



Foto: Jens Astrup for Danmark i Bevægelse

Den organiserede idræts betydning for fysisk aktivitet under Corona

BJARNE IBSEN OG JENS HØYER-KRUSE

Artiklen belyser, hvordan Corona i 2020 påvirkede den voksne befolknings fysiske aktivitetsniveau i fritiden. Analyserne bygger på data fra en spørgeskemaundersøgelse af danskernes bevægelsesvaner under forskningsprojektet Danmark i Bevægelse. Godt 163.000 borgere – 15 år og ældre – besvarede i oktober og november måned 2020 et spørgeskema, som bl.a. omfattede spørgsmål om, i hvilken grad det fysiske aktivitetsniveau var større eller mindre i sammenligning med før Corona. Det teoretiske udgangspunkt for analyserne er, at idrætsdeltagelse og fysisk aktivitet afhænger af mulighederne og handlingsalternativerne for at være bevægelsesaktiv samt individets sociale og socioøkonomiske baggrund og dermed forbundne motiver og interesser for at dyrke idræt og være fysisk aktiv. Analyserne viser, at ændringerne i det fysiske aktivitetsniveau i fritiden afhang dels af, hvilke bevægelsestyper den enkelte praktiserer, dels af køn, alder og socioøkonomisk baggrund. Bevægelsesaktive i fritiden, som dyrker aktiviteter med høj organiseringsgrad og facilitetsafhængighed, havde i højere grad et lavere fysisk aktivitetsniveau, end borgere der også eller udelukkende dyrker selvorganiserede aktiviteter i det fri. Unge og borgere med en videregående uddannelse var i højere grad end øvrige grupper blevet mere fysisk aktive i fritiden under Corona, hvilket forklares med, at disse grupper har bredere bevægelseserfaringer end andre socioøkonomiske grupper, og at ændringerne i arbejdslivet med mere hjemmearbejde end før Corona gav dem bedre muligheder for at dyrke selvorganiseret idræt og motion i fritiden.



BJARNE IBSEN

Professor

Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund, SDU

bibsen@health.sdu.dk



JENS HØYER-KRUSE

Adjunkt

Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund, SDU

jhkruse@health.sdu.dk

INDLEDNING

Corona-lukningen i foråret 2020 og senere igen fra efteråret samme år ændrede for en stor del af befolkningen på nødvendigheden af og mulighederne for fysisk aktivitet og bevægelse. Hjemsendte 'slap' for arbejdets fysiske strabadser, mens andre måtte finde cyklen frem, fordi offentlig transport blev indstillet, og i fritiden kunne mange ikke dyrke fitness, svømning og fodbold, fordi idrætsforeninger, fitnesscentre og idrætsfaciliteter måtte lukke. Men for nogen gav hjemmearbejde og -studier også bedre tid til at gå, løbe eller cykle en tur.

Det er oplagt, at lukningen af fitnesscentre, svømmehaller og andre indendørs idrætsfaciliteter reducerede mulighederne for at dyrke bl.a. fitness og svømning, og idrætsorganisationerne var bekymrede for følgerne deraf for folkesundheden.

Jeg er bange for, at de sundhedsmæssige og mentale konsekvenser af en nærmest reel nedlukning af foreningsidrætten bliver meget, meget alvorlige. Vi oplevede i forbindelse med forårets restriktioner, at danskerne i stor stil holdt op med at dyrke motion og blev inaktive, da de mistede tilbuddene fra foreningsidrætten (Morten Mølholm Hansen, administrerende direktør i DIF, Fredericiaavisen.dk, 23. oktober 2020).

Under hele Corona-forløbet har det imidlertid været let – i princippet – at dyrke motion på andre måder, bl.a. ved at gå, løbe, cykle, dyrke aktiviteter i naturen eller træne hjemme. Det er således muligt, at reduceret fysisk aktivitet i fitnesscentre og foreninger blev opvejet af øget fysisk aktivitet på egen hånd. Men det er også sand-

synligt, at det afhænger af køn, alder, uddannelse, arbejde og livssituation.

De fleste studier af det fysiske aktivitetsniveau under pandemien – fra meget forskellige lande, af forskellige befolkningsgrupper og i forskellige faser af pandemien – viser, at det fysiske aktivitetsniveau i gennemsnit var lavere end før Corona (Fröberg, 2021), men der er også studier, som viser, at aktivitetsniveauet var det samme eller større (Møller, 2021; Constandt, 2020). Bortset fra et par undersøgelser, som refereres senere i artiklen, har forskningen på området imidlertid ikke haft fokus på, hvilken betydning bevægelsesvanerne, dvs. hvilke aktiviteter borgerne normalt praktiserer, og i hvilken sammenhæng de gør det, havde for det fysiske aktivitetsniveau under Corona.

Formålet med denne artikel er derfor at undersøge, hvilken betydning det havde for det fysiske aktivitetsniveau under Corona, hvilke idræts- og motionsaktiviteter borgerne normalt dyrker, og i hvilken organisatorisk sammenhæng aktiviteterne praktiseres.

Analysen bygger på svarene fra en spørgeskemaundersøgelse af danskernes fysiske bevægelsesvaner, som i efteråret 2020 blev besvaret af godt 163.000 voksne, der bl.a. blev bedt om at vurdere, om de på besvarestidspunktet var mere eller mindre fysisk aktiv end før Corona.

Artiklen indledes med en præsentation af den teori og forskning, som er inspirationen for analyserne, og inspireret deraf opstilles fem hypoteser for de senere analyser. Efterfølgende redegøres for metoderne for spørgeskemaundersøgelsens gennemførelse og de statistiske analyser. Derpå fremlægges resultaterne af de statistiske analyser, der både består af en beskrivende del og af en forklarende del i form af en logistisk regressionsanalyse. Til sidst diskuteres og sammenfattes resultaterne.

TEORI OM OG FORSKNING I IDRÆTSDELTAGELSE OG FYSISK AKTIVITET

Den teoretiske tilgang til denne artikel er analytisk sociologi (Merton, 1968; Hedström, 2005), der er optaget af at forklare handlinger – her fysisk aktivitet – på baggrund de muligheder og ønsker, det enkelte individ har. Måden, man er fysisk aktiv på, er bl.a. bestemt af, hvilke tilbud om og muligheder for forskellige aktiviteter, individet har adgang til. Det er fx muligheden for at benytte svømmehal, træne i fitnesscenter og dyrke gymnastik i den lokale forening. Individuelle forhold har imidlertid også stor betydning for, hvordan man er fysisk aktiv. Her tænkes især på ønsker og holdninger, som er et resultat af tidligere erfaringer, der har baggrund i bl.a. køns- og klassespecifik socialisering. Ønskerne og interesserne er dog også påvirket af, hvordan man opfatter de muligheder, man har. Det er sjældent, man ønsker sig noget, man ikke er bevidst om som en mulighed. Idræt og fysisk akti-

vitet bliver således til i skæringspunktet mellem individers ønsker og holdninger i forhold til fysisk aktivitet og mulighederne for at praktisere forskellige former for fysisk bevægelse (Ulseth, 2007). I teoretiske termer er det en kombination af strukturforklaringer og aktørforklaringer.

I overensstemmelse med denne overordnede teoretiske tilgang har forskningen vist, at idrætsdeltagelse og fysisk aktivitet kan forklares som handlinger, der skyldes en kombination af 1) mulighederne og handlingsalternativerne for at være bevægelsesaktiv samt 2) individets sociale og socioøkonomiske baggrund og dermed forbundne motiver og interesser for at dyrke idræt og være fysisk aktiv (se bl.a. Sallis et al., 2006; Ulseth, 2007; Hallmann, 2012; Bauman et al., 2012; Kären et al., 2017). Vi antager, at de samme faktorer har indflydelse på, hvordan Corona-krisen har påvirket borgernes fysiske aktivitetsniveau.

I dette afsnit præsenteres teorierne for og resultater fra forskning i både strukturforklaringen og aktørforklaringen på idrætsdeltagelse og fysisk aktivitet. For hver af de to forklaringer redegøres først for det teoretiske udgangspunkt, derpå præsenteres dele af forskningen i idrætsdeltagelse og fysisk aktivitet, og til sidst refereres relevant forskning i Coronas betydning for idrætsdeltagelse og fysisk aktivitet.

Strukturforklaringer: Mulighederne for at være fysisk aktiv

Udgangspunktet for denne artikel er som nævnt en antagelse om, at Covid-19 og de deraf afledte begrænsninger i mulighederne for at dyrke en række idræts- og motionsaktiviteter førte til, at mange borgere var mindre fysisk aktive under Corona, end de var, før pandemien satte ind. Muligheder kan defineres som *'udbredelsen og fordelingen af forhold som sørger for forskellige sandsynligheder for, at individer og grupper af individer opnår bestemte udfald'* (Merton, 1996: 153, omtalt af Ulseth 2007: 28). Dele af forskningen, der tager dette udgangspunkt, antager, at alle mennesker i store træk har de samme behov og ønsker, men at mulighederne for at realisere de handlinger, de ønsker, varierer. De fleste sociologer er dog af den opfattelse, at behov og ønsker også varierer fra individ til individ, ofte på systematiske måder (Elster, 1989).

I mange år tog man det nærmest for givet, at med flere organiserede idrætsmuligheder, flere idrætsfaciliteter og bedre offentlig støtte til idræt og fysisk aktivitet, ville idrætsdeltagelsen og det fysiske aktivitetsniveau også stige (Ibsen, 2012). Flere studier har da også vist, at idrætsdeltagelsen, det fysiske aktivitetsniveau og måden, man er fysisk aktiv på, er påvirket af mulighederne for at praktisere forskellige former for bevægelsesaktivitet (Hallmann et al., 2012; Prins et al., 2012; Wicker et al., 2009). Andre studier har dog vist, at det ikke er så enkelt, og der er langt fra konsensus om de strukturelle forholds betydning.

Det er især tre forholds betydning for aktivitetsniveauet, som forskningen har

interesseret sig for, og som i det følgende uddybes: 1) Adgangen til organiserede aktivitetsmuligheder (foreninger, kommercielle fitnesscentre, offentlige tilbud, arbejdspladser mv.), 2) adgangen til idrætsfaciliteter og andre fysiske rum til idræt og fysisk aktivitet samt 3) nærheden til grønne områder, parker mv., hvor man kan praktisere forskellige idræts- og motionsformer.

Med 'organiserede aktivitetsmuligheder' forstås forekomsten og karakteren af forskellige organiserede tilbud om idræt, motion, træning mv. Et tysk studie viser, at sandsynligheden for, at en person er regelmæssig fysisk aktiv, vokser i takt med antallet af idrætsforeningstilbud. Et studie i Schweiz viser imidlertid, at idrætsdeltagelsen blandt unge er højere i kommuner med et forholdsvist stort antal fitnesscentre end i kommuner, hvor idrætsforeningerne er mere dominerende (Käri 2017). Endelig viser et komparativt studie af idræt i forskellige lande, at et bredt udbud af idrætsmuligheder er fremmende for idrætsdeltagelsen (Limstrand et al., 2011). Denne forskning tyder altså på, at såvel det relative antal organiserede tilbud som variationen i disse har betydning for den samlede idrætsdeltagelse og det samlede fysiske aktivitetsniveau.

Hvad angår 'idrætsfaciliteter og andre fysiske rum til idræt og fysisk aktivitet' viser en række studier, at betydningen deraf afhænger af, hvilke fysiske rum og facilitetstyper, man ser på (Davison & Lawson, 2006; Hallmann et al., 2012; Limstrand, 2007; Prins et al., 2012; Rütten et al., 2010; Wicker et al., 2009). Nogle undersøgelser har påvist en positiv sammenhæng mellem forekomsten af idrætsfaciliteter i et område og fysisk aktivitetsniveau (Limstrand, 2007: 280; Davison & Lawson, 2006), mens andre studier har vist, at antallet af faciliteter og nærheden dertil spiller en forholdsvist lille rolle for den samlede idrætsdeltagelse (Thibau et al., 2017; Kägi et al., 2017; Høyer-Kruse, 2012). Se en gennemgang af meget af denne forskning i Hallmann et al. (2012).

Hvad angår 'grønne områder' (parker, skov og anden natur) viser nyere forskning, at der er en betydelig sammenhæng mellem, hvor grønt et bolig- og lokalområde er, og det fysiske aktivitetsniveau. En stor international undersøgelse af boligområder i 14 byer (bl.a. i Aarhus) spredt på lande med varierende økonomisk udviklingsniveau viser, at jo flere parker og grønne områder, der er i boligområdets nærhed, jo større er det gennemsnitlige fysiske aktivitetsniveau (Sallis et al., 2016; Christiansen et al., 2016).

Flere undersøgelser af idrætsdeltagelsen under Corona giver empirisk belæg for, at mulighederne for at være idrætsaktiv – eller fraværet af disse muligheder – har betydning for idrætsdeltagelsen. En stor undersøgelse i Belgien af voksnes fysiske aktivitetsniveau i begyndelsen af pandemien i foråret 2020 viste en svag tendens til, at folk var mere aktive end før Corona, men voksne, som dyrkede idræt i idrætsforeninger, var i gennemsnit blevet mindre fysisk aktive (Constantt, 2020). I Danmark viste Idrættens Analyseinstituts undersøgelse i foråret 2020, at mange

var stoppet med at dyrke motion eller sport, og at det især var inden for de facilitetsafhængige idræts- og motionsformer, der skete et fald i deltagelsen (Kirkegaard et al., 2020a). En opfølgende undersøgelse viste, at det især var dem, der dyrkede idræt og motion på egen hånd, som fortsatte med at være aktiv, og at mange, som før Corona dyrkede motion og idræt i organiseret regi, havde skiftet til andre aktiviteter som gåtur, løb og cykling (Kirkegaard et al., 2020b).

Denne forskning giver således grund til at tro, at det især var borgere, som normalt dyrker idræt og motion i organiseret sammenhæng under benyttelse af særlige faciliteter, som Coronarestriktionerne ramte, der blev mindre fysisk aktiv under Corona.

Aktørforklaringer: Individets ønsker, sociale baggrund og bevægelseserfaring

Selvom det i lange perioder ikke var muligt at gå til fitness, spille håndbold eller gå i svømmehallen, så var der masser af muligheder for at være fysisk aktiv – enten ved at øge aktiviteten på områder, som man også praktiserer (fx at cykle), eller tage aktiviteter op, man ikke hidtil har dyrket. Teoretisk kan det imidlertid antages, at det vil afhænge af, om andre bevægelsesaktiviteter ‘matcher’ den enkeltes motiver, præferencer og bevægelseserfaringer. Vores opvækst og livshistorie præger os og giver retning til vores forestillinger og handlinger.

Inspireret af Bourdieus bog *The Logic of Practice* (1978, 1990) argumenterer Engström, Redelius og Larsson for, at bevægelseskulturen omfatter mange forskellige bevægelses- og aktivitetsformer, der hver har sin egen logik. Deltagelse i denne praksis – fx at spille fodbold eller dyrke fitness – hænger sammen med den enkeltes habitus, som *‘a system of embodied habits and dispositions, taken-for-granted perceptions and preferences that will guide the individual in his or her ways of acting, thinking, perceiving and valuing things’* (Engström et al., 2017). Det antages, at mennesker, som lever under de samme objektive livsvilkår og livserfaringer, fx i form af forskellige socioøkonomiske grupper eller i forskellige lokale kontekster, udvikler en forholdsvis ens og stabil habitus.

Thus, a lifestyle that may or may not include participation in movement culture is a product of habitus and the supply of movement activities on offer. With this follows that people’s lifestyles can be of very different value in different contexts. For example, exercising the body can be praised in some groups, while scorned in others (Engström et al., 2017).

Ifølge denne forståelse af idræts- og bevægelsesvaner vil individet således ikke uden videre skifte til en anden aktivitet, når mulighederne for at dyrke en bestemt idræts- og motionsform forringes eller helt forsvinder. Det afhænger af den enkel-

tes habitus, og af om alternative aktiviteter matcher den logik, som karakteriserer den aktivitet, der ikke mere kan praktiseres. Derunder hvilke værdier og kvaliteter – eller motiver – den enkelte forbinder med de aktiviteter, der praktiseres.

Mange studier har påvist, at alder, køn, uddannelse, økonomi, familiesituation samt etnisk og kulturel herkomst har en signifikant betydning for, hvor fysisk aktiv den enkelte er, og hvilke bevægelsesformer man praktiserer (se bl.a. en gennemgang af denne forskning i Hallmann et al. (2012)). De seneste undersøgelser af danskernes sundhed – gennemført i 2013 og 2017 – viser en klar sammenhæng mellem det højest gennemførte uddannelsesniveau og andelen, der er moderat eller hårdt fysisk aktiv i fritiden (Christensen et al., 2013; Jensen et al., 2017). Undersøgelser af idræts- og bevægelsesvaner viser ligeledes, at valget af idræts- og motionsform bl.a. afhænger af alder, køn, uddannelsesniveau, jobtype mv. (se bl.a. Pilgaard og Rask 2017; Ibsen et al., 2021).

Hvad angår social baggrund og ændringer i idrætsdeltagelse og fysisk aktivitetsniveau under Corona viser den tidligere refererede belgiske undersøgelse, at det i højere grad var borgere med en videregående uddannelse end borgere med en kortere uddannelse, som øgede deres fysiske aktivitetsniveau, og det var i højere grad de unge og midaldrende end de ældre (Constandt et al., 2020). Dvs. et mønster, som kendes fra forskningen i idrætsdeltagelse og fysisk aktivitet.

Det er således sandsynligt, at folks sociale baggrund samt tidligere erfaringer med idræt og fysisk aktivitet havde betydning for, hvordan de agerede, da mulighederne for at dyrke idræt og være fysisk aktiv ændredes under Corona.

Hypoteser

I lyset af den teoretiske ramme, den hidtidige forskning i idrætsdeltagelse og fysisk aktivitet samt Coronas betydning for aktivitetsniveauet vil følgende fem hypoteser blive undersøgt i den senere analyse:

1. Betydningen af hvordan idræt og motion dyrkes: Vi antager, at det især påvirkede det fysiske aktivitetsniveau i negativ retning hos de borgere, der praktiserer aktiviteter, som Coronarestriktionerne begrænsede mulighederne for at udøve, dvs. aktiviteter der overvejende foregår i organiseret regi og især dyrkes indendørs, mens det i mindre grad eller slet ikke påvirkede det fysiske aktivitetsniveau hos dem, som primært praktiserer aktiviteter, der dyrkes selvorganiseret eller i naturen. Konkret forventer vi, at det især var borgere, der jævnligt praktiserer fitness, holdboldspil, andre boldspil (tennis, badminton, golf mv.), gymnastik, dans samt aktiviteter i vand, som var mindre fysisk aktive, da spørgeskemaet blev besvaret sidst på efteråret 2020, end før Corona.

2. Betydningen af om idræt og motion kun dyrkes organiseret: Vi antager, at det i højere grad påvirkede det fysiske aktivitetsniveau i negativ retning hos dem, som udelukkende praktiserer organiseret idræt og motion, end det gjorde hos dem, som både dyrker organiseret fysisk aktivitet og selvorganiseret idræt og motion, mens det påvirkede det fysiske aktivitetsniveau mindst hos dem, som udelukkende dyrker selvorganiseret idræt og motion.

3. Betydningen af gode muligheder for udendørs idræt og motion: Vi antager, at det fysiske aktivitetsniveau i mindre grad blev reduceret under Corona hos borgere, der har gode muligheder for at dyrke idræt og motion udendørs. Dels fordi de havde lettere ved at øge omfanget af sådanne aktiviteter, hvis de måtte reducere deres fysiske aktivitet i organiserede sammenhænge. Dels fordi mere tid hjemme gjorde det lettere for dem at bruge tilgængelige udendørs rum til fysisk aktivitet.

4. Motivets betydning: Vi antager, at to af de vigtigste motiver for at dyrke idræt og motion, de sundhedsmæssige og sociale motiver (Ibsen et al., 2021), har betydning for det fysiske aktivitetsniveau under Corona. Motiver ses i denne sammenhæng som et udtryk for den værdi, borgerne tillægger de fysiske bevægelser, de praktiserer, som et resultat af den enkeltes habitus samt den sammenhæng man indgår i (Vallerand og Thill, 1993), som vi her vil forstå som erfaringer med de konkrete bevægelsesaktiviteter. Vi antager således, at den stærke italesættelse af sundheden under Corona betød, at dem, som tillægger de sundhedsmæssige værdier ved idræt og motion stor betydning, i højere grad fastholdt eller øgede det fysiske aktivitetsniveau under Corona, end dem der tillægger det sundhedsmæssige motiv mindre betydning, fordi det er et 'ydre motiv', hvor handlingen tager sigte på at nå et andet mål (Ryan & Deci, 2000). Omvendt antager vi, at borgere, der i høj grad dyrker idræt og motion af sociale grunde (der betegnes som et 'indre motiv', hvor det er oplevelsen og glæden ved aktiviteten, der er afgørende), i mindre grad fastholdt det fysiske aktivitetsniveau, fordi det især var idræt og motion i fællesskab med andre, som blev vanskeliggjort under Corona.

5. Køn, alder og socioøkonomiske forholds betydning: Vi antager, at køn, alder, uddannelse, tilknytning til arbejdsmarkedet samt social status havde betydning for, hvor fysisk aktive folk var under Corona. Vi antager således, at studerende og erhvervsaktive med en lang videregående uddannelse i højere grad end andre grupper øgede det fysiske aktivitetsniveau, fordi det især var de to grupper, der under Corona var 'tvunget' til at arbejde eller studere hjemme (Hohnen, 2020), hvilket gav mulighed for i højere grad at dyrke idræt eller motion på egen hånd, som netop de to grupper i højere grad end andre grupper praktiserer og har stor erfaring med (Ibsen et al. 2021). Vi antager endvidere, at kvinderne i højere grad end mændene

ne blev mindre fysisk aktiv under Corona, fordi ændringerne i hverdagslivet med mere tilstedeværelse i hjemmet i højere grad påvirkede kvindernes mulighed for at være fysisk aktiv i fritiden (Ibsen et al., 2021). Endelig antager vi, at Corona i højere grad påvirkede de unges fysiske aktivitetsniveau end de ældres, men det er usikkert hvordan. På den ene side dyrker unge i højere grad end ældre organiserede idræts- og motionsaktiviteter (især i kommercielt regi) (Ibsen et al., 2021). På den anden side har de unge et meget bredere bevægelsesrepertoire og bredere erfaring med forskellige bevægelsesformer (Høyer-Kruse og Ibsen, 2021), som gør det lettere for dem end for de ældre at skifte til eller øge deltagelsen i aktiviteter med en 'logik', som matcher deres præferencer.

METODE

Datagrundlaget for analysen er 163.133 borgeres besvarelse af et spørgeskema om deres bevægelsesvaner, som blev gennemført fra midten af oktober til slutningen af november 2020. DST Survey under Danmarks Statistik udtrak i september 2020 godt 404.000 tilfældigt udvalgte voksne i Danmark (15 år eller ældre) – stratificeret på køn, alder og kommunens befolkningstal – til at deltage i undersøgelsen. Spørgeskemaet kunne kun besvares elektronisk via et link, som kunne tilgås via brev i e-Boks. En mindre del af de udtrukne, der modtog et fysisk brev med en invitation til at deltage i undersøgelsen, skulle indtaste en hjemmesideadresse og en kode for at tilgå spørgeskemaet.

Spørgeskemaet blev besvaret af 40 pct. af dem, der modtog invitationen til at besvare spørgsmålene. Kvinder har i lidt højere grad end mænd og ældre i højere grad end unge besvaret spørgsmålene. Da nogle af respondenterne faldt fra undervejs under besvarelsen af spørgsmålene, er antallet af besvarelser lidt lavere for de fleste spørgsmål. Besvarelsen af spørgsmålene om fysisk aktivitet i sammenligning med før Corona blev besvaret af godt 143.000 respondenter. For at analysen er repræsentativ for hele befolkningen er data blevet 'vægtet' i forhold til køn, alder og kommunestørrelse.

Spørgeskemaet omfattede spørgsmål om bevægelsesvaner og fysisk aktivitet i fire domæner: 1) Praktisk arbejde i hjemmet, 2) fysisk aktivitet på arbejde eller studie, 3) fysisk aktivitet som transport (fx gang, cykling og løb) og 4) fysisk aktivitet i fritiden. Analyserne i denne artikel omfatter udelukkende besvarelserne på spørgsmålene om fysisk aktivitet i fritiden. Derudover indeholdt spørgeskemaet spørgsmål om, hvem man som regel er fysisk aktiv sammen med, i hvilken sammenhæng man er det (fx forening, kommercielt eller på egen hånd), motiverne for at praktisere de forskellige typer af bevægelsesaktiviteter og om respondenternes job- og uddannelsesbaggrund. Oplysninger om køn og alder indgik i dataudtrækket.

Sidst i spørgeskemaet fik respondenterne et spørgsmål om, hvilken betydning

Corona har haft for deres fysiske aktivitet: *'Har covid-19/Corona haft betydning for, hvor ofte du har været fysisk aktiv de seneste 12 måneder? Angiv om du har været mere aktiv, mindre aktiv eller om dit aktivitetsniveau er uændret inden for hvert af områderne nedenfor'*. Derpå blev respondenterne bedt om at svare på dette vedr. 1) praktisk arbejde i hjemmet, 2) fysisk aktivitet under arbejde eller studie, 3) fysisk aktivitet som transport (fx gang, cykling og løb) og 4) fysisk aktivitet i fritiden. For hver af disse fire områder for fysisk aktivitet kunne respondenterne svare a) meget mere aktiv, b) lidt mere aktiv, c) uændret, d) lidt mindre aktiv, e) meget mindre aktiv eller f) ved ikke / ikke relevant. Analyserne i denne artikel benytter kun svarene på spørgsmålet om det fysiske aktivitetsniveau i fritiden og udelader dem, som har svaret ved ikke / ikke relevant.

Analysens uafhængige variable består af spørgsmål om 1) bevægelsesaktiviteter i fritiden, 2) aktiviteterne organiserings- og facilitetsafhængighed, 3) nærheden til grønne områder, 4) motiver for at praktisere forskellige bevægelsestyper samt 5) respondentens personlige karakteristika.

Ad 1) Variablene for *bevægelsesaktiviteter i fritiden*, jf. den første hypotese, omfatter 14 hovedtyper: Gang, løb, cykling, fitness, mental træning, holdboldspil, andre boldspil (tennis, badminton, golf mv.), gymnastik, dans, aktiviteter i vand, aktiviteter på vand, udelivsaktiviteter, rulle- og streetaktiviteter og andre idrætsgrene. De respondenter, der svarede, at de inden for de seneste 12 måneder forud for spørgeskemaets besvarelse havde praktiseret den pågældende aktivitet, fik derpå spørgsmål om, hvilke aktiviteter pågældende havde praktiseret (fx fodbold, håndbold, basketball, volleyball mv. under holdboldspil) og hvor ofte. I analyserne i denne artikel tæller en person som aktiv, hvis pågældende normalt praktiserer aktiviteten mindst en gang om ugen.

Ad 2) Variablen for *bevægelsesaktiviteternes organiserings- og facilitetsafhængighed*, jf. den anden hypotese, er dannet ved en indplacering af bevægelsestyperne på to dimensioner: 1) I hvilken grad (høj / lav) bevægelsestypen praktiseres organiseret (forening, kommercielt center, mv.) - baseret på respondenterne besvarelse deraf - og 2) i hvilken grad (høj / lav) bevægelsestypen foregår i særlige faciliteter - baseret på forfatterens kendskab til de forskellige bevægelsestyper (se bilag 1). Denne variabel tager sigte på at undersøge, hvilken betydning det havde for det fysiske aktivitetsniveau under Corona, om borgerne blandt andet eller udelukkende dyrker aktiviteter med høj grad af organisering og høj facilitetsafhængighed, som Corona-restriktionerne gjorde det vanskeligt at praktisere, sammenholdt med borgere, der også eller udelukkende praktiserer aktiviteter, der ikke forudsætter en særlig organisering og særlige faciliteter.

Ad 3) Variablene for *gode muligheder for fysisk aktivitet udendørs*, jf. den tredje hypotese, består af respondenternes svar på et spørgsmål om deres vurdering af, hvor gode deres muligheder er for at være fysisk aktiv i forskellige sammenhænge. Her er vurderingen af mulighederne for at være fysisk aktiv i 'grønne områder (fx park, skov, natur)' og på 'veje, stier og fortove' medtaget. Respondenterne kunne angive, om de var enig eller uenig i, at de pågældende rum gav gode muligheder for at være fysisk aktiv (helt enig, delvis enig, hverken / eller, delvis uenig eller helt uenig).

Ad 4) Variablene for *motiverne* for at være fysisk aktiv, jf. den fjerde hypotese, er afgrænset til to motiver af de ialt 11 motiver, der blev spurgt om i undersøgelsen: Det sundhedsmæssige motiv ('for at vedligeholde eller forbedre min sundhed') og det sociale motiv ('for at være sammen med andre'). For hver af de nævnte 14 bevægelsestyper skulle respondenterne angive, hvor enig eller uenig (helt enig, delvis enig, hverken / eller, delvis uenig eller helt uenig) de var i udsagnene om forskellige begrundelser for at praktisere den pågældende bevægelsestype, dvs. motiverne for at gå ture, cykle, løbe, dyrke fitness, spille boldspil, dyrke aktiviteter på vand osv. Der blev således ikke spurgt om motiver mere generelt for at være fysisk aktiv eller dyrke idræt og motion. I denne artikel er analysen af motivernes betydning for, hvor fysisk aktiv borgerne var under Corona afgrænset til to af de bevægelsestyper, som i særlig grad blev ramt af Corona-restriktionerne: 'Fitness og fysisk træning' og 'Holdboldspil'.

Ad 5) Variablene for *de personlige karakteristika*, jf. den femte hypotese, omfatter respondenternes køn, alder (opdelt i ti aldersgrupper) samt uddannelse og status i forhold til arbejdsmarkedet, der både inkluderer uddannelsessøgende, beskæftigelsesgrupper opdelt efter uddannelsesniveau, arbejdsledige opdelt på ledige på dagpenge og ledige på kontanthjælp, pensionister opdelt på folkepensionister / efterlønnere og førtidspensionister samt borgere på forskellige orlovsordninger.

De statistiske analyser omfatter dels beskrivende statistik, hvor svarfordelingen på spørgsmålene om det fysiske aktivitetsniveau i sammenligning med før Corona er opdelt på de ovenfor beskrevne uafhængige variable, samt binære logistiske regressionsanalyser af de forskellige uafhængige variables betydning for det fysiske aktivitetsniveau i fritiden, når der er kontrolleret for de uafhængige variables indbyrdes sammenhæng.

I udlægningen af resultaterne skal man være opmærksom på flere forhold. For det første bygger analysen på respondenternes subjektive vurdering af det fysiske aktivitetsniveau, og det er selvsagt svært at svare præcist på, om man er blevet mere eller mindre fysisk aktiv. Der er således ikke spurgt, om respondenterne var

mere eller mindre aktiv i specifikke aktiviteter. For det andet kan et lavere eller højere aktivitetsniveau også skyldes andre forhold end Corona, selvom spørgsmålet tager sigte på, om Corona har haft betydning for det fysiske aktivitetsniveau. For det tredje kan svarene være påvirket af den aktuelle – på besvarestidspunktet – stemning og oplevelse i befolkningen af, at 'alt var bedre' før virussen gjorde sit indtog, som kan have præget svaret i en negativ retning. Endelig skal man være opmærksom på, at langt de fleste respondenter besvarede disse spørgsmål i anden halvdel af oktober og begyndelsen af november, hvor begrænsningerne for deltagelse i de organiserede idræts- og motionsaktiviteter var mindre omfattende og indgribende, end de var i foråret 2020 og i begyndelsen af 2021.

RESULTATER

Præsentationen af resultaterne består af tre dele. Den første del er en beskrivende statistisk analyse af respondenternes svar på spørgsmålet, om de på besvarestidspunktet (medio oktober til ultimo november 2020) var mere eller mindre fysisk aktiv end før Corona – opdelt på køn, aldersgrupper og socioøkonomiske grupper samt opdelt på bevægelsesaktiviteter og de organiseringsformer, aktiviteterne praktiseres i. Denne del er medtaget, fordi analysen giver et mere differentieret billede af ændringerne i det fysiske aktivitetsniveau end de efterfølgende regressionsanalyser.

Den anden del indeholder en udvidet statistisk analyse af, om der er en sammenhæng mellem - på den ene side - de bevægelsestyper, borgerne praktiserer, de sammenhænge de fysiske aktiviteter praktiseres i (organiseringsgrad og facilitetsafhængighed), og hvor gode mulighederne er for at være fysisk aktiv udendørs, og på - den anden side - om det fysiske aktivitetsniveau vurderes som lavere end før Corona. Til at undersøge dette er der gennemført en binær multipel logisk regressionsanalyse, som tager højde for det sammenfald, der er mellem de forskellige uafhængige variable, der indgår i analysen, inklusiv køn, alder og beskæftigelse og uddannelse.

Den tredje del består af en binær logistisk regressionsanalyse af motiverne betydning for det fysiske aktivitetsniveau under Corona. Denne analyse er afgrænset til borgere, der inden for det seneste år forud for spørgeskemaets besvarelse har dyrket 'fitness og fysisk træning' og 'holdboldspil', fordi der i spørgeskemaet blev spurgt om motiverne for at praktisere de enkelte bevægelsestyper, og derfor er det ikke muligt at gennemføre en analyse af motiverne for at være fysisk aktiv på tværs af de forskellige bevægelsesformer. Foruden motivvariablene omfatter regressionsanalysen også organisationsvariablene samt variablene for køn, alder og beskæftigelse og uddannelse, der indgår i regressionsanalysen i den anden regressionsanalyse.

Efter dette afsnit diskuteres resultaterne i det efterfølgende afsnit.

Fysisk aktiv i fritiden i sammenligning med før Corona

I fritiden, hvor forskellige motions- og idrætsaktiviteter praktiseres, var andelen, som i efteråret 2020 vurderede, at de var mindre fysisk aktive end før Corona, lidt større, end andelen som svarede, at de var mere fysisk aktive. Henholdsvis 18 pct. og 11 pct. svarede, at de var lidt og meget mindre fysisk aktive i fritiden, mens henholdsvis 17 pct. og 8 pct. svarede, at de var lidt og meget mere fysisk aktive end før Corona (figur 1).

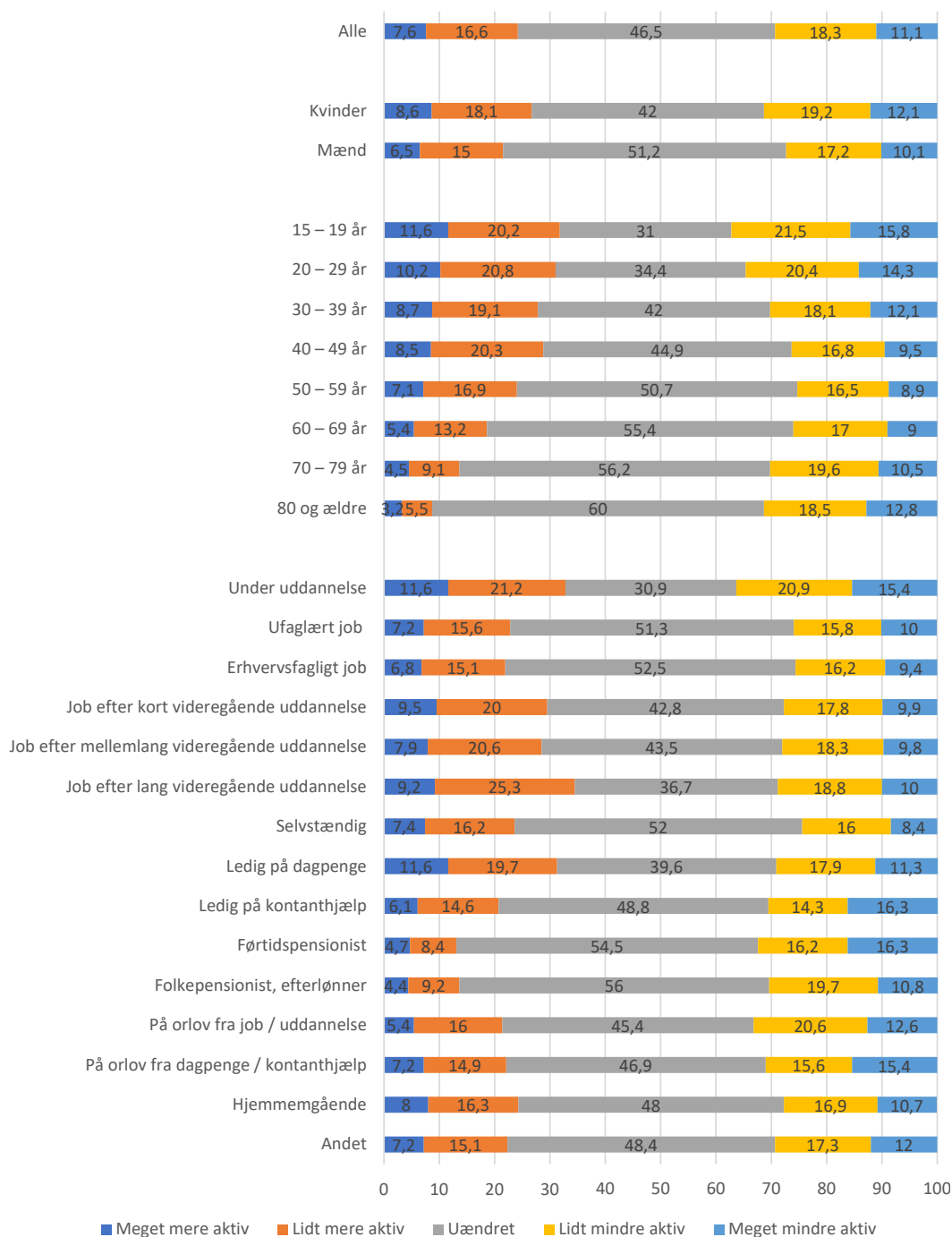
Det er vigtigt at være opmærksom på, at respondenterne har svaret på, hvor fysisk aktive de var i fritiden. De blev imidlertid også spurgt om, hvor fysisk aktive de var i sammenligning med før Corona i hjemmet, på arbejdspladsen eller uddannelsen og under transport. Hvad angår *praktiske fysiske opgaver i hjemmet* svarede markant flere, at de på undersøgelsestidspunktet var mere fysisk aktive, end andelen som var mindre fysisk aktive end før Corona. På *arbejde eller uddannelse* var der til forskel fra hjemmedomænet en markant større andel – af de borgere, der på undersøgelsestidspunktet var i beskæftigelse eller uddannelsessøgende – som var mindre fysisk aktive, end de var før Corona. Endelig ændrede det fysiske aktivitetsniveau sig ikke væsentligt under transport under den første del af Corona i sammenligning med før pandemien (Ibsen et al., 2021).

Hvad angår den fysiske aktivitet i fritiden angav kvinder i lidt højere grad end mænd, at deres aktivitetsniveau var ændret, idet der var forholdsvis flere kvinder end mænd, der var blevet mere aktive, men også flere der var blevet mindre aktive. Unge og midaldrende angav i højere grad end ældre, at de var blevet mere fysisk aktive, men det var også blandt de unge, at der var forholdsvis flest, som var blevet mindre fysisk aktive. Sammenligner vi beskæftigelses- og uddannelsesgrupper ændrede fysiske aktivitetsniveau under Corona, skiller borgere i beskæftigelse med en videregående uddannelse sig ud ved, at andelen, at der var mere fysisk aktive, er større end andelen, som var mindre fysisk aktive, mens det især er blandt folkepensionister / efterlønsmodtagere og førtidspensionister, at andelen, der var mindre fysisk aktive, er større end andelen, der var mere fysisk aktive (figur 1).

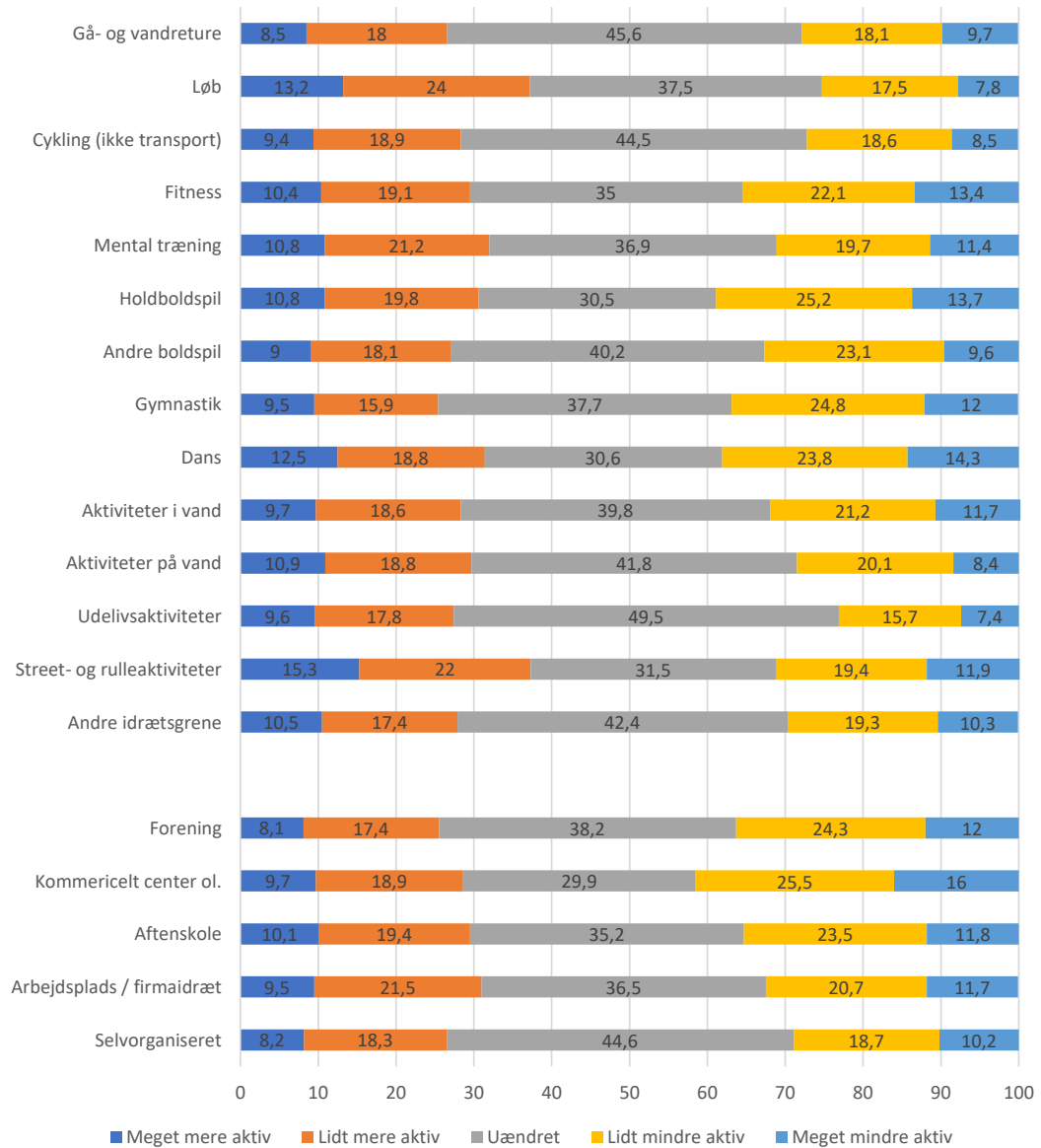
Som redegjort for tidligere i artiklen har analysen især fokus på, hvilken betydning borgernes bevægelsesvaner, dvs. de bevægelsesaktiviteter de normalt praktiserer, har haft for det fysiske aktivitetsniveau, og derunder om aktiviteterne organiserings- og facilitetsafhængighed har indflydelse på det fysiske aktivitetsniveau under Corona. Den deskriptive analyse viser, at blandt de borgere, der inden for det seneste år forud for spørgeskemaets besvarelse har praktiseret fitness, mental træning, holdboldspil, andre boldspil (badminton, tennis, golf mv.), gymnastik, dans og aktiviteter i vand, er andelen, som var mindre fysisk aktiv end før Corona, større end andelen, som var mere fysisk aktiv. Dvs. aktiviteter, som i varierende grad praktiseres organiseret (især forening eller kommercielt center) og i særlige faciliteter. Det omvendte gælder for borgere, der praktiserer løb, udelivsaktiviteter, cykling og rulle- og streetaktiviteter, der alle næsten udelukkende praktiseres

på egen hånd uden brug af særlige faciliteter. Derfor ser vi også, at dem, som dyrker idræt og motion i forening, kommercielt center og aftenskole i højere grad var blevet mindre fysisk aktiv end dem, som praktiserer idræt og motion på egen hånd (figur 2).

Figur 1. Andel af voksne borgere, der i oktober og november måned 2020 vurderede, at de var mere eller mindre fysisk aktive end før Corona i FRITIDEN, opdelt på køn, aldersgrupper og beskæftigelsesgrupper (pct.) (N=143.205)



Figur 2. Andel af voksne borgere, der i oktober og november måned 2020 vurderede, at de var mere eller mindre fysisk aktive end før Corona i FRITIDEN, opdelt efter hvilke typer af bevægelsesaktiviteter de normalt praktiserer mindst en gang om ugen og i hvilke organisatoriske sammenhænge de praktiserer bevægelsesaktiviteter (pct.) (N=103.512)



De organiserede og selvorganiserede muligheders betydning for det fysiske aktivitetsniveau under Corona

Da der er store forskelle mellem kvinder og mænd, mellem aldersgrupper og mellem socioøkonomiske grupper på, i hvilken grad forskellige bevægelsestyper praktiseres, må der tages højde for det i den statistiske analyse. Derfor er der gennemført en binær, multipel logistisk regressionsanalyse, som kontrollerer for de uafhængige variables indbyrdes sammenfald. Analysen bekræfter i store træk det billede, den beskrivende statistiske analyse viser (figur 1 og figur 2).

Tabel 1 viser den statistiske sandsynlighed for, at voksne borgere i efteråret 2020 vurderede, at de var mindre fysiske aktive end før Corona i sammenligning med referencegruppen for analysen, der er sat til værdien 1. Fx viser Exp (B), at sandsynligheden for, at borgere, der går tur mindst en gang om ugen, var mindre fysisk aktiv end før Corona, var 0,8 i sammenligning med dem, som ikke går tur mindst en gang om ugen. Og for dem, som dyrker fitness, var sandsynligheden for, at de var mindre fysisk aktiv 1,5 i forhold til dem, som ikke dyrker fitness.

Sandsynligheden for at være mindre fysisk aktiv i fritiden i sammenligning med før Corona var størst blandt de borgere, der praktiserer fitness, holdboldspil, gymnastik, dans og aktiviteter i vand, dvs. aktiviteter der i høj grad praktiseres i organiseret sammenhæng og indendørs. Omvendt finder vi den mindste sandsynlighed for et lavere fysisk aktivitetsniveau blandt de borgere, der praktiserer løb, udelivsaktiviteter, gå- og vandreture, cykling, aktiviteter på vand og rulle- og streetaktiviteter, dvs. aktiviteter der næsten kun praktiseres udendørs og overvejende på egen hånd / selvorganiseret. Analysen viser da også, at sandsynligheden for, at det fysiske aktivitetsniveau var lavere end før Corona, var markant større hos dem, som inden for det seneste år forud for spørgeskemaets besvarelse havde dyrket idræt og motion i organiseret sammenhæng og især i foreninger og kommercielle centre (tabel 1). Analysen bekræfter således den første hypotese.

Ændres analysen til at se på de borgere, der udelukkende praktiserer bevægelsesaktiviteter med en høj organiserings- og facilitetsafhængighed forstærkes ovenstående analyse, idet sandsynligheden for at være mindre fysisk aktiv i fritiden i sammenligning med før Corona var mere end tre gange så stor hos borgere, der de seneste 12 måneder forud for spørgeskemaets besvarelse kun havde praktiseret bevægelsesaktiviteter med en høj organiseringsgrad og facilitetsafhængighed (fitness, holdboldspil, gymnastik, dans og aktiviteter i vand), end hos borgere der kun havde praktiseret aktiviteter med en meget lav organiseringsgrad og facilitetsafhængighed (gåture, løb, cykling, aktiviteter på vand, udelivsaktiviteter og rulle- og streetaktiviteter), og knap dobbelt så stor som hos borgere, der havde praktiseret begge typer af bevægelsesaktivitet (tabel 2). Analysen er en stærk bekræftelse af den anden hypotese.

Endvidere viser analysen, at borgere, der vurderer, at deres udendørs mulighe-

der for at være fysisk aktiv er dårlige, har en større sandsynlighed for at være mindre fysisk aktiv under Corona end borgere, der vurderer, at de har gode udendørs muligheder for at være fysisk aktiv (tabel 1). Det samme finder vi, når variablene for borgernes vurdering af deres muligheder for at dyrke udendørs fysisk aktivitet erstattes af borgernes svar på, om der tæt på, hvor de bor, er 'grønne områder' og 'stier'. Det bekræfter således den tredje hypotese, men sammenhængen er forholdsvis svag.

Endelig viser analysen, at sandsynligheden for at være mindre fysisk aktive end før Corona var større for kvinder end for mænd, og at sandsynligheden faldt i takt med alderen. Hvad angår beskæftigelse og uddannelse havde førtidspensionister, ledige på kontanthjælp og ledige på dagpenge den største sandsynlighed for at være mindre fysisk aktiv end før Corona, mens uddannelsessøgende og erhvervsaktive med en lang videregående uddannelse havde den laveste sandsynlighed derfor. Der er dog forholdsvis små forskelle mellem uddannelsesgrupperne, der har et job. Dermed bekræfter analysen også den femte hypotese.



Foto: Jens Astrup for Danmark i Bevægelse

Tabel 1: Resultater af binær multipel logistisk regressionsanalyse af sammenhængen mellem a) borgernes deltagelse i 'bevægelsestyper', 'organiseringen' deraf samt vurdering af 'uden-dørs muligheder for fysisk aktivitet' og b) deres vurdering af, om de var lidt eller meget mindre fysisk aktive, da de besvarede spørgeskemaet, end før Corona, når der er kontrolleret for køn, alder og socioøkonomisk status betyding (N=123.147)

	B *	Sig. **	Exp(B) *
BEVÆGELSESTYPER (reference: øvrige)			
Gåtur mindst en gang om ugen	-0,214	0,000	0,807
Løb mindst en gang om ugen	-0,452	0,000	0,636
Cykling mindst en gang om ugen	-0,124	0,000	0,883
Fitness mindst en gang om ugen	0,380	0,000	1,462
Mental træning mv. mindst en gang om ugen	-0,042	0,020	0,959
Holdboldspil mindst en gang om ugen	0,315	0,000	1,371
Andre boldspil mindst en gang om ugen	0,025	0,292	1,025
Gymnastik mindst en gang om ugen	0,190	0,000	1,209
Dans mindst en gang om ugen	0,202	0,000	1,224
Aktiviteter i vand mindst en gang om ugen	0,173	0,000	1,189
Aktiviteter på vand mindst en gang om ugen	-0,076	0,044	0,927
Udelivsaktiviteter mindst en gang om ugen	-0,321	0,000	0,725
Street- og rulleaktiviteter mindst en gang om ugen	-0,076	0,194	0,926
Andre idrætsgrene mindst en gang om ugen	-0,145	0,000	0,865
ORGANISERING			
Aktiv i forening	0,508	0,000	1,663
Aktiv i kommercielt center eller institut	0,594	0,000	1,811
Aktiv i aftenskole	0,260	0,000	1,297
Aktiv på arbejdsplads / i firmaidræt	0,140	0,000	1,150
Aktiv på egen hånd / selvorganiseret	0,021	0,254	1,021
MULIGHEDER FOR UDENDØRS FYSISK AKTIVITET (reference: gode muligheder)			
Dårlige udendørs muligheder	0,334	0,000	1,397
Mindre gode udendørs muligheder	0,186	0,000	1,204

	B *	Sig. **	Exp(B) *
KØN			
MÆND (reference: kvinder)	-0,182	0,000	0,834
ALDERSGRUPPER (reference: 15-19 år)			
20-29 år	0,060	0,108	1,062
30-39 år	-0,053	0,214	0,948
40-49 år	-0,193	0,000	0,824
50-59 år	-0,243	0,000	0,784
60-69 år	-0,332	0,000	0,717
70-79 år	-0,299	0,000	0,741
80 år og ældre	-0,244	0,000	0,783
HOVEDBESKÆFTIGELSE (reference: øvrige)			
Under uddannelse/går i skole	-0,274	0,000	0,760
Ufaglært job	-0,174	0,000	0,840
Erhvervsfagligt job	-0,078	0,069	0,925
Job efter kort videregående uddannelse	-0,123	0,000	0,884
Job efter mellemlang videregående uddannelse,	-0,113	0,002	0,893
Job efter lang videregående uddannelse	-0,192	0,000	0,825
Selvstændig	-0,024	0,659	0,976
Ledig på dagpenge	0,074	0,336	1,077
Ledig på kontanthjælp	0,247	0,000	1,280
Førtidspensionist	0,130	0,001	1,139
Folkepensionist, efterlønsmodtager	-0,081	0,244	0,922
På orlov fra job/uddannelse	-0,085	0,444	0,919
På orlov fra dagpenge/kontanthjælp	-0,101	0,132	0,904
Hjemmegående	-0,058	0,168	0,944
Constant	-1,127	0,000	0,324

* B og Exp (B) viser styrken af sammenhængen. Exp (B) viser sandsynligheden for udfaldet af det undersøgte, som i denne analyse er 'lavere fysisk aktivitetsniveau i sammenligning med før Corona', i forhold til referencegruppen.

** Sig. angiver den statistiske usikkerhed af sammenhængen. I denne artikel anses værdier under .005 for statistisk signifikante.

Tabel 2: Resultater af binær multipel logistisk regressionsanalyse af sammenhængen mellem a) borgernes deltagelse i bevægelsestyper med høj eller lav organiseringsgrad og facilitetsafhængighed og b) deres vurdering af, om de var lidt eller meget mindre fysisk aktive, da de besvarede spørgeskemaet, end før Corona, når der er kontrolleret for køn, alder og socioøkonomisk status' betydning (N=123.147)

	B *	Sig. **	Exp(B) *
ORGANISERINGSGRAD OG FACILITETSAFHÆNGIGHED			
Deltagelse i aktiviteter med... (ref.: deltager i ingen af delene)			
Høj organiseringsgrad og facilitetsafhængighed 1)	0,932	0,000	2,540
Lav organiseringsgrad og facilitetsafhængighed 2)	-0,308	0,000	0,735
Deltager i begge aktivitetstyper	0,442	0,000	1,555
KØN (ref.: mænd)			
Kvinder	0,221	0,000	1,247
ALDER (reference: 15-19 år)			
20-29 år	-0,020	0,557	0,980
30-39 år	-0,176	0,000	0,839
40-49 år	-0,314	0,000	0,730
50-59 år	-0,344	0,000	0,709
60-69 år	-0,425	0,000	0,654
70-79 år	-0,383	0,000	0,682
80 år og ældre	-0,353	0,000	0,702
SOCIOØKONOMI (ref.: øvrige)			
Under uddannelse/går i skole	-0,267	0,000	0,766
Ufaglært job	-0,171	0,000	0,843
Erhvervsfagligt job	-0,065	0,112	0,937
Job efter kort videregående uddannelse	-0,126	0,000	0,881
Job efter mellemlang videregående uddannelse,	-0,121	0,001	0,886
Job efter lang videregående uddannelse	-0,197	0,000	0,821
Selvstændig	-0,046	0,366	0,955
Ledig på dagpenge	0,059	0,414	1,061
Ledig på kontanthjælp	0,221	0,000	1,248
Førtidspensionist	0,162	0,000	1,176
Folkepensionist, efterlønsmodtager	-0,102	0,122	0,903
På orlov fra job/uddannelse	-0,089	0,395	0,915
På orlov fra dagpenge/kontanthjælp	-0,159	0,011	0,853
Hjemmegående	-0,065	0,096	0,937
Constant	-0,725	0,000	0,484

1) Deltaget mindst en gang om ugen i mindst en af følgende bevægelsestyper karakteriseret ved høj organiseringsgrad og høj facilitetsafhængighed: Fitness, holdboldspil, gymnastik, dans og aktiviteter i vand. Og deltager ikke jævnligt (inden for en uge) i følgende aktiviteter karakteriseret ved lav organiseringsgrad og facilitetsafhængighed: Gåture, løb, cykling, aktiviteter på vand, udelivsaktiviteter og street- og rulleaktiviteter.

2) Deltaget mindst en gang om ugen i mindst en af følgende bevægelsestyper karakteriseret ved lav organiseringsgrad og lav facilitetsafhængighed: Gåture, løb, cykling, aktiviteter på vand, udelivsaktiviteter og street- og rulleaktiviteter. Og deltager ikke jævnligt (inden for en uge) i følgende aktiviteter karakteriseret ved høj organiseringsgrad og facilitetsafhængighed: Fitness, holdboldspil, gymnastik, dans og aktiviteter i vand.

* B og Exp (B) viser styrken af sammenhængen. Exp (B) viser sandsynligheden for udfaldet af det undersøgte, som i denne analyse er 'lavere fysisk aktivitetsniveau i sammenligning med før Corona', i forhold til referencegruppen.

** Sig. angiver den statistiske usikkerhed af sammenhængen. I denne artikel anses værdier under .005 for statistisk signifikante.

Motivers betydning for fysisk aktivitet under Corona

Analysen af motivers betydning for det fysiske aktivitetsniveau under Corona i sammenligning med før pandemien satte ind er som tidligere beskrevet afgrænset til motiverne for at dyrke 'fitness og fysisk træning' og motiverne for at dyrke 'holdboldspil'. Dels fordi der i undersøgelsen blev spurgt om motiverne for de enkelte bevægelsestyper og ikke for bevægelse og fysisk aktivitet generelt. Dels fordi det var de to aktivitetstyper, som i særlig grad var ramt af Corona-restriktionerne, og som analyserne ovenfor har vist betød, at borgere, der praktiserer disse bevægelsestyper, i højere grad reducerede deres fysiske aktivitetsniveau, end borgere, der praktiserer aktiviteter, der er mindre organisations- og facilitetsafhængige. Derfor er det interessant at undersøge, hvilken betydning motiverne for at dyrke netop disse aktiviteter har haft for eventuelle ændringer i det fysiske aktivitetsniveau under Corona.

Når der i regressionsanalysen er taget højde for sammenfaldet mellem motivvariablene og de øvrige uafhængige variable, viser analysen, at motiverne har lille betydning for ændringer i det fysiske aktivitetsniveau under Corona. Fitnessudøvere, som i meget høj grad er motiveret af ønsket om at forbedre eller vedligeholde sundheden, har en lidt større sandsynlighed for lavere fysiske aktivitetsniveau under Corona end fitnessudøvere, som ikke i samme høje grad er motiveret af ønsket om bedre sundhed. Der er en meget svag tendens til, at det samme gælder for dem, som i høj grad er motiveret af det sociale ved aktiviteten ('være sammen med andre'). Billedet er det samme for holdboldspillere, men her er resultaterne ikke signifikante. Analysen tyder altså på, at Corona – og det deraf afledte ændrede hverdagsliv og ændrede muligheder for at være fysisk aktiv – i lidt højere grad førte til lavere fysisk aktivitet hos de meget motiverede, men det har slet ikke samme betydning som organisationsvariablen har (tabel 3). Analysen kan således bekræfte en svag sammenhæng mellem motiver for deltagelse i fysiske bevægelser, der er stærkt organisations- og facilitetsafhængig (fitness og holdboldspil), og ændringer i fysisk aktivitetsniveau under Corona, men sammenhængen er ikke som forventet. Analysen kan ikke bekræfte, at borgere, der tillægger det sundhedsmæssige motiv stor betydning, i højere grad formåede at fastholde eller øge det fysiske aktivitetsniveau, end borgere for hvem det sundhedsmæssige motiv tillægges mindre betydning. Og det sociale motiv har en meget svag eller ingen signifikant betydning for lavere fysisk aktivitetsniveau under Corona.

Table 3: Resultater af binær multipel logistisk regressionsanalyse af sammenhængen mellem a) borgernes motiver for at praktisere 'fitness og fysisk træning' og 'holdboldspil' og b) deres vurdering af, om de var lidt eller meget mindre fysisk aktive, da de besvarede spørgeskemaet, end før Corona, når der er kontrolleret for organisering samt køn, alder og socioøkonomisk status (N=8.523)

	Fitness og fysisk træning (N=54.166)			Holdboldspil (N=8.523)		
	B *	Sig. **	Exp(B) *	B *	Sig. **	Exp(B) *
MOTIVER						
Sundhedsmotiv – meget højt (reference: lavere motiveret deraf)	0,110	0,000	1,117	0,040	0,407	1,040
Socialt motiv – meget højt (reference: lavere motiveret deraf)	0,051	0,043	1,052	0,083	0,110	1,087
ORGANISERING						
Aktiv i forening	0,249	0,000	1,283	0,482	0,000	1,619
Aktiv i kommercielt center eller institut	0,525	0,000	1,690	0,152	0,004	1,164
Aktiv i aftenskole	0,061	0,278	1,063	-0,614	0,000	0,541
Aktiv på arbejdsplads / i firmaidræt	0,069	0,057	1,071	-0,021	0,764	0,980
Aktiv på egen hånd / selvorganiseret	-0,258	0,000	0,772	-0,158	0,008	0,854
KØN						
Kvinder (reference: Mænd)	0,141	0,000	1,152	0,071	0,148	1,074
ALDER						
20-29 år	-0,053	0,221	0,948	-0,090	0,230	0,914
30-39 år	-0,151	0,004	0,860	-0,212	0,036	0,809
40-49 år	-0,325	0,000	0,722	-0,448	0,000	0,639
50-59 år	-0,279	0,000	0,756	-0,490	0,000	0,613
60-69 år	-0,272	0,000	0,762	-0,190	0,167	0,827
70-79 år	-0,178	0,007	0,837	0,121	0,547	1,129
80 år og ældre	-0,154	0,061	0,857	0,320	0,437	1,377

	B *	Sig. **	Exp(B) *	B *	Sig. **	Exp(B) *
HOVEDBESKÆFTIGELSE						
Under uddannelse/går i skole	-0,113	0,017	0,893	-0,031	0,734	0,970
Ufaglært job	-0,075	0,093	0,928	0,149	0,119	1,161
Erhvervsfagligt job	-0,057	0,310	0,945	0,010	0,937	1,011
Job efter kort videregående uddannelse	-0,143	0,001	0,867	0,030	0,762	1,030
Job efter mellemlang videregående uddannelse	-0,238	0,000	0,788	-0,073	0,488	0,930
Job efter lang videregående uddannelse	-0,221	0,000	0,801	0,118	0,412	1,125
Selvstændig	-0,075	0,312	0,928	0,286	0,145	1,331
Ledig på dagpenge	-0,084	0,489	0,919	-0,242	0,460	0,785
Ledig på kontanthjælp	0,220	0,002	1,247	0,633	0,031	1,883
Førtidspensionist	0,132	0,019	1,141	0,019	0,913	1,019
Folkepensionist, efterlønsmodtager	-0,208	0,039	0,813	0,448	0,139	1,565
På orlov fra job/uddannelse	-0,013	0,937	0,987	-0,190	0,679	0,827
På orlov fra dagpenge/kontanthjælp	-0,168	0,071	0,845	-0,454	0,112	0,635
Hjemmegående	-0,092	0,098	0,912	0,060	0,642	1,061
Constant	-0,679	0,000	0,507	-0,530	0,000	0,589

B og Exp (B) viser styrken af sammenhængen. Exp (B) viser sandsynligheden for udfaldet af det undersøgte, som i denne analyse er 'lavere fysisk aktivitetsniveau i sammenligning med før Corona', i forhold til referencegruppen.

** Sig. angiver den statistiske usikkerhed af sammenhængen. I denne artikel anses værdier under .005 for statistisk signifikante.

DISKUSSION

Undersøgelsen efterlader det indtryk, at Corona har haft forholdsvis lille betydning for det samlede fysiske aktivitetsniveau for langt den største del af den voksne befolkning, selvom undersøgelsen ikke giver mulighed for at udregne et samlet mål for det fysiske aktivitetsniveau under Corona og sammenholde det med et tilsvarende mål for det fysiske aktivitetsniveau før pandemien. Ganske vist svarede tre ud af ti, at de var mindre fysisk aktive i fritiden end før Corona, men det var kun hver tiende, som vurderede, at de var meget mindre aktive, og næsten hver fjerde vurderede, at de var mere fysisk aktive. Blandt de erhvervs- og studieaktive borgere var der også flere, som vurderede, at de på arbejdet eller uddannelsen var mindre fysisk aktive end mere fysisk aktive, men i hjemmet var det modsatte

tilfældet, og under transport var der lige så mange, der var mere fysisk aktive som mindre fysisk aktive. Dertil kommer, at en del af ændringen i det fysiske aktivitetsniveau givetvis skyldes andre forhold. I løbet af et år vil der altid være nogen, som enten bliver mere eller mindre fysisk aktive. Vi antager imidlertid, at forskellene mellem andelen, der var mindre fysisk aktive, og andelen der var mere fysisk aktive, primært kan tilskrives Corona. I øvrigt bekræftes dette overordnede indtryk af befolkningens fysiske aktivitetsniveau under Corona af en anden dansk undersøgelse, der også blev gennemført i efteråret 2020, som konkluderer, at Corona ikke havde ført til mindre fysisk aktivitet i den voksne befolkning (Møller 2021). Vi er dog opmærksomme på, at borgernes egen vurdering af deres fysiske aktivitetsniveau i sammenligning med før Corona er et usikkert mål for ændringer i det fysiske aktivitetsniveau, men vi vurderer, at det er et lige så validt mål som andre spørgeskemabaserede mål (fx hvor respondenter angiver et samlet tidsforbrug om ugen på fysisk aktivitet), og selvom målet ikke er præcist, så vurderer vi, at svarene er tilstrækkeligt pålidelige til at analysere, hvad der kan forklare ændringer i det fysiske aktivitetsniveau under Corona, som er analysens primære mål.

I det følgende diskuteres og fortolkes analysens resultater i forhold til de fem hypoteser for de statistiske analyser, som blev præsenteret i forlængelse af teori afsnittet, under inddragelse af teorien og andre undersøgelser.

1. Betydningen af hvordan idræt og motion dyrkes: Analysen viser, at det først og fremmest var borgere, der praktiserer organiserede og facilitetsafhængige bevægelsesaktiviteter (fitness, holdboldspil, gymnastik, dans og aktiviteter i vand), som det i en lang periode af 2020 var vanskeligt at udøve, der vurderede, at de var mindre fysisk aktive i fritiden end før Corona. I overensstemmelse dermed vurderede de borgere, der normalt dyrker idræt eller motion i organiseret sammenhæng (forening, kommercielt center mv.), i højere grad end borgere, der dyrker idræts- og motionsaktiviteter på egen hånd, at de var mindre fysisk aktive under Corona. Dette bekræfter således resultaterne fra Idrættens Analyseinstituts undersøgelse (Kirkegaard et al. 2020a og 2020b) og resultaterne fra en belgisk undersøgelse (Constandt et al, 2020), og det giver empirisk støtte til den del af teorien, som tillægger 'mulighederne' for at dyrke idræt og motion – og her især adgangen til foreninger, kommercielle tilbud og idrætsfaciliteter – stor betydning for det fysiske aktivitetsniveau. Forskellene er imidlertid små, og det var en forholdsvis lille andel af de borgere, der dyrker organiserede og facilitetsafhængige bevægelsesaktiviteter, som var meget mindre fysisk aktive end før Corona.

2. Betydningen af om idræt og motion kun dyrkes organiseret: Ovennævnte hænger sammen med, at de fleste også dyrker andre former for bevægelsesaktivitet i fritiden, der overvejende praktiseres på egen hånd og ikke afhænger af særlige

faciliteter. Den deskriptive analyse viser, at 23 pct. af dem, der udelukkende dyrkede sådanne aktiviteter, vurderede, at de var meget mindre fysisk aktive end før Corona; 12 pct. af dem, som både dyrkede de organiserede og facilitetsafhængige aktiviteter og de selvorganiserede aktiviteter i naturen, svarede det samme; mens kun 7 pct. af dem, som kun praktiserede aktiviteter på egen hånd i naturen, var meget mindre fysisk aktive end før Corona, og en lige så stor andel var meget mere fysisk aktive i fritiden. Det tyder altså på, at de stærke begrænsninger i mulighederne for at dyrke de organiserede og facilitetsafhængige bevægelsesformer, som var gældende i en stor del af 2020, ikke påvirkede det fysiske aktivitetsniveau ret meget, hvis de aktive i disse bevægelsesformer også var aktive i mere selvorganiserede aktiviteter i naturen, og det gælder langt de fleste af dem, som dyrker idræt og motion i foreninger, fitnesscentre, aftenskoler mv. Det var således kun 7 pct. af den voksne befolkning, som i året forud for spørgeskemaets besvarelse, udelukkende havde dyrket idræt og motion i organiseret sammenhæng. At så forholdsvis få af dem, som både dyrker idræt og motion i organiseret sammenhæng og på egen hånd, var mindre fysisk aktiv i fritiden, skyldes givetvis, at de øgede deres aktivitet i de selvorganiserede ikke-facilitetsafhængige bevægelsesformer, da de ikke kunne dyrke organisations- og facilitetsafhængige idræts- og motionsformer. De mange, som i længere perioder ikke kunne være fysisk aktiv i foreninger, fitnesscentre og aftenskoler, har givetvis savnet dette og oplevet et tab i kvaliteten af den idræt og motion, de dyrker, men ud fra et snævert sundhedsperspektiv ('at være fysisk aktiv er sundt') var lukningen af idrætsfaciliteter, fitnesscentre og idrætsforeninger ikke den katastrofe for folkesundheden, som idrætsorganisationerne proklamerede.

3. Betydningen af gode muligheder for udendørs idræt og motion: Analysen giver endvidere støtte til teorien om, at nærhed til grønne områder, stier mv. har betydning for det fysiske aktivitetsniveau, idet borgere, der vurderer, at de har gode muligheder, der hvor de bor, for at være fysisk aktiv i 'grønne områder' og på 'veje, stier og fortove' bedre formåede at fastholde – eller for nogen at øge – det fysiske aktivitetsniveau end de borgere, for hvem disse muligheder for udendørs og selvorganiseret motion var mindre gode. Sammenhængen er dog forholdsvis svag, hvilket kan skyldes, at langt de fleste – uanset hvor de bor – svarer, at de har gode muligheder for at være fysisk aktiv i grønne områder og på veje, stier og fortove, og det er givetvis et upræcist mål for, hvor gode mulighederne reelt er. Men det kan også skyldes, at det ikke er så afgørende for, hvor aktive folk er, at mulighederne er gode. Folk bruger de omgivelser, de nu engang lever i, og det er måske ikke så afgørende, at det er en spændende natur, og at der findes gode stier. Endelig inkluderer analysen ikke hverdagslivets fysiske aktivitet i form af bl.a. gang og cykling som transportform, som måske i højere grad afhænger af, hvor attraktiv nærområdet er for fysisk aktivitet.

4. **Motivers betydning:** Undersøgelsen giver derimod kun svag støtte til antagelsen om, at den værdi og betydning borgerne tillægger de fysiske bevægelser, de praktiserer, havde betydning for, om de formåede at opretholde det fysiske aktivitetsniveau, de havde før Corona. Vi har i analysen brugt respondenternes svar på, hvor meget forskellige motiver for at praktisere de forskellige bevægelsestyper tillægges betydning som udtryk for den værdi, de forbinder med aktiviteten på baggrund af de erfaringer de har med de konkrete bevægelsesaktiviteter. Analysen viser, at der er en svag tendens til, at de mest motiverede – her alene set på de sundhedsmæssige og sociale motiver i fitness samt holdboldspil – i højere grad var mindre fysisk aktive under Corona end dem, som ikke tillægger disse motiver lige så stor betydning. Det var det modsatte af vores forventninger vedr. det sundhedsmæssige motivs betydning, hvilket kan skyldes, at opfyldelsen af det sundhedsmæssige motiv for mange måske er forbundet med at dyrke fitness i organiseret sammenhæng, hvor man på en anden og mere alsidig måde kan træne kroppen, end man kan i de mere selvorganiserede aktiviteter. Analysen bekræfter imidlertid vores antagelse vedr. det sociale motivs betydning for det fysiske aktivitetsniveau, fordi det især er i organiseret sammenhæng, at de sociale værdier ved idræt og motion kan opleves. De alternative, selvorganiserede idræts- og motionsformers logik matcher så at sige ikke de værdier og kvaliteter, som forbindes med idræt og motion blandt de borgere, for hvem den sociale dimension ved idræt og motion tillægges stor betydning. Men sammenhængen er ikke særlig stærk, og den er ikke signifikant for holdboldspil, hvor det sociale tillægges stor betydning af forholdsvis mange flere end i fitness og fysisk træning.

5. **Køn, alder og socioøkonomiske forholds betydning:** Regressionsanalyserne viser en klar sammenhæng mellem det selvvalgte fysiske aktivitetsniveau under Corona og køn, alder og socioøkonomisk gruppe. Det fysiske aktivitetsniveau ændredes i højere grad blandt kvinderne end blandt mændene. Både andelen, som var blevet mindre fysisk aktiv, og andelen der var blevet mere fysisk aktiv. En mulig forklaring kan være, at Corona i højere grad har ændret kvindernes hverdag og muligheder for at være fysisk aktive end hos mændene. Det kan tænkes, at det især indskrænkede mange kvinders muligheder for at dyrke motion, når familien i højere grad opholdt sig hjemme (på grund af hjemmearbejde, hjemmeskole og færre aktivitetsmuligheder i fritiden), fordi de i højere grad end mændene påtog sig de øgede praktiske opgaver (Ibsen et al., 2021).

Hvad angår alder, falder sandsynligheden for, at det fysiske aktivitetsniveau var lavere end før Corona i takt med alderen, dvs. at de unge i højere grad end de ældre svarede, at de var mindre fysisk aktive. Men det omvendte gjorde sig også gældende, idet det i højere grad var de unge end de midaldrende og ældre, som var

blevet mere fysisk aktive under Corona. I takt med alderen voksede andelen, som vurderede, at deres fysiske aktivitetsniveau var uændret. Det lavere fysiske aktivitetsniveau under Corona blandt forholdsvis mange unge kan hænge sammen med, at det især er de unge, som dyrker de aktiviteter, som Corona vanskeliggjorde, og at de unge i højere grad end de ældre tillægger de sociale motiver stor betydning, mens de i mindre grad tillægger det sundhedsmæssige betydning. Når der også var forholdsvis mange unge, som øgede det fysiske aktivitetsniveau under Corona, kan det hænge sammen med, at de unge i højere grad, end de var vant til, måtte opholde sig derhjemme, og det gav mere tid til i højere grad at være aktiv en række selvorganiserede fysiske aktiviteter, som de i forvejen praktiserer (bl.a. løb). De unge har et bredere bevægelses-repertoire end de ældre, dvs. at de i løbet af et år deltager i flere bevægelsestyper, end ældre gør (Høyer-Kruse et al., 2021). Derfor har mange unge kunnet øge aktivitetsniveauet i aktiviteter, som de i forvejen havde erfaring med (fx. løb og udelivsaktiviteter), fordi der var mere tid til det. Det er også muligt, at unge i højere grad end ældre har formået at skifte til nye aktiviteter, fordi deres kropslige habitus er mere åben og søgende, end den er for mange ældre.

Endelig viser analysen, at der er systematiske forskelle mellem socioøkonomiske grupper på vurderingen af det fysiske aktivitetsniveau i fritiden under Corona. Regressionsanalyserne viser, at førtidspensionister og kontanthjælpsmodtagere havde den største sandsynlighed for at være mindre fysisk aktiv i sammenligning med før Corona, mens uddannelsessøgende og erhvervsaktive med en videregående uddannelse havde den laveste sandsynlighed for at være mindre fysisk aktiv. Forskellene mellem uddannelsesgrupper er dog forholdsvis små. Disse forskelle kan for det første skyldes udsatte gruppers livsvilkår og helbred. Her tænkes specielt på førtidspensionister og kontanthjælpsmodtagere, som i forvejen var de mindst fysisk aktive, og mange af dem var givetvis særligt sårbare i forhold til Covid-19, hvilket kan have reduceret deres fysiske aktivitet i sammenhænge, der opfattedes som risikable i forhold til smitte. For det andet kan forskellene skyldes forskelle på, hvordan og hvor meget hverdagslivet under Corona ændrede på mulighederne for at praktisere forskellige motions- og idrætsaktiviteter. Derunder især de store forskelle mellem erhvervsgrupper på, hvor mange der måtte arbejde hjemme, som gav mere tid til at cykle, gå tur, løbe eller dyrke udelivsaktiviteter. Således viser en særskilt analyse af data fra den samme undersøgelse, at folk der i meget høj grad selv kan planlægge deres arbejde, i højere grad øgede deres fysiske aktivitet i fritiden, end folk der i mindre grad eller slet ikke kan planlægge deres arbejde selv (Høyer-Kruse og Ibsen, 2021). For det tredje var ændringerne i det fysiske aktivitetsniveau givetvis også påvirket af den enkeltes kropslige habitus, dvs. hvilken betydning fysisk aktivitet tillægges samt bevægelseserfaringer og bevægelses-

repertoire - derunder især om selvorganiserede fysiske aktiviteter i naturen er en naturlig del af den kropslige habitus. Som nævnt ovenfor er der dog kun en svag sammenhæng mellem motiverne for at dyrke fitness og holdboldspil og ændringer i det fysiske aktivitetsniveau under Corona.

KONKLUSION

Samlet viser analysen, at der var store forskelle på, hvor meget Corona førte til ændringer i det fysiske aktivitetsniveau, og disse forskelle kan både tilskrives ændringer i mulighederne for at være fysisk aktiv og borgernes sociale baggrund og habitus. Corona skabte både dårligere og bedre muligheder for at være fysisk aktiv. På den ene side kunne mange ikke dyrke de idræts- og motionsaktiviteter, de normalt går til i foreninger, fitnesscentre og aftenskoler, og det gik især ud over det fysiske aktivitetsniveau hos dem, som udelukkende praktiserer organiseret idræt og motion, mens det havde mindre betydning for det fysiske aktivitetsniveau blandt dem, som udover den organiserede aktivitet også dyrker idræt og motion på egen hånd. På den anden side var der også mange, som fik mere tid til selvorganiserede fysiske aktiviteter i naturen og hjemme, og for dem, som havde gode udendørs muligheder for at være fysisk aktiv i naturen og på veje, stier og fortove, øgede det sandsynligheden for at være mere fysisk aktiv. Analysen viser imidlertid også, at erfaringer med forskellige former for idræt og motion samt den personlige baggrund havde stor betydning for, hvordan de ændrede muligheder for at være fysisk aktiv påvirkede det fysiske aktivitetsniveau i fritiden. Borgere, der har erfaringer med idræts- og motionsformer, der er forholdsvis uafhængig af særlige faciliteter og en formel organisering (især gåtur, cykling, løb og udelivsaktiviteter) var bedre til at fastholde eller ligefrem øge det fysiske aktivitetsniveau i fritiden, end borgere der dyrker organiserings- og facilitetsafhængige aktiviteter (fitness, mental træning, indendørs vandaktiviteter, gymnastik, dans og boldspil). Endvidere var det især de mest sårbare grupper – førtidspensionister og kontanthjælpsmodtagere – som blev mindre fysisk aktive i fritiden under Corona, mens det især var de unge og borgere med en videregående uddannelse, der øgede det fysiske aktivitetsniveau. Selvom de sidstnævnte grupper i høj grad dyrker aktiviteter, der var lukket for i lange perioder i 2020, så er de samme to grupper også meget aktive i selvorganiserede bevægelsesaktiviteter, og derfor har de sandsynligvis kunnet øge deres aktivitetsniveau på disse aktiviteter, da de blev forhindret i at dyrke de organiserede aktiviteter, og hjemmearbejde og hjemmeskole gav muligheder for det. Men det hænger givetvis også sammen med, at disse gruppers kropslige habitus i højere grad tilsiger dem at holde sig fysisk aktive, end det gør for andre grupper, og samtidig har et større repertoire af bevægelsesaktiviteter i fritiden, som de kan skifte imellem afhængig af mulighederne på det aktuelle tidspunkt.

LITTERATUR

- Bauman, A.E., Reis, R.S., Sallis, J.F., Wells, J.C., Loos, R.J.F. & Martin, B.W. (2012). Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? *Lancet* 2012; 380, 258-71.
- Bourdieu, P. (1978). Sport and social class. *Social Science Information*, 17(6), 819–840.
- Bourdieu, P. (1990). *The logic of practice*. Cambridge, MA: Polity Press.
- Christensen, A.I., Davidsen, M., Ekholm, O., Pedersen, P.V. & Juel, K. (2013). *Danskernes Sundhed – Den Nationale Sundhedsprofil 2013*. Statens Institut for Folkesundhed.
- Christensen A. I., Ekholm O., Gray L., Glümer C. & Juel K. (2015). What is wrong with non-respondents? Alcohol-, drug- and smoking-related mortality and morbidity in a 12-year follow-up study of respondents and non-respondents in the Danish Health and Morbidity Survey, *Addiction*.
- Christiansen, L. B, Cerin, E., Badland, H., Kerr, J., Davey, R., Troelsen, J., Van Dyck, D., Mitáš, J., Schofield, G., Sugiyama, T., Salvo, D., Sarmiento, O. L., Reis, R., Adams, M., Frank, L., Sallis, J. F. (2016). International comparisons of the associations between objective measures of the built environment and transport-related walking and cycling: *IPEN Adult Study. I: Journal of Transport & Health, Vol. 3, Nr. 4, 12.2016, s. 467-478*.
- Constandt, B., Thibaut, E., Bosscher, V-D, Scheerder, J., Ricour, M., & Willem, A. (2020). Exercising in Times of Lockdown: An Analysis of the Impact of COVID-19 on Levels and Patterns of Exercise among Adults in Belgium. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Publiceret den 10. Juni, 2020
- Davison, K. K. & Lawson, C. T. (2006). Do attributes in the physical environment influence children's physical activity? A review of the literature. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 3 (19), 1-17.
- Elster, J. (1989). Social norms and Economic Theory. *Journal of Economic Perspective*, Vol. 3, No. 4 (pp. 99-117)
- Engström, L-M., Redelius, K. & Larsson, H. (2017). Logics of practice movement culture: Lars-Magnus Engström's contribution to understanding participation in movement cultures. *Sport, Education and Society*.
- Fröberg, A. (2021). Physical distance, lockdown and physical activity? A brief summary of reviews investigating physical activity during the COVID-19 pandemic. *Idrottsforum*, august 23, 2021. Malmö University.
- Hallmann, K., Wicker, P., Breuer, C. & Schönherr, L. (2012). Understanding the importance of sport infrastructure for participation in different sports – findings from multi-level modeling. *European Sport Management Quarterly*, 12 (5), 525-544.
- Hohnen, M. (2020). *40 pct. arbejdede hjemme under COVID-19-nedlukningen*. Danmarks Statistik, 22. September, 2020. <https://www.dst.dk/da/Statistik/bagtal/2020/2020-09-22-40-pct-arbejde-hjemme-under-nedlukningen>
- Høyer-Kruse, J. (2013). *Kommunal planlægning af idrætsfaciliteter*. Ph.d. afhandling. Institut for Idræt og Biomekanik. Syddansk Universitet.
- Høyer-Kruse, J. og Ibsen, B. (2021). What can the Corona lockdown teach us about sports participation and how it can be promoted? I Krieger, J., Henning, A. and Pieper, L.P. Restart: Sport After the Covid-19 Lockdown. Publisher: Common Ground. Champaign, Illinois (under udgivelse)

- Ibsen, B. (2012). *Dansk idrætspolitik – mellem frivillighed og statslig styring*. I Eichberg, H. Idrætspolitik i komparativ belysning – national og international. Syddansk Universitetsforlag.
- Ibsen, B., Høyer-Kruse, J. og Elmoose-Østerlund, K. (2021). Danskernes bevægelsesvaner og motiver for bevægelse. Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund. Syddansk Universitet.
- Jensen, H.A.R., Davidsen, M., Ekholm, O. & Christensen, A.I. (2017). Danskernes sundhed. Den nationale sundhedsprofil 2017. Sundhedsstyrelsen.
- Kirkegaard, H., Eske, M og Rask, S. (2020 a). *Danskernes motions- og sportsvaner under coronanedlukningen*. Notat 1.1: Idrætsdeltagelse og brug af digitale træningsmuligheder. Idrættens Analyseinstitut. <https://idan.dk/vidensbank>.
- Kirkegaard, H., Eske, M og Rask, S. (2020 b). *Danskernes motions- og sportsvaner under coronanedlukningen*. Notat 1.2: Nye motions- og sportsvaner under nedlukningen. Idrættens Analyseinstitut. <https://idan.dk/vidensbank>.
- Kägi, J., Klostermann, C., Hayoz, C., Schlesinger, T. & Nagel, S. (2017). *The impact of structural conditions in municipalities on sport participation of adolescents and young adults in Switzerland*. University of Bern.
- Limstrand, T. (2008). Environmental characteristics relevant to young people's use of sports facilities: a review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 18, 275-287.
- Møller, S.P., Ekholm, O. & Thygesen, L.C. (2021). *Betydningen af Covid-19 krisen for mental sundhed, helbred og arbejdsmiljø*. Statens Institut for Folkesundhed.
- Pilgaard, M. & Rask, S. (2016). *Danskernes motions- og sportsvaner 2016*. Idrættens Analyseinstitut.
- Prins, R., Mohnen S., van Lenthe, F., Brug J. & Oenema, A. (2012). Are neighbourhood social capital and availability of sports facilities related to sports participation among Dutch adolescents? *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9 (90).
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemp Educ Psychol*, 25(1), 54-67. doi:10.1006/ceps.1999.1020
- Rütten, A., Frahsa, A. & Abu-Omar, K. (2010). Zur Entwicklung von politischen und infrastrukturellen Ansätzen in der Gesundheitsförderung durch Bewegung. Eine international Analyse. *Spectrum für Sportwissenschaften*, 22 (2), 18-31.
- Sallis, J. F., Cervero, R.B., Ascher, W., Henderson, K.A., Kraft, M.K. & Kerr, J. (2006): An Ecological Approach To Creating Active Living Communities: *Annu. Rev. Public Health*: 27: 297-322.
- Sallis, J.F., Cerin, E., Conway, T., Adams, M.A., Frank, L.D., Pratt, M., Salvo, D., Schipperijn, J., Smith, G., Cain, K.L., Davey, R., Kerr, J., Lai, P., Mitás, J., Reis, R., Sarmiento, O.L., Schofield, G., Troelsen, J., Van Dyck, D., Bourdeaudhuij, I.D., Owen, N. (2016). Physical activity in relation to urban environments in 14 cities worldwide: a cross-sectional study. *The Lancet, Volume 387, Issue 10034, pages 2207-2217*.
- Thibau, A.; Scheerder, J. & Claes, E. (2017). *Sports participation determined. Supply versus demand*. Presentation at EASS-conference in Prague, 2017.

Ulseth, A-L.B. (2007). *Mellom tradisjon og nydannelse. Analyser av fysisk aktivitet blant voksne i Norge*. Avhandling. Institutt for sosiologi og samfunnsgeografi, Universitetet i Oslo.

Vallerand, R. J. og Thill, E. E. (1993). Introduction au concept de motivation. In R. J. Vallerand and E. E. Thill (Eds.), *Introduction a` la psychologie de la motivation* (pp. 3–40). Laval, QC: E`tudes Vivantes

Wicker, P., Breuer, C. & Pawlowski, T. (2009). Promoting Sport for All to Age-specific Target Groups: The Impact of Sport Infrastructure. *European Sport Management Quarterly*, 9 (2), 103-118.

BILAG

Karakteristik af bevægelsestyper i forhold til organiseringsgrad og facilitetsafhængighed samt den deraf forventede påvirkning af det fysiske aktivitetsniveau i forhold til før Corona hos dem, der praktiserer de pågældende bevægelsestyper

Bevægelsestyper	Organisering Anvendelse af faciliteter	Forventede negative påvirkning af fysisk aktivitetsniveau
Gå- og vandreture (ikke som transport)	Lav organiseringsgrad Lav facilitetsafhængighed	Lille
Løb (ikke som transport)	Lav organiseringsgrad Lav facilitetsafhængighed	Lille
Cykling (ikke som transport)	Lav organiseringsgrad Lav facilitetsafhængighed	Lille
Udelivsaktiviteter (fx friluftsliv, fiskeri, jagt, spejder, rollespil)	Lav organiseringsgrad Lav facilitetsafhængighed	Lille
Mental træning og smidigheds-/ stabilitetstræning	Middel organiseringsgrad. Middel facilitetsafhængighed	Middel
Aktiviteter på vand (fx kano/kajak, roning, sejlsport)	Middel organiseringsgrad Lav facilitetsafhængighed (især indendørs)	Middel
Rulle- og streetaktiviteter (fx rulle-skøjteløb, skateboard og parkour)	Lav organiseringsgrad Middel facilitetsafhængighed	Middel
Fitness og fysisk træning	Høj organiseringsgrad Høj facilitetsafhængighed	Høj
Holdboldspil (fx fodbold, håndbold, volleyball, beachvolley, floorball)	Høj organiseringsgrad Høj facilitetsafhængighed	Høj
Gymnastik (fx spring- og rytmisk-gymnastik og motionsgymnastik)	Høj organiseringsgrad Høj facilitetsafhængighed	Høj
Dans (fx pardans, fitness dans, moderne dans, kreativ dans, street dance)	Høj organiseringsgrad Høj facilitetsafhængighed	Høj
Andre boldspil (fx golf, badminton, bordtennis, tennis og squash)	Høj organiseringsgrad Høj facilitetsafhængighed	Høj
Aktiviteter i vand (fx svømning, dykning, vinterbadning)	Middel organiseringsgrad Høj facilitetsafhængighed	Høj
Andre idrætsaktiviteter (fx atletik, bowling, kampsport og ridning)	Høj organiseringsgrad Høj facilitetsafhængighed	Høj

ABSTRACT

The article sheds light on how Corona in 2020 affected the adult population's physical activity level in leisure time in Denmark. The analyzes are based on data from a questionnaire survey of Danes' movement habits in the research project Moving Denmark. In October and November 2020, more than 163,000 citizens - 15 years and older - answered a questionnaire which, among other things, included questions about the extent to which the level of physical activity was greater or less compared to before Corona. The theoretical starting point for the analyzes is that sports participation and physical activity depend on the possibilities and action alternatives for being physically active as well as the individual's social and socio-economic background and associated motives and interests for being physically active. Citizens who engage in activities with a high degree of organization and facility dependence had a lower level of physical activity to a greater extent than citizens who also or exclusively engage in self-organized activities in the open air. Young people and citizens with a higher education had become more physically active in their free time under Corona than other groups, which is explained by the fact that these groups have broader movement experiences than other socio-economic groups, and that the changes in working life with more homework than before Corona gave these groups better opportunity to practice self-organized sports and exercise in leisure time.