



# Bloed, zweet en zwanen: fitnesssen in het park

Een masterscriptie over het gebruik van openbare fitnessstoestellen in buurten met een lage sociaaleconomische status.

Kristien Vogel

4155629

Human Geography



**Masterscriptie Human Geography  
Student**

Kristien Vogel

Student ID: 4155629

Bijltespad 64<sup>E</sup>, 1018 KJ Amsterdam

06-12745580

kristienvogel@hotmail.com

**Universiteit Utrecht**

Faculteit Geowetenschappen

Princetonlaan 8a, 3584 CB Utrecht

**Begeleider**

Kirsten Visser

**Mulier Instituut**

Herculesplein 269, 3584 AA Utrecht

## Voorwoord

Voor u ligt het onderzoek dat de afsluiting van mijn master Human Geography aan de Universiteit Utrecht vormt en tevens onderdeel is geweest van mijn afstudeerstage bij het Mulier Instituut.

Het zelf gekozen onderwerp van dit onderzoek was, en is, een onderwerp wat mij al boeide voordat ik ooit aan het woord 'scriptie' dacht. Op weg naar mijn voetbaltraining fietste ik vaak langs openbare fitnessstoestellen, maar ik zag er haast nooit iemand op sporten. Toen ik bij het Mulier Instituut terecht kwam en we graag een kwalitatief onderzoek wilden doen naar iets wat te maken heeft met het ontwerp van de openbare ruimte, kwam dit onderwerp dus al snel naar voren.

Het is een onderzoek waar ik de afgelopen zes maanden hard aan gewerkt heb en waarvan ik veel heb geleerd. Bij het schrijven van mijn afstudeeronderzoek zijn meerdere personen betrokken geweest, die me allen van veel feedback en ondersteuning hebben voorzien. Daarom wil ik graag een aantal mensen die een belangrijke rol hebben gespeeld in het tot stand komen van deze scriptie bedanken.

Allereerst Rick Prins, een van mijn stagebegeleiders binnen het Mulier Instituut. Hoe vaag of beperkt mijn hoofdstukken soms nog waren, van Rick kreeg ik altijd een reactie waar ik weer mee verder kon. Ik ben Rick dankbaar voor al zijn waardevolle en deskundige feedback, verwijzingen naar interessante artikelen, en het telkens weer aanscherpen van mijn stukken. Rick's jarenlange onderzoekservaring en expertise op het gebied van beweeggedrag hebben mij enorm geholpen.

Binnen het Mulier Instituut werd ik daarnaast begeleid door Karin Wezenberg-Hoenderkamp. Karin wil ik bedanken voor de kans om mijn afstudeeronderzoek uit te voeren bij en in dienst van het Mulier Instituut. Ze heeft me voorzien van constructieve feedback en bleef altijd goed in de gaten houden of ik het planningtechnisch allemaal op orde had.

Naast Rick en Karin heeft ook Kirsten Visser, mijn scriptiebegeleider vanuit de Universiteit Utrecht, mij veel geholpen. Vooral in de beginnende fase heeft haar feedback mij goed op weg geholpen. Ze bood goede handvaten om structuur in mijn onderzoek te creëren en ik heb veel van haar geleerd over het doen van kwalitatief onderzoek.

Tot slot mijn familie, vrienden en Perry, op wie ik gelukkig altijd kon rekenen voor de nodige ontspanning en peptalks. We gaan erop proosten dat dit onderzoek en mijn master zijn afgerond. Bedankt voor de steun!

Veel leesplezier!

Kristien Vogel

Juli 2018



# Inhoudsopgave

Voorwoord .....	3
Hoofdstuk 1. Introductie .....	7
Hoofdstuk 2. Theoretisch kader .....	11
2.1. Beïnvloeden van beweeggedrag .....	11
2.2. Relatie tussen openbare ruimte en beweeggedrag .....	13
2.3. Gelijksortig onderzoek naar outdoor fitnessstoestellen .....	15
2.4. Motieven voor sportparticipatie (in de openbare ruimte) .....	16
2.4.1. Motieven voor sportparticipatie .....	16
2.4.2. Motieven voor sporten in de openbare ruimte .....	17
2.5. Belemmeringen tot sport (in de openbare ruimte) .....	17
2.5.1. Belemmeringen tot sportbeoefening in het algemeen .....	18
2.5.2. Belemmeringen tot sportbeoefening voor mensen met een lage SES .....	18
2.5.3. Belemmeringen tot sportbeoefening in de openbare ruimte .....	19
2.5.4. Belemmeringen voor het gebruik van openbare fitnessstoestellen .....	19
2.6. Outdoor fitness in buurten met een lage SES .....	20
Hoofdstuk 3. Methoden .....	21
3.1. Onderzoeksvragen .....	21
3.2. Concepten .....	21
3.2.1. Wie .....	21
3.2.2. Gebruik .....	21
3.2.2. Fitnessstoestellen .....	22
3.2.3. (Lage) sociaaleconomische status .....	22
3.3. Type onderzoek .....	22
3.4. Locaties .....	23
3.5. Dataverzameling .....	24
3.5.1. Observaties .....	24
3.5.2. Interviews .....	24
3.6. Respondenten .....	25
3.7. Data-analyse .....	26
3.8. Beperkingen van de methode .....	26
Hoofdstuk 4. Context .....	29
4.1. Lokaal beleid omtrent sport in de openbare ruimte .....	29
4.2. Lokaal beleid omtrent fitnessstoestellen in de openbare ruimte .....	29
4.3. Onderzoekslocaties .....	31
4.3.1. Locatie 1: fysieke omgeving .....	32
4.3.2. Locatie 1: demografisch .....	32
4.3.3. Locatie 2: fysieke omgeving .....	33
4.3.4. Locatie 2: demografisch .....	33
4.3.5. Locatie 3: fysiek .....	34

4.3.6. Locatie 3: demografisch .....	34
Hoofdstuk 5. Resultaten en analyse .....	37
5.1. Observaties: Sloterpark is het populairst.....	37
5.1.1. Man-vrouwverdeling .....	37
5.1.2. Leeftijdsverdeling .....	38
5.1.3. Gebruiksduur .....	39
5.2 Gebruikers en hun drijfveren.....	40
5.2.1. Gezondheidsmotieven.....	40
5.2.2. Leermotieven .....	42
5.2.3. Sociale motieven .....	43
5.2.4. Laagdrempeligheidsmotieven .....	43
5.3 Niet-gebruikers en hun belemmeringen.....	44
5.3.1. Sociale omgeving: te veel bekijks .....	45
5.3.2. Sociale omgeving: geen veilige plek .....	47
5.3.3. Fysieke omgeving: autogassen .....	47
5.3.4. Persoonlijke omgeving: gebrek aan intrinsieke motivatie .....	48
5.4. Verbeteringen.....	48
5.4.1. Verbeteringen in de fysieke omgeving .....	48
5.4.2. Verbeteringen in de sociale omgeving .....	49
Hoofdstuk 6. Discussie en conclusie .....	51
6.1. Wie maken er gebruik van de openbare fitnessstoestellen in buurten met een lage sociaaleconomische status en wat zijn voor hen de drijfveren om te sporten op een openbaar fitnessstoestel? .....	51
6.2. Wie gebruiken outdoor fitnessstoestellen niet en wat zijn belemmeringen voor hen om gebruik te maken van het zulke toestellen? .....	52
6.3. Hoe leveren fitnessstoestellen in de openbare ruimte een bijdrage aan de beweegdeelname in buurten met een lage sociaaleconomische status in Amsterdam? .....	53
6.4 Aanbevelingen .....	54
6.4.1. Een geschikte locatie .....	55
6.4.2. In gesprek gaan met bewoners .....	55
6.4.3. Voorzie in activiteiten aanbod en randvoorzieningen .....	55
6.5. Reflectie op het onderzoeksproces .....	56
Hoofdstuk 7. Kernbegrippen .....	57
Hoofdstuk 8. Literatuurlijst .....	59
Hoofdstuk 9. Bijlagen .....	65
9.1. Bijlage 1.....	65
9.2. Bijlage 2.....	67
9.3. Bijlage 3.....	69
9.4. Bijlage 4.....	70

## Hoofdstuk 1. Introductie

“Nederlanders zijn kampioen zitten” kopte de Trouw in de zomer van 2016, evenals het RIVM dat het nieuws naar buiten bracht dat Nederlanders zelfs het meeste zitten van alle Europeanen. In 2016 had bijna de helft (49,2%) van de Nederlanders van 18 jaar en ouder overgewicht en 14,2% had zelfs obesitas (Volksgezondheidszorg.info, 2016). De Gezondheidsraad (2017) laat daarnaast zien dat slechts 44% van de Nederlandse bevolking tussen de 18 en 64 jaar voldoet aan de huidige beweegrichtlijnen.

Dit is slechts een kleine greep uit recent verschenen alarmerende berichten over het beweeggedrag en de gezondheid van Nederlanders. De wetenschap zit daarentegen niet stil en er wordt veel onderzocht over de gevolgen van fysieke inactiviteit en hoe mensen kunnen worden aangezet om meer te bewegen (zoals Lee et al, 2012). Onderzoek heeft uitgewezen dat fysieke activiteit leidt tot verschillende gezondheidsvoordelen en een betere kwaliteit van leven (Bize, Johnson en Plotnikoff, 2007). Met name fysieke activiteit die men buiten doet heeft veel gezondheidsvoordelen. Buiten sporten of bewegen heeft herstellende effecten en een positief effect op je stemming in vergelijking met fysieke activiteit die wordt uitgevoerd in overdekte omgevingen (Coon et al., 2011).

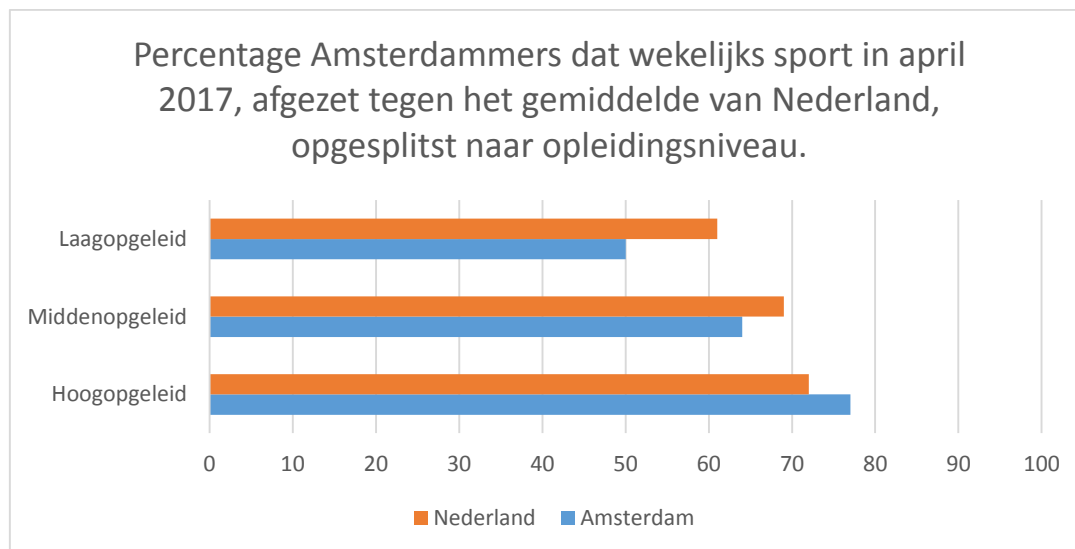
De laatste jaren verbreedt ook het perspectief van beleidsmakers zich van gezondheidsbescherming naar gezondheidsbevordering in de stad: afwisseling van bebouwing met groen, plekken met rust, aantrekkelijke en gevarieerde openbare ruimten die uitnodigen tot bewegen, spelen, sport en het ontmoeten van buurtgenoten, een breed voorzieningenaanbod en maximale (fiets- en openbaarvervoer) bereikbaarheid (Reudink, Sorel en Schotten., 2016). De komst van de Omgevingswet is ook in lijn met deze beleidstransformatie. Deze nieuwe wet komt niet alleen in de plaats van de huidige wet- en regelgeving op het gebied van de ruimtelijke ordening, maar vervangt ook milieuwetgeving. Milieuwetgeving is vanouds gericht op het tegengaan van gezondheidsrisico's (denk hier bijvoorbeeld aan luchtvervuiling). Hugo van der Poel benadrukt de transformatie van een focus op gezondheidsbescherming naar een focus op gezondheidsbevordering: “Het bijzondere van de nieuwe omgevingswet is dat niet alleen naar gezondheidsrisico's wordt gekeken, maar dat er ook aandacht moet zijn voor de gezondheidswinst die mogelijk te behalen is” (Van der Poel, 2018).

Er kan een onderscheid gemaakt worden tussen lichaamsbeweging verkregen via noodzakelijke verplaatsingen (transport te voet en per fiets) en lichaamsbeweging in de vorm van recreatieve activiteit zoals sport (Vries, Maas en Kramer, 2009). De lichaamsbeweging die men krijgt door de beweging voor transport is voornamelijk afhankelijk van de kwaliteit van de infrastructuur en de verzorging van de straat, terwijl de recreatieve lichaamsbeweging juist voor een groot deel afhankelijk is van aanbod van faciliteiten en mogelijkheden in de openbare ruimte (Vries, Maas and Kramer, 2009). Niet elke soort openbare ruimte kan op dezelfde manier beweegstimulerend worden ingericht en er zijn dus veel verschillende onderzoeken wat in de openbare ruimte wel en wat niet bijdraagt aan het beweeggedrag van de mensen die er gebruik van maken. Om deze reden is het belangrijk de aspecten van de openbare ruimte die daadwerkelijk een verschil in lichaamsbeweging zouden kunnen maken goed te onderzoeken.

Een kwantitatieve studie van Van Eck en Davids (2018), onder 1530 Nederlanders, wees uit dat veel mensen graag méér fitnessstoestellen in de openbare ruimte zouden willen zien. Fitnessstoestellen in de openbare ruimte zijn daarnaast één van de vele manieren die ervoor zouden zorgen dat de openbare ruimte uitnodigt om meer te bewegen (Paquet et al., 2013 en Cammelbeeck et al, 2014,

Calogiuri en Croni, 2014). Deze fitnessstoestellen zijn makkelijk te gebruiken, tegen ieder weertype bestand, maar bovenal veel toegankelijker dan sportscholen. Ze hebben dus potentie om fysieke activiteit te stimuleren en worden door gemeentes gezien als een kleine en goedkope investering om de mogelijkheden voor beweegdeelname in een buurt te verhogen. Er is echter nog maar weinig onderzoek gedaan door wie ze gebruikt worden, en op welke manier de gebruikers ze ervaren en waarderen (Wiggers, 2011). De bestaande onderzoeken over outdoor fitnessstoestellen zijn nagenoeg allemaal uitgevoerd in Australië, Azië en Amerika (Cohen et al., 2012, Furber et al., 2014, Chow, Mowen en Wu, 2017, Del Campo et al., 2017 en Stride et al. 2017)). Een kwalitatief onderzoek naar het gebruik van openbare fitnessstoestellen in Nederland is nog niet vaak gedaan en vult een zeker gat in de bestaande literatuur over de houdingen van gebruikers en niet-gebruikers tegen deze fitnessstoestellen.

Het is interessant om dit onderzoek uit voeren in gebieden waar veel mensen een lage sociaaleconomische status (SES) hebben. Deze mensen sporten over het algemeen minder en bij hen is dus nog veel gezondheidswinst te behalen (RIVM, 2016). Een lage sociaaleconomische status betekent dat men over het algemeen minder te besteden heeft en in theorie spelen openbare fitnessstoestellen in op deze beperkende factor. Ze zijn immers gratis en voor iedereen toegankelijk. Amsterdam is hiervoor een geschikte locatie voor dit onderzoek, omdat er binnen deze gemeente veel aandacht is voor een beweegvriendelijke omgeving (zie bijvoorbeeld het beleidsplan De Bewegende Stad) en daarnaast zijn in Amsterdam relatief veel buurten met een lage sociaaleconomische status. In Amsterdam zijn dan ook al veel fitnessstoestellen in de openbare ruimte geplaatst (Gemeente Amsterdam, 2018b). Ondanks de grote hoeveelheid toestellen en aandacht voor de beweegvriendelijke ruimte zijn er toch nog veel mensen die niet voldoende bewegen en sporten. Vooral laagopgeleiden sporten gemiddeld genomen minder vaak dan hoogopgeleiden, zoals ook wordt aangetoond op figuur 1.



*Figuur 1. Percentage Amsterdammers dat wekelijks sport in april 2017, afgezet tegen het gemiddelde van Nederland, opgesplitst naar opleidingsniveau. Bron: Amsterdamse Sportersmonitor 2017 in Gemeente Amsterdam (2017). Bewerkt door: auteur.*

Het feit dat laagopgeleiden mensen minder sporten, laat zien dat bij deze groep mensen nog veel gezondheidswinst te behalen is. De vraag is echter in hoeverre fitnessstoestellen in de openbare ruimte voor die gewenste gezondheidswinst kunnen zorgen. Dit onderzoek probeert een begin te



maken aan de beantwoording van dit vraagstuk. Het onderzoek wordt daarom uitgevoerd in drie verschillende buurten in Amsterdam die volgens het SCP een lage sociaaleconomische status hebben. Door het onderzoek uit te voeren in een buurt met een lage sociaaleconomische positie wordt dieper ingegaan op de aanname dat de toestellen in de openbare ruimte voor iedereen toegankelijk zijn en vooral voor mensen met een lage sociaaleconomische positie een uitkomst zouden bieden.

De combinatie van deze drie aspecten (1. Op een kwalitatieve manier het gebruik van en de houding ten op zichte van openbare fitnessstoestellen onderzoeken, 2. in buurten met een lage sociaaleconomische status en 3. in Amsterdam) heeft tot de volgende onderzoeksvraag geleid:

*Hoe leveren fitnessstoestellen in de openbare ruimte een bijdrage aan de beweegdeelname in buurten met een lage sociaaleconomische status in Amsterdam?*

### **Leeswijzer**

Hoofdstuk 2, het theoretisch kader, geeft een overzicht van de belangrijkste theorieën en bevindingen uit bestaande wetenschappelijke literatuur met betrekking tot de probleemstelling van dit onderzoek. In hoofdstuk 3 worden de hoofd- en deelvragen beschreven en de methode van dit onderzoek uiteengezet en verantwoord. Vervolgens wordt in hoofdstuk 4 een beschrijving van het Amsterdamse beleid omtrent sporten (en fitnessstoestellen) in de openbare ruimte gegeven. In hetzelfde hoofdstuk worden de ruimtelijke en demografische eigenschappen van de verschillende onderzoekslocaties omschreven. In hoofdstuk 5 worden de onderzoeksresultaten besproken en geanalyseerd en in hoofdstuk 6 de conclusie en de discussie, waarna een aantal beleidsaanbevelingen gedaan worden. In hoofdstuk 7 is een lijst met definities van de kernbegrippen uit dit onderzoek te vinden en in hoofdstuk 8 vindt u de literatuurlijst. Het laatste hoofdstuk, hoofdstuk 9, bestaat uit de vier verschillende bijlages.



## Hoofdstuk 2. Theoretisch kader

Bewegen en sporten zijn goed voor de gezondheid van de mens. Fysieke inactiviteit is volgens de World Health Organization (WHO) de op drie na grootste risicofactor van niet-overdraagbare ziektes (WHO, 2010). Ook de Gezondheidsraad laat zien dat fysieke inactiviteit grote gevolgen voor de volksgezondheid kan hebben. Na hoge bloeddruk, roken en een te hoge suikerspiegel is een tekort aan fysieke activiteit de grootste risicofactor voor niet-overdraagbare ziektes zoals hart- en vaatziekten, diabetes, depressieve symptomen, en borst- en darmkanker (Gezondheidsraad, 2017). In Nederland zijn niet-overdraagbare ziektes de grootste oorzaak van vroegtijdig overlijden (Mackenbach, 2010). Door het bevorderen van een gezonde leefstijl, waaronder voldoende beweging, is daarmee veel gezondheidswinst te behalen. Vanuit onderzoek, maar tegenwoordig ook de overheid en ook voor de overheid en internationale organisaties (zoals de WHO) is het terugdringen van fysieke inactiviteit een prioriteit. Niet langer ligt in Nederland de focus van het beleid puur op gezondheidsbescherming, maar ook op gezondheidsbevordering. Ter bevordering van de gezondheid is in 2017 bijvoorbeeld de nieuwe beweegrichtlijn gepubliceerd. Hierbij ligt de nadruk primair op de preventie van chronische ziekten in de algemene bevolking (Gezondheidsraad, 2017). De beweegnorm stelt dat volwassenen (18-55 jaar) ten minste gedurende vijf dagen per week minimaal een half uur per dag matig intensief moeten bewegen. Voorbeelden van matig intensief bewegen zijn stevig doorlopen of fietsen en tuinieren. De beweging moet minstens tien minuten achter elkaar volgehouden worden. Daarnaast wordt geadviseerd dat men op zijn minst tweemaal per week spier- en botversterkende oefeningen, zoals traplopen of krachttraining doet.

Mensen met een lage sociaaleconomische status, mensen met een migratieachtergrond, ouderen, chronisch zieken, mensen met een lichamelijke beperking, en mensen met een verstandelijke beperking hebben vaak een gezondheidsachterstand en zijn tevens gemiddeld genomen ondervertegenwoordigd bij sport- en beweegdeelname. Bij deze groepen is door beweegstimulering dus nog meer gezondheidswinst te behalen dan gemiddeld (RIVM, 2016).

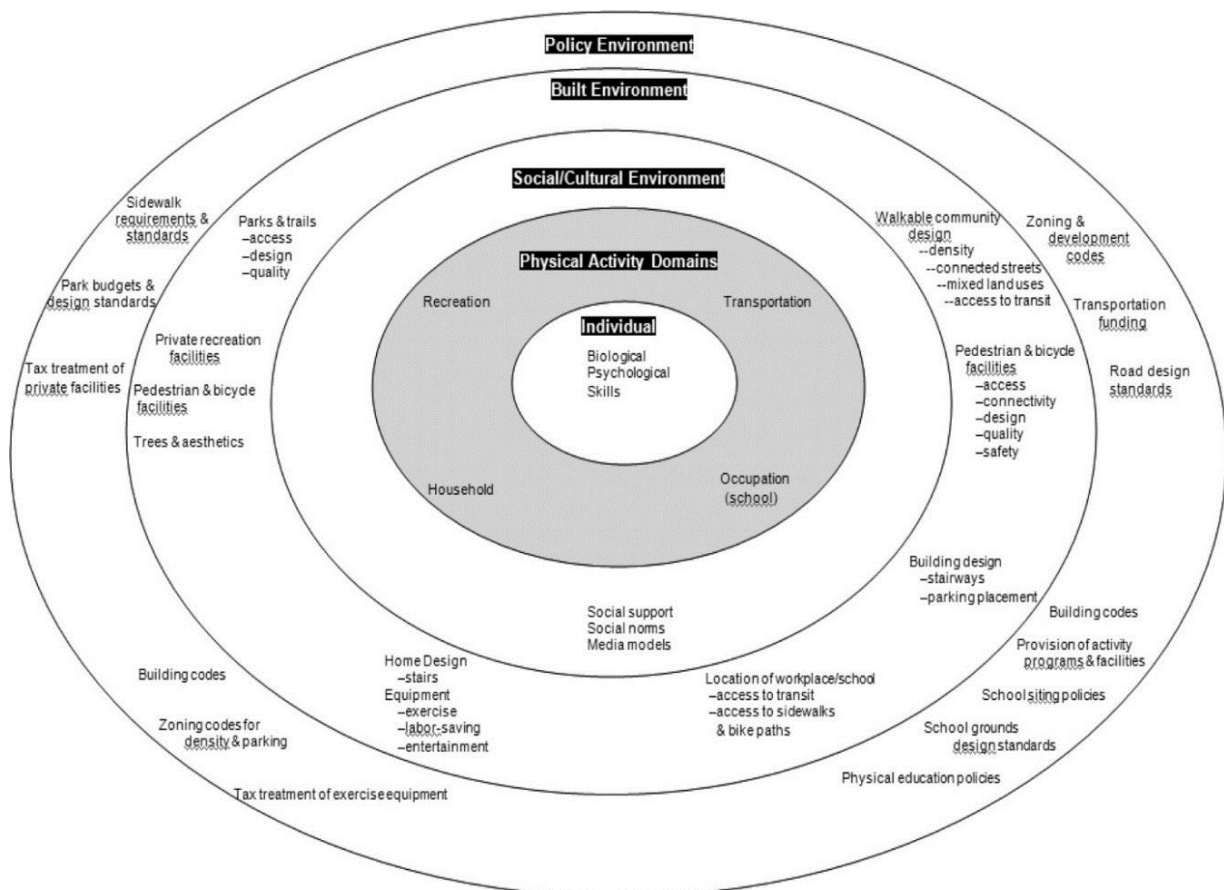
### 2.1. Beïnvloeden van beweeggedrag

In de afgelopen jaren is veel onderzoek gedaan naar de factoren die beweeggedrag beïnvloeden. Geen enkel mens steekt hetzelfde in elkaar, waardoor allerlei verschillende factoren van invloed kunnen zijn op het beweeggedrag van een individu. Traditioneel is er veel aandacht voor de motivatie die men wel of niet kan hebben om meer te bewegen, maar tegenwoordig is er steeds meer aandacht voor de invloed van de omgeving op beweeggedrag (de aandacht voor gezondheidsbevordering in de Omgevingswet is hier een praktisch voorbeeld van). Er zijn sociaalecologische theoretische raamwerken ontwikkeld die alle verschillende soorten factoren die invloed kunnen hebben op de hoeveelheid lichaamsbeweging in een overzichtelijk schema zetten en het samenspel tussen verschillende factoren kunnen verhelderen. Giles-Corti et al. (2005b) probeert het te verduidelijken door onderscheid te maken tussen factoren in de persoonlijke, sociale en fysieke omgeving. Sallis et al. (2012) gaan hierop voort en hebben (zoals te zien op onderstaande afbeelding) is het sociaalecologische raamwerk van Giles-Corti et al (2005b) in een centristisch model gezet. In het schema wordt onderscheid gemaakt tussen vijf soorten factoren die van invloed kunnen zijn op beweeggedrag:

- Individuele factoren, zoals biologische en psychologische kenmerken;
- De noodzakelijke fysieke activiteit die nodig is voor je transport, je beroep, het doen van je huishouden en je recreatieve bezigheden;

- De sociale en/of culturele factoren;
- De gebouwde omgeving;
- Beleidsfactoren, de instituties op nationaal niveau.

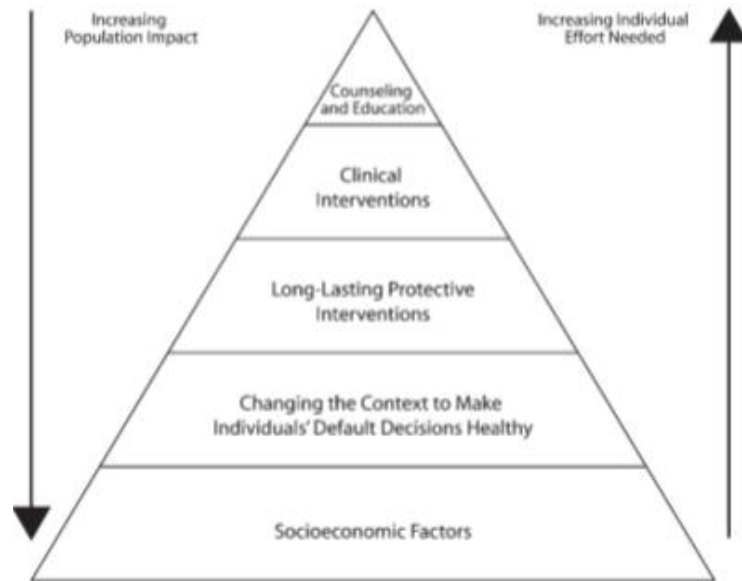
Hoe dichterbij een factor zich bevindt bij het centrum van het model, hoe meer invloed de factor heeft op de intentie van een individu om te bewegen of sporten. Individuele factoren hebben dus de meeste invloed op de keuze om veel te bewegen en gezond te leven. Hoe verder een factor van het centrum verwijderd is, hoe minder direct de factor daadwerkelijk van invloed is op de beslissing van het individu. Echter, hoe verder van het centrum, hoe groter de cirkels van het model. Hoe groter een cirkel, hoe meer mensen de interventies in de betreffende cirkel kunnen bereiken. Interventies hebben het meeste invloed als ze zowel het individu, als de sociale omgeving, als de gebouwde omgeving én het beleid veranderen (Sallis et al., 2012). Veranderingen op het niveau van de gebouwde omgeving of het beleidsniveau zijn dus niet per sé minder effectief op populatieniveau, want ze beslaan grotere groepen mensen en zijn daarom juist interessant om op te focussen. Wanneer gekeken wordt naar de beste soorten interventies om de beweegdeelname in een gehele wijk te stimuleren zouden dit (de gebouwde omgeving en het beleidsniveau) dus belangrijke domeinen zijn om aanpassingen in te doen.



Afbeelding 1. Het sociaalecologische model van Sallis et al (2012).

Om de gelaagdheid van die centristische model van Giles-corti (2005b) en Sallis et al (2012) te verduidelijken is het interessant om naar het sociaalecologische model van Frieden (2010) te kijken. Het model van Frieden (2010) focust niet specifiek op beweeggedrag, maar richt zich op

verschillende soorten interventies die van invloed kunnen zijn op de publieke gezondheid. Zijn model bestaat uit een piramide waarin de verschillende categorieën van interventies in beeld worden gebracht (zie afbeelding 2). Hoe breder de piramidelaag, hoe meer mensen een interventie zou kunnen bereiken. In de onderste, breedste laag treft men interventies die gericht zijn op sociaaleconomische factoren die gezondheid kunnen beïnvloeden. Binnen deze



Afbeelding 2. De 'Health Impact Pyramid' van Frieden (2010).

categorie interventies vallen maatschappijbrede interventies zoals het verminderen van armoede en het verhogen van het gemiddelde opleidingsniveau (Frieden, 2010: 593). In de op één na breedste laag behoren interventies die de omgeving veranderen, zodat men verleid wordt om gezondere keuzes te maken (bijvoorbeeld meer bewegen), onafhankelijk van opleidingsniveau, inkomensniveau of andere sociaaleconomische factoren (Frieden, 2010). Binnen deze categorie interventies vallen aanpassingen in de gebouwde omgeving, op een manier dat het mensen stimuleert om meer te bewegen (Frieden, 2010: 592).

Er zijn een aantal onderzoeken geweest waaruit duidelijk naar voren komt dat er meerdere factoren tegelijkertijd van invloed kunnen zijn op beweeggedrag. Kamphuis et al. (2010) hebben bijvoorbeeld aangetoond dat mensen met een lage sociaaleconomische status hun buurt eerder als onaantrekkelijk beschouwen dan mensen met een hoge sociaaleconomische status. Deze negatieve perceptie wordt door de onderzoekers geassocieerd met weinig lichaamsbeweging. Zo werd er aangetoond dat verschillende factoren tegelijkertijd een rol spelen in de 'keuze' om veel of weinig te bewegen. Dat samenspel tussen verschillende factoren is in dit voorbeeld een samenspel van de omgevingsfactoren, sociale en individuele factoren (Giles-corti et al. (2005b)). Er is echter ook samenspel mogelijk tussen verschillende omgevingsfactoren (Prins, 2015). Een fitnessstoestel dat in een buurt staat waar de straten goed met elkaar verbonden zijn, kan bijvoorbeeld meer effect hebben op lichaamsbeweging dan hetzelfde toestel in een buurt waar de straten niet goed met elkaar verbonden zijn, omdat de mensen het toestel minder goed kunnen bereiken en dus minder zullen gebruiken (Watts et al., 2011). Een andere studie die dit punt onderbouwt is het onderzoek van Van Dyck et al. (2013). Zij bewijzen dat verschillende karakteristieken van de wijk, zoals bijvoorbeeld het niveau van loopvriendelijkheid, van invloed zijn op de frequentie van parkbezoek in dezelfde wijk.

## 2.2. Relatie tussen openbare ruimte en beweeggedrag

Naar de wijze waarop het ontwerp van de openbare ruimte dan een effect heeft op het beweeggedrag van haar gebruikers is veel onderzoek gedaan. Sommige auteurs vinden geen verband tussen de aanwezigheid van groene openbare ruimte en de hoeveelheid lichaamsbeweging die de

gebruikers ervaren (zoals Hillson et al., 2007, Maas et al. 2006 en McCormack, Giles-Corti en Bulsara, 2008). Een aantal andere onderzoeken vinden wel een relatie tussen openbare ruimte en beweeggedrag. Zij concluderen dat hoe meer openbare ruimte er in een buurt is, hoe hoger het niveau van lichaamsbeweging van de inwoners is (Kaczynski en Henderson, 2007, Broekhuizen, De Vries en Pierik, 2013, en Joseph en Maddock, 2016). Er zijn ook wetenschappers die dieper ingaan op specifieke eigenschappen van parken en die op deze manier de relaties tussen openbare ruimte en beweeggedrag hebben onderzocht. Giles-Corti et al. (2005a), Cohen et al. (2010) en Jansen (2017) bewijzen bijvoorbeeld dat de grootte van een park van positieve invloed kan zijn op lichaamsbeweging. Naast grootte, is ook de invloed van esthetiek van de openbare ruimte vaak onderzocht (onder andere door Paquet et al., 2013 en Branas et al., 2011). Het onderzoek van Branas et al. (2011) laat bijvoorbeeld zien dat in een buurt waar ongebruikte kavels vergroend en opgeknapt worden, men minder stress ervaart en meer aan lichaamsbeweging doet dan de bewoners in buurten waar dezelfde soort kavels niet vergroend zijn.

Alleen de aanwezigheid van de openbare ruimte lijkt echter niet genoeg: er is meer voor nodig om mensen daadwerkelijk aan het sporten te krijgen. Vooral de aanwezigheid van bepaalde faciliteiten in de openbare ruimte hebben een positieve invloed op beweeggedrag in de openbare ruimte (Kaczynski en Henderson, 2007). Er is de afgelopen jaren veel onderzoek gedaan naar welke soort faciliteiten in de openbare ruimte dan daadwerkelijk invloed hebben op beweeggedrag. Calogiuri en Chroni (2014) stellen naar aanleiding van hun uitgebreide literatuuronderzoek naar de invloed van de omgeving op lichaamsbeweging dat alleen de aanwezigheid van natuur of goede fiets- en wandelpaden niet genoeg is om mensen aan de beweegnorm te laten voldoen. Ze adviseren om in de gebouwde omgeving specifieke plekken voor echte spier- en botversterkende oefeningen te implementeren. Als voorbeelden noemen ze fitnessstoestellen of tuinierfaciliteiten. Dergelijke faciliteiten kunnen volgens de auteurs mensen uitlokken tot meer lichaamsbeweging.

Lindberg en Schipperijn (2015) onderzochten allerlei verschillende faciliteiten die in de openbare ruimte aanwezig kunnen zijn (van schommels en skateparken tot aan een boksarena) om beweging te stimuleren. Zij concluderen dat mensen meer fysieke activiteit vertonen bij faciliteiten die spelenderwijs worden gebruikt, zoals een basketbalveld, dan bij faciliteiten die puur gericht zijn op het verhogen van fysieke activiteit, zoals fitnessstoestellen. Spelen en socialiseren zijn volgens hen belangrijker voor het verhogen van de fysieke activiteit dan faciliteiten die direct uitdagen tot sporten.

Ander onderzoek bevestigt dat er bepaalde voorwaarden zitten aan het succes van faciliteiten in de openbare ruimte. Want ook al zijn die faciliteiten er, dan nog maakt men er lang niet altijd gebruik van. Kostrzewska (2017) focust, in plaats van op de psychologische succesfactoren zoals Calogiuri en Chroni, op de succesfactoren van de fysieke omgeving van een openbare sportfaciliteit. Ze stelt in haar artikel dat een *formele* sportfaciliteit aan een aantal voorwaarden moet voldoen om veel gebruikt te worden. Met een formele sportfaciliteit doelt de auteur op faciliteiten die zijn aangelgd met al doel om mensen meer in beweging te krijgen, zoals een skatepark of een tennisbaan. De faciliteit zou zich in de nabijheid van de woonplaats van zijn potentiële gebruikers en bij voorkeur in een groene omgeving moeten bevinden. Het zou daarnaast goed bereikbaar moeten zijn per fiets en goed verbonden moeten zijn met andere recreatieve plekken in de omgeving. Ook is het van belang dat de faciliteit multifunctioneel is. Dat wil zeggen dat het zowel een sportieve als sociale functie

heeft. Men moet elkaar er kunnen ontmoeten, dus de aanwezigheid van sportieve apparaten zou vergezeld moeten worden door verschillende zitplekken en schuilmogelijkheden voor de regen (Kostrzewska, 2017). Uit ditzelfde onderzoek komt naar voren dat als een plek te veel in de openbaarheid ligt, voornamelijk vrouwen en ouderen zich bekeken zullen voelen, waardoor ze een gebrek aan privacy ervaren en ze ontmoedigd worden om gebruik te maken van de faciliteit (Kostrzewska, 2017: 3). Uit deze voorwaarden blijkt ook dat er meerdere omgevingsfactoren tegelijkertijd van invloed zijn voor de kwaliteit van een succesvolle sportfaciliteit.

Echter, ook de optimale fysieke omgeving lijkt niet altijd voldoende voor veelvuldig gebruik van een openbare sportfaciliteit. Dit bleek al uit het onderzoek van Lindberg en Schipperijn, maar ook Tester en Baker (2009) concludeerden dit naar aanleiding van hun onderzoek. Tester en Baker hebben de aanleg van nieuwe sportveldjes in twee verschillende parken in San Francisco onderzocht. Na aanleg van de veldjes bleek dat de parken meer gebruikers hadden én dat de gebruikers meer bewogen dan voor de renovatie van de parken. Ze zagen een belangrijk verschil tussen het veldje dat onderdeel was van een sportstimulerend programma, waar activiteiten zoals trainingen werden georganiseerd, en het veldje waar geen activiteiten op werden georganiseerd. Er waren aanzienlijk minder mensen die gebruik maakten van dit laatste veld dan van het veld waar wel georganiseerde activiteiten op plaatsvonden. Op basis van dit onderzoek kan men stellen dat er, zoals sociaalecologische modellen beamen, misschien wel meer nodig is om een sportfaciliteit te laten slagen.

In een ideale omgeving waarin men zoveel mogelijk wordt verleid tot fysieke activiteit gaat het dus niet alleen om de aanwezigheid van sportfaciliteiten, groene openbare ruimte en andere informele ruimte waar bewogen kan worden (de fysieke component), maar ook om de sociale component (het activiteiten aanbod en de participatie van burgers). Hoewel fitnessstoestellen niet de ideale faciliteit lijken die zowel de fysieke als de sociale component combineren, worden ze aangeraden door Calogiuri en Chroni (2014) en worden ze veel geplaatst. Al met al worden er in de wetenschappelijke literatuur dus uiteenlopende conclusies getrokken over de voorwaarden van succesbepalende faciliteiten in de openbare ruimte.

### **2.3. Gelijksortig onderzoek naar outdoor fitnessstoestellen**

Onderzoek naar fitnessstoestellen in de openbare ruimte is er nog maar weinig. Cohen et al. (2012) hebben een grootschalig onderzoek uitgevoerd naar het gebruik van fitnessstoestellen in de openbare ruimte, gesitueerd in Los Angeles, in de Verenigde Staten. Ze vonden bewijs dat op de korte termijn, na installatie van fitnessstoestellen, meer gebruik van het omliggende park wordt gemaakt en er een toename is in lichaamsbeweging van de parkgebruikers. Voor een toename in de hoeveelheid lichaamsbeweging op lange termijn werd echter maar weinig bewijs gevonden. De focus van dit onderzoek lag op kwantitatieve berekeningen over de effectiviteit (gemeten in fysieke activiteit, MET) afgezet tegen de kosten, en niet op de ervaringen van de gebruikers. Furber et al. (2014) hebben in Australië een vergelijkbaar onderzoek als Cohen et al. (2012) gedaan, en ze trokken soortgelijke conclusies over het effect van outdoor fitnessstoestellen op fysieke activiteit. Ze voegden hieraan toe dat outdoor fitnessstoestellen ook een sociale functie hebben, omdat de toestellen sociale interactie stimuleren. Ook dit onderzoek was van kwantitatieve aard. Een derde vergelijkbaar onderzoek is uitgevoerd door Chow, Mowen en Wu (2017). Hun belangrijkste conclusie was ook dat, zeker voor ouderen, de toestellen kunnen fungeren als een stimulans voor sociale interactie, en dus kan dienen voor het vergroten van sociaal kapitaal voor de ouderen die het gebruiken. Dit onderzoek

was gesitueerd in Aziatische context en focuste zich op het gebruik door ouderen en de werking van specifieke fitnessstoestellen. Ook dit onderzoek was kwantitatief van aard. Stride et al. (2017) hebben ook onderzoek gedaan naar het gebruik en de perceptie van fitnessstoestellen door ouderen, maar dan in Australië. Ze onderzochten specifiek de zaken die voor ouderen het gebruik van een fitnessstoestel stimuleerden of juist afremden. De belangrijkste motiverende factoren voor het gebruik van outdoor fitnessstoestellen waren de aanwezigheid van schaduw, een grote verscheidenheid aan type toestellen en een grote hoeveelheid aan toestellen. De grootste belemmeringen voor het gebruik die in dit onderzoek naar voren kwamen waren desinteresse in fitness, de toestellen worden te druk bezocht of er spelen kinderen op de toestellen, en een gebrek aan tijd (Stride et al., 2017).

In Zuid-Amerika zijn fitnessstoestellen in de openbare ruimte ook een populair fenomeen, en onderzocht door Del Campo et al. (2017) in Montevideo in Uruguay. Dit onderzoek is uniek omdat het een longitudinale studie is die het gebruik van fitnessstoestellen in de openbare ruimte op twee verschillende momenten meet, in 2011 en 2014. Del Campo en haar collega's concludeerden dat er in 2014, ten opzichte van 2011, niet per se méér, maar wel beduidend intensiever gebruik werd gemaakt van de fitnessstoestellen. Daarnaast focusten deze onderzoekers op verschillen tussen mannen en vrouwen in het gebruik van de toestellen. In hun onderzoek in Montevideo bleek dat door de aanleg van de fitnessstoestellen vooral vrouwen meer en intensiever zijn gaan sporten dan voor de aanleg van de toestellen.

Ook in Nederlands komt steeds meer aandacht voor onderzoek naar fitnessstoestellen in de openbare ruimte. Een veel geciteerd onderzoek is een onderzoek in Den Haag naar de succesfactoren van fitnessstoestellen in de openbare ruimte ('fitplaatsen'). Dit onderzoek werd uitgevoerd in opdracht van de gemeente Den Haag en er werd geconcludeerd dat eigenlijk maar één van de in het totaal zeven fitplaatsen intensief gebruikt werd. Het percentage volwassenen (21-55 jaar) was het hoogst, gevolgd door kinderen tot 12 jaar, ouderen en jongeren. Opvallend was ook dat het percentage gebruikers van niet-Westerse afkomst bijna vier keer hoger was dan het percentage autochtone gebruikers (78% versus 22%) (Van Herpen, De Vries en Hordijk, 2015). Bovenstaande studies laten zien dat outdoor fitnessstoestellen beweeggedrag kunnen stimuleren. Uit het Nederlandse onderzoek bleek dat de toestellen erg populair zijn bij mensen van een niet-Westerse afkomst.

## **2.4. Motieven voor sportparticipatie (in de openbare ruimte)**

Alle onderzoeken naar outdoor fitnessstoestellen zijn dus van kwantitatieve aard, en gaan daardoor niet diep in op de drijfveren en belemmeringen voor outdoor fitnessstoestellen. Dit onderzoek probeert dat wel, maar daarom zal eerst een kort overzicht gegeven worden van de bestaande literatuur over motieven die men kan hebben voor sportbeoefening en specifiek sportbeoefening in de openbare ruimte

### **2.4.1. Motieven voor sportparticipatie**

Om tot een focus te komen waarom mensen zich laten verleiden tot het sporten in de openbare ruimte zal eerst gekeken moeten worden waarom men überhaupt sport. In de literatuur komen verschillende redenen voor sportparticipatie naar voren. De meeste artikelen splitsen de verschillende redenen uit naar een aantal leeftijdscategorieën (Allender, Cowburn en Foster, 2006; Visser en Van den Dool, 2016). Deelen (2011) heeft ook onderzoek gedaan naar de verschillende motieven voor sportparticipatie en komt tot de conclusie dat al de verschillende motieven in te delen zijn in vier verschillende categorieën: sociale motieven (vrienden maken en ontmoeten),



nuttigheidsmotieven (fit en gezond blijven), bewegingsmotieven (lekker bewegen, uitlaatklep, spanning voelen) en leermotieven (beter worden, presteren en doelen bereiken). Uit de artikelen die Allender, Cowburn en Foster (2006) bestudeerden bleek dat jongeren voornamelijk sporten voor het genereren van nieuwe sociale netwerken, maar ook om fit te worden. Uit het onderzoek van Visser en Van den Dool (2016) dat gebaseerd is op uitkomsten uit het Nationale Sportonderzoek 2016, blijkt ook dat jongeren (16-20 jaar) voornamelijk sporten vanuit gezondheidsoverwegingen en voor het creëren en onderhouden van sociale connecties. Ook voor volwassenen zijn volgens Visser en Van den Dool (2016) de motieven 'verbeteren van de conditie' en 'verbeteren/behouden van de gezondheid' de voornaamste redenen om te sporten. 'Op gewicht komen/blijven' is een veelgehoord motief bij volwassenen dat bij jongeren niet veel terugkwam. Ook bij deze leeftijdsgroep lijken dus gezondheidsoverwegingen de grootste rol te spelen in de keuze om te sporten. In het onderzoek van Allender, Cowburn en Foster (2006) komt wel meer onderscheid naar boven. Zij stellen dat volwassenen sporten vanwege hun gevoel voor prestatie, voor de ontwikkeling van vaardigheden, op advies van de dokter, voor versteviging van hun sociale netwerk en voor hun plezier. Hieruit blijkt dus dat voor volwassenen, naast gezondheidsoverwegingen, ook sociale motieven, bewegingsmotieven en leermotieven van belang zijn. Voor ouderen zijn de vaakst genoemde motieven 'sociale contacten', 'behouden/verbeteren van de gezondheid' en 'plezier' (Allender, Cowburn en Foster, 2006).

Het blijft echter de vraag of dit voor iedereen geldt, want er zijn verschillende onderzoeken die deze uitspraken tegenspreken. Koivula (1999) concludeerde bijvoorbeeld dat het sociale karakter van sport een van de minst belangrijke motieven is en Meijeren (2018: 37-38) concludeerde bijvoorbeeld dat het vergaren van erotisch kapitaal ("*a combination of aesthetic, physical, visual, social and sexual attractiveness in relation to other members in society*") een belangrijk motief kan zijn voor de jongere beoefenaars van fitness, maar minder bij andere sporten of ouderen.

#### 2.4.2. Motieven voor sporten in de openbare ruimte

De redenen om specifiek in de openbare ruimte te sporten wijken niet ernstig af van de motieven om te sporten in het algemeen. Van Eck en Davids (2018) concluderen op basis van het Nationaal Sportonderzoek 2017 dat voor hardlopers en wielrenners 'gezond en sportief bezig zijn' de belangrijkste reden is om in de openbare ruimte te sporten. Voor de recreatieve wandelaar en fietser is dit anders. Voor hen is 'in de buitenlucht zijn' de belangrijkste reden om te bewegen in de openbare ruimte. Een belangrijk motief voor sporten in de openbare ruimte dat door iedere gebruikersgroep uit het onderzoek van Van Eck en Davids werd genoemd was het zelf kunnen bepalen van het tijdstip waarop de activiteiten worden gedaan (Van Eck en Davids, 2018).

#### 2.5. Belemmeringen tot sport (in de openbare ruimte)

Omdat in dit onderzoek ook wordt getracht beter inzicht te krijgen in de belemmeringen die men kan voelen tot het gebruik van outdoor fitnessstoestellen, beschrijft deze paragraaf wat er al bekend is over de belemmeringen die men kan voelen ten op zichte van outdoor fitnessstoestellen. Omdat hier nog niet veel onderzoek naar gedaan is wordt eerst uiteengezet wat voor belemmeringen men kan voelen tot sportbeoefening in het algemeen en sportbeoefening in de openbare ruimte. Ook wordt er nagegaan wat de belemmeringen zijn tot sportbeoefening, specifiek voor mensen met een lage SES. Nagenoeg alle bestaande onderzoeken noemen namelijk dat een van de grootste voordelen van de fitnessstoestellen is dat ze voor iedereen toegankelijk zijn, ongeacht welke sociaaleconomische

positie men heeft. Geen van de onderzoeken heeft echter specifiek onderzoek gedaan naar het gebruik van openbare fitnessstoestellen in buurten met een lage sociaaleconomische status. Maas et al. (2008) concludeerden in hun onderzoek naar het effect van groen op gezondheid wel dat mensen met een lage sociaaleconomische positie gevoeliger lijken voor de effecten van groene openbare ruimte dan mensen met een hoge sociaaleconomische positie. Hun onderzoek focuste nog niet op de vraag of er ook daadwerkelijk een verschil is in het gebruik van openbare fitnessstoestellen tussen mensen uit buurten met verschillende sociaaleconomische posities. Om tot een antwoord op deze vraag te komen wordt eerst uiteengezet wat er al bekend is over de verschillende belemmeringen die men kan voelen tot sportbeoefening (en waarvoor outdoor fitness dus mogelijk een uitkomst is) en sportbeoefening in de openbare ruimte.

### **2.5.1. Belemmeringen tot sportbeoefening in het algemeen**

Van den Dool (2015) heeft een rapport geschreven over belemmeringen die niet-sporters in het algemeen hebben tot sportbeoefening. Na de analyse van verschillende grote onderzoeken concludeert hij dat de grootste belemmeringen zijn: gebrek aan tijd, lichamelijke problemen en een gebrek aan motivatie om te sporten. Allender, Cowburn en Foster (2006) onderzochten naast literatuur over motieven, ook veel wetenschappelijke literatuur over belemmeringen tot sportbeoefening en fysieke activiteit. De belangrijkste, algemene belemmeringen tot sporten die uit hun literatuuroverzicht naar voren komen zijn de (hoge) kosten en slechte toegankelijkheid. Uit studies naar sporten in groepen, zoals in de sportschool, blijkt dat volwassenen zich hiertoe belemmerd voelen vanwege angst voor nieuwe omgevingen, de angst voor nieuwe mensen, en een slecht zelfbeeld over het eigen lichaam (Allender, Cowburn en Foster, 2006). Daarnaast kan het voorkomen dat men zich belemmerd voelt tot bepaalde sporten omdat het conflicteert met de beoogde identiteit. Een voorbeeld hiervan is dat sommige vrouwen voelen dat sport niet behoort tot hun vrouwelijke identiteit en zich daarom belemmerd voelen tot sport (Allender, Cowburn en Foster, 2006). Elling en Van den Dool (2010) komen min of meer tot dezelfde conclusies in hun rapport over de Sportersmonitor 2008. Ze hebben een uitgebreider onderzoek uitgezet, waardoor ook conclusies kunnen worden getrokken over mogelijke voorwaarden die niet-sporters stellen waaronder ze wél zouden gaan sporten. De belangrijkste voorwaarde om sportief actief te worden is het minder druk krijgen. Tevens zijn het afnemen van gezondheidsklachten en een verbetering van de financiële situatie voorwaardes die vaak genoemd worden. Jongere leeftijdsgroepen en mensen met een niet-westerse migratieachtergrond zien relatief vaak het hebben van meer geld als belangrijke voorwaarde om meer te sporten. Eén op de vijf niet-sporters gaf aan dat het kunnen sporten met een bekende voor hen een voorwaarde is (Elling en Van den Dool, 2010).

### **2.5.2. Belemmeringen tot sportbeoefening voor mensen met een lage SES**

Zoals vermeld sporten mensen met een lagere SES over het algemeen minder dan mensen met een hoge SES (Kamphuis, 2008 en RIVM, 2016). De redenen waarom deze bevolkingsgroep over het algemeen minder fysiek actief is, zijn vaak onderzocht. Bij mensen met een lage SES kan laaggeletterdheid, mindere gezondheidsvaardigheden, en het niet fijn vinden van het aangaan van lange-termijn verbintenissen, sport- en beweegdeelname belemmeren (RIVM 2016). Ook kan voorkomen dat sport- en beweegdeelname belemmerd wordt vanwege een opeenstapeling van samenhangende belemmeringen die ten grondslag liggen aan hun sociaaleconomische positie, zoals een laag inkomen en weinig ondersteuning vanuit de directe sociale omgeving. Een van de meest voor de hand liggende, en vaakst genoemde, redenen is dat men weinig tijd heeft (Hover, Hakkers en

Breedveld, 2012: 66 en Toscos, Consolvo en McDonald, 2010: 350). Dit kan ook samenhangen met inkomensniveau; als men weinig verdient, zal men op een dag langer moeten werken om genoeg geld te verdienen. Wanneer men fulltime moet werken om rond te komen en misschien ook nog wel kinderen heeft, blijft er weinig tijd over om te spenderen aan fysieke activiteiten. Daarnaast kan het voorkomen dat mensen met een lage SES het nut niet inzien en andere prioriteiten hebben die beweegdeelname mogelijkserwijs kunnen belemmeren. Bij mensen met een migratieachtergrond spelen culturele normen en waarden ook vaak een rol bij het sport- en beweeggedrag (RIVM 2016). Een voorbeeld van dit cultuurverschil is dat vrouwen met een migratieachtergrond graag in een veilige omgeving met privacy willen sporten en bewegen. Een andere belemmering voor sportdeelname van mensen met een lage SES die onderzocht is, is het gebrek aan beweegervaring. Een gebrek aan ervaring kan voortkomen uit een opvoeding waar sport geen onderdeel van heeft uit gemaakt of omdat er geen rolmodellen in de sociale omgeving aanwezig waren. Een ander gevolg van een gebrek aan beweegervaring is dat men zich schaamt om zijn/haar onwetendheid en niet als een beginner wilt overkomen. Uit hetzelfde onderzoek van het RIVM (2016) komt tot slot ook nog naar voren dat mensen met een lage SES vaker fysiek zwaar werk hebben en om die reden aangeven dat zij al genoeg bewegen en dus afzien van sport.

### **2.5.3. Belemmeringen tot sportbeoefening in de openbare ruimte**

Om erachter te komen wat men specifiek zou kunnen belemmeren om gebruik te maken van outdoor fitnessstoestellen, moet ook inzicht worden verkregen in hetgeen men zou kunnen belemmeren tot sporten in de openbare ruimte. Met name over belemmeringen tot sporten in parken is al veel bekend. De belangrijkste belemmeringen die men kan voelen tot sporten in openbare parken zijn een gebrek aan tijd, geld, persoonlijke gezondheid, informatie, transport, veiligheid, onderhoud van het park en gezelschap (Bendimo-Rung, Mowen en Cohen, 2005). Stanis et al. (2009) deden ook onderzoek naar belemmeringen tot sporten in de openbare ruimte en focusten op de vraag of belemmeringen verschilden tussen groepen met verschillende etnische achtergronden. Hieruit bleek dat een gebrek aan tijd en energie en familieverbindingen de belangrijkste belemmerende factoren zijn voor sporten in de openbare ruimte, ongeacht welke etnische achtergrond iemand heeft.

### **2.5.4. Belemmeringen voor het gebruik van openbare fitnessstoestellen**

Er is nog nauwelijks onderzoek gedaan naar de belemmeringen die men kan zien tot specifiek het gebruiken van outdoor fitnessstoestellen. Recent is wel een onderzoek verschenen van Mackenbach et al. (2018) waarin op kwantitatieve wijze onderzoek is gedaan naar de drempels die men kan voelen tot het gebruik van recreatieve buitenfaciliteiten, zoals outdoor fitnessstoestellen. Zij concludeerden dat een te grote reisafstand en een gevoel van niet-thuishoren op zo'n faciliteit de twee meest genoemde belemmeringen tot het gebruik ervan waren. De antwoordopties van de enquête binnen dit onderzoek waren echter gestandaardiseerd en lieten dus weinig ruimte over voor een duidelijk antwoord. De antwoordoptie die het gevoel van niet-thuishoren beschrijft, laat bijvoorbeeld al veel verschillende interpretaties toe. Verschillende mensen kunnen er verschillende belemmeringen mee bedoelen, terwijl wel hetzelfde antwoord wordt gegeven. Het antwoord kan op fysieke manier geïnterpreteerd worden, bijvoorbeeld als het toestel in een andere wijk staat dan iemand woont, en hij zich er daarom niet thuis voelt. Het kan echter ook op een sociale manier geïnterpreteerd worden, als men zich er bijvoorbeeld niet thuis voelt, omdat hij zichzelf niet kan associëren met de andere gebruikers. Stride et al. (2017) kwamen, zoals al eerder vermeld, tot de

conclusie dat desinteresse in de sport fitness, drukte op de toestellen en een gebrek aan tijd de voornaamste redenen zijn (voor ouderen) om de outdoor fitnessstoestellen niet te gebruiken.

## 2.6. Outdoor fitness in buurten met een lage SES

Er zijn momenteel een aantal maatschappelijke ontwikkelingen waar sporten in de openbare ruimte en specifiek outdoor fitness, in theorie, op in springt en kansrijk maakt. Dit zijn ontwikkelingen zoals de opkomst van ongeorganiseerd sporten, de populariteit van fitness (Van den Dool, 2017), de belangstelling vanuit de overheid voor de gezondheidsbevorderende functie van sport, en de toenemende aandacht voor gebruik en de inrichting van een beweegvriendelijke openbare ruimte. Outdoor fitnessstoestellen hebben specifieke kenmerken die ervoor zorgen dat ze een meerwaarde kunnen vormen voor de sport in Nederland, met name in buurten waarin veel mensen met een lage SES wonen. De toestellen zijn in principe voor iedereen toegankelijk (geen toegangsprijs, openingstijden of fysieke barrière), ze zijn laagdrempelig (in de buurt), bevinden zich in de buitenlucht, kunnen een sociaal karakter hebben (samen met anderen sporten is een reële optie) en ze dragen, bij geregeld gebruik, bij aan de algemene conditie en fitheid van hun gebruikers. Al met al nemen outdoor fitnessstoestellen dus een veel belemmeringen voor mensen met een lage SES weg. Eerder onderzoek naar outdoor fitnessstoestellen heeft zich echter niet specifiek gefocust op de vraag of de toestellen in buurten met een lage SES ook in de praktijk deze belemmeringen wegneemt. Buurten met een lage SES kunnen echter ook een belemmering vormen. Buurten met een lage SES kampen vaak met maatschappelijke problemen, en zijn minder veilig (Sampson en Groves, 1989). Oftewel, geen ideale omgeving zoals Kostrzewska (2017) die omschrijft in haar artikel. Op deze tegenstrijdigheid springt dit onderzoek in, door op een kwalitatieve manier onderzoek te doen naar het (niet-)gebruik en de succescondities en valkuilen van fitnessstoestellen door inwoners uit verschillende buurten met een lage SES.

## Hoofdstuk 3. Methoden

Dit hoofdstuk beschrijft de methodologische aanpak van dit onderzoek. Er zal beschreven worden wat de aard van het onderzoek is door de hoofd- en deelvragen uiteen te zetten. Om beter begrip van deze vragen te krijgen zullen de meest relevante begrippen worden toegelicht. Daarna wordt de keuze voor de specifieke onderzoekslocatie in Amsterdam onderbouwd, en ook de manier van dataverzameling. Hierna wordt toegelicht op welke manier de data in dit onderzoek zijn geanalyseerd. Ten slotte komt aan bod wat de rol van de onderzoeker is geweest en wat de beperkingen van de gebruikte methoden zijn voor dit onderzoek.

### 3.1. Onderzoeksvragen

Dit hoofdstuk richt zich op de verschillende methoden en technieken die gebruikt zijn in dit onderzoek. Deze staan allemaal in dienst van het vormen van een antwoord op de volgende hoofdvraag:

*Hoe leveren fitnestoestellen in de openbare ruimte een bijdrage aan de beweegdeelname in buurten met een lage sociaaleconomische status in Amsterdam?*

De deelvragen zijn vervolgens op deze manier geformuleerd:

- 1. Wie maken er gebruik van de openbare fitnessstoestellen in buurten met een lage sociaaleconomische status en wat zijn voor hen de drijfveren om te sporten op een openbaar fitnessstoestel?*
- 2. Wie gebruiken outdoor fitnessstoestellen niet en wat zijn de drempels voor hen om gebruik te maken van het zulke toestellen?*
- 3. Waar liggen de kansen om het aantal mensen dat komt sporten op de openbare fitnessstoestellen in buurten met een lage SES te verhogen?*

Door zowel de gebruikers (deelvraag 1) als de niet-gebruikers (deelvraag 2) te benaderen, wordt getracht een zo'n compleet mogelijk beeld te creëren, zodat de alle verschillende soorten mensen, ervaringen en houdingen jegens een fitnessapparaat in de openbare ruimte omschreven kunnen worden. Deelvraag drie levert een bijdrage. Op deze manier kan er een antwoord op de hoofdvraag worden geformuleerd. Om te verschillende deelvragen en de hoofdvraag te kunnen beantwoorden zullen allereerst de verschillende concepten die gebruikt worden in de vraagstellingen worden toegelicht.

### 3.2. Concepten

#### 3.2.1. Wie

Met het vraagwoord 'wie' wordt in de eerste twee deelvragen gevraagd naar de identiteit van de gebruikers, op basis van geslacht, leeftijd en etnische achtergrond. Er is specifiek voor deze variabelen gekozen omdat de verwachting, op basis van de literatuur, is dat hiertussen verschillen te zien zijn.

#### 3.2.2. Gebruik

Ook wordt er gekeken of men de toestellen individueel bezoekt of met een groep, en op eigen initiatief of in lesverband. Dit hangt samen met het concept 'gebruik'. Hiermee wordt het type

activiteit van de gebruikers bedoeld. Dit kan variëren van sportief gebruik maken van het toestel, zoals bedoeld tot hang- of rustplek. Tevens wordt gekeken of men langdurig of juist vluchtig gebruik maakt van de outdoor fitnessstoestellen.

### 3.2.2. Fitnessstoestellen

Om het gebruik van fitnessstoestellen in de openbare ruimte te kunnen onderzoeken is het van belang dat de karakteristieken van fitnessstoestellen helder worden uitgelegd. Wanneer in dit onderzoek gesproken wordt over fitnessstoestellen of outdoor fitness worden de toestellen bedoeld waarop krachtoefeningen mogelijk zijn (zie afbeelding 3). Krachtoefeningen hebben een bot- en spierversterkende werking en zijn daarom ook onderdeel van de beweegrichtlijn 2017. Er zijn in Amsterdam ook veel toestellen te vinden waarop *calisthenics* kan worden beoefend. Calisthenics is

een opkomende, nieuwe sport waarbij sportievelingen niet langer de sportschool, maar hun natuurlijke omgeving als sportlocatie gebruiken. Calisthenicstoestellen zijn vaak constructies van verschillende soorten rekstokken. Deze zijn makkelijk te verwarren met fitnessstoestellen, maar worden in dit onderzoek niet onderzocht. Er is specifiek gefocust op fitnessstoestellen die oefeningen mogelijk maken die ook binnen in een (betaalde) sportschool worden aangeboden, maar dus ook buiten op openbare plekken te vinden zijn.



Afbeelding 3. Voorbeeld van een outdoor fitnessstoestel. Bron: Wikimedia commons.

### 3.2.3. (Lage) sociaaleconomische status

Er zijn verschillende definities van sociaaleconomische status. Shavers (2007) stelt dat er verschillende indicatoren zijn die de hoogte van de sociaaleconomische status kunnen beïnvloeden. Deze indicatoren luiden opleiding, inkomen en beroep. In dit onderzoek wordt met de definitie van het SCP gewerkt, die ook gebaseerd is op het artikel van Shavers, en als volgt luidt: *de sociale status van een wijk is afgeleid van een aantal kenmerken van mensen die er wonen: opleiding, inkomen en de positie op de arbeidsmarkt* (SCP, 2017). Een lage sociaaleconomische status betekent dus dat men laagopgeleid is, relatief weinig inkomen heeft, en een ongunstige positie op de arbeidsmarkt heeft. Om de sociaaleconomische status van een geografisch gebied zoals een buurt in kaart te brengen, wordt daarnaast ook gekeken naar bijvoorbeeld de gemiddelde waarde van de huizen, het percentage personen dat beneden de armoedegrens leeft, het aandeel werklozen, het gemiddeld inkomen per persoon of het percentage eenoudergezinnen in het betreffende gebied (SCP, 2017).

### 3.3. Type onderzoek

In deze scriptie is sprake van een wisselwerking tussen inductief en deductief onderzoek. Er is al wel enige theorie bekend over het onderwerp, maar fitnessstoestellen in de openbare ruimte zijn een relatief nieuw fenomeen en er is nog maar weinig vergelijkbaar onderzoek gedaan. Er kan dus nog veel worden toegevoegd op basis van empirie. Op basis van het bestaande onderzoek is een

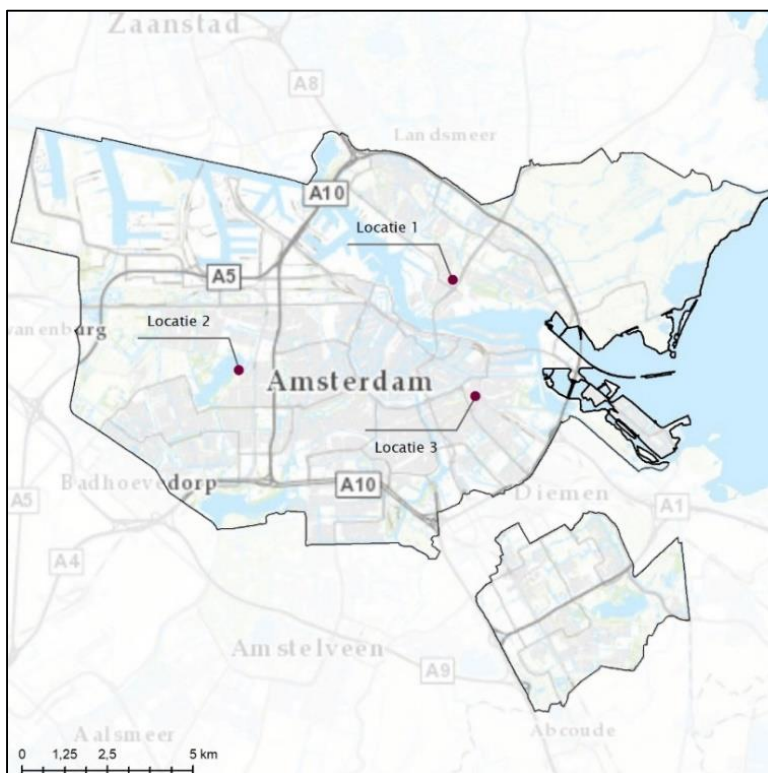
onderzoeksofzet gecreëerd, maar gedurende het onderzoek kwamen er nieuwe inzichten waarop het theoretisch kader later is aangevuld.

De hoofdvraag van dit onderzoek heeft informatie over ervaringen in het gebruik van outdoor fitnessstoestellen. Het meest geschikt hiervoor is een kwalitatieve onderzoeksstrategie. Met kwalitatief onderzoek kan er namelijk dieper in worden gegaan op ervaringen van respondenten (Bryman, 2012). Omdat de achterliggende doelen, motieven en afwegingen van de gebruikers, en de mogelijke variatie die hier binnen aanwezig is, centraal staan, is een kwalitatieve onderzoeksmethode voor dit onderzoek het meest geschikt (Bryman, 2012).

Het onderzoek bestaat uit drie (kleine) casestudies. Elke casestudie is een onderzoek naar een fitnessstoelstel in een andere wijk. Door een casestudie te doen is het mogelijk om een fenomeen in de specifieke context te onderzoeken, wat van belang is voor dit onderzoek, omdat de focus ligt op het onderzoeken van een fenomeen in buurten met specifieke karakteristieken (lage SES). Juist omdat elke casestudie erg context afhankelijk is, is er wel voor gekozen om drie verschillende casestudies binnen Amsterdam te doen. Door drie verschillende casestudies te doen binnen Amsterdam is er meer te zeggen over het gebruik van fitnessstoestellen in de openbare ruimte van buurten met een lage SES in Amsterdam, dan wanneer er slechts naar één locatie wordt gekeken.

### 3.4. Locaties

Cohen et al. (2012) concluderen in hun artikel dat de plaatsing van fitnessstoestellen in de openbare ruimte het meest effectief is in dichtbevolkte gebieden. Onder meer om deze reden is ervoor gekozen om dit onderzoek uit te voeren binnen verschillende buurten van Amsterdam, een van de dichtstbevolkte steden. Binnen Amsterdam wordt ingezoomd op fitnessstoestellen in de openbare ruimte van Amsterdam Noord (nabij de Johan van Hasseltweg), van Amsterdam West (in het Sloterpark) en Amsterdam Oost (nabij de Pontanusstraat), zoals te zien is op afbeelding 4. Er is voor deze drie specifieke plekken gekozen, omdat dit alle drie fitnessstoestellen zijn die geïnstalleerd zijn in



buurten die door het RIVM worden bestempeld als buurten met een lage SES (Volksgezondheidszorg.info, 2018). In het contextuele hoofdstuk worden de drie verschillende onderzoekslocaties uitgebreid beschreven.

*Afbeelding 4. Overzicht van de onderzoekslocaties. Locatie 1 is het Noorderpark, locatie 2 het Sloterpark en locatie 3 de Pontanusstraat. Bron. Auteur.*

### 3.5. Dataverzameling

Alle drie de locaties zijn op drie verschillende dagdelen bezocht. Er is voor gekozen om de toestellen gedurende verschillende dagdelen te bezoeken om zo een zo compleet mogelijk beeld van de gebruikers te kunnen schetsen, en zo veel mogelijk mensen te kunnen bereiken. Er is gekozen voor een tijdslot van 8.00 tot 10.00 uur, omdat dit mogelijk de ochtendsporters bereikt, mensen die voor hun werkdag begint gaan sporten. Het tweede tijdslot is tussen 11.00 en 13.00 uur, om de mensen die tijdens hun lunchpauze gaan sporten te bereiken. Ook is dit een tijdslot waarin de mensen met meer vrije tijd (zoals ouderen of werklozen) wellicht gebruik zullen maken van de toestellen. Tot slot is er gekozen voor een tijdslot van 19.00 uur tot 21.00 uur, om zo de mensen te bereiken die na hun werkdag sporten. Elke onderzoeksdag werden alle toestellen bezocht om de weersomstandigheden zo gelijk mogelijk te stellen. In onderstaande tabel is schematisch weergegeven hoe dit eruit zag.

Tabel 1. Schema van bezoek aan verschillende onderzoekslocaties.

Datum/dagdeel	Ochtend (8.00-10.00)	Middag (11.00-13.00)	Avond (19.00-21.00)
Woensdag 16 mei	Sloterpark	Noorderpark	Pontanusstraat
Donderdag 17 mei	Pontanusstraat	Sloterpark	Noorderpark
Dinsdag 22 mei	Noorderpark	Pontanusstraat	Sloterpark
Woensdag 23 mei	Pontanusstraat	Sloterpark	Noorderpark
Dinsdag 29 mei	Sloterpark	Noorderpark	Pontanusstraat
Woensdag 30 mei	Noorderpark	Pontanusstraat	Sloterpark

#### 3.5.1. Observaties

Bij alle drie de onderzoekslocaties zijn gedurende drie verschillende dagdelen observaties gedaan. Deze observaties bieden specifieke informatie over de demografische eigenschappen van de gebruikers (geslacht en leeftijdscategorie) en het type activiteit van de gebruikers (fysieke activiteit, zoals bedoeld, of overige activiteiten (zoals hangen of spelen)). Daarnaast is geregistreerd hoe laat de gebruikers aankwamen en na hoeveel minuten ze weer vertrokken, om zo de gebruiksduur van iedere gebruiker te kunnen analyseren. Deze observaties zijn gedaan aan de hand van een observatieinstrument (de ingevulde versie is te vinden in bijlage 4). De observatiemethode is een versimpelde versie van, en gebaseerd op, SOPARC (McKenzie et al., 2006). SOPARC is een observatieinstrument dat is ontwikkeld om het gebruik van parken en andere recreatieve plekken op structurele wijze te kunnen observeren. Met SOPARC is het mogelijk om de fysieke activiteit, het geslacht, de leeftijd en de etniciteit van verschillende parkgebruikers in te schatten. In dit onderzoek is het helaas niet mogelijk gebleken om op basis van uitsluitend observaties de etniciteit van de gebruikers te registreren, omdat dit op het oog niet altijd duidelijk is. In de SOPARC-methode wordt onderscheid gemaakt tussen 'latino, black, white or other' (McKenzie et al., 2006), maar in de Nederlandse context is dit onderscheid minder goed te maken. Daarnaast is uit de afgenomen interviews ook gebleken dat iemand die op het eerste (wat vooringenomen) oog een niet-Nederlandse nationaliteit heeft, wel een Nederlandse nationaliteit kan hebben of zich Nederlands kan voelen.

#### 3.5.2. Interviews

Dit onderzoek werd grotendeels uitgevoerd aan de hand van interviews. Het contextuele hoofdstuk is gedeeltelijk gebaseerd op een kwalitatief interview met twee beleidsmedewerkers van de



gemeente Amsterdam. In dit interview is gevraagd naar de gemeentelijke visie wat betreft de installatie van fitnessstoestellen in de openbare ruimte. Wie is de doelgroep? Wat voor soort toestellen worden geïnstalleerd? Waar worden de toestellen geplaatst en om welke reden? Dat soort vragen zijn in dit interview gesteld en op basis hiervan, in combinatie met secundaire data en beleidsstukken afkomstig van de website van de gemeente is het contextuele hoofdstuk (hoofdstuk 4) opgebouwd. De topiclist van het interview is te vinden in bijlage 3.

De eerste deelvraag wordt beantwoord aan de hand van de data die voortkomen uit interviews met gebruikers van het toestel. De onderzoeker heeft plaatsgenomen in de buurt van het toestel en de gebruikers na afloop van hun gebruik benaderd voor medewerking aan een kort interview. Het interview heeft zowel open als gesloten vragen. De vragen gaan over de persoonlijke kenmerken van de respondent en het gebruik van het toestel. De persoonlijke vragen zijn gesloten gesteld om de interviewtijd in te korten. Mensen die op straat worden aangesproken hebben waarschijnlijk een schema en daarom niet alle tijd. De open vragen van het interview gaan in op de mening en ervaring die men heeft ten opzichte van het toestel. Deze vragen zijn open gesteld om een zo gevarieerd en diepgaand mogelijke analyse te kunnen uitvoeren. Door de vragen open te stellen kunnen de meningen en ervaringen over en met het toestel namelijk beter worden toegelicht dan met gesloten vragen. Uit de data die voortkwam uit deze interviews is een beeld geschetst van de gebruikers van de toestellen en is geprobeerd de drijfveren voor hun gebruik te analyseren. De topiclist die als basis voor de interviews gold, is te vinden in bijlage 1.

Voor beantwoording van de tweede deelvraag wordt ook gebruik gemaakt van kwalitatieve, semigestructureerde interviews, maar dan met niet-gebruikers van de toestellen. Deze mensen werden benaderd als ze het toestel voorbijliepen, maar niet gebruikten. De interviews zijn gestructureerd, maar laten ook ruimte voor niet gestructureerde, open vragen over waarom ze de toestellen niet gebruiken. Hier werd een inzicht verkregen in de drempels die men ervaart tot het gebruiken van het toestel. Door ook deze mensen te interviewen wordt getracht een overzichtelijk beeld te schetsen van de groep mensen op wie het toestel wel een effect heeft en op welke groep mensen niet. De topiclist die als basis voor de interviews gold, is te vinden in bijlage 2. Eigen observaties van de onderzoeker (uitgebeeld in foto's) dienen hierbij ter ondersteuning.

De laatste deelvraag wordt beantwoord op basis van de interviews met zowel de gebruikers als de niet-gebruikers.

### **3.6. Respondenten**

Uiteindelijk zijn er voor dit onderzoek 22 interviews afgenomen, waarvan veertien met gebruikers en acht met passanten, oftewel niet-gebruikers. In tabel 2 is hiervan een overzicht te zien. Passanten bleken minder gewillig om mee te werken aan een onderzoek of waren, in het geval van de toestellen aan de Pontanusstraat, weinig aanwezig. Om deze reden zijn er ook buiten de aangegeven observatie-tijdsloten nog niet-gebruikers benaderd. De non-respons is niet bijgehouden, omdat dit niet van belang leek voor de uitkomsten van het onderzoek, maar het is wel van belang om te vermelden dat vrouwelijke gebruikers wel benaderd zijn, maar dat veel hen niet bereid waren om te participeren in dit onderzoek.

In eerste instantie is gefocust op het interviewen van gebruikers. Deze leken op voorhand lastiger te benaderen dan passanten, omdat de verwachting was dat ze schaarser zouden zijn dan niet-gebruikers. Op momenten dat er langdurig niemand gebruik maakte van de toestellen, is actief op

zoek gegaan naar passanten, oftewel niet-gebruikers, om te benaderen voor een interview. Er zijn zoveel mogelijk mensen aangesproken, waardoor de selectie van respondenten vrij willekeurig was, maar enige voorkeur van de interviewer kan helaas nooit worden uitgesloten.

Tabel 2. Overzicht van de geïnterviewde respondenten.

Nummer	Locatie	Geslacht	Leeftijd	Gebruik
1	Sloterpark	Man	65	Gebruiker
2	Sloterpark	Man	26	Gebruiker
3	Sloterpark	Man	40	Gebruiker
4	Sloterpark	Man	76	Gebruiker
5	Noorderpark	Man	34	Gebruiker
6	Noorderpark	Vrouw	47	Gebruiker
7	Noorderpark	Man	72	Niet-gebruiker
8	Pontanusstraat	Man	41	Gebruiker
9	Sloterpark	Man	27	Gebruiker
10	Sloterpark	Man	28	Gebruiker
11	Sloterpark	Twee mannen	28 en 31	Gebruiker
12	Sloterpark	Man	23	Gebruiker
13	Sloterpark	Man	23	Gebruiker
14	Noorderpark	Man	37	Niet-gebruiker
15	Noorderpark	Vrouw	57	Niet-gebruiker
16	Noorderpark	Vrouw	46	Niet-gebruiker
17	Sloterpark	Man	58	Gebruiker
18	Sloterpark	Man	56	Gebruiker
19	Pontanusstraat	Vrouw	22	Niet-gebruiker
20	Noorderpark	Vrouw	29	Niet-gebruiker
21	Sloterpark	Man	58	Niet-gebruiker
22	Sloterpark	Vrouw	-	Niet-gebruiker

### 3.7. Data-analyse

Alle interviews zijn woord voor woord uitgetypt en gecodeerd met behulp van het programma Nvivo. Hierbij is de vergaarde data onderverdeeld in hoofdthema's en subthema's. Bij deze analyse zijn de hoofdthema's 'drijfveren', 'belemmeringen' en 'verbeteringen' aangehouden en zijn verschillende subthema's toegevoegd. De hoofd- en subthema's zijn als leidraad gebruikt in het beantwoorden van de onderzoeksvragen. Bij deze analyse in hoofdstuk 5 zijn de participanten anoniem vermeld. Voor het in beeld brengen van de verschillende drijfveren is gecategoriseerd naar gezondheidsmotieven (een combinatie van wat Deelen (2011) nuttigheids- en bewegingsmotieven noemt), leermotieven en sociale motieven. Om de verschillende soorten belemmeringen tot het gebruik van outdoor fitness helder uiteen te zetten is voor een indeling naar het model van Giles-Corti et al. (2005) gekozen, waarin onderscheid wordt gemaakt tussen factoren op individueel niveau, sociaal niveau en op het niveau van de fysieke omgeving.

### 3.8. Beperkingen van de methode

Een van de grootste beperkingen van deze manier van onderzoek doen, is dat de interviews maar van beperkte lengte kunnen zijn. Mensen zijn bezig met sport of onderweg naar een volgende activiteit en kunnen of willen niet lang gestoord worden voor een interview. Ze worden voor hen onverwachts

benaderd en hebben hier geen rekening gehouden in hun schema. Vanwege de beperkte interviewlengte kan het zijn dat belangrijke informatie niet geheel aan de oppervlakte komt. Deze beperking is getracht te compenseren door het onderzoek aan te vullen met observaties waaruit ook al veel informatie naar voren komt. Daarnaast is op deze beperking ingespeeld door de belangrijkste vragen van het interview eerst te stellen en hiermee niet te wachten totdat eerst algemene vragen zijn beantwoord, zoals gebruikelijker is bij lange interviews.

Daarnaast is een evidente beperking van deze manier van onderzoek doen dat er niet extreem veel respondenten benaderd kunnen worden. De tijdsperiode van dit onderzoek is niet lang genoeg en de onderzoeksmethode is niet geschikt om een dermate groot respondentenaantal te behalen dat het onderzoek goed scoort op externe validiteit. Het feit dat de externe validiteit van dit onderzoek niet groot is, betekent dat de resultaten niet te generaliseren zijn naar bredere bevolkingsgroepen of andere cases. Toch is er voor deze onderzoeksmethode gekozen, omdat het de beste manier lijkt om een inzicht te krijgen in de perceptie en ervaringen van gebruikers van fitnessstoestellen. Op een kwantitatieve manier, door middel van enquêtes, zouden wellicht meer respondenten benaderd kunnen worden, en was de externe validiteit groter geweest, maar dat voegt minder toe aan het bestaande onderzoek en duidt niet altijd (volledig) wat de respondent écht vindt of ervaart.



## Hoofdstuk 4. Context

Om een beter beeld van de Amsterdamse situatie omtrent sporten in de openbare ruimte te vergroten wordt in dit hoofdstuk hierover enige context geboden. Daarnaast wordt in dit hoofdstuk ook een beschrijving van de verschillende onderzoekslocaties gegeven zodat de onderzoeksresultaten in de juiste context geplaatst kunnen worden.

### 4.1. Lokaal beleid omtrent sport in de openbare ruimte

‘Amsterdam wil een beweegvriendelijke stad zijn, een stad die uitnodigt tot bewegen.’, is de eerste regel van het boek ‘De beweegvriendelijke stad’, dat in 2017 is uitgebracht in opdracht van de Gemeente Amsterdam. Het boek beschrijft hoe de beweegvriendelijke stad er volgens de gemeente Amsterdam uit hoort te zien. De visie van de gemeente onderstreept het belang van sport in de stad en ziet in dat het ongeorganiseerd sporten in de openbare ruimte in opkomst is, en dat hier op in gespeeld moet en kan worden (de Bont, 2017). Het creëren van een beweeg- en sportvriendelijke openbare ruimte is ook een van de negen speerpunten in de Sportvisie 2025 van de gemeente Amsterdam. De gemeente erkent dat mensen met een lage SES, minder sportief zijn, door een gebrek aan motivatie of mogelijkheden (voorzieningen, tijd en geld) (De Bont, 2017), en dat er voor de stad Amsterdam een taak ligt om ook deze mensen te voorzien in voldoende en goede beweegruijnte, ‘zodat iedereen wordt verleid tot meer sport en bewegen.’ (De Bont, 2017: 88). Hiervoor is ook het beleidsprogramma ‘De Bewegende Stad’ gecreëerd. In het programma ‘Bewegende Stad’ wordt de zogenoemde beweeglogica uitgewerkt. De beweeglogica steunt op vier belangrijke peilers (Gemeente Amsterdam, n.d.):

- De Bewegende Stad geeft ruim baan aan de fietser en voetganger.
- In de Bewegende Stad is sport om de hoek.
- De Bewegende Stad is een speeltuin.
- In de Bewegende Stad wordt niet stilgezeten.

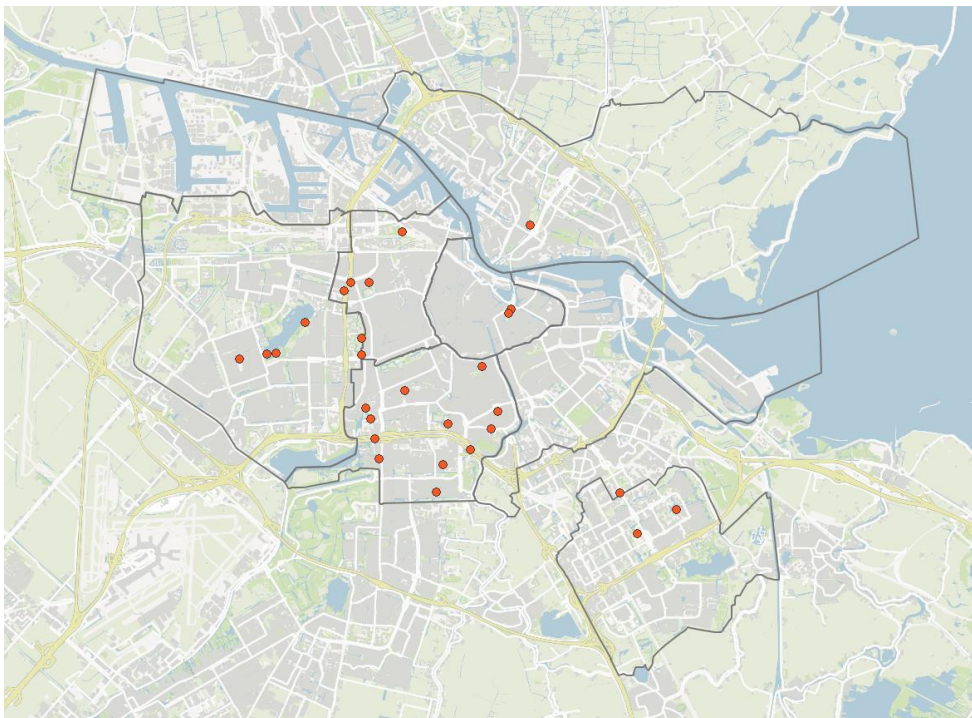
In dit programma is een aantal richtlijnen met betrekking op de inrichting van de openbare ruimte opgenomen, waar de stedenbouwkundigen en stadsbestuurders zich aan dienen te houden. Het beleid is erop gericht om openbare ruimte in te richten voor sport en bewegen, want ‘dat geeft plekken identiteit en maakt de stad aantrekkelijker als vestigingsplaats.’ (De Bont, 2017: 89). De gemeente heeft een aantal ambities opgesteld met betrekking tot sport in de stad. Ze willen dat sport een open karakter heeft, letterlijk en figuurlijk. Dit houdt in dat de ambitie is om sportparken openbaar(der), multifunctioneler en toegankelijker te maken (De Bont, 2017: 90). Daarnaast is een ambitie om de openbare ruimte binnen de stad zo in te richten dat deze zoveel mogelijk mogelijkheden biedt voor sport en bewegen. Dit houdt in dat niet alle ruimte een bestemming hoeft te krijgen, beweeguitdagingen gecreëerd moeten worden en dat er ruimte voor sport moet worden geboden (De Bont, 2017: 91). Tot slot is een derde ambitie binnen het domein Sport, om het water binnen Amsterdam te benutten als beweegruijnte. Met name de tweede ambitie (De Stad als Sportschool) is een ambitie waar waar de installatie van fitnessstoestellen in de openbare ruimte een rol in zou kunnen spelen.

### 4.2. Lokaal beleid omtrent fitnessstoestellen in de openbare ruimte

Om beter inzicht te krijgen in de besluitvorming rondom de installatie van outdoor fitnessstoestellen in Amsterdam is gesproken met Nelleke Penninx en Laura Hakvoort, twee beleidsmedewerkers (van de afdeling Sport en Bos en Ruimte en Duurzaamheid), die beiden betrokken zijn bij het programma

De Bewegende Stad. Het beleid omtrent de installatie van fitnessstoestellen in de openbare ruimte ligt volgens hen anders dan het algemene beleid omtrent sport. Het zijn kleine interventies die op bestuurlijk niveau geïnitieerd worden, maar ook vaak initiatieven zijn vanuit de buurt. In de bestaande stad ligt de besluitvorming rond de inrichting van de openbare ruimte in handen van de verschillende stadsdelen, maar in nieuwe delen van de stad is het planningsproces vaak te grootschalig en ligt de besluitvorming rondom de inrichting van de openbare ruimte bij het centrale stadsbestuur. Het verschilt dus per buurt welk bestuursorgaan verantwoordelijk is, maar meestal ligt het binnen de afdeling Openbare Ruimte bij elk stadsdeel, en is de afdeling Sport er dus niet direct bij betrokken. Fitnessstoestellen in de openbare ruimte worden zeker als kans beschouwd om de openbare ruimte beweeg- en sportvriendelijker in te richten, maar het is niet zo dat er een centrale richtlijn is over wat voor en waar er precies toestellen moeten komen, zoals dat wel het geval is bij andere sportfaciliteiten zoals voetbalvelden. Er is in het kader van de groei van de stad wel een aantal thematische studies gedaan. Op basis daarvan is een overzicht gecreëerd waar sportvoorzieningen nodig zijn. Daarin is geadviseerd om openbare sportvoorzieningen langs bestaande hardlooproutes aan te leggen, en met name langs de groenblauwe structuren van de stad. Soms wordt heel goed over nagedacht over de locatie van een nieuw fitnessstoestel, maar soms is het ook een snelle oplossing als de ruimte verder nog niet aan de eisen van een beweegvriendelijke ruimte voldoet. Het verschilt dus per toestellocatie met hoeveel aandacht gekeken is naar het potentieel van een fitnessstoestel op die specifieke plek.

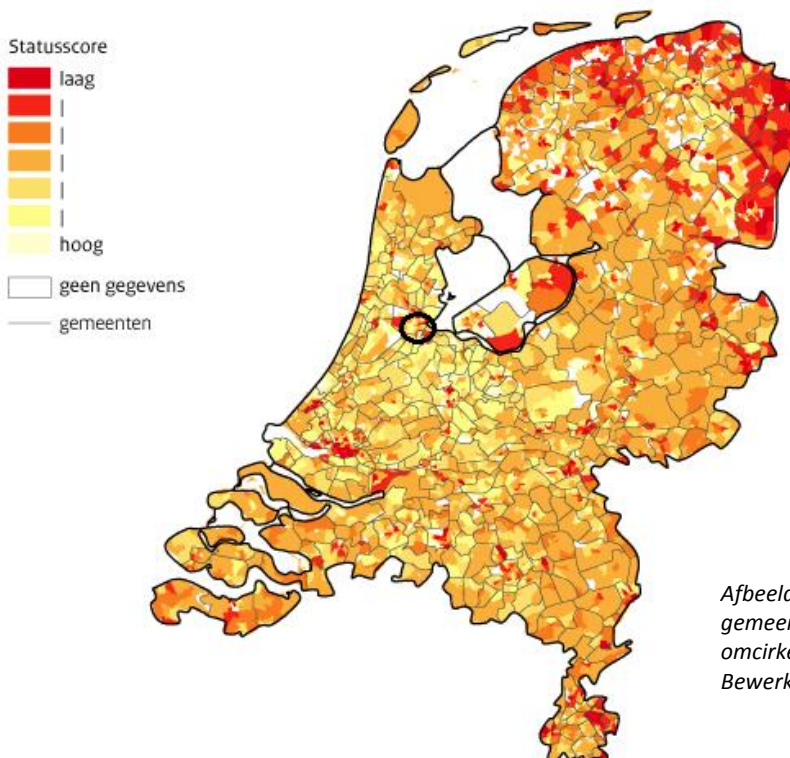
Mede doordat de verantwoordelijkheid omtrent de installatie van de fitnessstoestellen in de openbare ruimte vrij diffuus is, is er geen overzichtelijke kaart van alle fitnessfaciliteiten binnen de gemeente. Op afbeelding 5 is enige kaart die beschikbaar is te zien, maar de gemeente geeft toe dat hier niet alle toestellen die momenteel in de stad geïnstalleerd zijn, op aangegeven staan.



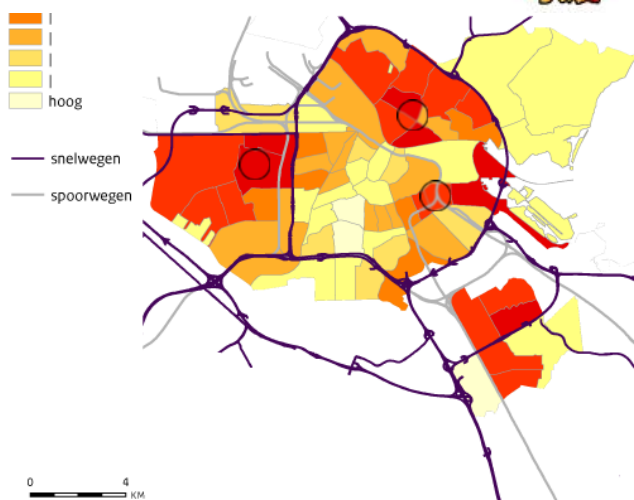
Afbeelding 5. Fitnessstoestellen in de openbare ruimte binnen de gemeente Amsterdam. Bron: Gemeente Amsterdam (2018b).

### 4.3. Onderzoekslocaties

Alle drie de onderzoekslocaties liggen in buurten met een lage SES. De recentste gegevens over de sociaaleconomische status van en in Nederland stammen uit 2016. De kaart (afbeelding 7) die hiermee is samengesteld is gebaseerd op gegevens van het SCP. De kaart laat zien dat voornamelijk het noorden van Nederland kampt met lagere statusscores dan de Randstad. Wanneer wordt ingezoomd op de gemeente Amsterdam verschijnt er een ander beeld. Binnen de gemeente Amsterdam zijn er ook enkele wijken die laag scoren, met name in Nieuw-West, Noord en Zuidoost. In de rechterfiguur zijn de onderzoekslocaties omcirkeld om aan te tonen dat de buurten waarin de onderzochte fitnessstoestellen alle drie gelijkwaardig scoren qua sociaaleconomische positie.



Afbeelding 6. Sociaal Economische Status per gemeente, van Nederland. De regio Amsterdam is omcirkeld. Bron: Volksgezondheidszorg.info (2018). Bewerkt door: auteur.

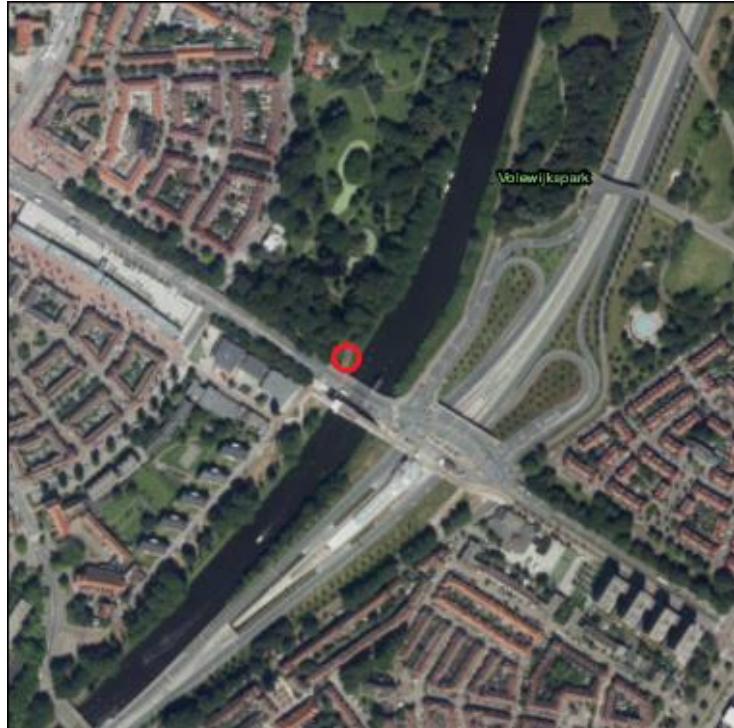


Afbeelding 7. Sociaal Economische Status per wijk, binnen de gemeente Amsterdam. Onderzoekslocaties zijn omcirkeld. Bron: Volksgezondheidszorg.info (2018). Bewerkt door: auteur.



#### 4.3.1. Locatie 1: fysieke omgeving

Onderzoekslocatie 1 bevindt zich in Amsterdam Noord, langs een fietspad dat van het IJplein naar het Noorderpark leidt. Officieel ligt de onderzoekslocatie in de Bloemenbuurt Zuid, maar het ligt vlakbij een kruispunt van buurtgrenzen. Het ligt dus ook vlakbij de Van der Pekbuurt. Samen met de Bloemenbuurt Noord vormen deze drie buurten samen de wijk Volewijk. Aan de andere kant van het Noordhollandsch kanaal zijn de Vogelbuurt Noord en Zuid te vinden, tezamen de wijk IJplein/Vogelbuurt genoemd. Het Noordhollandsch kanaal kan als barriere tussen de wijken worden gezien omdat er maar weinig bruggen zijn. De meeste bezoekers van het toestel zullen naar alle waarschijnlijkheid uit Volewijk afkomstig zijn, omdat de toestellen vanuit deze wijk het best (te voet) te bereiken zijn.

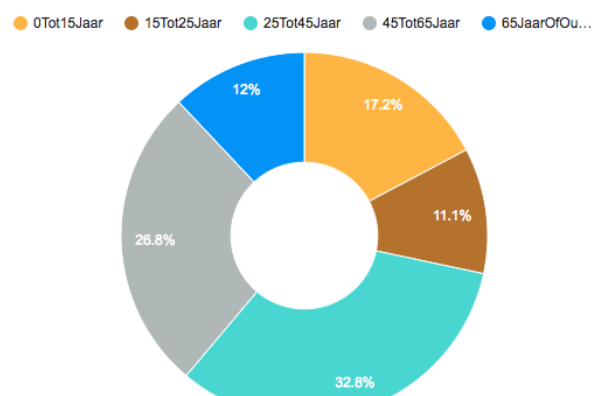


Afbeelding 6. Satellietbeeld van de onderzoekslocatie in het Noorderpark. Bron: Arcgis. Bewerkt door: auteur.

Omdat de toestellen op deze onderzoekslocatie weliswaar aan de rand, maar in een park staan, zijn er in de directe omgeving weinig andere voorzieningen. Of afbeelding 6 is dit te zien.

#### 4.3.2. Locatie 1: demografisch

In Volewijk woonden op 1 januari 2017 9.731 personen (Gemeente Amsterdam, 2018a). Daarvan is 49,4% vrouw en 51,1% man (AlleCijfers.nl, 2018). De leeftijdsverdeling is weergegeven op figuur 2. Het grootste deel van de inwoners is 25 tot 54 jaar, maar dit is dan ook een bredere categorie dan de meeste andere leeftijdscategorieën. 12% van de inwoners is 65 jaar of ouder, wat vergelijkbaar is met het gemeentelijk gemiddelde (Gemeente Amsterdam, 2018a).



Figuur 2. Leeftijdsverdeling in Volewijk. Bron: AlleCijfers.nl, 2018

Meer dan de helft van de inwoners heeft migratieachtergrond. 11,7% heeft een westerse achtergrond en maar liefst 38,7% van de inwoners heeft een niet-westerse achtergrond. Van alle inwoners van Volewijk met een migratie-achtergrond hebben de meesten een Westerse, Marokkaanse of Surinaamse achtergrond (AlleCijfers.nl, 2018).

Het feit dat Volewijk laag scoort op de sociaaleconomische status index is onder andere te verklaren door een hoog percentage laagopgeleiden. 43% van de bewoners van Volewijk is



laagopgeleid, terwijl het aandeel laagopgeleiden van Amsterdam in totaal op 25% ligt (Gemeente Amsterdam, 2018). Het gemiddelde besteedbaar huishoudinkomen ligt in Volewijck ook lager dan in Amsterdam als geheel, namelijk op 24.600 euro, tegeover 33.200 euro van de gehele stad Amsterdam. Daarnaast heeft 36% van alle huishoudens in Volewijck een inkomen (tegen 24,2% in heel Amsterdam). Tot slot ligt hier ook de WOZ-waarde per vierkante meter fors onder het gemiddelde, namelijk 2.944 euro ten op zichte van gemiddeld 3.833 euro per vierkante meter in de gehele stad Amsterdam (Gemeente Amsterdam, 2018).

#### 4.3.3. Locatie 2: fysieke omgeving

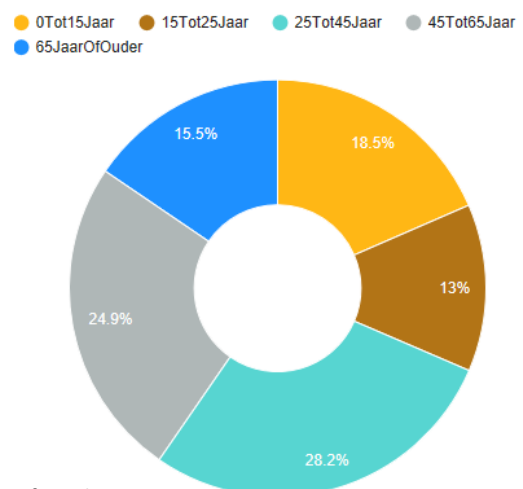
Onderzoekslocatie 2 bevindt zich in het Sloterpark, aan de oever van de Sloterplas, zoals te zien is op afbeelding 7. De onderzoekslocatie behoort officieel tot de wijk Slotervaart Noord. Slotervaart Noord bestaat uit de Emanuel van Meterenbuurt, Jacob Geelbuurt en de buurt Oostoever Sloterplas. De toestellen op deze onderzoekslocatie liggen aan een populaire hardlooproute van circa zes kilometer, die rondom de Sloterplas leidt. Om deze reden zullen er ook veel parkbezoekers uit andere omliggende wijken van de Sloterplas zoals Osdorp-Oost en Slotermeer-Zuidwest de toestellen passeren en/of gebruiken.



Afbeelding 7. Satellietbeeld van de onderzoekslocatie in het Sloterpark. Bron: Arcgis. Bewerkt door: auteur.

#### 4.3.4. Locatie 2: demografisch

Op 1 januari 2017 woonden er 7.897 mensen in Slotervaart Noord (Gemeente Amsterdam, 2018). 60,1% heeft een migrantie-achtergrond. Van al deze mensen met een migratieachtergrond hebben de meeste mensen een marrokaanse (29,1%), Westerse (24,9%) of Turkste (18,7%) achtergrond (AlleCijfers.nl, 2018). Van deze 7.897 mensen was 15.5% 65 jaar of ouder (zie figuur 3), wat meer dan gemiddeld is voor Amsterdam. Gemiddeld is namelijk maar 12,4 procent van alle Amsterdamse inwoners 65 jaar of ouder (Gemeente Amsterdam, 2018).

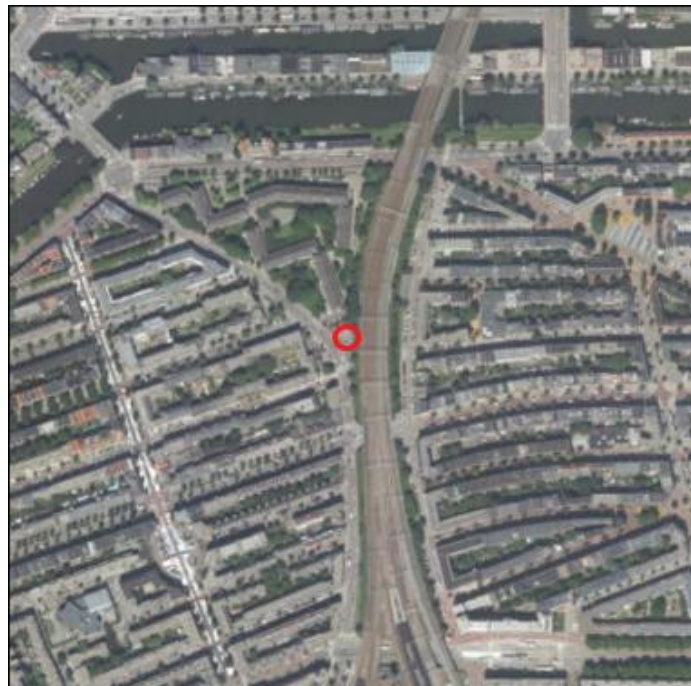


Figuur 3. Leeftijdsverdeling in Slotervaart Noord. Bron: AlleCijfers.nl, 2018

Ook Slotervaart Noord scoort laag wat betreft sociaaleconomische status. Dit is te wijden aan een aantal kenmerken van de buurt. Zo is 33% van de wijk laagopgeleid en is 11,4% van de huishoudens een eenoudergezin. In Slotervaart Noord heeft 25% van de huishoudens een laag inkomen, wat overeenkomt met het stedelijk gemiddelde (24,2%), maar in omliggende buurten in Slotermeer-Zuidwest ligt dit percentage vrij hoog, namelijk op 33% (Gemeente Amsterdam, 2018a). Het gemiddeld besteedbaar huishoudinkomen ligt in Slotervaart Noord ook lager dan het stedelijk gemiddelde, namelijk op 31.600 euro. Tot slot bedraagt de gemiddelde WOZ-waarde per vierkante meter in deze wijk 2.6802 euro, wat ook minder is dan het stedelijke gemiddelde (Gemeente Amsterdam, 2018a).

#### 4.3.5. Locatie 3: fysiek

Onderzoekslocatie 3 is aan de rand van de Dapperbuurt, gelegen aan de Pontanusstraat. De fitnessstoestellen op deze locatie staan op een stuk openbare ruimte tussen een spoorweg en de Pontanusstraat, die de Dapperbuurt aan de oostzijde omsluit, zoals op afbeelding 8 te zien is. Naast de toestellen is een klein basketbalveld aangelegd en een tafeltennistafel geplaatst. Dit deel van de Dapperbuurt heeft hoofdzakelijk een woonfunctie, maar de voorzieningen, horeca en winkels zijn niet ver weg en veelal te vinden op de nabijgelegen Javastraat. De toestellen zijn in theorie ook goed te bereiken voor mensen uit de buurt aan de andere kant van het spoor, de Indische Buurt West. Ook station Muiderpoort licht nabij, waardoor het in theorie ook mogelijk is dat de toestellen gebruikt worden door mensen uit een andere wijk (of stad).

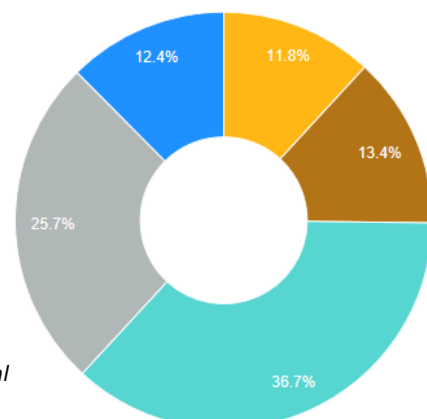


Afbeelding 8. Satellietbeeld van de onderzoekslocatie aan de Pontanusstraat. Bron: Arcgis. Bewerkt door: auteur.

#### 4.3.6. Locatie 3: demografisch

In de Dapperbuurt woonden op 1 januari 2017 9.755 personen. Deze buurt heeft vrij veel inwoners tussen de 25 en de 65 jaar, en opvallend weinig jongeren (zie figuur 4). Het percentage ouderen is wel vergelijkbaar met het gemiddelde van Amsterdam. Ook in de Dapperbuurt ligt het percentage inwoners met een migratie-achtergrond vrij hoog, namelijk op 53,5%. Van deze groep mensen heeft het overgrote deel een Westerse migratie-achtergrond (28,7%), en ook vrij veel

0Tot15Jaar 15Tot25Jaar 25Tot45Jaar 45Tot65Jaar  
65JaarOfOuder



Figuur 4. Leeftijdsverdeling van de Dapperbuurt. Bron: allecijfer.nl

een Marrokaanse (21,7%) of Surinaamse (15,2%) achtergrond (AlleCijfers.nl, 2018).

Qua sociaaleconomische status scoort de Dapperbuurt ook vrij laag. Kenmerkend voor de Dapperbuurt is dat er relatief veel sociale huurwoningen staan (62% van de woningen valt onder sociale huur, terwijl in Amsterdam als geheel het gemiddelde op 53% ligt). Het gemiddeld besteedbaar huishoudinkomen ligt in de Dapperbuurt ook lager dan het stedelijk gemiddelde, namelijk op 28.700 euro. Niet verrassend is het dan ook dat het percentage lage inkomenshuishoudens in de Dapperbuurt dan ook vrij hoog is, namelijk 32%. Vergeleken bij het stedelijk gemiddelde (24,2%) is dit dus relatief veel (Gemeente Amsterdam, 2018a).



## Hoofdstuk 5. Resultaten en analyse

In dit hoofdstuk staan de verzamelde data centraal. Aan de hand van de verzamelde data wordt een antwoord op de hoofdvraag 'Hoe leveren fitnestoestellen in de openbare ruimte een bijdrage aan de beweegdeelname in buurten met een lage sociaaleconomische status?' gezocht. In de conclusie van dit hoofdstuk zal de koppeling worden gemaakt tussen de onderzoeksresultaten en de theoretische inzichten uit het theoretisch kader en het contextuele hoofdstuk. Zoals in het methodologische hoofdstuk is toegelicht bestaat de dataverzameling uit een combinatie van observaties en semigestructureerde straatinterviews.

### 5.1. Observaties: Sloterpark is het populairst

In totaal is, verspreid over zes doordeweekse dagen, drie keer per dag, twee uur lang, geobserveerd. In het methodologische hoofdstuk is toegelicht hoe dit schema eruitzag en hoe het tot stand is gekomen. Verschillende karakteristieken van de mensen die tijdens deze uren gebruik hebben gemaakt van de fitnesstoestellen op de uitgekozen locaties, zijn geregistreerd. Zoals in tabel 3 is af te lezen, zijn er gedurende de observatietijdsloten 101 gebruikers geobserveerd.

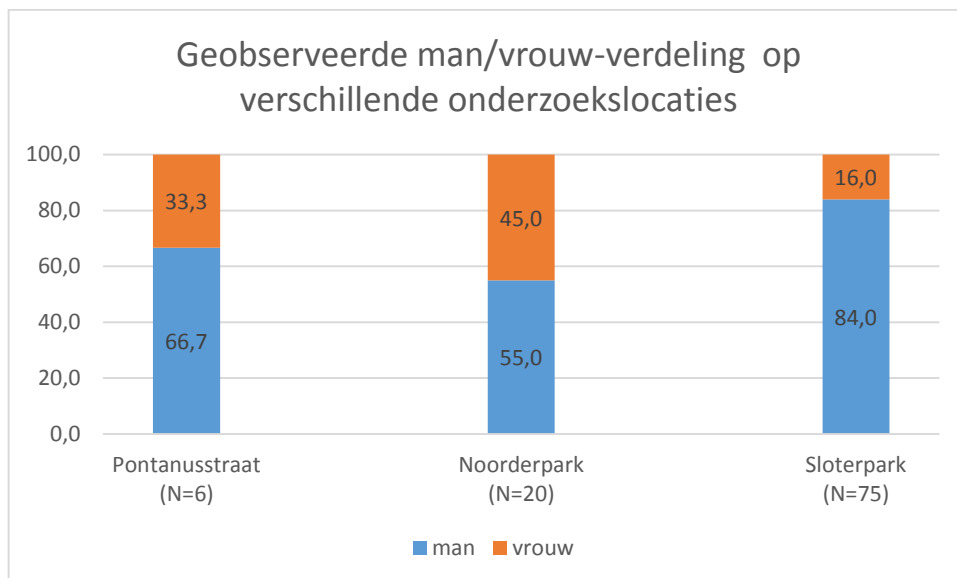
Tabel 3. Totaal aantal geobserveerde gebruikers per dag en locatie.

	16 mei	17 mei	22 mei	23 mei	29 mei	30 mei	Totaal
Pontanusstraat	1	1	1	0	0	3	<b>6</b>
Noorderpark	3	0	5	1	7	4	<b>20</b>
Sloterpark	8	13	21	8	10	15	<b>75</b>
<b>Totaal</b>							<b>101</b>

Aan deze kwantitatieve data die is voorgekomen uit de observaties is te zien dat de toestellen op de onderzoekslocatie in het Sloterpark veel meer gebruikt worden dan de toestellen op de andere twee onderzoekslocaties, in het Noorderpark en de Pontanusstraat. Aan de hand van de data die voort is gekomen uit de straatinterviews wordt onder andere een mogelijke verklaring voor dit verschil per locatie gezocht.

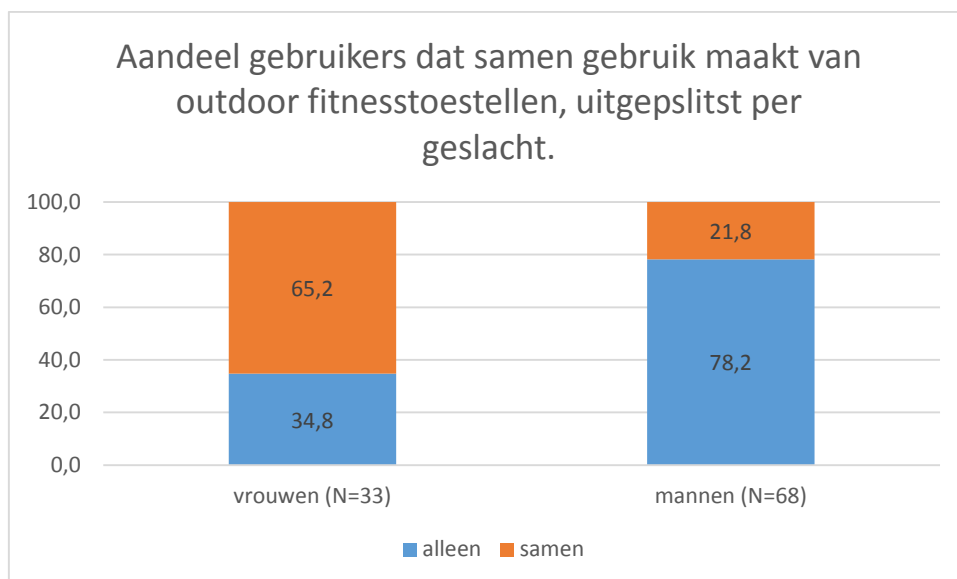
#### 5.1.1. Man-vrouwverdeling

Tijdens het observeren is behalve het aantal gebruikers ook het geslacht en een leeftijdsinschatting van de gebruikers geregistreerd. In figuur 5 is de man/vrouw-verdeling tussen de verschillende onderzoekslocaties weergegeven. Op elke locatie zijn meer mannen dan vrouwen geregistreerd en met name in het Sloterpark was er sprake van een groot verschil. Het type toestellen is hetzelfde, dus oorzaken hiervan liggen wellicht aan de verschillende soorten van fysieke omgeving van de onderzoekslocaties.



Figuur 5. Geobserveerde man/vrouw-verdeling op verschillende onderzoekslocaties uit dit onderzoek. Uitgedrukt in percentages van het totaal aantal geobserveerde gebruikers. Bron: auteur.

Een andere conclusie over het verschillend gebruik tussen mannen en vrouwen die getrokken kan worden naar aanleiding van de observaties is dat vrouwen vaker in gezelschap gebruik maken van de openbare fitnessstoestellen dan mannen. Dit is weergegeven op figuur 6.

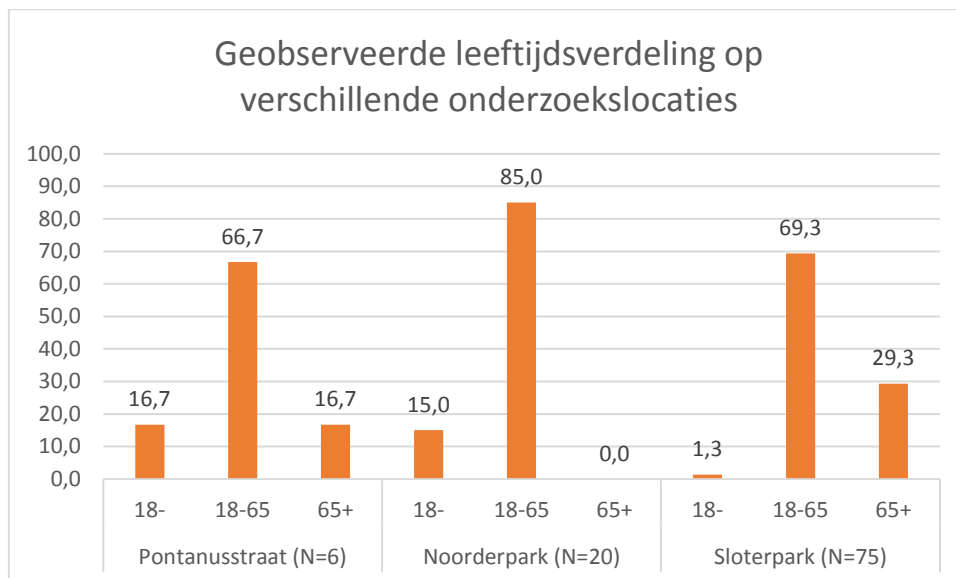


Figuur 6. Percentage gebruikers dat individueel en samen gebruik maakt van outdoor fitnessstoestellen in dit onderzoek, uitgesplitst per geslacht.

### 5.1.2. Leeftijdsverdeling

In figuur 7 is de leeftijdsverdeling per locatie uitgesplitst. Uit de gegevens uit deze tabel blijkt dat het merendeel van de gebruikers in de categorie 18-65 jaar valt. Dit komt deels doordat deze leeftijdscategorie het breedst is. Opvallend is de bevinding dat bijna de helft van de gebruikers in het Sloterpark ouder dan 65 jaar is, terwijl op de andere locaties in het totaal één 65+'er is geregistreerd. Het feit dat relatief veel senioren de toestellen in het Sloterpark gebruiken is in lijn met de studies van Stride et al. (2017) en Chow (2013), waarin geconcludeerd werd dat fitnessstoestellen in de openbare ruimte een geschikte manier zijn om ouderen in beweging te brengen. Een mogelijke

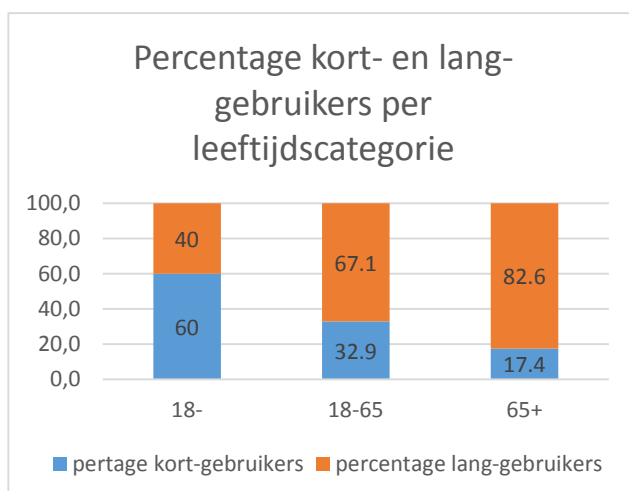
verklaring voor het verschil tussen de verschillende locaties kan eigenlijk niet worden gewijd aan de demografie van de buurten. In Slotervaart Noord wonen wel relatief iets meer ouderen dan rond de andere twee onderzoekslocaties, maar dit verschil is te groot om het daaraan te kunnen wijden. Ook is de aard en de kwaliteit van de toestellen min of meer hetzelfde. Dit betekent dat de verklaring hoogstwaarschijnlijk gezocht moet worden in (aspecten uit) de verschillende fysieke omgevingen van de onderzoekslocaties. In het Sloterpark staan de toestellen op een rustig en open veld, in tegenstelling tot de toestellen in de Dapperbuurt en het Noorderpark, waar de toestellen zich nabij grote verkeerswegen bevinden (zie ook paragraaf 5.1.2.).



Figuur 7. Geobserveerde leeftijdsverdeling op verschillende onderzoekslocaties uit dit onderzoek. Uitgedrukt in percentages van het aantal geobserveerde gebruikers per locatie. Bron: auteur.

### 5.1.3. Gebruiksduur

Onderstaande figuur laat zien dat binnen de groep van 18 jaar en jonger, 60% de toestellen kort gebruikt. 'Kort' betekent vijf minuten of korter. Bij de groep 18- tot 65-jarigen is het aandeel kortgebruikers veel kleiner en gebruikt maar liefst 67,1 procent de toestellen langer dan vijf minuten. Bij de groep ouderen van 65 jaar en ouder ligt dit percentage van langgebruikers zelfs op 82,6 procent. Over het algemeen kan dus gesteld worden dat ouderen de toestellen in de meeste gevallen langer dan vijf minuten gebruiken terwijl jongeren vaker vluchtig gebruik maken van de toestellen.



Figuur 8. Het percentage kort (vijf minuten of minder)- en lang (zes minuten of langer)-gebruikers per leeftijdscategorie tijdens observaties op de drie verschillende onderzoekslocaties van dit onderzoek. Bron: auteur.

## 5.2 Gebruikers en hun drijfveren

In totaal zijn veertien interviews afgenomen met gebruikers van de verschillende toestellen. Hiervan zijn twee interviews afgenomen met gebruikers van de toestellen in het Noorderpark, één met een gebruiker van de toestellen aan de Pontanusstraat en elf met verschillende gebruikers van de toestellen in het Sloterpark. Iedere respondent in het Sloterpark en op de Pontanusstraat kwam daadwerkelijk uit de buurt van het toestel. In het Noorderpark kwam ook één respondent uit de betreffende buurt, en één respondent niet. Deze respondent gaf aan niet uit de buurt te komen, maar vlakbij het toestel te werken. In paragraaf 3.6 is hiervan een overzicht gegeven.

Uit de observaties is reeds naar voren gekomen dat bepaalde groepen mensen vaker gebruik maken van de toestellen dan anderen. Er zijn veel verschillende resultaten over de identiteit en de motieven tussen de verschillende groepen gebruikers naar voren gekomen als deze worden opgesplitst in leeftijd. Tussen de gebruikers mét migratieachtergrond en de gebruikers zonder migratieachtergrond of tussen laag- en hoogopgeleiden zijn echter geen duidelijke verschillen in drijfveren of gebruik naar voren gekomen. Wel kan geconcludeerd worden dat de meerderheid van de respondenten een migratieachtergrond heeft en laagopgeleid is. Het is niet gezegd dat deze groep respondenten met een lage SES een tekenend beeld geeft van het aandeel gebruikers met een lage SES, maar het geeft aan dat de toestellen wel degelijk gebruikt worden door mensen met een lage SES. Het betekent daarentegen niet de toestellen uitsluitend door mensen met een lage SES gebruikt worden, er zijn namelijk ook meerdere respondenten geweest die aangaven hoogopgeleid te zijn en een goed betaalde baan te hebben.

Om de data structureel weer te kunnen geven is ervoor gekozen om te analyseren in hoeverre de genoemde motieven ook hier zijn in te delen in de indeling die in de literatuur wordt gemaakt, tussen gezondheidsmotieven, leermotieven, en sociale motieven. Echter, niet alle genoemde drijfveren voor het gebruik van outdoor fitness toestellen blijken in deze categorisering te passen. Daarom is in dit hoofdstuk ook een categorie 'laagdrempeligheidsmotieven' toegevoegd. In paragraaf 5.2.5 wordt dit verder toegelicht.

### 5.2.1. Gezondheidsmotieven

Gezondheidsmotieven zijn een combinatie van wat Deelen (2011) nuttigheids- en bewegingsmotieven noemt. Motieven zoals fit en gezond willen blijven, lekker willen bewegen, sport als uitlaatklep, en spanning willen voelen vallen binnen deze categorie.

Uit de interviews blijkt dat de toestellen op verschillende manieren gebruikt worden. Mensen die overdag veel tijd hebben, zoals ouderen, maken relatief lang gebruik van de toestellen. Het sporten op de toestellen wordt door ouderen als aparte activiteit gezien en niet als activiteit die snel even tussen andere activiteiten door gedaan wordt. Het sporten op de toestellen is voor hen de hoofdactiviteit en wordt niet gecombineerd met andere sporten of activiteiten. Dit zijn ook de mensen die aangeven dat ze de toestellen lopend of met de fiets bezoeken; de beweging op de toestellen is voor de ouderen intensief dus genoeg: *“Vroeger ging ik hardlopen en zag ik ze ook staan. Nu ben ik een dagje ouder en kom ik lopend.”* (Man, 65 jaar, Sloterpark), *“Voorheen fietste ik meer, en nu fiets ik hiernaartoe, en doe dan hier krachtoefeningen.”* (Man, 76 jaar, Sloterpark). Deze mensen nemen de tijd en zien hun inspanning op de toestellen als voldoende beweging.

De ouderen zijn eensgezind over hun drijfveren om gebruik te maken van de toestellen. Ze geven allemaal aan dat de belangrijkste reden van hun gebruik hun gezondheid is. Ze willen graag in



beweging blijven om fysieke aftakeling tegen te gaan: *“Ik train om in beweging te blijven. Ik word een dagje ouder en bewegen is goed voor mijn lichaam. Ik fiets dan een rondje om de Sloterplas en doe hier mijn oefeningen.”* (Man, 76 jaar, Sloterpark). Dit strookt met de uitkomsten uit de onderzoeken van Visser en Van den Dool (2016), en Allender, Cowburn en Foster (2006) die beiden uitwezen dat het verbeteren/behouden van de gezondheid voor ouderen een van de belangrijkste motieven voor sportparticipatie is.

Sinds hun kennis over het bestaan van de toestellen zijn deze oudere respondenten meer gaan sporten. Het sporten op de fitnessstoestellen wordt als fijner ervaren dan in de sportschool en daarom frequenter gedaan: *“Ik denk wel dat ik meer ben gaan bewegen. Ik deed ook de sportschool, maar dit doe ik meer.”* (Man, 76 jaar, Sloterpark). Deze respondenten gaven de voorkeur aan outdoor fitness boven het reguliere indoor fitness vanwege de frisse lucht, de rust en de nabijheid. Op basis van de observaties blijkt ook dat deze factoren in het Sloterpark beduidend beter of meer aanwezig zijn in het Sloterpark in vergelijking met de toestellen in het Noorderpark en aan de Pontanusstraat. Op afbeelding 9 is te zien dat de toestellen in het Sloterpark vrij ver van de doorgaande weg staan, relatief beschermd worden door bomen en struikgewas, maar toch op een open veld staan, wat een gevoel van frisse lucht en rust kan creëren.



Afbeelding 9. Fitnessstoestellen in het Sloterpark. Foto genomen vanaf de doorgaande weg. Bron: eigen foto.

Op de vraag waarom ze dan liever buiten trainen op fitnessstoestellen in de openbare ruimte in plaats van in een sportschool worden wel uiteenlopende antwoorden gegeven. Een van de vaakst genoemde redenen was dat het een fijne combinatie met hardlopen is. Op een paar uitzonderingen na gaf namelijk iedere respondent aan dat het gebruik van de toestellen een fijne combinatie met een hardlooprondje was:

*“Dat [het gebruik van de fitnessstoestellen] combineer ik met hardlopen. Het is ideaal in een park, als je gaat hardlopen en je wilt ook je spieren trainen, hoef je niet helemaal naar de gym te gaan. Dan*

*kan je gewoon deze apparaten gebruiken. Ze zijn ook perfect op gewicht. Dus ik kan massa opbouwen, kracht opbouwen... Het ideale plaatje, binnen het park.”* (Man, 27 jaar, Sloterpark).

Wat vaak is genoemd is dat hardlopen op zichzelf niet als volledige training wordt gezien, omdat het ‘maar een aantal spieren traint en voornamelijk gericht is op conditie’. Het krachttrainen op fitnessstoestellen zorgt voor afwisseling, waardoor de training als beter en spannender ervaren wordt: *“Running is also a bit boring, very monotone.”* (Man, 26 jaar, Sloterpark)

Verschillende mannen gaven aan dat het sporten op fitnessstoestellen in de openbare ruimte voor hen ook geestelijke gezondheid verbeterde: *“[...] En ook een beetje voor mijn geestelijke conditie. Het werkt een beetje als therapie.”* (Man, 47 jaar, Pontanusstraat). Een andere respondent verheldert dit motief:

*“Afen toe moet je je hoofd een beetje luchten, je wilt weg van die stress om wat er gisteravond allemaal is gebeurd. Dan kom je ook af en toe hier om je hoofd een beetje te luchten. Af en toe kun je je woede ook tegen andere mensen gebruiken, maar ik kom dan naar het park, dan doe ik een paar setjes en oefeningen, en dan is het weer helemaal over, en ben ik weer helemaal blij en vrolijk.”* (Man, 23 jaar, Sloterpark).

Door middel van het sporten op de toestellen in het park kan deze respondent zijn energie kwijt en daardoor zijn woede beheersen, het werkt als een uitlaatklep. Voor enkele respondenten heeft het dus een rustgevende en een soort therapeutisch werking. Het vrije gevoel kan ook stress verlagend werken en heeft dus op die manier een therapeutische werking die de geestelijke gezondheid verbetert:

*“Buiten in de natuur ben je wat vrijer. Binnen zit je met een zweetgeur. Soms voel ik me ook opgesloten. Bijvoorbeeld als ik ga hardlopen op zo’n loopband, dan is dat heel anders dan als ik buiten ga hardlopen. Buiten voel je vrijer, dus als je een beetje gestrest bent of je wilt even alleen zijn, dan is buiten hardlopen en trainen veel fijner.”* (Man, 27 jaar, Sloterpark).

Uit deze quote blijkt daarnaast ook dat geur een bepalende factor kan spelen in de keuze voor een binnen- of buiten fitnesslocatie. Dit onderstreept het belang van de frisse buitenlucht als drijfveer voor het gebruik van outdoor fitnessstoestellen.

### 5.2.2. Leermotieven

Leermotieven zijn motieven die volgens Deelen (2011) overeen komen met motieven zoals beter willen worden, willen presteren en doelen willen bereiken.

Veel van de relatief jonge (werkende) mannen vertelden dat ze gebruik maken van de toestellen, omdat het goed zou zijn voor hun fysieke gezondheid. Het kwam echter lang niet altijd als belangrijkste argument naar voren, in tegenstelling tot wat de oudere respondenten vertelden. Toen aan deze groep relatief jonge (werkende) mannen gevraagd werd wat voor hen de belangrijkste reden voor hun gebruik van de toestellen in de openbare ruimte was, gaf meer dan de helft van deze respondenten aan dat het voornamelijk is om hun spieren te trainen, zodat ze er gespierder uit zien. Een van de respondenten gaf eerlijk toe waar meerdere respondenten min of meer op doelden, dat er echt getraind wordt om gespierder en dus breder te worden:

*“Aan de ene kant is het gewoon fijn om die energie eruit te kunnen gooien. En misschien speelt stiekem ergens ook wel iets esthetisch mee.” (Man, 23 jaar, Sloterpark).*

Dit is anders dan wat de ouderen bedoelen met gezondheid, omdat het niet uit noodzaak lijkt te zijn, maar voor de esthetiek, omdat men het als aantrekkelijk beschouwt. Er wordt geprobeerd een breder lichaam te creëren en te presteren, wat als leermotief gezien kan worden. In de wetenschappelijke literatuur wordt dit fenomeen het vergaren van ‘erotisch kapitaal’ genoemd. Erotisch kapitaal wordt door Hakim (2010, in Meijeren, 2018) samengevat als een combinatie van esthetische, fysieke, visuele en seksuele aantrekkelijkheid waarmee men in het voordeel kan zijn in de huidige maatschappij. Hoe meer erotisch kapitaal, hoe meer macht men heeft.

### 5.2.3. Sociale motieven

Sociale motieven zijn volgens Deelen (2011) motieven als het willen maken van vrienden en vrienden kunnen ontmoeten.

Door enkele jonge respondenten wordt benoemd dat er in de sportschool meer concurrentie ervaren wordt. Op de toestellen in de openbare ruimte is het vaak rustig en wordt er minder waarde gehecht aan de manier waarop je eruitziet, dan in de sportschool. Althans, dat is het gevoel wat enkele respondenten probeerden uit te leggen:

*“Je bent vrijer als je buiten bent. In de gym heb je ook een beetje competitie. Ze zeggen dat vrouwen altijd jaloers zijn, maar mannen kunnen ook jaloers zijn op iemand die een heel compact lichaam heeft, dan wil je dat ook. Buiten ben je alleen, soms met anderen. Ouderen en jongeren door elkaar. In de gym is het echt een beetje meer voor de show vind ik.” (Man, 27 jaar, Sloterpark).*

Uit deze quote blijkt dat de voorkeur gegeven wordt aan outdoor fitnessstoestellen boven (indoor) sportscholen, omdat het buiten rustiger en gemoedelijker is. Anderen gaven aan dat de sfeer bij outdoor fitnessstoestellen beter is en dat het sociale element daardoor juist belangrijker is.

*“Ja, in de huidige samenleving is het echt goed. Je ontmoet er mensen, maakt een praatje, geeft elkaar tips en daagt elkaar uit. In de sportschool willen ze alleen maar aan je verdienen.” (Man, 40 jaar, Sloterpark).*

Voor deze respondent (Man, 40 jaar, Sloterpark) is het een voordeel als er andere mensen tegelijkertijd bezig zijn op de fitnesslocatie. De ervaring die in deze quote naar voren komt, benadrukt de sociale functie die de toestellen kunnen vervullen. Dit waren echter maar twee respondenten die dit aspect als drijfveer om te sporten op outdoor fitnessstoestellen zagen. Voor de andere respondenten leken sociale motieven van minder of nauwelijks belang. Het feit dat maar weinig respondenten aangaven dat ze gebruik maken van outdoor fitnessstoestellen vanuit sociale overwegingen toont aan dat outdoor fitnessstoestellen hierin dus eigenlijk niet zo veel verschillen van sportscholen. Elling en Ferez (2007) en Hover, Hakkers en Breedveld (2012) en Meijeren (2018) concludeerden namelijk dat in sportscholen sociale interactie en sociale contacten van minder groot belang zijn in vergelijking met andere sporten.

### 5.2.4. Laagdrempeligheidsmotieven

Een aantal drijfveren die naar voren kwamen uit de interviews zijn niet goed in te delen in bovenstaande categorisering van Deelen (2011). De indeling van Deelen (2011) focust op sport in het algemeen, waardoor de specifieke kenmerken van outdoor fitnessstoestellen daar wellicht buiten zijn

gevallen. Enkele grote voordelen van de outdoor fitness toestellen zijn namelijk de nabijheid, de afwezigheid van kosten en vaste openingstijden, allen samen te vatten onder de noemer 'laagdrempeligmotieven'.

Het grootste deel van de respondenten bestond uit jonge, werkende mannen die aangaven de toestellen voornamelijk voor en na hun werk te gebruiken. Ze hebben relatief weinig vrije tijd en gaven aan de fitnessstoestellen in de openbare ruimte ideaal te vinden, omdat ze geen openingstijden hebben en ze dus op een flexibele manier te gebruiken zijn, meestal voor, na of onderweg naar hun werk. De volgende quote illustreert deze gedachtegang van veel van de respondenten:

*"Het is onderweg, En omdat ik op de fiets zit ben ik dan al warm. En ik hou er gewoon van om voor m'n werk nog even te bewegen. Op mijn werk zit ik de hele dag, dus ik vind het fijn om voor en na mijn werk nog even te sporten, als het mogelijk is."* (Man, 34 jaar, Noorderpark).

Deze drijfveer, het weinig tijd hebben en daarom op de openbare fitnessstoestellen trainen tijdens een hardlooptochtje of onderweg naar een andere activiteit, is in lijn met wat de literatuur stelt. Daarin werd duidelijk dat mensen steeds minder tijd vrij hebben en maken om te sporten (Hover, Hakkers en Breedveld, 2012 en Van den Dool, 2015). Ditzelfde komt terug uit de kwantitatieve studie die het Mulier Instituut heeft uitgebracht over het toenemend gebruik van de openbare ruimte: 'Het zelf kunnen bepalen van het tijdstip waarop de activiteiten worden gedaan, is door alle genoemde gebruikers van de openbare ruimte als een belangrijke reden genoemd om in de openbare ruimte actief te zijn' (Van Eck en Davids, 2018). Om deze reden is men alternatieve methoden voor voldoende lichaamsbeweging gaan opzoeken, waar trainen op openbare fitnessstoestellen een goed voorbeeld is. Hierop trainen betekent dat er weinig tijd verloren gaat aan de reis ernaartoe, omdat men er hoe dan ook al langs komt en er geen tijd verloren gaat aan entree of registratie.

Op basis van de literatuur was de verwachting dat veel mensen het grootste voordeel van outdoor fitness de gratis toegang zouden vinden. Zeker omdat er onderzoek gedaan werd in buurten met een lage SES, waar mensen dus over het algemeen minder te besteden hebben, was de verwachting dat veel mensen dat als belangrijke drijfveer zouden zien. In de praktijk bleek dit wel het geval, maar in mindere mate dan verwacht. Toch zijn er respondenten die genoemd hebben dat de gratis toegang een belangrijke factor voor hen is:

*"Lekker frisse lucht. Dat is het fijnste van alles. En het is gratis. Dat is nog fijner."* (Man, 31 jaar, Sloterpark).

*"Als je naar de sportschool moet, moet je daarvoor betalen terwijl het hier gewoon gratis is."* (Man, 47 jaar, Pontanusstraat).

Het is echter niet zo dat dat veelvuldig naar voren kwam in de interviews. Weinig respondenten gaven aan dat dit een bepalende factor was. Wellicht speelt dit dus voor de meeste mensen geen grote rol, maar het kan ook zo zijn dat mensen dit niet direct durven toe te geven. Sommige mensen schamen zich voor het feit dat ze niet veel te besteden hebben en verhullen dus wellicht dat de gratis toegang voor hen een drijfveer is.

### 5.3 Niet-gebruikers en hun belemmeringen

De meest opvallende conclusie die getrokken kan worden naar aanleiding van de data uit dit onderzoek is dat de toestellen in het Sloterpark veel vaker gebruikt wordt dan de toestellen in het

Noorderpark en aan de Pontanusstraat. De demografische kenmerken van deze buurten zijn overeenkomstig maar toch wordt het toestel in het Sloterpark ontzettend veel gebruikt, terwijl de toestellen in het Noorderpark en aan de Pontanusstraat nauwelijks in gebruik waren. Dit ondersteunt dus, onder andere, de conclusie die Kaczynski en Henderson (2007) trokken naar aanleiding van hun onderzoek, namelijk dat niet alleen de aanwezigheid van openbare ruimte lichaamsbeweging kan beïnvloeden, maar vooral de aanwezigheid van bepaalde faciliteiten in de openbare ruimte een positief effect op lichaamsbeweging hebben. In het Noorderpark en de Pontanusstraat is er namelijk ook voldoende openbare ruimte, zeker in het Noorderpark, maar genereren de fitnessfaciliteiten toch minder lichaamsbeweging. De toestellen worden vaak voorbij gerend of gefietst, terwijl men in het Sloterpark ervoor stopt. De demografische kenmerken van de verschillende buurten zijn min of meer overeenkomstig, wat ervoor pleit dat de oorzaak voor het grote verschil in de bezoekersaantallen gezocht moet worden door verschillen in de fysieke omgeving te onderzoeken en in gaan op de redenen dat mensen de andere toestellen niet gebruiken.

Om deze reden is er ook een aantal interviews afgenomen met niet-gebruikers van de toestellen. Deze mensen zijn benaderd, omdat ze het toestel lopend passeerden (en dus hoogstwaarschijnlijk in de buurt wonen), maar niet gebruikten. Dit heeft voor vijf interviews in het Noorderpark, twee in het Sloterpark en één interview in de Pontanusstraat gezorgd. Het zijn te weinig interviews om specifieke groepen niet-gebruikers te kunnen identificeren, maar er zijn wel argumenten naar voren gekomen waarom mensen belet worden om gebruik te maken van fitnessstoestellen in de openbare ruimte. Omdat veel verschillende factoren tegelijkertijd een rol blijken te spelen, is structurering van de data gedaan aan de hand van het sociaalecologische model van Giles-Corti (2005). In dit model worden vijf verschillende soorten factoren die van invloed kunnen zijn op beweeggedrag centristisch ingedeeld. Door de data te structureren aan de hand van dit model worden de verschillende factoren die bepaald beweeggedrag belemmeren (sporten op outdoor fitnessstoestellen), in beeld gebracht. Op deze manier zijn belemmerende factoren in de persoonlijke, sociale en gebouwde omgeving aan het licht gekomen.

### 5.3.1. Sociale omgeving: te veel bekijks

Vorbijgaande vrouwen gaven aan liever geen gebruik te maken van de toestellen, ondanks dat ze het wel een goed initiatief vonden, omdat ze zich te veel bekeken zouden voelen. Een voorbijgaande vrouw in het Noorderpark vertelt: *“Je bent er heel zichtbaar, dat vind ik niet fijn.”* (Vrouw, 57 jaar, Noorderpark). Op de Pontanusstraat en in het Noorderpark liggen de toestellen beiden aan een druk fietspad en in de buurt van een drukke autoweg, dus er komen inderdaad veel mensen langs. Het is iets wat nagenoeg alleen maar vrouwen hebben verteld, zowel een vrouw die het toestel toch gebruikte, als vier geïnterviewde vrouwelijke passanten. Er speelt een element van schaamte mee, waardoor veel vrouwen toch liever thuis of in de sportschool hun krachtoefeningen doen, zoals deze respondent verwoordt: *“Dat zou ik liever in de beslotenheid van een sportschool zou doen, waar je toch minder bekeken wordt. Als ik al dat soort oefeningen zou doen... Nu doe ik dat af en toe thuis. Dan ga ik hardlopen en dan doe ik thuis allerlei grondoefeningen, opdrukken en zo.”* (Vrouw, 46 jaar, Noorderpark). Dit staat lijnrecht tegenover de beleving van enkele mannelijke respondenten in de sportschool, die ervaren dat ze in de sportschool juist erg aangekeken werden op hun spieren en gedrag. Dit komt overeen met de bevinding van Bos (2006) die stelt dat door de grote hoeveelheid van spiegels die aanwezig zijn in de meeste sportscholen, mannen zich continu meten aan andere fitnessbeoefenaars. In de sportschool is dus niet per se sprake van een openlijke strijd tussen twee tegenstanders, zoals bij veel andere sporten, maar een stille strijd over wie het meest gespierde



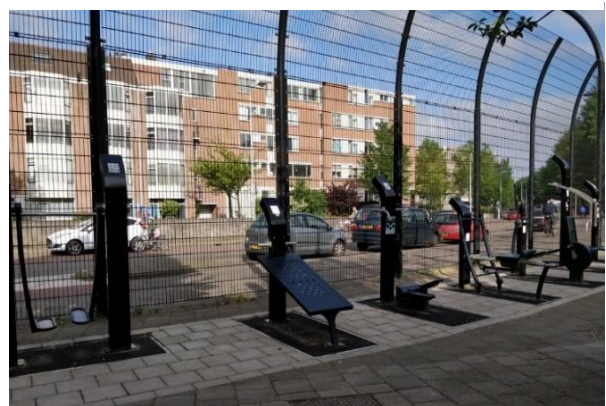
lichaam heeft, de oefeningen het best uitvoert, of het meeste gewicht kant heffen. Er lijkt dus een groot verschil te zitten tussen mannen en vrouwen als het gaat om bekeken worden. Daarnaast zegt de quote iets over hoe haar gevoel van schaamte de respondent belemmert om op fitnessstoestellen in de openbare ruimte te trainen. Ze heeft aangegeven het eventueel wel in de beslotenheid van een sportschool te kunnen doen, omdat ze dan niet de enige is. In de sportschool wordt men ook bekeken maar het verschil zit hem, volgens een van de respondenten, erin dat men daar zelf ook sport, en dat de mensen die langsfietsen of rijden dat niet doen, en er dus anders tegenaan kijken: *“In de sportschool is het anders want dat zijn allemaal sportbeoefenaars, terwijl er hier allemaal mensen langslopen of naast gaan zitten en je bekijken.”* (Man, 58 jaar, Sloterpark). Deze man deelt dus de opvatting van veel vrouwen. Hij was wel de enige mannelijke respondent die het bekijks als een belemmering zag. Een andere respondent gaf zelfs aan dat ze dikwijls wordt nagefloten als ze de toestellen gebruikt, en daarom niet langer met plezier gebruik maakt van de toestellen. Het feit dat (veelal) vrouwen wel gebruik zouden willen maken van het toestel, maar door de blootstelling aan toeschouwers er toch voor kiezen om het niet te gebruiken, is in lijn met de conclusies van Kostrzewska (2017) en onderstreept het belang van sociale factoren die van invloed kunnen zijn op het gebruik van fitnessstoestellen in de openbare ruimte. Kostrzewska (2017) schreef namelijk ook dat de aanwezigheid van toeschouwers een negatief effect kan hebben op het gebruik van openbare sportfaciliteiten door vrouwen. Op afbeelding 10 en 11 is te zien hoe de toestellen in het Noorderpark en aan de Pontanusstraat direct aan een fietspad liggen, en ook beiden in de nabijheid van een doorgaande weg zijn aangelegd. Op afbeelding 12 is te zien dat de toestellen in het Sloterpark zich daarentegen veel verder van de doorgaande weg bevinden. Ze bevinden zich daarnaast midden in het park, en vlak langs een fiets- en hardlooproute die naar andere recreatieve gebieden leidt. Deze plek blijkt dus te voldoen aan de meeste voorwaarden die Kostrzewska (2017) in haar artikel verbond aan een succesvolle openbare sportfaciliteit.



Afbeelding 10. Fitnesslocatie in het Noorderpark. Op de voorgrond is een fietspad te zien en aan de linkerkant een doorgaande weg. Bron: eigen foto.



Afbeelding 11. Fitnessstoestellen in het Sloterpark. Foto genomen vanaf de doorgaande weg. Bron: eigen foto.



Afbeelding 12. Fitnesslocatie aan de Pontanusstraat. Direct achter het hek ligt een fietspad en daarachter een doorgaande weg. Bron: eigen foto

Eén vrouw gaf aan wél gebruik te willen maken van de toestellen als er een trainer bij aanwezig zou zijn: *“Als er bijvoorbeeld op een vaste avond in de week een trainer bij zou staan, zou ik me minder onnozel voelen en zullen er misschien ook wel meer vrouwen komen, waardoor ik het ook minder gênant zou vinden.”* (Vrouw, 29 jaar, Noorderpark). Dit komt overeen met de observatie dat de meeste vrouwen in duo's gebruik maken van de toestellen, en er maar weinig vrouwen zijn die individueel sporten op de toestellen. Het feit dat vrouwen over het algemeen meer gêne voelen en aangeven het als belemmering te zien dat ze worden bekeken en soms zelfs worden nagefloten is combinatie van een sociale en persoonlijke belemmering, in het model van Giles-corti (2005) beiden weergegeven in cirkels die dichtbij het individu staan en dus veel invloed hebben op het (niet-) beweeggedrag. Op deze manier valt te verklaren waarom alle vrouwen die geïnterviewd zijn voor dit onderzoek, dit fenomeen benoemden.

### 5.3.2. Sociale omgeving: geen veilige plek

Op alle onderzoekslocaties zijn respondenten geweest die hebben aangegeven de toestellen op bepaalde momenten, of zelfs nooit, te willen gebruiken, omdat de locatie op dat moment niet als veilig ervaren wordt. In het Sloterpark is dat een oudere man geweest die aangaf niet in het donker in het park te komen, omdat hij dan niet kan inschatten wie er allemaal nog meer in het park rondlopen: *“Maar niet in het donker. Dan weet je maar nooit wat er gaat gebeuren. Als je in het donker langs de Sloterplas loopt, kan er van alles gebeuren.”* (Man, 58 jaar, Sloterplas). In het Noorderpark is er ook een respondent geweest die aangaf het park niet langer voor sport te gebruiken nadat ze twee jaar geleden een nare ervaring heeft gehad in het park. Ze heeft daardoor niet langer een veilig gevoel, mijdt het park en jopt nu langs een alternatieve route. Hier zie je dus dat de sociale (on)veiligheid die men kan ervaren op een plek, van invloed kan zijn op het beweeggedrag. Hier wordt duidelijk dat, zoals het model van Giles-Corti (2005) verduidelijkt, meerdere omgevingsfactoren tegelijkertijd van invloed kunnen zijn op het beweeggedrag van mensen: de fysieke omgeving kan nog zo uitnodigen tot bewegen, maar als andere mensen ervoor zorgen dat een plek als onveilig ervaren wordt, kan men alsnog belet worden van beweging op die locatie. De sociale omgeving is tijdens deze uren dus niet optimaal, waardoor (sommige) mensen niet worden aangezet tot beweeggedrag op die locatie. Er zijn wel verschillende factoren in de fysieke omgeving die de sociale omgeving kunnen aanpassen. Betere straatverlichting of een beweegvriendelijke buurt (waar meer mensen over straat lopen) kunnen het gevoel van veiligheid bijvoorbeeld verhogen (Foster en Giles-Corti, 2008). Dit soort factoren beïnvloeden niet het beweeggedrag, maar kunnen wel van invloed zijn op criminaliteit en gevoel van veiligheid in de buurt en in de opebare ruimte.

### 5.3.3. Fysieke omgeving: autogassen

Een andere dimensie van de omgeving van het toestel die voor een aantal mensen als belemmering werkt, en hun belet om gebruik te maken van de fitness toestellen, is de afwezigheid van schone lucht. Men gaf aan de toestellen op de Pontanusstraat en in het Noorderpark niet of minder te gebruiken, omdat er veel auto's met vieze gassen voorbijrijden. Deze ervaring blijkt uit de volgende quote (Man, 41 jaar, Pontanusstraat):

*Interviewer: Gebruikt u deze toestellen vaker?*

*Respondent: Bijna elke dag.*

*Interviewer: En altijd 's ochtends?*

*Respondent: Ja dat probeer ik wel altijd. Dan is het wat rustiger op straat, dan heb je minder autogassen.*

Een van de vaakst genoemde motieven voor het gebruik van fitnessstoestellen in de openbare ruimte is dat men kan sporten in de frisse lucht, in plaats van de benauwde omgeving van een sportschool. In het geval van de Pontanusstraat en het Noorderpark is dit dus niet altijd het geval. Bovenstaande respondent geeft dus aan zijn activiteiten specifiek aan te passen op de hoeveelheid autogassen die in de lucht hangen. Meerdere niet-gebruikers hebben de aanwezigheid van autogassen als belemmerende factor genoemd. Het is niet ongegrond dat sommige gebruikers en niet-gebruikers de autogassen een probleem vinden. Onderzoek heeft uitgewezen dat luchtvervuiling, zoals autogassen, schadelijk kunnen zijn voor mensen die sporten in een vervuild gebied. Zelfs kortstondige blootstelling aan autogassen tijdens fysieke activiteit kan voor een afname van cardiovasculaire functies zorgen (Weichenthal et al., 2014). Deze belemmering is, in tegenstelling tot de eerdergenoemde belemmeringen, overduidelijk in het domein van de fysieke omgeving van Giles-Corti (2005) te plaatsen. Uit de interviews is gebleken dat er een element uit de gebouwde omgeving niet op orde is, waardoor de gezondheid van de gebruikers mogelijk wordt geschaad en men ontmoedigd wordt om de toestellen te gebruiken.

#### **5.3.4. Persoonlijke omgeving: gebrek aan intrinsieke motivatie**

Een vierde genoemde argument om geen gebruik te maken van de openbare fitnessstoestellen is dat het simpelweg niet als 'leuk' ervaren wordt. Sommige mensen doen, naar hun eigen inzien, als genoeg andere sporten, sommigen vinden het niet nuttig als ze het maar sporadisch doen: *"En als je het doet, moet je het regelmatig doen, anders heb je er niks aan."* (Vrouw, 57 jaar, Noorderpark). Anderen omschreven hun gevoel als 'desinteresse', 'niet chill' of 'er niks mee hebben'. Het is niet zo dat deze mensen totaal niks met sport hadden, want allen vertelden dat ze aan andere sporten deden of in ieder geval veel bewogen. Hun interesse ligt dus simpelweg bij andere soorten sport. Dit is in lijn met wat de meeste niet-gebruikers in het kwantitatieve onderzoek van Stride et al. (2017) aangaven. 24,8% van de respondenten (N=210) uit dat onderzoek gaf namelijk aan dat een gebrek aan interesse de voornaamste drempel is voor hun gebruik van outdoor fitnessstoestellen. Een gebrek aan intrinsieke motivatie kan eigenlijk niet eens als belemmering gezien worden. Een belemmering verhindert iets wat men eigenlijk wel wil. Een gebrek aan motivatie betekent dat men het niet wil. Deze factor komt uit het individuele domein van Sallis et al. (2012), wat dus een van de meest invloedrijke factoren is op beweeggedrag.

### **5.4. Verbeteringen**

Aan de respondenten is ook gevraagd wat zij vonden dat er beter kon aan de toestellen en wat zij dus zouden veranderen als alles mogelijk was. Zowel de gebruikers als de niet-gebruikers hadden hier interessante ideeën voor. De verschillende ideeën zijn in te delen in fysieke en sociale veranderingen, die allen het comfort van de outdoor fitnesslocatie verhogen.

#### **5.4.1. Verbeteringen in de fysieke omgeving**

Veruit het meest gegeven antwoord is dat de toestellen niet regenbestendig zijn, en het dus een goed idee zou zijn om boven de toestellen een dak te bouwen. Voornamelijk de mensen die hun gebruik van de toestellen combineren met een hardlooptocht zagen de regen op de toestellen als een probleem. Het is voor hen onhandig om een handdoek mee te nemen en zullen dus natte kleding



krijgen als ze het natgeregende toestel willen gebruiken. Voor de meeste mensen is dit een reden om in dat geval door te rennen en geen gebruik te maken van de toestellen.

Naast een dak is ook een aantal keer genoemd dat het gewenst zou zijn als er meer randvoorzieningen aanwezig zouden zijn. Met randvoorzieningen worden voorzieningen zoals een prullenbak of een waterkraantje bedoeld. Eén respondent gaf zelfs aan graag een wc-voorziening te zien naast de toestellen: *“Als je plast in een park, krijg je 150 euro boete. 150 euro! Als je eenmaal een rondje heb hardgelopen en je hebt suikerziekte ofzo, dan moet je gewoon plassen.”* (Man, 58 jaar, Sloterpark). Het zijn voornamelijk de oudere respondenten die met zulke suggesties kwamen. Wellicht hangt dit samen met het feit dat zij de toestellen over het algemeen langer gebruiken dan jongere mensen, en het ook als hoofdactiviteit hebben en niet onderweg zijn als zij gebruik maken van de toestellen.

Tot slot is door de vrouwelijke respondent die de toestellen in het Noorderpark gebruikt, verteld dat zij de apparaten veel vaker zou gebruiken als ze niet zo dicht op de weg en het fietspad waren aangelegd. Ze opperde om de fitnesslocatie in zijn geheel te verplaatsen naar een plek in het Noorderpark, waar ze in grotere mate beschut gebruik kan maken van de toestellen, en zich dus minder bekeken voelt. Echter, er zit een bepaalde gradatie in de beschutting van de ideale locatie voor een outdoor fitness locatie *“want het moet ook niet te beschut, dan krijg je te maken met vage figuren en voel ik me niet veilig”* (Vrouw, 47, Noorderpark).

#### 5.4.2. Verbeteringen in de sociale omgeving

Een aantal mensen gaf aan graag meer uitleg bij de toestellen te willen zien. De volgende quote illustreert het belang van goede instructies dat door de meerderheid van de gebruikers onderstreept werd: *“Je komt geen apparaten te kort, alleen instructies. Als je instructies zou hebben, zou je weten dat je ieder apparaat op verschillende manieren kan gebruiken.”* (Man, 31 jaar, Sloterpark). Door de onwetendheid worden sommige mensen belet om het apparaat te gebruiken (zie het voorbeeld uit paragraaf 5.3.1, laatste alinea), maar door instructies toe te voegen zou deze drempel voor enkele mensen verholpen worden.

Twee respondenten hebben aangegeven dat ze een drempel voelen om de apparaten te gebruiken door hun onwetendheid. Ze vertelden dat als er op een vast moment in de week een trainer bij zou staan die instructies kan geven, ze het wél zouden willen proberen:

*Interviewer: Als er meer uitleg of een speciale trainer bij zou staan, zou u het dan wel willen gebruiken?*

*Respondent: Nee... Maar ik zou het dan zeker wel een keer proberen! En dan misschien wel dus.*

(Man, 61, Sloterpark).

Behalve het verbeteren en/of aanbrenge van instructies en het aanbieden van een trainer zijn alle genoemde belemmeringen en verbeteringen gericht op de fysieke omgeving van een fitnessstoestel. Dit pleit ervoor dat de juiste fysieke omgeving, in combinatie met daarmee samenhangende sociale veiligheid, van een fitnessstoestel in de openbare ruimte, essentieel lijkt voor veelvuldig gebruik.



## Hoofdstuk 6. Discussie en conclusie

Het doel van deze scriptie was inzicht te krijgen in de ervaringen en perceptie van zowel gebruikers als niet-gebruikers van fitnessstoestellen in de openbare ruimte in buurten met een lage SES. In theorie neemt een openbaar fitnessstoestel namelijk een aantal belemmeringen weg die mensen met een lage SES zouden kunnen voelen ten opzichte van sporten. Dit zijn belemmeringen zoals het niet fijn vinden van het aangaan van lange-termijn verbintenissen, weinig tijd, weinig inkomen, en een gebrek aan beweegervaring. In buurten met een lage SES is veel verbetering in beweegdeelname mogelijk, omdat er veel mensen met een lage SES wonen, die over het algemeen minder bewegen. Het is dus interessant of en door wie de toestellen gebruikt worden en of dit samen hangt met verschillende drijfveren en/of belemmeringen die men kan voelen tot het gebruik van een outdoor fitnessstoestel. Op drie verschillende locaties binnen Amsterdam, alle drie in een buurt met een relatief lage SES, is geobserveerd en geïnterviewd. Via de observaties kon een beeld worden verkregen over wie de toestellen veelal gebruiken, en op welke manier dat gedaan wordt. Door middel van de straatinterviews met de gebruikers en de niet-gebruikers was het mogelijk om een beeld te schetsen van de verschillende percepties die men van de toestellen kan hebben. Ook is daardoor inzicht verkregen in de verschillende drijfveren en belemmeringen die men kan hebben tot het gebruik van outdoor fitnessstoestellen. Hierover is in de bestaande literatuur nog maar weinig geschreven en is meer (kwalitatief) onderzoek nodig (Mackenbach et al., 2018). Dit onderzoek draagt daaraan bij. In dit afsluitende hoofdstuk zullen de belangrijkste uitkomsten worden samengevat en wordt er zowel op de toevoeging van deze resultaten aan de bestaande literatuur, als op het onderzoeksproces gereflecteerd. Daarnaast worden in dit hoofdstuk enkele beleidsaanbevelingen gegeven over de plaatsing van fitnessstoestellen in de openbare ruimte.

### 6.1. Wie maken er gebruik van de openbare fitnessstoestellen in buurten met een lage sociaaleconomische status en wat zijn voor hen de drijfveren om te sporten op een openbaar fitnessstoestel?

Uit dit onderzoek blijkt dat de toestellen het vaakst werden gebruikt door relatief jonge, werkende mannen. Vrouwen waren veel minder op de toestellen te vinden. Dit gaat in tegen eerder onderzoek van Del Campo et al. (2017). In hun onderzoek in Montevideo in Uruguay kwamen ze juist tot de conclusie dat het voornamelijk vrouwen waren die de fitnessstoestellen veel en intensief gebruikten. Een interessant verschil dat mogelijk duidt op een cultuurverschil, maar waar vervolgonderzoek meer duiding aan zou kunnen geven. Daarnaast was een opvallende bevinding dat veel senioren gebruik maken van de toestellen in het Sloterpark, en dat deze over het algemeen ook langer gebruik maken van de toestellen dan jonge mannen.

De verschillende groepen hebben verschillende manieren en motieven van gebruik van de fitnessstoestellen. Een opvallende bevinding was dat mannen vaak individueel gebruik maakten van de toestellen, terwijl vrouwen dat meer in duo's deden. En degenen die er waren sportten bijna allemaal als duo, terwijl mannen overwegend individueel gebruik maakten van de toestellen. Dit is een interessante bevinding omdat Del Campo et al. (2017) in hun onderzoek in Montevideo in Uruguay juist tot de conclusie kwamen dat het voornamelijk vrouwen waren die de fitnessstoestellen veel en intensief gebruikten. Een interessant verschil dat duidt op een cultuurverschil, maar waar vervolgonderzoek meer duiding aan zou kunnen geven. Het feit dat vrouwen liever in gezelschap sporten in de openbare ruimte past in het kader dat Day (2000) schetst in haar artikel. Ze beargumenteert hierin dat het gedrag van vrouwen de openbare ruimte aanpassen door hun

constante bezorgdheid en behoefte aan sociale relaties, wat ze omschrijft als *ethic of care*. In het huidige onderzoek gaven mannen ook relatief weinig aan vanwege sociale motieven gebruik te maken van de fitnessstoestellen. Enkele mannen gaven wel aan dat zij sociale motieven hadden om gebruik te maken van outdoor fitnessstellen; deels om minder competitie te voelen. Het waren echter niet veel respondenten die deze sociale factoren als drijfveer voor hun gebruik van outdoor fitnessstoestellen beschouwden, wat in lijn is met de conclusies uit eerder onderzoek naar sociale contacten in de sportschool (Koivula, 1999; Elling en Ferez, 2007 en Hover, Hakkers en Breedveld, 2012). Vervolgonderzoek zou dieper in kunnen gaan op deze theorie als kader van sportende vrouwen in de openbare ruimte en hoe dit samenhangt met hun belemmeringen hiertoe.

De groep jongere (werkende) mannen heeft aangegeven dat ze gebruik maken van de openbare fitnessstoestellen uit leermotieven, maar daarnaast ook uit gezondheidsmotieven, het is namelijk een fijne uitlaatklep en een aanvulling op een anders eentonig hardlooprondje. Voor sommigen fungeert het ook als mentale gezondheidsstimulans. Ook bij ouderen is gebleken dat het gebruik van de fitnessstoestellen vooral vanuit gezondheidsmotieven is; er zijn echter wel verschillen tussen beide groepen. De jongere mannen gebruiken het toestel vaak onderweg, tijdens een hardlooptraining of voor- of na hun werk, terwijl de oudere mannen het trainen op de fitnessstoestellen meer als doel op zich hadden. Dit hangt wellicht ook samen met hun verschillende doelen: oudere mannen noemen als belangrijkste reden dat zij trainen om gezond te blijven, terwijl jongere mannen veelal trainen om breder en aantrekkelijker te worden bevonden. Deze bevinding komt overeen met de conclusies die Chow, Mowen en Wu (2013), Furber et al. (2014) en Stride et al. (2017) trokken, omdat ook zij vonden dat fitnessen in de openbare ruimte voor ouderen een geschikt middel is om in beweging te blijven en hun gezondheid te verbeteren. Wel benadrukten zij het belang van het sociale element van sporten op een outdoor fitnessstoestel voor ouderen, terwijl dat in dit onderzoek niet zozeer is teruggekomen. Wat de motieven van ouderen voor sporten op een openbaar fitnessstoestel betreft liggen de uitkomsten van dit onderzoek dichterbij het onderzoek van Koivula (1999), waarin werd geconcludeerd dat het sociale karakter van sport een van de minst belangrijke motieven voor sportparticipatie is.

Naast gezondheidsmotieven, leermotieven en sociale motieven, zijn er uit de interviews ook nog verscheidene 'laagdrempeligheidsmotieven' naar voren gekomen. Dit zijn misschien wel de belangrijkste motieven, omdat het de outdoor fitnessstoestellen in grote mate onderscheidt van sportscholen. In de scriptie die Wiggers (2011) schreef kwamen deze motieven ook evident naar voren. Op basis van de literatuur zijn dit de voorwaarden van sportfaciliteiten die belangrijk zijn voor mensen met een lage SES. Onder laagdrempeligheidsmotieven worden de gunstige ligging langs een (hardloop)route, de afwezigheid van openingstijden (de toestellen kunnen op ieder gewenst moment gebruikt worden) en ook de afwezigheid van toegangskosten verstaan.

## 6.2. Wie gebruiken outdoor fitnessstoestellen niet en wat zijn belemmeringen voor hen om gebruik te maken van het zulke toestellen?

Dit onderzoek heeft ook een aantal belangrijke belemmeringen voor het gebruik van outdoor fitnessstoestellen geïdentificeerd. Inzicht daarin is nodig om het gebruik van de fitnessstoestellen te bevorderen. In eerder onderzoek concludeerden Mackenbach et al. (2018) dat de belangrijkste reden om géén gebruik te maken van outdoor fitnessstoestellen was dat het plekken zijn waar men normaliter niet heen zou gaan. Doordat hun onderzoek van kwantitatieve aard was, hebben ze hier weinig betekenis aan kunnen geven. Het wordt in hun onderzoek niet duidelijk waarom mensen er

normaliter niet heen zouden gaan. Deze scriptie wees uit dat het met name voor vrouwen geen plek is waar ze normaliter heen gaan, omdat ze zich te bekeken voelen. Elementen zoals gène en onzekerheid spelen voor hen een belemmerende rol. Dit kwam evident naar voren bij interviews met (niet-)gebruikers van de toestellen in het Noorderpark, omdat die zich naast een druk gebruikt fietspad en een drukke autoweg bevinden, waar veel 'toeschouwers' zich over bewegen. Dit is een uitkomst die nog niet veel naar voren is gekomen bij kwantitatieve onderzoeken naar het gebruik van outdoor fitnessstoestellen. Kostrzewska (2017) heeft deze bevinding daarentegen wel als een van haar belangrijkste uitkomsten naar het gebruik van openbare sportfaciliteiten. Uit verschillende interviews kwam naar voren dat er een bepaalde gradatie zit tussen 'niet te beschut' willen sporten, en 'niet te zichtbaar' willen sporten. Het zou interessant zijn om meer onderzoek naar deze ingewikkelde gradatie te doen, om uiteindelijk het beweeggedrag van vrouwen in de openbare ruimte te kunnen stimuleren.

Hiermee samenhangend bleek dat op sommige momenten, voornamelijk 's avonds, de fitnesslocaties niet altijd als veilig ervaren worden. De onveilige sfeer is dus ook een reden waarom sommige mensen normaliter niet naar een outdoor fitnesslocatie zouden gaan. Een onveilige sfeer werd ervaren door een te beschutte locatie (in het donker) of eerdere negatieve ervaringen in het park of met mensen uit de buurt. Het is niet gek dat dit een uitkomst is in dit onderzoek, omdat alle onderzoekslocaties zich in buurten met een lage SES bevonden, wat vaak samenhangt met hoge criminaliteitscijfers en een hoog gevoel van onveiligheid (Sampson en Groves, 1989). De uitkomst is ook in lijn met eerder onderzoek over het bezoek aan parken in algemeen (Bendimo-Rung, Mowen en Cohen (2005), maar het is een uitkomst die in eerder onderzoek naar fitnessstoestellen in de openbare ruimte nog niet vaak naar voren is gekomen.

Ook gaven enkele niet-gebruikers in het Noorderpark en in de Pontanusstraat aan dat de aanwezige autogassen, afkomstig van de nabijgelegen autoweg, hen ontmoedigt de fitnessstoestellen te gebruiken. Vrijgekomen autogassen kunnen schadelijk zijn voor de gezondheid en vormen een serieuze belemmering voor sommige mensen die gebruik willen maken van de openbare fitnessstoestellen. Deze bevinding onderstreept het belang van de fysieke omgeving als domein van veel succesbepalende factoren voor het gebruik van outdoor fitnessstoestellen.

Tot slot is voor een aantal mensen simpelweg een gebrek aan intrinsieke motivatie de belangrijkste reden om geen gebruik te maken van de fitnessstoestellen.

### **6.3. Hoe leveren fitnessstoestellen in de openbare ruimte een bijdrage aan de beweegdeelname in buurten met een lage sociaaleconomische status in Amsterdam?**

Tot slot levert de beantwoording van de hoofdvraag van dit onderzoek een bijdrage aan de literatuur over het stimuleren van beweeggedrag specifiek in buurten met een lage SES. Aan de hand van de observaties en de interviews is gebleken dat sporten op outdoor fitnessstoestellen in principe een toegankelijke manier van sportbeoefening is. De apparaten in het Sloterpark werden veelvuldig door mensen met een lage SES, gebruikt. Dit betekent daarentegen niet dat het door mensen met een hoge SES niet gebruikt wordt.

Het model van Frieden (2010) richt zich op verschillende soorten interventies die van invloed kunnen zijn op de publieke gezondheid. Als de fysieke en sociale omgeving van een fitnessstoestel in orde is, zoals in het Sloterpark het geval blijkt te zijn, past een outdoor fitnessstoestel goed in een van de

brede lagen van het piramidemodel van Frieden (2010). De interventie heeft daar een relatief divers deel van de samenleving bereikt. Zowel jonge als oude mannen, zowel mensen met een lage SES als een hoge SES, en zowel sporters als (voorheen) niet-sporters zijn namelijk op de toestellen gezien. In dit geval zou de installatie van de fitnessstoestellen dus voor een toename in de beweegdeelname kunnen zorgen. Voor de twee andere onderzochte locaties is dit daarentegen niet het geval. Die toestellen werden dermate weinig gebruikt dat de kans klein lijkt dat het voor een aanzienlijk deel van de bewoners voor een verhoging van de beweegdeelname heeft gezorgd.

De redenen dat de openbare fitnesslocaties op de overige twee onderzoekslocaties niet veel gebruikt worden zijn waarschijnlijk een combinatie van meerdere van bovenstaande belemmeringen. Dit bevestigt de theorie van Giles-Corti et al. (2005) die stelt dat meerdere factoren uit verschillende omgevingen (persoonlijk, sociaal, fysiek) tegelijkertijd van invloed kunnen zijn op beweeggedrag. Een fitnessstoestel in een omgeving die minder veilig aanvoelt zal mogelijk minder gebruikers trekken dan wanneer die omgeving veiliger aanvoelt. Het is daarom van belang om al deze factoren mee te nemen wanneer nieuwe fitnessstoestellen worden geplaatst.

Het onderzoek heeft uitgewezen dat er genoeg redenen zijn om gebruik te maken van fitnessstoestellen in de openbare ruimte, en dat het zeker kansen biedt om de beweegdeelname in een buurt met een lage SES te verhogen. De populariteit en daarmee het succes van een toestel hangen echter sterk samen met de fysieke omgeving, want het soort toestellen en de demografische eigenschappen van de verschillende buurten zijn min of meer gelijk. Als de fysieke omgeving van een fitnesslocatie niet aan de wensen van de potentiële gebruikers voldoet (zoals langs een drukke weg), zal het toestel niet of nauwelijks gebruikt worden. Belemmeringen uit het sociale domein lijken ook hun oorsprong te hebben in de fysieke omgeving (op een plek waar minder toeschouwers zijn, voelen vrouwen zich minder bekeken en worden ze om deze reden niet ontmoedigd gebruik te maken van de toestellen). Vervolgonderzoek zou moeten uitwijzen wat de optimale fysieke omgeving voor een succesvolle outdoor fitnesslocatie precies is. Op basis van de interviews en de observaties uit dit onderzoek zijn hierover ideeën opgedaan (door vergelijkingen te trekken tussen succesvolle en onsuccesvolle outdoor fitnesslocaties), maar één casestudie van een succesvolle outdoor fitnesslocatie levert niet genoeg data op om hier gedegen uitspraken over te kunnen doen. Het zou ook dan ook interessante inzichten kunnen opleveren wanneer het onderzoek groter wordt aangepakt. Langdurige monitoring kan voor meer, andere en steviger resultaten zorgen. Bovendien kunnen er door een grootschaligere aanpak meer interviews worden afgenomen, waardoor er meer inzichten kunnen worden verkregen over bijvoorbeeld vrouwelijke gebruikers, oudere gebruikers en niet-gebruikers met een migratieachtergrond.

## 6.4 Aanbevelingen

Veel gebruikers gaven aan graag nog méér outdoor fitnessstoestellen te zien in hun woonomgeving. Op basis van de tweede en met name de derde deelvraag van dit onderzoek over mogelijke verbeteringen van outdoor fitnessstoestellen, kan een aantal aanbevelingen worden gedaan over de aanleg van zowel bestaande als komende fitnessstoestellen in de openbare ruimte. Er zijn namelijk een aantal succesbepalende condities naar boven gekomen waar rekening mee gehouden zou kunnen worden als men de beweegdeelname in een buurt wil verhogen middels fitnessstoestellen in de openbare ruimte. De aanbevelingen zijn gebaseerd op resultaten in Amsterdamse context en in eerste instantie toepasselijk voor de situatie in de gemeente Amsterdam, maar wellicht ook voor andere Nederlandse gemeentes.

#### **6.4.1. Een geschikte locatie**

De fysieke omgeving, de locatie en de vorm van het toestel, blijkt voor een veel mensen een bepalende factor. Dit is de belangrijkste factor om rekening mee te houden vóórdát een toestel geplaatst wordt. Het is belangrijk om een toestel langs blauwgroene structuren in de stad te zetten, maar wel in de buurt van een woongebied. Daarnaast moet het niet te dicht op autowegen of drukke fietspaden staan, maar wel goed bereikbaar zijn. Het toestel functioneert het best in een park, maar daarentegen niet te beschut worden weggewerkt. Dit lijken allemaal lastige tegenstrijdigheden, waardoor locatiekeuze voor dé perfecte plek een moeilijke taak is. Er moet niet alleen rekening worden gehouden met goede bereikbaarheid, maar ook met zaken zoals een gevoel van veiligheid en het milieu (d.w.z. op afstand van autogassen). Elke buurt is uniek en geen enkele locatie zal helemaal perfect zijn, maar de meest evidente uitkomst van die onderzoek is dat een toestel langs een hardlooproutte, en blauwgroene structuren van de stad beter werkt dan een toestel midden in een woonwijk.

#### **6.4.2. In gesprek gaan met bewoners**

De perfecte locatie voor succes hangt echter ook samen met de doelgroep die er mee bereikt moet worden. Het verschilt per leeftijdsgroep, geslacht en sporter/niet-sporter wat de wensen en succescondities zijn van een openbaar fitnessstoestel. Het is daarom van belang om in gesprek te gaan met de bewoners van een buurt, voordat er een toestel geplaatst wordt. De bewoners zijn de potentiële gebruikers en zullen het beste weten of er behoefte is aan een openbaar fitnessstoestel, op welke plek, en in welke soort. Ook als het gaat om het soort toestellen (bijvoorbeeld de vorm, de inrichting en de gewichten) zit er een verschil tussen de behoefte van mannen en van vrouwen en ook tussen verschillende leeftijdsgroepen. Door van tevoren met de potentiële gebruikers in gesprek te gaan kan worden ingespeeld op contextafhankelijke behoeftes en zal de kans op frequent gebruik van de toestellen naar alle waarschijnlijkheid groter zijn.

#### **6.4.3. Voorzie in activiteitenaanbod en randvoorzieningen**

Als het fitnessstoestel al geplaatst is, maar niet veel gebruikt wordt, zijn er andere manieren om het gebruik van het toestel te verhogen. Met name het gebrek aan ervaring en daardoor onwetendheid ontmoedigt een aantal niet-gebruikers. Concrete aanpassingen om deze belemmering uit de weg te nemen zijn het aanbrengen van uitgebreide instructies en het aanstellen van een trainer die op een vast moment in de week voorziet van uitleg over de verschillende oefeningen die mogelijk zijn op de toestellen. Als de aanwezigheid van deze trainer en de toegankelijkheid ervan actief wordt gepromoot, zullen mensen die anders niet goed weten wat ze op de toestellen moeten doen, worden aangemoedigd het toch eens te proberen. Daarnaast zullen mensen door de uitleg van een trainer bewust worden van de waarde van herhalend gebruik van de toestellen, waardoor ze aangemoedigd worden om ook op momenten zonder de aanwezigheid van een trainer gebruik te maken van de toestellen.

Daarnaast kan het gebruik door mensen die er slechts sporadisch gebruik van maken, worden verhoogd door bepaalde randvoorzieningen aan te passen of te creëren. Met randvoorzieningen worden zaken als een dakje tegen de regen, een bankje om op uit te rusten, een waterkraantje of een prullenbak bedoeld. Dit soort randvoorzieningen ontbreken op veel openbare fitnessplekken, maar werden vaak genoemd wanneer aan gebruikers gevraagd werd naar zaken die de frequentie van hun verbruik zouden kunnen verhogen.

## 6.5. Reflectie op het onderzoeksproces

Over de keuzes die gemaakt zijn voor en tijdens dit onderzoek zijn een aantal kritische opmerkingen te plaatsen. Ten eerste bleek dat door beperkte tijd en mankracht niet zoveel respondenten als gewenst konden worden geïnterviewd. Met name bij de toestellen in de Pontanusstraat zijn nu maar weinig interviews afgenomen, waardoor de generaliseerbaarheid laag is. Dit was ook niet het uitgangspunt van dit onderzoek, maar in verhouding met de andere locaties kunnen over het gebruik van de toestellen aan de Pontanusstraat geen 'harde' uitspraken gedaan worden. Daarentegen is wel veel duidelijk geworden over welke aspecten uit de fysieke omgeving van een openbare fitnesslocatie op een negatieve manier van invloed zijn op het gebruik van de fitnesslocatie.

Ten tweede had het de uitkomsten van dit onderzoek verstevigd als er meer interviews met niet-gebruikers waren afgenomen. Vooral op de Pontanusstraat en het Sloterpark was sprake van een hoge mate van afwijzing door de passanten, oftewel de niet-gebruikers. Veel passanten in deze buurt spraken niet goed Nederlands of Engels, en waren daarom niet bereid voor een interview. Dit is zonde, want dat zijn wel de mensen van wie het heel interessant is om te weten waarom ze geen gebruik maken van de openbare fitnesslocaties. De taalbarrière heeft bij meerdere interviews een beperkende factor gespeeld. Ook bij mensen die namelijk wel instemden met een interview werd de vraag van de interviewer of het antwoord van de respondent soms niet goed verstaan of begrepen, als gevolg van een taalbarrière. Er kan ook niet worden uitgesloten dat er sociaal wenselijke antwoorden zijn gegeven, maar bij het gebrek aan tijd tijdens een straatinterview is dit wellicht niet altijd doorgrond.

Tot slot bleek de aard van dit onderzoek niet ideaal was om erachter te komen of een fitnesslocatie echt tot meer sporten leidt, of dat een fitnesslocatie gewoon meer sporters aantrekt. Uit de interviews is hier te weinig over naar voren gekomen, en ook de observaties gaven hierover geen inzicht. Om duidelijkheid over deze causaliteitskwestie te krijgen is eigenlijk een experimenteel onderzoeksdesign nodig, maar dat vrij ongebruikelijk en lastig in de sociale wetenschappen (Bryman, 2012) en niet mogelijk met de tijd en mankracht die beschikbaar is voor het schrijven van deze masterscriptie.



## Hoofdstuk 7. Kernbegrippen

**Openbare ruimte.** Ruimte die vrij toegankelijk is voor iedereen, ongeacht op welk tijdstip. Wanneer in dit onderzoek gesproken wordt over openbare ruimte wordt er bedoeld op openbare parken en pleinen.

**Beweegdeelname/fysieke activiteit/sportbeoefening.** Lichamelijke activiteit op het niveau dat wordt voorgeschreven door de Bewegrichtlijn 2017 (Gezondheidsraad, 2017)

**Outdoor fitness/openbare fitnessstoestellen.** Fitnessstoestellen in de openbare ruimte.



## Hoofdstuk 8. Literatuurlijst

AlleCijfers.nl. (2018). *Héél véél informatie over Amsterdam*. [online] Beschikbaar op: <https://allecijfers.nl/gemeente/amsterdam/> [Geraadpleegd op 24 Jul. 2018].

Allender, S., Cowburn, G., en Foster, C. (2006). Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies. *Health education research*, 21(6), pp. 826-835.

Bize, R., Johnson, J. en Plotnikoff, R. (2007). Physical activity level and health-related quality of life in the general adult population: A systematic review. *Preventive Medicine*, 45(6), pp.401-415.

Bedimo-Rung, A., Mowen, A. and Cohen, D. (2005). The significance of parks to physical activity and public health. *American Journal of Preventive Medicine*, 28(2), pp.159-168.

Bos, D. (2006). *Omdat ze zo ontzettend hetero zijn. Ervaringen van homoseksuele hockeyers en fitnessers*. In: Keuzenkamp, S., Bos, D., Duyvendak, J.W., en Hekma, G. (red). *Gewoon doen. Acceptatie van homoseksualiteit in Nederland*. Sociaal en Cultureel Planbureau: Den Haag, pp. 111 – 140.

Branas, C., Cheney, R., MacDonald, J., Tam, V., Jackson, T. en Ten Have, T. (2011). A Difference-in-Differences Analysis of Health, Safety, and Greening Vacant Urban Space. *American Journal of Epidemiology*, 174(11), pp.1296-1306.

Broekhuizen, K., Vries, S.I. de., en Pierik, F.H. (2013). *Healthy aging in a green living environment: a systematic review of the literature* Leiden: TNO. Cammelbeeck, C., Engbers, L., Kunen, M. en L'abée, D. (2014). *Ontwerp principes*. [Den Haag]: ZonMw.

Bryman, A. (2012). *Social research methods*. Oxford: Oxford university press.

Calogiuri, G., en Chroni, S. (2014). The impact of the natural environment on the promotion of active living: An integrative systematic review. *BMC Public Health*, 14(1).

Cammelbeeck, C., Engbers, L., Kunen, M. en L'abée, D. (2013). *Ontwerpprincipes voor een beweegvriendelijke omgeving*. Ede: NISB, Nederlands Instituut voor Sport & Bewegen.

Chow, H., Mowen, A. en Wu, G. (2017). Who Is Using Outdoor Fitness Equipment and How? The Case of Xihu Park. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(4), p.448.

Cohen, D., Marsh, T., Williamson, S., Golinelli, D. en McKenzie, T. (2012). Impact and cost-effectiveness of family Fitness Zones: A natural experiment in urban public parks. *Health & Place*, 18(1), pp.39-45.

Cohen, D., Marsh, T., Williamson, S., Derosé, K., Martínez, H., Setodji, C. en McKenzie, T. (2010). Parks and physical activity: Why are some parks used more than others?. *Preventive Medicine*, 50, pp. 9-12.

Coon, J., Body K., Stein, K., Whear, R., Barton, J., en Depledge, M. (2011). Does Participating in Physical Activity in Outdoor Natural Environments Have a Greater Effect on Physical and Mental

Wellbeing than Physical Activity Indoors? A Systematic Review. *Environmental Science and Technology*, 45: pp. 1761-772.

De Bont, A. (2017). *De beweegvriendelijke stad*. Amsterdam: Urhahn | stedenbouw & strategie.

Deelen, I. (2011). *Scoort Sport? Een onderzoek naar sportmotieven en interetnisch contact van Turkse en Marokkaanse jongeren uit de wijk Overvecht in Utrecht*. (masterscriptie) Utrecht: Universiteit Utrecht.

Del Campo, C., Tutte, V., Bermudez, G., en Parra, D. (2017). Impact on Area-Level Physical Activity Following the Implementation of a Fitness Zone in Montevideo, Uruguay. *Journal Of Physical Activity And Health*, 14(11), pp. 883-887.

Elling, A., en Ferez, F. (2007). *Fitnesscentra als vluchtige gemeenschappen*. Arko Sports Media: Nieuwegein.

Elling, A. en Van den Dool, R. (2010). *Niet-sporters: achtergronden en opvattingen*. 's-Hertogenbosch: W.J. Mulierinstituut.

Frieden, T. (2010). A Framework for Public Health Action: The Health Impact Pyramid. *American Journal Of Public Health*, 100(4), pp. 590-595.

Foster, S. en Giles-Corti, B. (2008). The built environment, neighborhood crime and constrained physical activity: An exploration of inconsistent findings. *Preventive Medicine*, 47(3), pp.241-251.

Furber, S., Pomroy, H., Grego, S., en Tavener-Smith, K. (2014). People's experiences of using outdoor gym equipment in parks. *Health promotion journal of Australia: official journal of Australian Association of Health Promotion Professionals*, 25(3), 211.

Gemeente Amsterdam (n.d.). *Amsterdamse Beweeglogica. De bewegende stad*. [online] <https://www.amsterdam.nl>. Beschikbaar op <https://www.amsterdam.nl/bestuur-organisatie/volg-beleid/bewegende-stad/> [Geraadpleegd op 28 juni 2018]

Gemeente Amsterdam (2017). *Sportersmonitor 2017*. Sport en Bos: Amsterdam.

Gemeente Amsterdam (2018a). *Kerncijfers gebieden Amsterdam*. [online] [www.ois.amsterdam.nl](http://www.ois.amsterdam.nl). Beschikbaar op: [https://www.ois.amsterdam.nl/visualisatie/dashboard\\_kerncijfers](https://www.ois.amsterdam.nl/visualisatie/dashboard_kerncijfers) [Geraadpleegd op 22 juli 2018].

Gemeente Amsterdam (2018b). *Sportvoorzieningen*. [online] [www.maps.amsterdam.nl](http://www.maps.amsterdam.nl). Beschikbaar op: <https://maps.amsterdam.nl/sport/?LANG=nl> [Geraadpleegd op 3 mei, 2018].

Gezondheidsraad (2017). *Beweegrichtlijnen 2017*. [online] Den Haag. Beschikbaar op: [https://www.gezondheidsraad.nl/sites/default/files/grpublication/beweegrichtlijnen2017\\_201708\\_0.pdf](https://www.gezondheidsraad.nl/sites/default/files/grpublication/beweegrichtlijnen2017_201708_0.pdf) [Geraadpleegd op 27 januari 2018].

Giles-Corti, B., Broomhall, M. H., Knuiman, M., Collins, C., Douglas, K., Ng, K., ... en Donovan, R. J. (2005a). Increasing walking: how important is distance to, attractiveness, and size of public open space?. *American journal of preventive medicine*, 28(2), 169-176.

- Giles-Corti, B., Timperio, A., Bull, F., en Pikora, T. (2005b). Understanding Physical Activity Environmental Correlates: Increased Specificity for Ecological Models. *Exercise And Sport Sciences Reviews*, 33(4), pp. 175-181.
- Hillsdon, M., Panter, J., Foster, C. en Jones, A. (2006). The relationship between access and quality of urban green space with population physical activity. *Public Health*, 120(12), pp.1127-1132.
- Hoogendoorn, M., en de Hollander, E. (2016). *Belemmeringen en drijfveren voor sport en bewegen bij ondervertegenwoordigde groepen*. RIVM Briefrapport 2016-0201.
- Hover, P., Hakkers, S., en Breedveld, K. (2012). *Trendrapport fitnessbranche 2012*. Arko Sports Media.
- Jansen, M. (2018). *Diagnosing physical activity in 4D: spatial-temporal physical activity behavior of Dutch adults aged 45-65 years*. 1e ed. Uitgeverij Tiso.
- Joseph, R. en Maddock, J. (2016). Observational Park-based physical activity studies: A systematic review of the literature. *Preventive Medicine*, 89, pp.257-277.
- Kaczynski, A. en Henderson, K. (2007). Environmental Correlates of Physical Activity: A Review of Evidence about Parks and Recreation. *Leisure Sciences*, 29(4), pp.315-354.
- Kamphuis, C., Mackenbach, J., Giskes, K., Huisman, M., Brug, J., en Van Lenthe, F. (2010). Why do poor people perceive poor neighbourhoods? The role of objective neighbourhood features and psychosocial factors. *Health & Place*, 16(4), pp. 744-754.
- Koivula, N. (1999). Sport Participation: Differences in Motivation and Actual. *Journal of Sport Behavior*, 22(3).
- Kostrzewska, M. (2017). Activating Public Space: How to Promote Physical Activity in Urban Environment. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, 245, pp.1-9.
- Lee, I., Shiroma, E., Lobelo, F., Puska, P., Blair, S. en Katzmarzyk, P. (2012). Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *The Lancet*, 380(9838), pp.219-229.
- Lindberg, M., en Schipperijn, J. (2015). Active use of urban park facilities—expectations versus reality. *Urban Forestry & Urban Greening*, 14(4), pp. 909-918.
- Maas, J., Verheij, R., Groenewegen, P., de Vries, S. en Spreeuwenberg, P. (2006). Green space, urbanity, and health: how strong is the relation?. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 60(7), pp. 587-592.
- Mackenbach, J. (2010). *Ziekte in Nederland*. Amsterdam: Elsevier Gezondheidszorg.
- Mackenbach, J. D., de Pinho, M. G. M., Faber, E., den Braver, N., de Groot, R., Charreire, H., ... en De Bourdeaudhuij, I. (2018). Exploring the cross-sectional association between outdoor recreational facilities and leisure-time physical activity: the role of usage and residential self-selection. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 15(1), 55.

- McCormack, G., Giles-Corti, B., en Bulsara, M. (2008). The relationship between destination proximity, destination mix and physical activity behaviors. *Preventive Medicine*, 46(1), pp. 33-40.
- McKenzie, T., Cohen, D., Sehgal, A., Williamson, S., en Golinelli, D. (2006). System for Observing Play and Recreation in Communities (SOPARC): Reliability and Feasibility Measures. *Journal Of Physical Activity And Health*, 3(s1), pp. 208-222.
- Meijeren, M. (2018). *Between personal body, and body-for-others: building erotic capital and other reasons to fitness in a possible democratizing fitness landscape*. Tilburg: Tilburg University.
- Paquet, C., Orschulok, T., Coffee, N., Howard, N., Hugo, G., Taylor, A., Adams, R. en Daniel, M. (2013). Are accessibility and characteristics of public open spaces associated with a better cardiometabolic health?. *Landscape and Urban Planning*, 118, pp.70-78.
- RIVM (2016). *Belemmeringen en drijfveren voor sport en bewegen bij ondervertegenwoordigde groepen*. Bilthoven: RIVM.
- RIVM (2017). *Hoeveel mensen voldoen aan de door de Gezondheidsraad geadviseerde Beweegrichtlijnen 2017?*. [online] Beschikbaar op: [https://www.volksgezondheidenzorg.info/sites/default/files/hoeveel\\_mensen\\_voldoen\\_aan\\_gr\\_beweegrichtlijnen\\_2017.pdf](https://www.volksgezondheidenzorg.info/sites/default/files/hoeveel_mensen_voldoen_aan_gr_beweegrichtlijnen_2017.pdf) [Geraadpleegd op 27 jan. 2018].
- Reudink, M., Sorel, N. and Schotten., K. (2016). *Balans van de leefomgeving 2016*. Den Haag: PBL.
- Sampson, R. J., en Groves, W. B. (1989). Community structure and crime: Testing social-disorganization theory. *American journal of sociology*, 94(4), pp. 774-802.
- Sallis, J., Floyd, M., Rodriguez, D., en Saelens, B. (2012). Role of Built Environments in Physical Activity, Obesity, and Cardiovascular Disease. *Circulation*, 125(5), pp. 729-737.
- SCP (2017) Statusscores. [online] Beschikbaar op: [https://www.scp.nl/Onderzoek/Lopend\\_onderzoek/A\\_Z\\_alle\\_lopende\\_onderzoeken/Statusscores](https://www.scp.nl/Onderzoek/Lopend_onderzoek/A_Z_alle_lopende_onderzoeken/Statusscores). Geraadpleegd op 25 april 2018.
- Shavers, V. L. (2007). Measurement of socioeconomic status in health disparities research. *Journal of the National Medical Association*, 99(9), pp. 1013–1023.
- Stanis, S., Schneider, I., Chavez, D., Shinew, K.,(2009). Visitor constraints to physical activity in park and recreation areas: differences by race and ethnicity. *Journal of Park and Recreation Administration*, 27(3): pp. 78-95.
- Stride, V., Cranney, L., Scott, A. en Hua, M. (2017). Outdoor gyms and older adults - acceptability, enablers and barriers: a survey of park users. *Health Promotion Journal of Australia*, 28(3), pp.243-246.
- Tester, J., en Baker, R. (2009). Making the playfields even: evaluating the impact of an environmental intervention on park use and physical activity. *Preventive medicine*, 48(4), pp. 316-320.

- Toscos T, Consolvo, S. en McDonald, D.W. (2012). "... is it normal to be this sore?": Using an online forum to investigate barriers to physical activity. *Proceedings of the 1st ACM International Health Informatics Symposium*, November 2010. Arlington: Virginia.
- Van Eck, M. en Davids, A. (2018). *Sport en bewegen in de openbare ruimte. het gebruik van de openbare ruimte voor beweegactiviteiten*. Factsheet 2018/9. Utrecht: Mulierinstituut.
- Van den Dool, R. (2017). *Ontwikkeling sportdeelname naar sporttak*. ). Factsheet 2017/14. Utrecht: Mulier Instituut
- Van der Poel, H. (2018). *De vraag van Jan Willem Meerwaldt aan Hugo van der Poel*. [online] Sportknowhowxl.nl. Beschikbaar op: <http://www.sportknowhowxl.nl/nieuws-en-achtergronden/vraag-en-antwoord/item/110024/de-vraag-van-jan-willem-meerwaldt-aan-hugo-van-der-poel> [Geraadpleegd op 30 maart 2018].
- Van Dyck, D., Sallis, J., Cardon, G., Deforche, B., Adams, M., Geremia, C., en De Bourdeaudhuij, I. (2013). Associations of neighborhood characteristics with active park use: an observational study in two cities in the USA and Belgium. *International Journal Of Health Geographics*, 12(1), 26.
- Van Herpen, N., De Vries, S. en Hordijk, D. (2015). *Outdoor fitness in Den Haag. Een onderzoek naar het gebruik en de succesfactoren*. De Haagse Hogeschool, Lectoraat Gezonde Leefstijl in een stimulerende omgeving.
- Visser, K. en Van den Dool, R. (2016). *Motieven en belemmeringen om te sporten en bewegen naar levensfase | Allesoversport.nl*. [online] Allesoversport.nl. Beschikbaar op: <https://www.allesoversport.nl/artikel/motieven-en-belemmeringen-om-te-sporten-en-bewegen-naar-levensfase/> [Geraadpleegd op 11 juni 2018].
- Vries, S., Maas, J. en Kramer, H. (2009). *Effecten van nabije natuur op gezondheid en welzijn: mogelijke mechanismen achter de relatie tussen groen in de woonomgeving en gezondheid*. Wageningen: Alterra.
- Volksgezondheidszorg.info (2018). *Sociaaleconomische status* [online] RIVM; Bilthoven. Beschikbaar op: <https://www.volksgezondheidszorg.info/onderwerp/sociaaleconomische-status/regionaal-internationaal/regionaal#definities>. Geraadpleegd op 17 april 2018.
- Watts, P., Phillips, G., Petticrew, M., Harden, A., en Renton, A. (2011). The influence of environmental factors on the generalisability of public health research evidence: physical activity as a worked example. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8(1), 128.
- Weichenthal, S., Hatzopoulou, M. en Goldberg, M. (2014). Exposure to traffic-related air pollution during physical activity and acute changes in blood pressure, autonomic and micro-vascular function in women: a cross-over study. *Particle and Fibre Toxicology*, 11(1).
- Wiggers, H. (2011). *Een toekomst voor outdoor fitness in Nederland? Onderzoek naar de meerwaarde en de succesbepalende condities van outdoor fitness in Nederland*. Amsterdam: DSPgroep BV
- WHO. (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. Genève: WHO.





## Hoofdstuk 9. Bijlagen

### 9.1. Bijlage 1

#### Vragenlijst voor gebruikers van fitnessstoestellen

##### Algemeen

1. Ik zie dat u gebruik maakt van deze toestellen. Hoe vaak doet u dat? Wanneer?
2. Hoe lang duurde het om deze toestellen te bereiken?
  - Met welk vervoersmiddel? (maak onderscheid tussen lopend en hardlopend!)
  - Uit welke buurt komt u?
  - Hoe lang woont u daar al?
  - Vind u het een fijne buurt om te wonen? Waarom?
3. Hoe kwam u achter het bestaan van fitnessapparaten op deze locatie?
4. Hoe lang maakt u doorgaans gebruik van deze toestellen?

##### Drijfveren

5. Waarom maakt u gebruik van deze fitnessstoestellen?
  - Wat is voor u het grootste voordeel van deze apparaten?
6. Bent u meer gaan sporten nadat deze toestellen zijn neergezet?
  - Waarom wel? Op welke manier meer? Misschien ook anders?
  - Waarom niet?
7. Hoe sport u het liefst op deze toestellen, alleen of samen met anderen? Waarom?
8. Maakt het gebruik van deze fitnessstoestellen doorgaans een deel uit van een hardloopronde, of gebruikt u alleen de fitnessstoestellen om te sporten? Met andere woorden, combineert u uw bezoek aan deze fitnessstoestellen met andere bezigheden? Zo ja, wat voor bezigheden?
9. Ervaart u ook problemen tijdens je gebruik van de toestellen? Wat vindt u dat er beter kan?
  - Eventueel nudgen met opties zoals trainingen, uitleg, het soort toestellen en onderhoud als men de vraag lastig vindt

##### Afsluiting:

10. Wat is uw leeftijd?
11. Met welke etniciteit identificeert u zich? (nudgen: Nederlands, Marokkaans, Surinaams, geen antwoord, etc.)
12. Wat is uw hoogst genoten opleiding? En uw beroep?

13. We zijn aan het einde van dit interview gekomen. Zijn er nog aspecten die nog niet aan bod zijn gekomen en waarover u nog iets wilt opmerken?

14. Wilt u op de hoogte worden gehouden van de resultaten van dit onderzoek?

- Uw emailadres:

**Zelf in te vullen:**

15. Geslacht:

## 9.2. Bijlage 2

### Vragenlijst niet-gebruikers/passanten

#### Algemeen

1. Uit welke buurt komt u?
  - Hoe ver is het hier vandaan?
  - Hoe lang woont u er al?
  - Vind u het een fijne buurt om te wonen? Waarom?
  
2. Sport u weleens?
  - Ja, veel → vraag wat, waar en hoe vaak → door naar vraag 3
  - Ja, maar weinig → door naar vraag 4
  - Nee → door naar vraag 4
  
3. Wat motiveert u om te sporten / Waarom sport u?

#### Belemmeringen

4. Wat houdt u tegen om (meer) te sporten?
  
5. Maakt u weleens gebruik van fitnessstoestellen die in de openbare ruimte staan in uw omgeving?
  - Ja. Waarom? Waar? → door naar vraag 6 van andere vragenlijst voor gebruikers
  - Nee. Waarom niet? → door naar vraag 6
  
6. Wanneer zou het voor u wel aantrekkelijk zijn om deze fitnessapparaten te gebruiken?
  - Als er geen antwoord komt, kan genudged worden met opties zoals trainingen, uitleg, het soort toestellen en onderhoud.
  
7. Heeft u behoefte aan fitnessstoestellen of andere sportfaciliteiten in deze buurt?
  - Waarom wel/niet?
  - Wat voor faciliteiten?

#### Afsluiting:

8. Wat is uw leeftijd?
  
9. Met welke etniciteit identificeert u zich? (nudgen: Nederlands, Marokkaans, Surinaams, geen antwoord, etc.)
  
10. Wat is uw hoogst genoten opleiding? Wat is uw beroep?
  
11. We zijn aan het einde van dit interview gekomen. Zijn er aspecten die nog niet aan bod zijn gekomen en waarover u nog iets wilt opmerken?
  
12. Wilt u op de hoogte worden gehouden van de resultaten van dit onderzoek?
  - Emailadres:

**Zelf in te vullen:**

13. Geslacht:

### 9.3. Bijlage 3

#### Topiclijst interview gemeente Amsterdam 20 juni

1. Kunnen jullie kort toelichten wat jullie rol is binnen de gemeente en de afdeling Sport en Bos?
2. Hoe passen fitnestoestellen in de openbare ruimte volgens jullie in het beleid wat de gemeente ('De Bewegende Stad') voert?
  - a. Wat wil de gemeente bereiken bij het plaatsen van fitnesstoestellen?
  - b. Voor wie worden de toestellen geplaatst? Is er een specifieke doelgroep?
3. Wie zijn er allemaal betrokken bij de plaatsing van openbare fitnesstoestellen?
  - a. Sinds wanneer zijn jullie betrokken?
  - b. Welke taak/rol heeft elke partij?
  - c. Wie beslist waar, wat voor en wanneer er toestellen geïnstalleerd worden?
4. In welke mate wordt er rekening gehouden met de omgeving waarin een toestel geplaatst wordt?
  - a. Aan welke eisen moet een locatie waar een fitnesstoestel geplaatst wordt, voldoen?
5. Wat is het beleid wat betreft randvoorzieningen zoals watertappunten en lockers bij openbare fitnesstoestellen?
6. Is er binnen de gemeente een up-to-date overzicht beschikbaar van alle openbare fitnesstoestellen in de stad Amsterdam?
7. In hoeverre zien jullie de plaatsing van toestellen als een succesvolle interventie om de stad beweegvriendelijker te maken?
  - a. Hebben jullie zicht op de nabije toekomst, worden er binnenkort nog meer fitnesstoestellen in de openbare ruimte geplaatst?

#### 9.4. Bijlage 4.

Locatie: Sloterpark

Weersomstandigheid: zonnig/bewolkt/regenachtig/stormachtig/anders, namelijk:

Datum: woensdag 16 mei

Start tijdstip: 8.00 uur

Eind tijdstip: 9.55 uur

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, rondlopend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
8.30	M	65+	Alleen	Sportend	5 min	
8.38	M + M	65+	Duo	Sportend	15 min	
8.45	M	18-65	Alleen	Sportend	10 min	
8.50	M	18-65	Alleen	Sportend	8 min	
9.23	V	18-65	Alleen	Sportend	25 min	
9.28	V	18-65	Alleen	Sportend	2 min	
9.28	M	65+	Alleen	Sportend	25 min	

Locatie: Noorderpark

Weersomstandigheid: zonnig/bewolkt/regenachtig/stormachtig/anders, namelijk:

Datum: 16 mei

Start tijdstip: 10.45 uur

Eind tijdstip: 12.45 uur

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, rondlopend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
12.03	M	18-65	Alleen	Sportend	2 min	
12.22	M + V	18-65	Duo	Sportend & zittend	3 minuten	Toeristen

Locatie: Pontanusstraat

Weersomstandigheid: zonnig/bewolkt/regenachtig/stormachtig/anders, namelijk:

Datum: 16 mei

Start tijdstip: 19.00 uur

Eind tijdstip: 20.45 uur

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, rondlopend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
19.10	M	18-	Alleen	Sportend	30 min	Sprak geen Nederlands. Was een jaar of 16.



Locatie: Pontanusstraat

Weersomstandigheid: zonnig/~~bewolkt~~/regenachtig/~~stormachtig~~/anders, namelijk:

Datum: 17 mei

Start tijdstip: 8.00 uur

Eind tijdstip: 9.45 uur

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, rondlopend, spelend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
9.14	M	18-65	Alleen	Spelend	1 min	

Locatie: Sloterpark

Weersomstandigheid: zonnig/bewolkt/regenachtig/stormachtig/anders, namelijk:

Datum: 17 mei

Start tijdstip: 10.20

Eind tijdstip: 12.45

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, rondlopend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
10.30	M	18-65	Alleen	Sportend	13 min	
10.47	M	18-65	Alleen	Sportend	30 min	
10.48	M	65+	Alleen	Sportend	30 min	
11.42	M	18-65	Alleen	Sportend	20 min	
11.46	M	18-65	Alleen	Sportend	10 min	
11.56	M	18-65	Alleen	Sportend	10 min	
12.05	M + V	18-65	Alleen	Sportend	25 min	
12.05	M + V	18-65	Alleen	Sportend	30 min	
12.24	M + M	18- en 65+	Alleen	Sportend	20 min	Vader en zoon
12.30	M	18-65	Alleen	Sportend	10 min	

Locatie: Noorderpark

Weersomstandigheid: zonnig/~~bewolkt~~/~~regenachtig~~/~~stormachtig~~/~~anders, namelijk:~~

Datum: donderdag 17 mei

Start tijdstip: 19.00 uur

Eind tijdstip: 21.00 uur

Niemand geweest.

Locatie: Noorderpark

Weersomstandigheid: ~~zonnig/bewolkt/regenachtig/stormachtig/anders~~, namelijk: wel vrij warm

Datum: dinsdag 22 mei

Start tijdstip: 8.00

Eind tijdstip: 10.00

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, rondlopend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
9.03	M	18-65	Alleen	Sportend	5 min	
9.15	V + V	18-65	Duo	Sportend	30 min	
9.33	V	18-65	Alleen	Zittend	3 min	Arriveerde per skeelers
9.47	M	18-65	Alleen	Sportend	2 min	

Locatie: Pontanusstraat

Weersomstandigheid: ~~zonnig/bewolkt/regenachtig/stormachtig/anders~~, namelijk: wel warm.

datum: dinsdag 22 mei

Start tijdstip: 10.40 uur

Eind tijdstip: 12.45 uur

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, rondlopend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
10.46	M	18-65	Alleen	Sportend	1.5 uur	Werd later vergezeld door een andere buurtbewoner en ging blowen.

Locatie: Sloterpark

Weersomstandigheid: zonnig/bewolkt/regenachtig/stormachtig/anders, namelijk:

Datum: dinsdag 22 mei

Start tijdstip: 19.15 uur

Eind tijdstip: 21.15 uur

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, rondlopend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
Voor aankomst	V + V	18-65	Duo	Sportend	+/- 30 min	
19.20	M	18-65	Alleen	Sportend	5 min	
19.24	M	18-65	Alleen	Sportend	75 min	Luide muziek mee
19.27	M	18-65	Alleen	Sportend	20 min	
19.41	M	18-65	Alleen	Sportend	2 min	
19.43	M	18-65	Alleen	Sportend	15 min	
19.47	M	65+	Alleen	Sportend	25 min	
19.47	M	65+	Alleen	Sportend	60 min	
19.48	M	65+	Alleen	Sportend	15 min	
20.00	M	18-65	Alleen	Sportend	22 min	
20.22	M	65+	Alleen	Sportend	30 min	
20.27	M	65+	Alleen	Sportend	20 min	
20.42	M	18-65	Alleen	Sportend	10 min	
20.48	M	18-65	Alleen	Sportend	2 min	
20.52	M	18-65	Alleen	Sportend	23 min	Nog bezig
20.54	M + M	18-65	Alleen	Sportend	10 min	
20.55	M	18-65	Alleen	Sportend	20 min	Nog bezig
20.58	M + V	18-65	Duo	Sportend	5 min	

Locatie: Pontanusstraat

Weersomstandigheid: zonnig/bewolkt/~~regenachtig/stormachtig/anders, namelijk:~~

Datum: woensdag 23 mei

Start tijdstip: 8.15 uur

Eind tijdstip: 10.15 uur

Niemand geweest.

Locatie: Sloterpark

Weersomstandigheid: zonnig/bewolkt/regenachtig/stormachtig/anders, namelijk:

Datum: woensdag 23 mei

Start tijdstip: 11.00 uur

Eind tijdstip: 13.00 uur

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, rondlopend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
11.15	M	65+	Alleen	Sportend	20 min	
11.20	M + V	65+	Duo	Sportend	10 min	
11.21	M + V	65+	Duo	Rondhangend	15 min	Kletsend met andere gebruikers
11.25	M + V	65+	Duo	Rondhangend	2 min	Kletsend met andere gebruikers
12.21	M	18-65	Alleen	Sportend	20 min	



Locatie: Noorderpark

Weersomstandigheid: zonnig/bewolkt/regenachtig/stormachtig/anders, namelijk:

Datum: woensdag 23 mei

Start tijdstip: 19.00 uur

Eind tijdstip: 21.00 uur

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, rondlopend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
20.25	M	18-65	Alleen	Sportend	2 min	

Locatie: Sloterpark

Weersomstandigheid: zonnig/~~bewolkt~~/~~regenachtig~~/~~stormachtig~~/~~anders~~, namelijk: erg warm, meer dan 25 graden.

Datum: dinsdag 29 mei

Start tijdstip: 8.30 uur

Eind tijdstip: 10.40 uur

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, rondlopend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
8.47	M	18-65	Alleen	Sportend	30 min	
8.58	M	18-65	Alleen	Sportend	90 min	
9.00	M	18-65	Alleen	Sportend	5 min	
9.05	M	18-65	Alleen	Sportend	25 min	
9.10	V + V	18-65	Duo	Sportend + wachtend	10 min	
9.20	M	18-65	Alleen	Sportend	60 min	
9.40	M	18-65	Alleen	Sportend	20 min	
10.03	M	18-65	Alleen	Sportend	5 min	
10.18	M	18-65	Alleen	Sportend	15 min	

Locatie: Noorderpark

Weersomstandigheid: zonnig/~~bewolkt~~/~~regenachtig~~/~~stormachtig~~/~~anders~~, namelijk: erg warm, meer dan 25 graden.

Datum: donderdag 29 mei

Start tijdstip: 11.00 uur

Eind tijdstip: 13.00 uur

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, spelend, rondlopend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
11.32	M	18-65	Alleen	Sportend	1 minuut	
11.34	M	18-	Alleen	Rondlopend	3 minuten	
11.34	M	18-65	Alleen	Sportend	1 minuut	
12.19	V	18-65	Duo	Sportend	Minder dan een minuut	
12.22	V	18-	Alleen	Spelend	3 minuten	
12.26	M	18-	Duo	Spelend	1 minuut	
12.42	M	18-65	Duo	Sportend	1 minuut	

Locatie: Pontanusstraat

Weersomstandigheid: ~~zonnig/bewolkt~~/regenachtig/stormachtig/~~anders~~, namelijk: extreme regenval

Datum: dinsdag 29 mei

Start tijdstip: 19.00 uur

Eind tijdstip: 21.00 uur

Niemand geweest.

Locatie: Noorderpark

Weersomstandigheid: zonnig/~~bewolkt~~/regenachtig/stormachtig/~~anders, namelijk:~~

Datum: woensdag 30 mei

Start tijdstip: 8.15 uur

Eind tijdstip: 9.45 uur

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, rondlopend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
8.35	M	18-65	Alleen	Sportend	5 min	
8.50	V	18-65	Alleen	Sportend	4 min	
9.16	V + V	18-65	Duo	Sportend	35 min	Ook gezien op dinsdag 22 mei

Locatie: Pontanusstraat

Weersomstandigheid: zonnig/bewolkt/regenachtig/stormachtig/anders, namelijk:

Datum: woensdag 30 mei

Start tijdstip: 10.30 uur

Eind tijdstip: 12.30 uur

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, rondlopend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
11.15	M	18-65	Alleen	Sportend	40 min	Eerder gezien op dinsdag 22 mei. Kent de vrouw hieronder.
11.19	V	18-65	Alleen	Sportend	35 min	Kent de man hierboven.
11.30	V	65+	Alleen	Sportend	15 minuten	

Locatie: Sloterpark

Weersomstandigheid: zonnig/bewolkt/regenachtig/stormachtig/anders, namelijk:

Datum: woensdag 30 mei

Start tijdstip: 19.00 uur

Eind tijdstip: 21.00 uur

Tijdstip	Geslacht	Leeftijdscategorie (18-/18-65/65+)	Alleen/duo/meer (aantal)	Type activiteit (zittend, rondlopend, sportend)	Duur gebruik	Opmerkingen
Voor aankomst	M + M	18-65	Duo	Sportend	5+ min	
Voor aankomst	M	18-65	Alleen	Sportend	10 min	
19.02	M	18-65	Alleen	Sportend	30 min	
19.12	M	18-65	Alleen	Sportend	16 min	
19.42	M	18-65	Alleen	Sportend	5 min	
19.43	M	65+	Alleen	Sportend	5 min	
19.50	M	65+	Alleen	Sportend	10 min	
20.05	M	18-65	Alleen	Sportend	30 min	
20.07	M	65+	Alleen	Sportend	35 min	
20.18	M	65+	Alleen	Sportend	10 min	
20.18	M + M	18-65	Duo	Sportend	40 min	
20.29	M	18-65	Alleen	Sportend	20 min	
20.30	M	18-65	Alleen	Sportend	25 min	