). Z kolei osoby w wieku 60+ wybierają ruch w formie rekreacyjnej (spacery), dyscypliny bezpieczne dla zdrowia i pomagające zachować sprawność (nordic walking, gimnastyka). Niemal co druga osoba w wieku przedemerytalnym lub emerytalnym pozostaje sportowo nieaktywna, co może być zarówno skutkiem, jak i przyczyną utraty sprawności fizycznej.

Aktywność sportowa Polaków

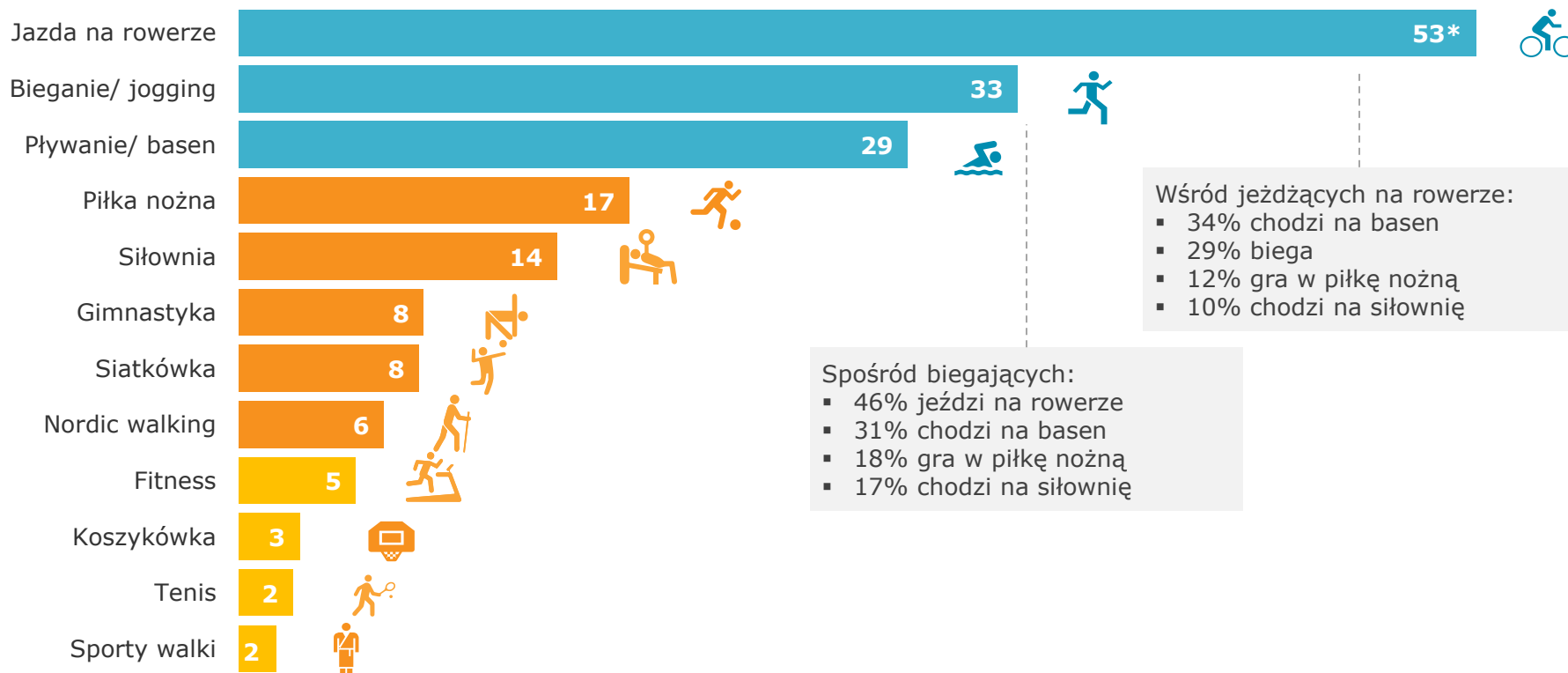
Co trzeci Polak w ogóle nie podejmuje aktywności fizycznej



Pytanie : Jak często w ciągu ostatnich sześciu miesięcy uprawiał(a) Pan(i) sport lub podobne formy aktywności fizycznej?

Dane w %

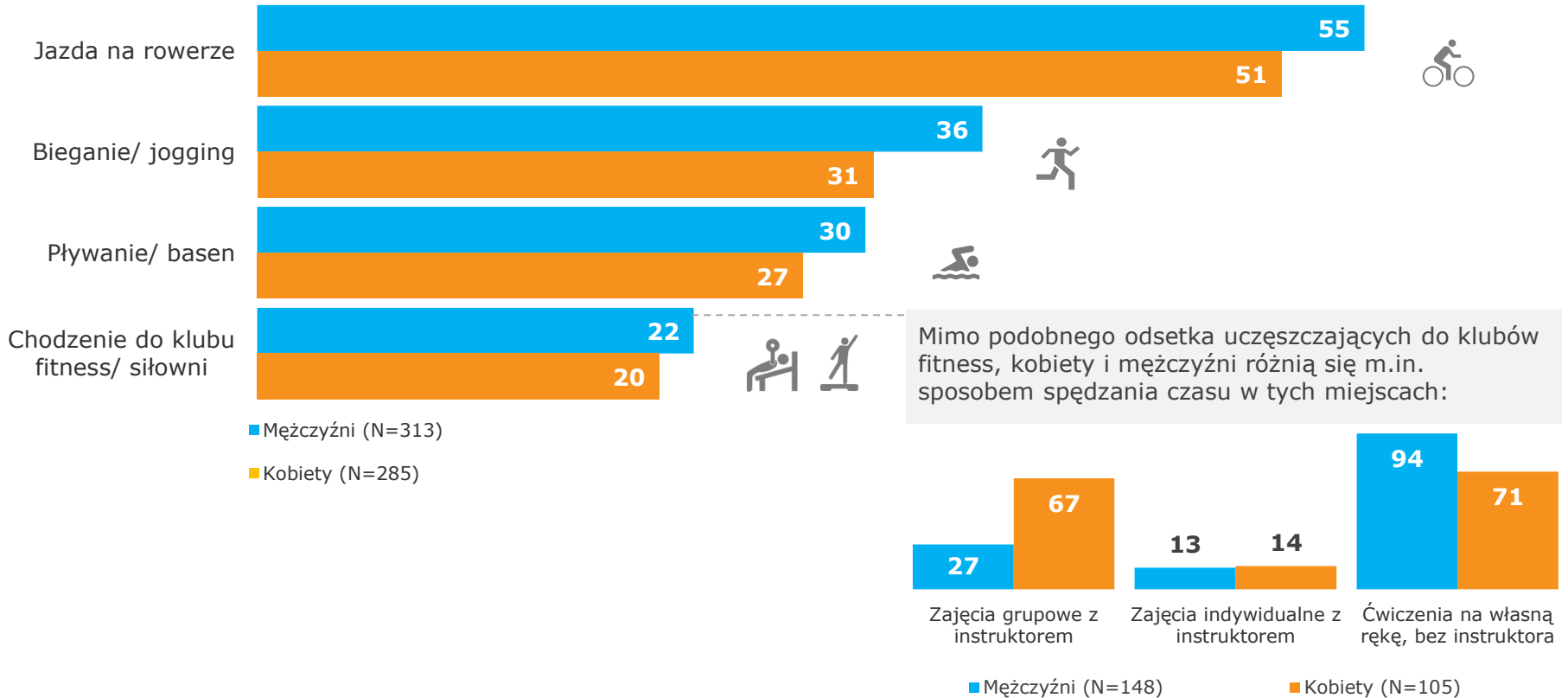
Polacy są „triathlonistami”. Wśród aktywnych fizycznie, największą popularnością cieszy się jazda na rowerze, bieganie i pływanie



Pytanie: Jaki to sport bądź aktywność fizyczna?

Dane w %

Mężczyźni i kobiety podzielają zainteresowanie „dyscyplinami triathlonowymi” i równie chętnie chodzą do klubów fitness

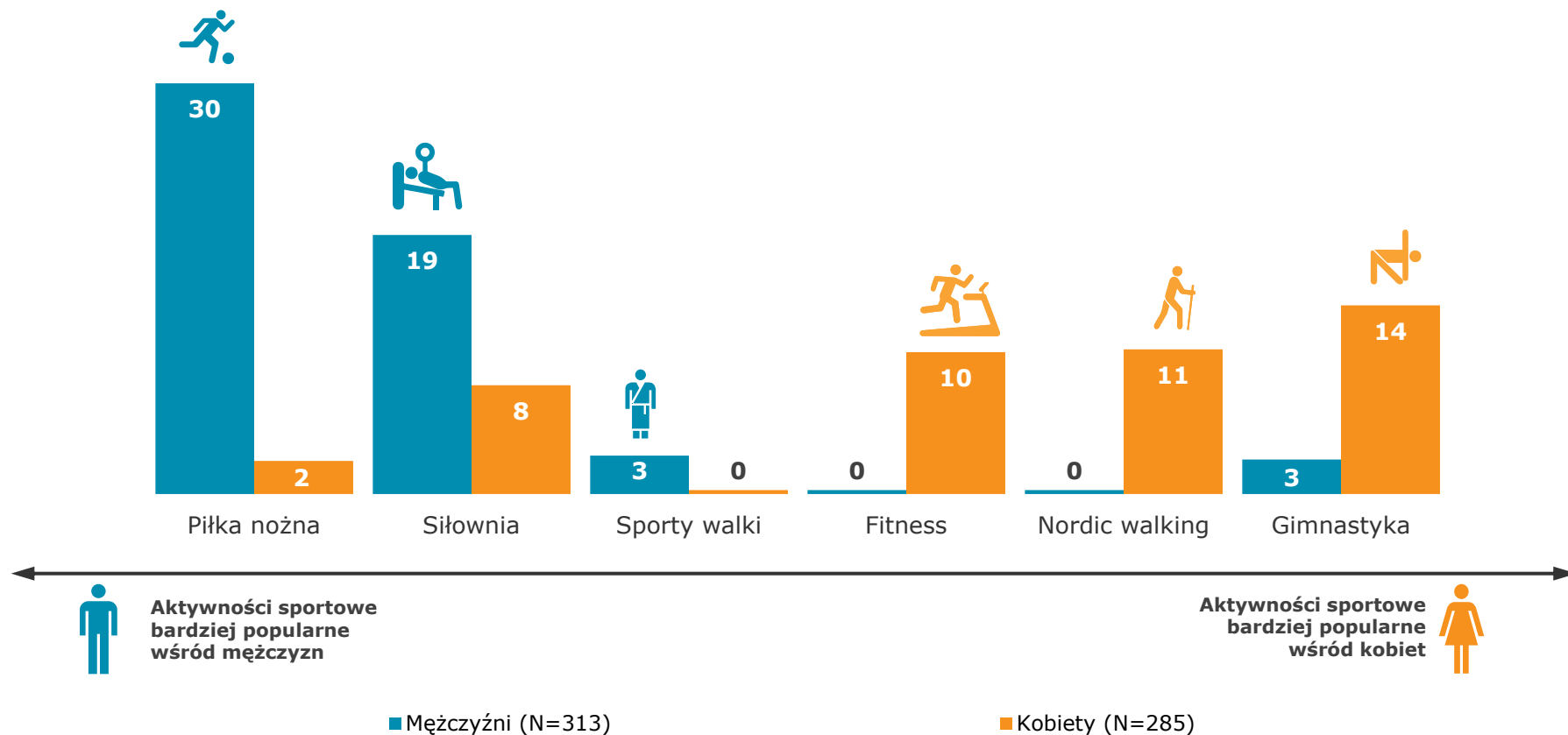


Pytanie: Jaki to sport bądź aktywność fizyczna?

Pytanie: Jak często w ciągu ostatnich sześciu miesięcy korzystał(a) Pan(i) z klubów fitness lub z siłowni? (% deklarujących co najmniej raz w miesiącu)

Dane w %

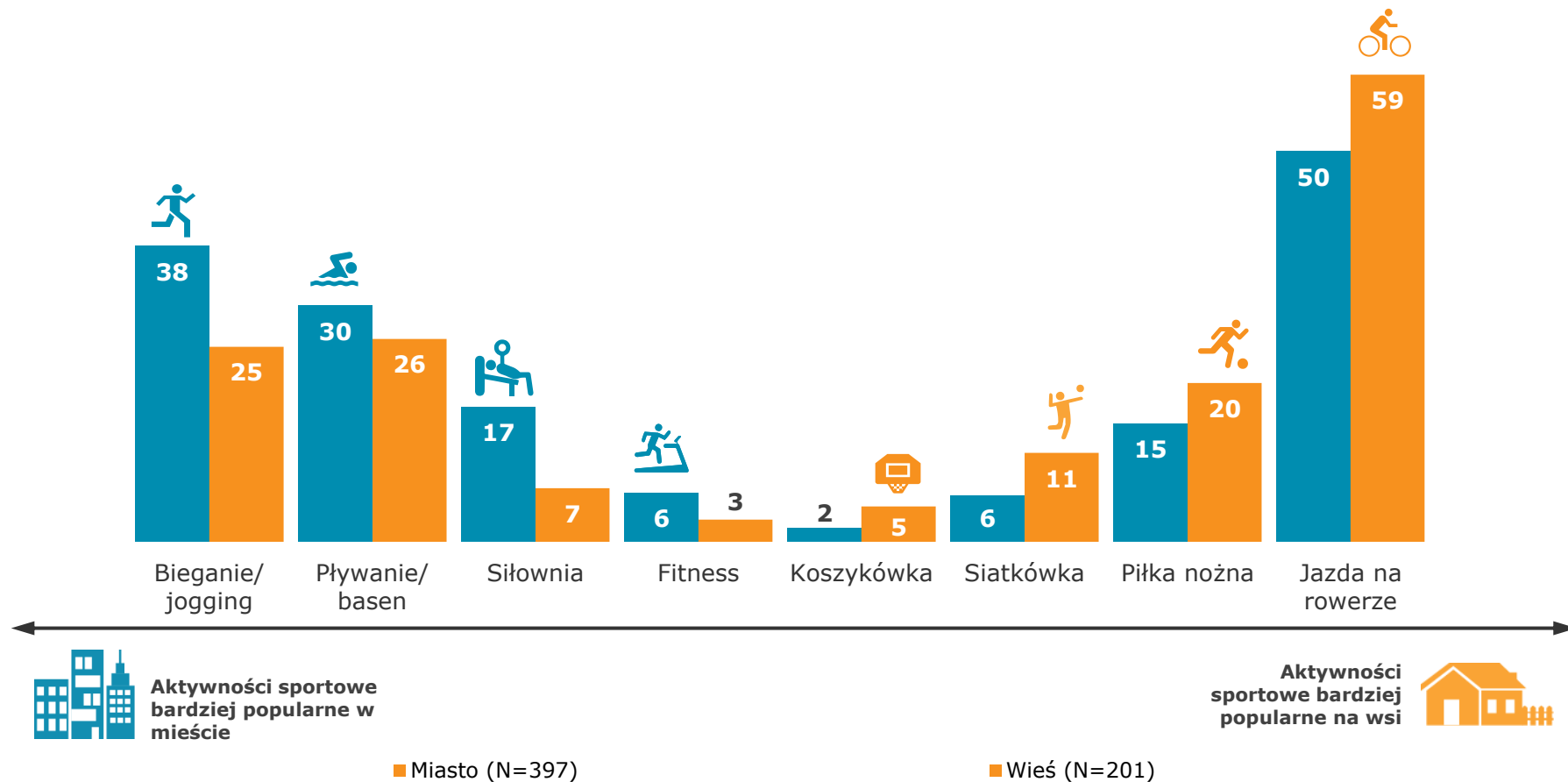
Można jednak wskazać typowo męskie i typowo kobiece dyscypliny sportowe...



Pytanie: Jaki to sport bądź aktywność fizyczna?

Dane w %

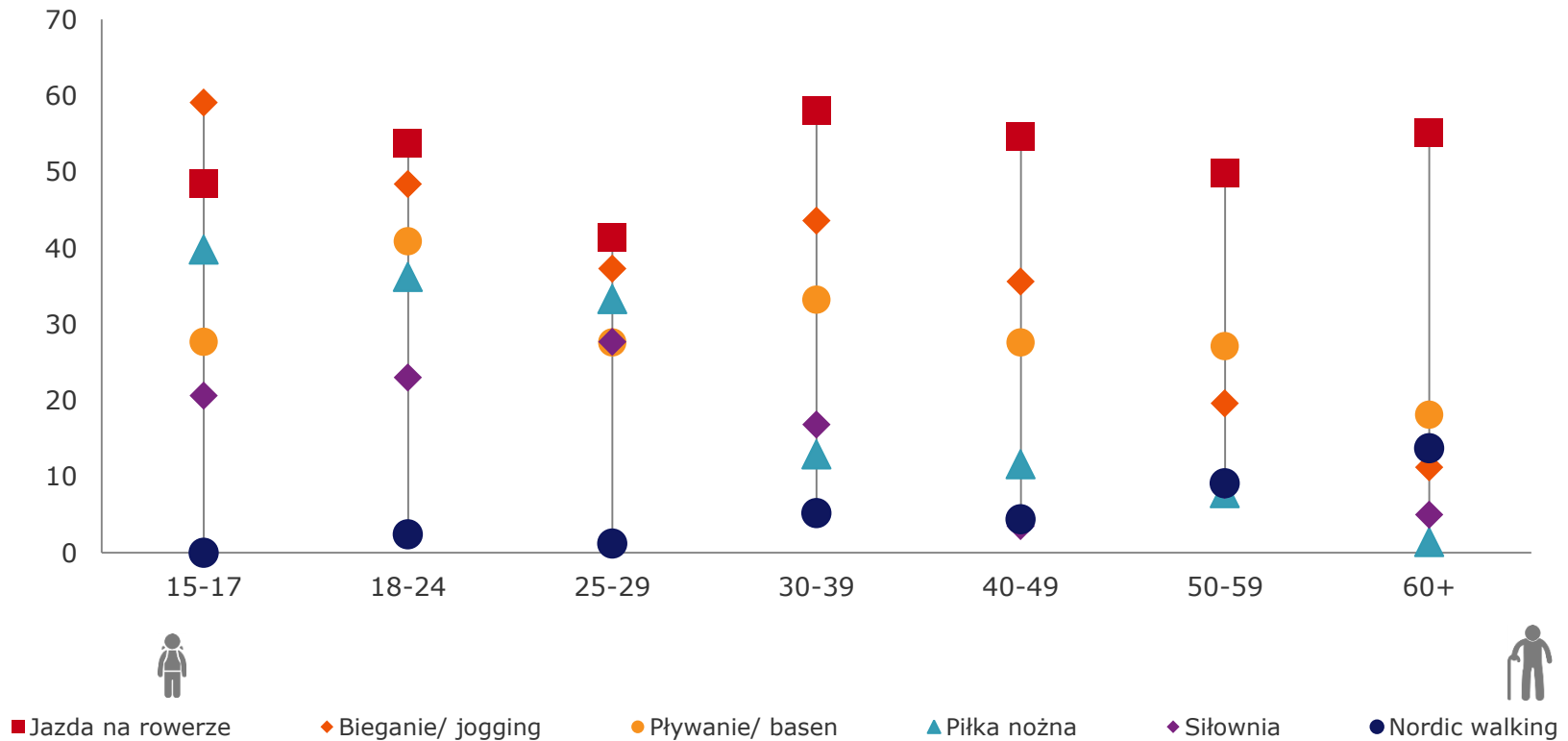
... oraz takie, które chętniej uprawia się w mieście niż na wsi



Pytanie: Jaki to sport bądź aktywność fizyczna?

Dane w %

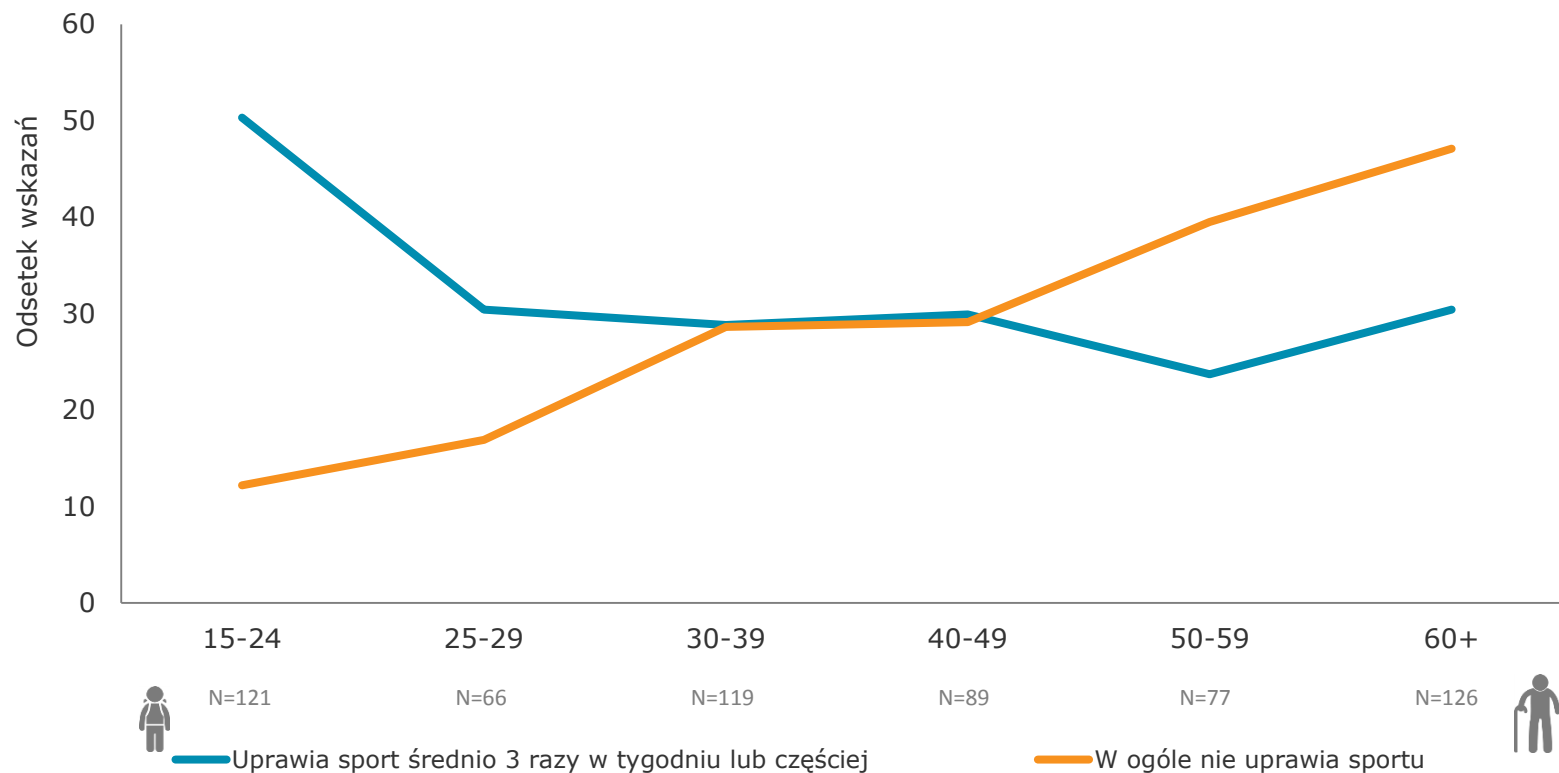
Forma aktywności fizycznej w dużej mierze uzależniona jest od wieku. Młodzi częściej spędzają czas na boisku, dojrzały na siłowni, a seniorzy na spacerze



Pytanie : Jaki to sport bądź aktywność fizyczna?

Dane w %

Wiek wpływa nie tylko na formę aktywności ale na samą (nie)aktywność



Pytanie: Jak często w ciągu ostatnich sześciu miesięcy uprawiał(a) Pan(i) sport lub podobne formy aktywności fizycznej?

Dane w %

Informacje o badaniu

Kartezjusz

W raporcie prezentujemy dane zebrane w ramach projektu badawczego poświęconego branży fitness realizowanego przez TNS Polska za pośrednictwem platformy Kartezjusz – narzędzia umożliwiającego realizację w krótkim czasie badań na bardzo dużych próbach oraz docieranie do unikalnych grup respondentów.

Próba

Wywiady zostały zrealizowane w sierpniu 2015 roku, na reprezentatywnej próbie Polaków w wieku co najmniej 15 lat (N=1000). Zrealizowano również 300 wywiadów z użytkownikami klubów fitness. Wyniki badania zrealizowanego na tej grupie dostępne są w oddzielnym raporcie.

Wykorzystano metodę wywiadów telefonicznych wspomaganych komputerowo – CATI.

Pytania

1. Jak często w ciągu ostatnich sześciu miesięcy uprawiał(a) Pan(i) sport lub podobne formy aktywności fizycznej?
2. Jaki to sport, bądź aktywność fizyczna?
(Pytanie zadano osobom deklarującym uprawianie sportu bądź innych aktywności fizycznych co najmniej raz na miesiąc.)

Raport dotyczący użytkowników klubów fitness

Pełen raport skupia się na grupie użytkowników klubów fitness. W ramach tego projektu zrealizowaliśmy 300 wywiadów z aktywnymi użytkownikami klubów fitness. Poruszamy w nim następujące zagadnienia:

- Częstotliwość korzystania
- Sposób korzystania (karnet okresowy, wejściówka jednorazowa, karta umożliwiająca korzystanie z wielu klubów)
- Liczba klubów fitness z których korzysta Klient
- Czynniki wyboru konkretnego klubu
- Rodzaj zajęć
- Indeks satysfakcji klubów fitness na tle innych branż

W przypadku szczegółowych pytań związanych z zakupem pełnego raportu prosimy o kontakt z Tomaszem Dowborem:
e: tomasz.dowbor@tnsglobal.com
T: +48 506 269 822

Raport będzie dostępny w sprzedaży **od 12 października 2015**.

Dziękujemy

Artur Gontarczyk

artur.gontarczyk@tnsglobal.com

+48 662 298 309

Tomasz Dowbor

tomasz.dowbor@tnsglobal.com

+48 506 269 822

TNS | Wspólna 56, 00-687 Warszawa, Polska | t +48 22 598 98 98 | f +48 22 598 99 99 | www.tnsglobal.pl



Aktywność sportowa Polaków

© TNS 2015