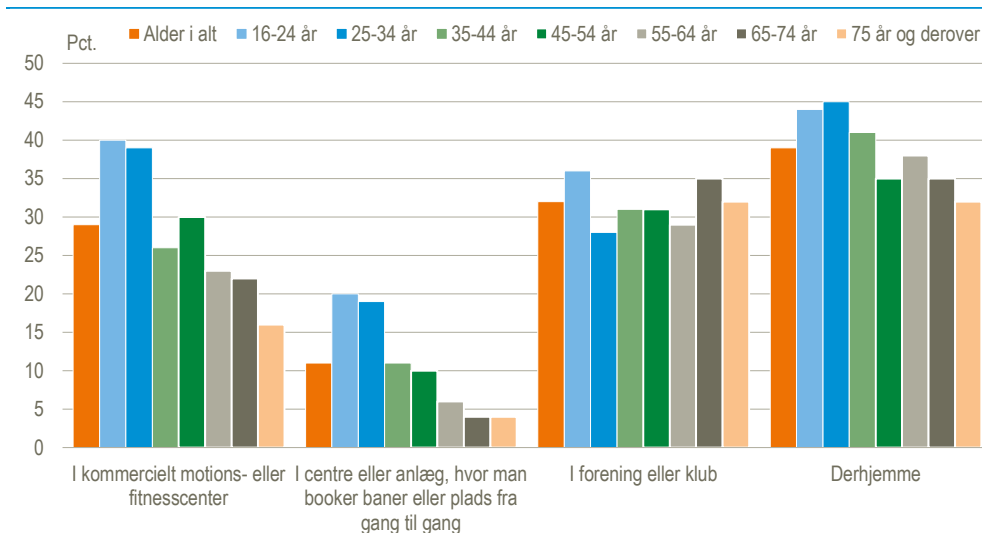


4 ud af 10 unge træner i fitnesscenter

Ca. 40 pct. af de 16-34-årige har i 2024 dyrket sport eller motion i et kommercielt motions- eller fitnesscenter inden for de seneste 12 måneder. For de ældre aldersgrupper gælder det 30 pct. eller færre. Det er også i højere grad unge, der benytter anlæg, hvor man booker plads fra gang til gang, fx padelbaner. Mens 20 pct. af de 16-34-årige har benyttet anlæg, hvor man booker plads fra gang til gang, gælder det kun 11 pct. eller færre for de ældre aldersgrupper. For sport og motion i forening eller klub er der kun mindre forskelle på tværs af aldersgrupper. Færrest har dyrket sport og motion i klub eller forening blandt 25-34-årige (28 pct.) og flest blandt 16-24-årige (36 pct.) og 65-74-årige (35 pct.). Der er altså 8 procentpoint forskel mellem aldersgrupperne med højest og lavest andel. 39 pct. af befolkningen dyrker sport og motion derhjemme. Det gør hjemmet til det sted, hvor flest dyrker sport og motion.

Andele der har dyrket sport eller motion udvalgte steder inden for de seneste 12 måneder. 2024



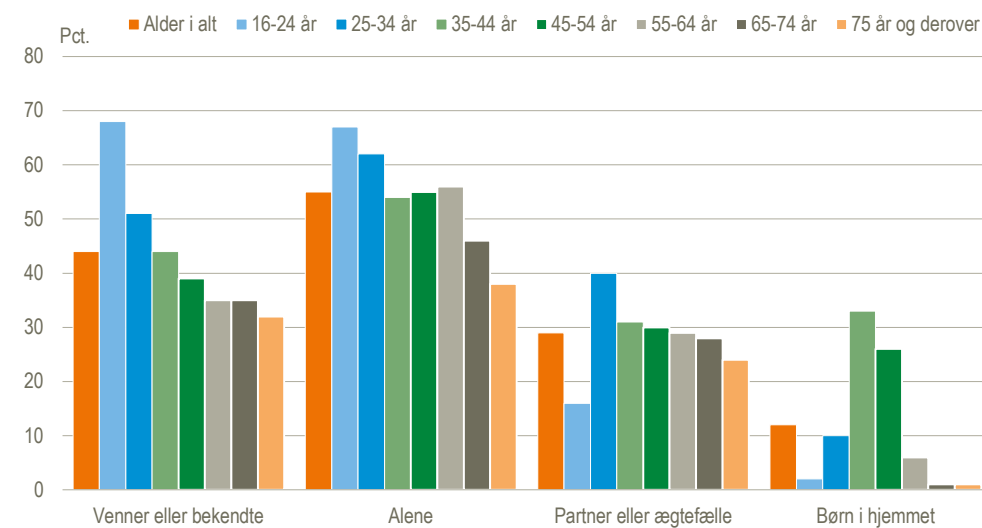
Anm: Det var muligt at vælge flere svarmuligheder. Ikke alle svarmuligheder fremgår af figuren.

Kilde: www.statistikbanken.dk/kv2mo1

Flest dyrker sport og motion alene eller sammen med venner og bekendte

55 pct. af befolkningen dyrker sport og motion alene, og 44 pct. gør det sammen med venner og bekendte. Det gør dem til de to mest udbredte typer ledsagere, eller manglen på samme, når man dyrker sport og motion. Hvem man dyrker sport og motion sammen med hænger sammen med alder. At dyrke sport eller motion med sin partner eller ægtefælle er mest populært blandt de 25-34-årige, og forbliver derefter populært resten af livet. 40 pct. af de 25-34-årige har dyrket sport eller motion med deres partner eller ægtefælle inden for de seneste 12 måneder. For de ældre aldersgrupper gælder det ca. 30 pct., undtagen gruppen på 75 år eller derover, hvor andelen falder til ca. hver fjerde. Sport og motion sammen med børn i hjemmet er udbredt blandt 35-44-årige med 33 pct. og 45-54-årige med 26 pct., men sjældent blandt de øvrige aldersgrupper. At dyrke sport eller motion alene er for alle aldersgrupper det mest udbredte.

Andele der har dyrket sport eller motion med udvalgte ledsagere inden for de seneste 12 måneder. 2024



Anm: Det var muligt at vælge flere svarmuligheder. Ikke alle svarmuligheder fremgår af figuren.

Kilde: www.statistikbanken.dk/kv2mo2

Årsager til sjældent eller aldrig at dyrke motion

Blandt dem, der sjældent eller aldrig dyrker sport og motion, angiver en tredjedel, at de har vanskeligt ved det pga. deres helbred, fysik eller skader. Omkring en tredjedel angiver, at det skyldes manglende interesse, eller at det skyldes manglende tid. Omvendt angiver kun få, at det skyldes manglende plads eller mulighed derhjemme (5 pct.) eller at det er svært at komme til steder, hvor man kan dyrke sport eller motion (3 pct.). 12 pct. angiver at de ikke har nogen at følges med. Spørgsmålet om årsager til ikke at dyrke sport og motion oftere er stillet til dem, der angiver, at de har dyrket sport og motion mindre ofte end 1-2 gange inden for 3 måneder. Det var i 2024 14 pct. af befolkningen.

Årsager til ikke at dyrke sport og motion blandt dem der gør det sjældent eller aldrig. 2024



Anm: Andel blandt dem der har dyrket sport eller motion mindre ofte end 1-2 gange inden for 3 måneder. Det var muligt at vælge flere svarmuligheder.

Kilde: www.statistikbanken.dk/kv2mo4

Mere information: Få mere information på [emnesiden Kultur og fritid](#).

Kilder og metoder: Oplysningerne kommer fra *Kulturvaneundersøgelsen 2024*. *Kulturvaneundersøgelsen* gennemføres hvert kvartal. Kvartalerne udgives særskilt og aggregeres til årsniveau. Det nuværende spørgeskema har været anvendt siden 1. kvartal 2024. Der spørges ca. 60.000 personer om året. Årsstatistikken 2024 er baseret på resultaterne fra cirka 19.000 gennemførte interview blandt et repræsentativt udsnit af befolkningen i alderen 16 år og derover. Læs mere om kilder og metoder i [statistikdokumentationen om kulturvaneundersøgelsen](#).

Næste offentliggørelse: *Kulturvaner 2025* udkommer i marts 2026.

Henvendelse: Anders Yde Bentsen, tlf. 40 33 68 81, ayb@dst.dk