



Monitor Sport & Bewegen

Basiccijfers 2023

SPORT.
VLAANDEREN

Inleiding

De Monitor Sport en Bewegen peilt naar het sport- en beweeggedrag van inwoners van Vlaanderen met een focus op twee referentieperiodes; het afgelopen 12 maanden en de maand oktober. Op basis daarvan berekenen we het aandeel wekelijkse sporters.

88,1% van alle respondenten geeft aan tijdens het afgelopen 12 maanden minstens één sport of beweegactiviteit te hebben uitgevoerd. 84,5% sportte tijdens de maand oktober 2023. Dat percentage is gelijkaardig bij mannen en vrouwen (85,9% versus 85,4%).

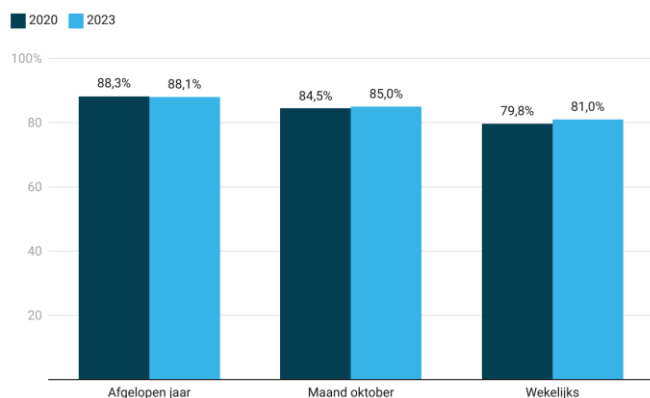
81,0% van alle respondenten geeft aan wekelijks te sporten. Deze resultaten zijn sterk gelijkaardig met de resultaten uit 2020.

Meer informatie bij deze resultaten?

Deze publicatie is slechts een samenvatting van de belangrijkste resultaten van de Monitor Sport en Bewegen. Via [het dashboard op het kennisplatform van Sport Vlaanderen](#) kan je alle resultaten ontdekken.

De Vlaamse monitor Sport & Bewegen is een onderzoeksinstrument van Sport Vlaanderen om het sport- en beweeggedrag van de inwoners van Vlaanderen te monitoren. Een eerste meting vond plaats in 2020 (tijdens corona). Dit rapport geeft inzicht in de basiccijfers van de meting in 2023. 4.568 inwoners van Vlaanderen tussen 6 en 85 jaar gaven inzicht in hun sport- en beweeggedrag voor de periode 2023 en oktober 2023 in het bijzonder.

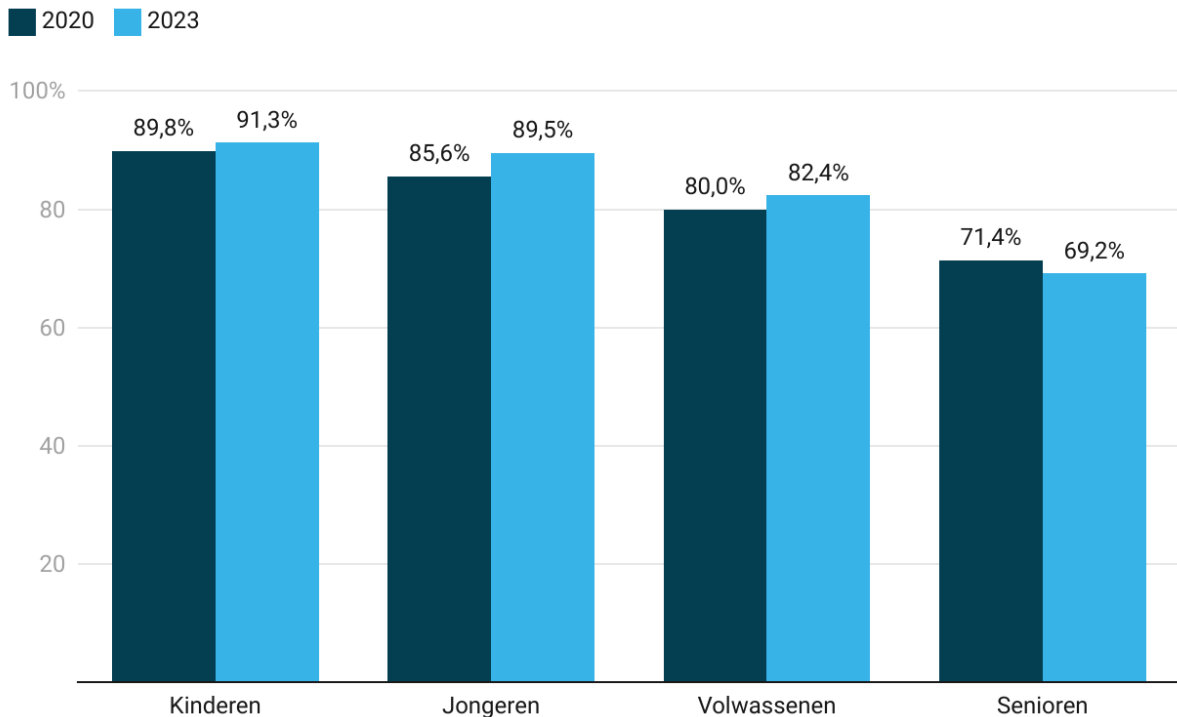
Figuur 1: Sportparticipatie in 2020 en 2023.



Bron: Sport Vlaanderen, Monitor Sport en Bewegen, 2023

Wekelijks sporten en bewegen

Figuur 2: Wekelijks sporten en bewegen.

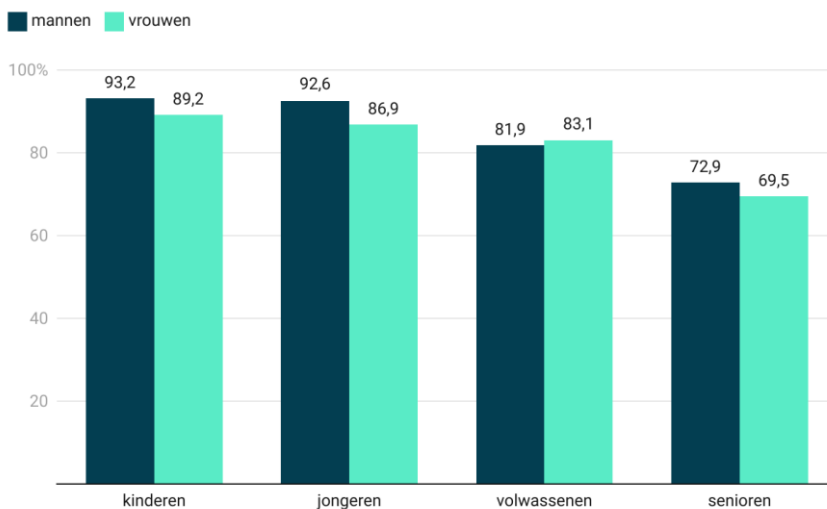


Bron: Sport Vlaanderen, Monitor Sport en Bewegen, 2023

81,0% van de respondenten geeft aan wekelijks te sporten. Dat is in lijn met de resultaten van het najaar van 2020. Op basis van leeftijd (zie figuur 2) zien we dat meer kinderen (91,3%), jongeren (89,5%) en volwassenen (82,4%) wekelijks sporten in vergelijking met senioren of 65-plussers (65,2%).

Het aandeel wekelijkse sporters of bewegers is bij mannen en vrouwen sterk gelijkaardig; 82,0% bij mannen, 81,3% bij vrouwen. Bij beide groepen daalt dit aandeel als de leeftijd stijgt. Enkel in de categorie volwassenen geven meer vrouwen dan mannen aan wekelijks te sporten.

Figuur 3: Wekelijks sporten en bewegen volgens geslacht in 2023.



Bron: Sport Vlaanderen, Monitor Sport en Bewegen, 2023

81%
geeft aan
wekelijks
te sporten.

Wekelijks sporten

Wandelen en **recreatief fietsen** waren heel populair tijdens de coronaperiode in 2020. Het zijn ook twee activiteiten die je heel laagdrempelig kan beoefenen. Door ze uit de analyse te halen, krijgen we een zicht op hun impact op het wekelijks sporten in Vlaanderen. **Figuur 4** maakt een vergelijking tussen wekelijkse sportparticipatie met en zonder wandelen en recreatief fietsen in 2020 en 2023. De balken in de figuur geven het aandeel wekelijkse sporters aan. Zonder wandelen en fietsen geeft 59,6% van de bevroagden aan wekelijks te sporten. Dat is een daling van 5% in vergelijking met 2020. Hoe kunnen we dat verklaren? Er zijn daarbij enkele belangrijke vaststellingen;

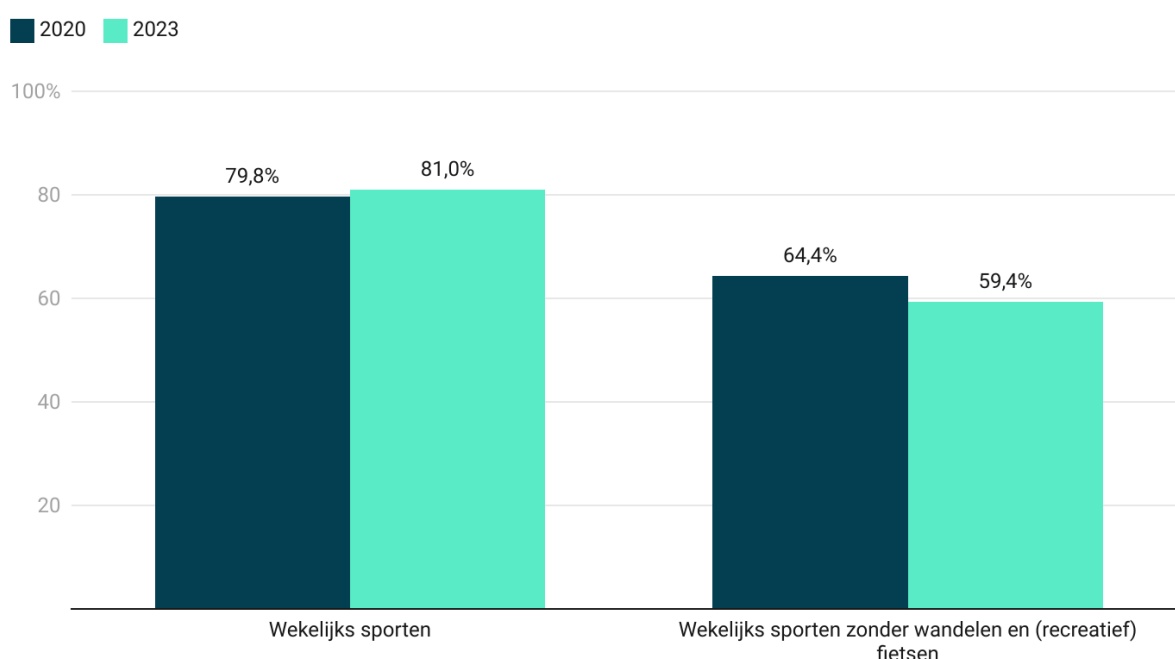
1. De wekelijkse sportparticipatie inclusief wandelen en recreatief fietsen is gelijkaardig in 2020 en 2023 (links in figuur 4).
2. De wekelijkse sportparticipatie exclusief wandelen en recreatief fietsen is lager in 2023 dan in 2020 (rechts in figuur 4).

3. Het aandeel wekelijkse wandelaars daalde van 48,3% in 2020 naar 41,4% in 2023.
4. Het aandeel wekelijkse recreatieve fietsers daalde van 31,4% naar 26,3%.

Ondanks de daling van het aantal wekelijkse wandelaars en recreatieve fietsers in vergelijking met 2020, is de impact op het aantal wekelijkse sporters zonder wandelen en fietsen net groter in 2023. Wandelaars en recreatieve fietsers beoefenden in 2020 wekelijks dus ook andere sporten.

Een daling van het aantal wekelijkse sporters zien we ook bij joggen/recreatief lopen (-2,8%) en mountainbike (-1,4%). Andere sporten als **zwemmen** (+4,7%), **fitness** (+2,5%), **voetbal** (+1,9%) en **padel** (+1,2%) kennen net meer wekelijkse beoefenaars. De groei van deze sporten valt een deel te verklaren door de impact van de coronamaatregelen in 2020.

Figuur 4: Wekelijks sporten, zonder wandelen en recreatief fietsen in 2020 & 2023.



Bron: Sport Vlaanderen, Monitor Sport en Bewegen, 2023

Wandelen en fietsen meest beoefende wekelijkse sporten

Wandelen en **recreatief fietsen** zijn de meest beoefende sport- en beweegactiviteiten in Vlaanderen. Het aandeel wandelende en recreatief fietsende sporters stijgt bij volwassenen en senioren verder richting 25% of meer. Bij senioren of ouderen geeft 1 op 3 sporters aan actief te wandelen in de vrije tijd.

Zwemmen wordt in ruime mate beoefend door kinderen en jongeren (met een aandeel tot 20%), maar wordt steeds minder populair naarmate de leeftijd toeneemt.

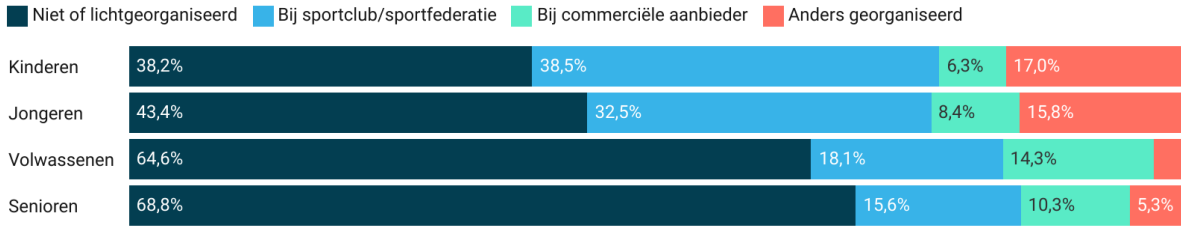
Fitness is een vaak gerapporteerde

activiteit door mannelijke jongeren (13,5% vs. 6,3% bij meisjes) en volwassenen.

Bij kinderen en jongeren is **dansen** een veel beoefende sport bij meisjes, **voetbal** bij jongens. Het aandeel beoefenaars van die sporten is hoog in vergelijking met andere sporten. Bij kinderen en jongeren zijn er 10 of 11 verschillende sporten die een aandeel van 5% of meer halen in die leeftijdsgroep. Bij volwassenen en senioren zijn dat slechts 4 of 5 sporten. Sport- en beweggedrag bij volwassenen en senioren is dus minder divers dan bij kinderen en jongeren.

Vrouwen	Mannen	Vrouwen	Mannen
Kinderen (6-11j)		Jongeren (12-17j)	
1. Dansen (28,7%)	1. Voetbal (28,8%)	1. Dansen (19,8%)	1. Voetbal (23,8%)
2. Zwemmen (17,3%)	2. Zwemmen (19,5%)	2. Wandelen (14,0%)	2. Recreatief fietsen (18,1%)
3. Wandelen (12,5%)	3. Recreatief fietsen (16,5%)	3. Recreatief fietsen (14,2%)	3. Wandelen (16,1%)
4. Recreatief fietsen (12,8%)	4. Wandelen (15,7%)	4. Zwemmen (11,8%)	4. Zwemmen (14,7%)
5. Gymnastiek (14,6%)	5. Tennis (8%)	5. Joggen/recreatief lopen (8,2%)	5. Fitness (13,5%)
Volwassenen (18-65j)		Senioren (>65j)	
1. Wandelen (27,7%)	1. Wandelen (23,9%)	1. Wandelen (37,3%)	1. Wandelen (31,8%)
2. Recreatief fietsen (17,9%)	2. Recreatief fietsen (20,7%)	2. Recreatief fietsen (21,7%)	2. Recreatief fietsen (25,0%)
3. Zwemmen (11,3%)	3. Joggen/recreatief lopen (11,3%)	3. Zwemmen (6,7%)	3. Fitness (4,9%)
4. Fitness (11,1%)	4. Fitness (11,5%)	4. Fitness (5,5%)	4. Zwemmen (4,5%)
5. Joggen/recreatief lopen (9,9%)	5. Zwemmen (11,0%)	5. Yoga (3,6%)	5. Petanque (3,5%)

Figuur 4: gerapporteerde sportcontexten per leeftijdsgroep.



Bron: Sport Vlaanderen, Monitor Sport en Bewegen, 2023

Sportcontext

Figuur 4 biedt een overzicht van alle gerapporteerde sportcontexten van sporters. Zo zien we dat sportende kinderen evenveel sportactiviteiten rapporteren in een niet of lichtgeorganiseerde context als bij een sportclub of federatie (38,2%). Alle oudere leeftijdsgroepen rapporteren meer activiteiten in niet of lichtgeorganiseerde contexten. 64,6% van alle sportactiviteiten van volwassenen en 68,8% van alle sport- en beweegactiviteiten bij ouderen zijn niet of lichtgeorganiseerd. Dat kan individueel zijn, met vrienden of familie of als rechtstreeks lid van een sportfederatie.

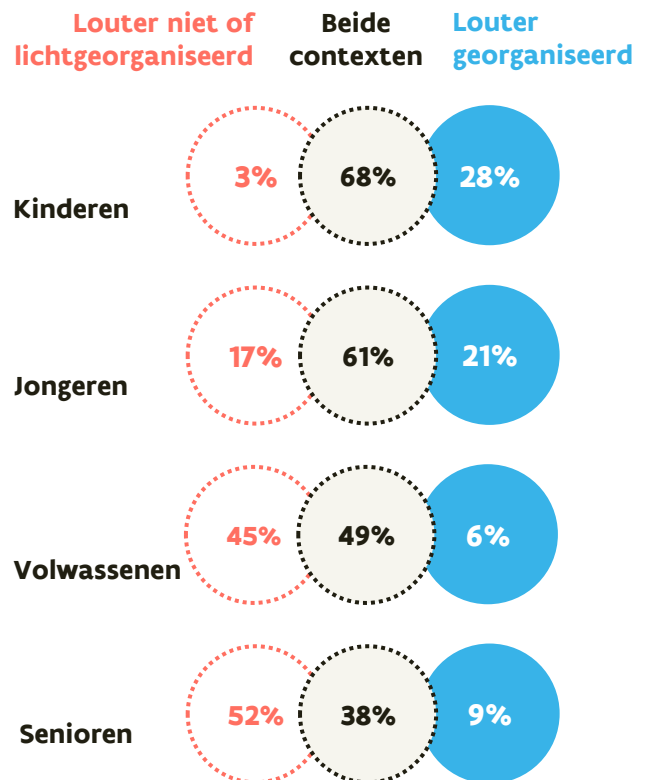
Het aandeel van de context ‘sportclub of sportfederatie’ is het hoogst bij kinderen (38,5%) en jongeren (32,5%). Slechts 1 op 5 beweegactiviteiten van volwassenen (18,1%) of 15% van de sportactiviteiten van ouderen vinden plaats in de sportclub. Volwassenen beoefenen de meeste activiteiten bij een commerciële aanbieder. Kinderen en jongeren zijn het meest actief in een anders georganiseerd sportaanbod (via school, sportdienst, sportkamp, sociaal-cultureel jeugdwerk,...).

Figuur 5 maakt een vergelijking tussen sporters volgens leeftijd. In het rood (links) vind je het aandeel sporters die louter in een niet of licht georganiseerde context sporten. In het blauw (rechts) vind je het aandeel sporters die louter georganiseerd sporten (bij een sportclub of sportfederatie, commerciële aanbieder of anders georganiseerd). Centraal zien we het aandeel sporters die in beide contexten sport of beweegactiviteiten beoefenen. Net zoals in figuur 4 stellen we vast dat een ruim aandeel (>60%) van kinderen en jongeren deelnemen in georganiseerde en niet georganiseerde

contexten. Aanvullend is ook het aandeel dat louter in de sportclub sport hoog; 28,3% bij kinderen en 21,0% bij jongeren.

Bij volwassenen en senioren verschuift de focus richting een niet of lichtgeorganiseerde context. Bij sportende volwassenen sport of beweegt 45,3% louter in een niet of lichtgeorganiseerde sportcontext. De helft van alle sportende volwassenen combineert beide contexten. Net meer dan de helft van alle sportende senioren doet dat louter in een niet of licht georganiseerde context.

Figuur 5: Unieke sportcontexten volgens leeftijd.



Andere cijfers uit de Monitor Sport & Bewegen 2023.



Wandelen en recreatief fietsen zijn de populairste sporten.

12,6%

sportte niet tijdens het afgelopen jaar.

Belangrijkste motieven om te sporten:

1. Ik beleef er plezier aan
2. Mijn gezondheid wordt er beter van
3. Mijn conditie wordt er beter van

Belangrijkste motieven om niet te sporten:

1. Mijn conditie is niet goed genoeg
2. Ik blijf liever thuis
3. Sporten interesseert me gewoon niet

7,9/10

Algemene plezierbeleving bij sporten en bewegen

10,2%

is actief als vrijwilliger, zelfstandige of werknemer in de sport

Deze en andere relevante cijfers uit de Monitor Sport & Bewegen worden uitgediept in verschillende thematische publicaties op het kennisplatform van Sport Vlaanderen.



COLOFON

De publicatie 'Monitor Sport & Bewegen, Basiscijfers 2023' is een uitgave van Sport Vlaanderen, tot stand gekomen via een samenwerking tussen de Afdeling Beleid & Strategie en het Datawarehouse van Sport Vlaanderen.

Deze publicatie is ook te raadplegen via sport.vlaanderen/kennisplatform.

Eindredactie

Jasper Truyens

Oktober 2024

Depotnummer D/2024/3241/387

Verantwoordelijke uitgever

Philippe Paquay
Administrateur-generaal
Agentschap Sport Vlaanderen
Arenbergstraat 5, 1000 Brussel



SPORT.
VLAANDEREN