

Iedereen in het zweet: Vlamingen sporten meer dan ooit

18/02/2019 om 02:00 door Tom Le Bacq

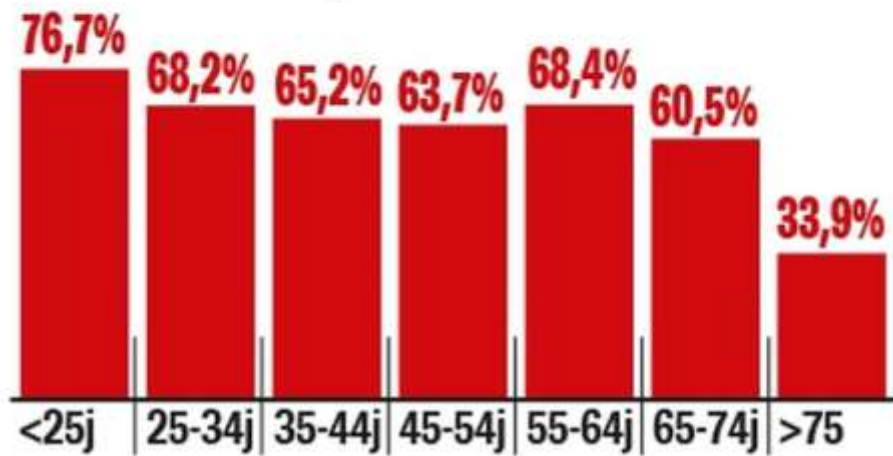


Foto: Hollandse Hoogte / Bram Petraeus

Twee op de drie Vlamingen zeggen van zichzelf dat ze meerdere keren per maand aan sport doen. Nooit eerder lag dat aandeel zo hoog. Vooral senioren zijn actiever dan ooit tevoren, maar ook de jeugd sport nu veel vaker dan vijftien jaar geleden.

Nee, vroeger was het niet beter. Toch niet als het op sportiviteit aankomt. Er hebben nog nooit zoveel Vlamingen aan sport gedaan als nu. Dat blijkt uit een onderzoek onder leiding van professor sportsociologie Jeroen Scheerder (KU Leuven). Daarin wordt elk jaar bij 1.500 volwassenen gepeild naar hun sportbeoefening. En die zit stevig in de lift.

Alle leeftijden doen mee



“62,6 procent doet meerdere keren per maand aan sport”, zegt Scheerder. “Ter vergelijking: vijf jaar eerder was dat nog minder dan de helft (49,6 procent). Nog iets meer dan een kwart doet echt nooit aan sport. Vijftien jaar geleden was dat nog de helft van alle volwassen Vlamingen.”

Hoe komt dat? Zwichten we massaal voor sport omdat onze buurman ook een marathon loopt? “Wat sowieso opvalt, is dat iedereen erop vooruitgaat”, zegt Scheerder. “Jongeren sporten meer. Maar ouderen bijvoorbeeld ook. Eén op de drie 75-plussers geeft aan meerdere keren per maand sportief bezig te zijn. Vijftien jaar geleden lag dat aandeel veel lager. De vergrijzing zet zich door, maar die groter wordende groep van mensen die tijd en geld hebben, blijft dus wel actiever dan hij vroeger was.”



Foto: Hollandse Hoogte / Bert Janssen

Wandelen boomt

Waarom is sport nu zo populair geworden? “We worden steeds meer gewezen op het feit dat we zelf voor een groot stuk verantwoordelijk zijn voor onze gezondheid”, zegt Scheerder. “Daardoor leeft het bij het publiek: in een al zeer drukke agenda proberen we sport nog bij te plannen. Dat sporten nu veel makkelijker is, ook buiten clubverband, speelt daar zeker in mee.

Een fitness die 24 op 24 open is, hélpst natuurlijk. Voor veel soorten sportbeoefening hoef je ook niet meer ingeschreven te zijn: we bepalen zelf waar, wanneer en met wie we gaan sporten.”

We bekijken ‘sport’ wel nogal ruim. Zo is yoga de hoogste nieuwkomer in het lijstje met populairste sporten. Is dat een sport? Je kan toch moeilijk een yogamatch gaan spelen in het weekend? “De klassieke competitiesporten als voetbal en tennis staan niet bovenaan”, zegt Scheerder. “We kijken daar natuurlijk graag naar, maar in verhouding doen we het zelf niet zo vaak. Het populairst zijn de solosporten. Denk maar aan fietsen, lopen of fitnessen. Of wandelen: de populariteit daarvan is echt enorm aan het groeien. Vorig jaar had je de Night Walk in Antwerpen of de Havenland Run & Walk, en die evenementen waren binnen de kortste keren uitverkocht. Terwijl wandeltochten jarenlang met een duf imago kampten. En yoga beschouwen we inderdaad al sinds het begin van onze meting als een sport, als een ontspannende maar ook actieve invulling van onze tijd.”

Iedereen mee krijgen

Ook sportclubs blijken erop vooruit te gaan in ledenaantallen. “Er zijn de afgelopen vijftien jaar ook zo’n 5.000 sportclubs bijgekomen in Vlaanderen”, zegt Scheerder. “Vandaag tellen sportfederaties samen bijna 20.000 sportclubs.”

Allemaal aan het sporten dus, het lijkt bijna te mooi om waar te zijn. “Een volledige democratisering is het toch nog niet”, zegt Scheerder. “Het zijn vooral bepaalde groepen die echt veel aan sport doen. Mannen nog altijd meer dan vrouwen. Hogeropgeleiden gaan veel vaker sporten dan mensen die geen diploma hebben. En ook wie een migratie-achtergrond heeft, sport veel minder.

Zo intens sporten mannen



Max 1x per maand

Zo intens sporten vrouwen



Max 1x per maand



Er blijft dus nog een grote groep over die we nog niet kunnen bereiken om ook te gaan sporten.” Hoe dan? “We moeten blijven zoeken naar manieren om bijvoorbeeld de kostprijs voor bepaalde groepen aan te passen. Het aanbod zelf kan ook nog ruimer: bij bepaalde groepen zijn vechtsporten heel populair, terwijl die clubs nog te weinig uitgebouwd zijn om veel sporters te lokken.”

Wandelen haalt fietsen bijna in

Fietsen is al jaren Vlaanderens populairste sport, maar het wandelen maakte tussen 2011 en 2016 wel een forse inhaalbeweging. Dat bevestigt ook Jef Joosten, voorzitter van Wandelsport Vlaanderen. “Er komen tegenwoordig veel meer jongeren naar onze evenementen. Niet dat ze massaal lid worden, dat vinden we minder terug in onze cijfers, maar we zien wel dat ze graag meedoen. Tegelijkertijd blijft wandelen een wat oudere sport: de gemiddelde leeftijd is 55.” Toch zouden de komende jaren opnieuw goed kunnen zijn voor de fiets: “Nu de elektrische fiets massaal verkocht wordt, zou het wel kunnen dat we opnieuw wat wandelaars verliezen.”