



Attraktivare utomhusgym i Göteborgs Stad

- En tvärsnittsstudie gällande attraktivitet och nyttjande

Maria Karlsson
Jennifer Wagner

Kandidatuppsats 15 hp

Program Hälsopromotionsprogrammet - idrottsvetenskap

Vt 2016

Handledare: Beatrix Algurén

Examinator: Lennart Gullstrand

Rapportnummer: VT16-08

Kandidatuppsats 15 hp

Rapportnummer:	VT16-08
Titel:	Attraktivare utomhusgym i Göteborgs Stad: En tvärsnittsstudie gällande attraktivitet och nyttjande
Författare:	Maria Karsslsson & Jennifer Wagner
Program:	Hälsopromotionsprogrammet – idrottsvetenskap
Nivå:	Grundnivå
Handledare:	Beatrix Algurén
Examinator:	Lennart Gullstrand
Antal sidor:	67 (inklusive bilagor)
Termin/år:	Vt2016
Nyckelord:	Attraktivitet, fysisk aktivitet, Göteborgs Stad, nyttjande och utomhusgym

Sammanfattning

Inom Göteborgs Stad har det inte gjorts några tidigare utvärderingar gällande utomhusgym. Utifrån tidigare fakta om vad individer värdesätter av en plats för fysisk aktivitet är främst att platsen ska kännas trygg/säker, vara tillgänglig, nära hemmiljön, vara estetiskt tilltalande och att det finns ett aktivt underhållsarbete på platsen. För att ta bort vanligt förekommande barriärer är det viktigt att dessa egenskaper tillgodoses. Det är påvisat att träning vid utomhusgym inte bara har fysiologisk vinning utan även sociala och mentala fördelar för individen.

Det valda syftet med studien är att kartlägga attraktivitet och nyttjande av befintliga utomhusgym i Göteborgs Stad. Designen är en tvärsnittsstudie där 108 stycken enkäter samlats in i Göteborg och observation av tolv stycken utomhusgym i Göteborgs Stad har genomförts. Enkäterna bearbetades kvantitativt där resultatet redovisats i bild, tabell och cirkeldiagram. Kartläggningen av utomhusgymmen skedde med bildanalys och kvalitativ bearbetning, där resultatet sammanställdes i tabell och text.

Det huvudsakliga resultatet från enkäterna visade att 27 % av respondenterna någon gång tränat vid ett utomhusgym. De egenskaper respondenterna värdesätter är att utomhusgymmen ska vara anpassade för alla, det ska finnas informations- och instruktionsskyltar, belysning, närhet till kollektivtrafik och hemmiljö. Beträffande nyttjandet av utomhusgymmen är det inte många av de tillfrågade som använder sig av utomhusgymmen på grund av faktorer som okunskap av funktion och lokalisering, otryggt samt för långt hemifrån. Kartläggningen visar att många av utomhusgymmen i Göteborgs Stad inte uppfyller efterfrågan som finns. Näst intill alla utomhusgymmen brister på flera av de punkter som det huvudsakliga resultatet visar.

Förord

En väg som från början såg lång ut gick mycket fort och det har varit roligare och mer lärorikt än vi kunnat ana att genomföra denna studie.

Några personer vi vill tacka är först och främst vår handledare, Beatrix Algurén som stöttat oss och varit vägledande under hela arbetets gång, hon har varit driven och ställt upp med en gång samtidigt som hon litat på våra ideér. Vi vill även tacka folkhälsosamordnaren på Göteborgs Stad idrott- och föreningsförvaltning som dels ställt upp på intervju och bidragit med mycket annan information kring utomhusgymmen i Göteborgs Stad, samt varit en kontakt till Göteborgs Stad natur- och fritidsförvaltning. Även tack till Thomas Wiklund på Stockholms Stad idrottsförvaltning som ställde upp på en telefonintervju med kort varsel och på så sätt kunnat berika vår studie med ytterligare kunskap om utomhusgymmens historia i Sverige.

Arbetsfördelningen av denna studie visar tabellen här nedan på.

Arbetsuppgifter	Procent utfört av Maria/Jennifer
Planering av studien	50/50
Litteratursökning	50/50
Datainsamling	50/50
Analys	50/50
Skrivande	50/50
Layout	50/50

Innehållsförteckning

Introduktion.....	5
Syfte	7
Frågeställningar	7
Bakgrund.....	8
Fysisk aktivitet och hälsopromotion	8
Fakta och historia om utomhusgym.....	8
Vad som gör en arena attraktiv	9
Ytterligare tidigare studier inom ämnet.....	11
Positiva följder av ett utomhusgym.....	12
Metod.....	13
Design.....	13
Urval	13
Datainsamling/dataproduktion.....	14
Databearbetning och analys	16
Etik	17
Resultat	18
Diskussion.....	27
Referenser	36
Bilagor.....	39
Bilaga 1. Intervjuguide	40
Bilaga 2. Transkribering intervju	41
Bilaga 3. Telefonintervju.....	49
Bilaga 4. Besvarad intervjuguide park- och natur- & idrotts- och föreningsförvaltningen.....	50
Bilaga 5. Enkät	57
Bilaga 6. Checklista.....	60
Bilaga 7. Bilder.....	62

Introduktion

Dagens samhälle blir allt mer stillasittande tack vare transportmedel, dagens teknik och stillasittande arbeten och livsstilar som idag finns till skillnad från förr då människor fick sin motion mer gratis i vardagen. Folksjukdomar som övervikt och fetma, hjärt- kärlsjukdomar och diabetes ökar i dagens samhälle (Pellmer, Wramner och Wramner, 2013). Pellmer et al. (2013) menar att enligt den nationella folkhälsoenkäten 2010 var cirka 55 % av männen och 41 % av kvinnorna i åldrarna 16-84 år i Sverige överviktiga och feta. Fetma och särskilt bukfetma är en stor bakomliggande orsak till typ 2-diabetes och hjärt- kärlsjukdomar. Övervikt leder också till en rad andra negativa följder som till exempel ont i rygg och psykisk ohälsa (Pellmer et al., 2013).

En av de största faktorerna till övervikt och fetma är just brist på fysisk aktivitet och stillasittande. Så fysisk aktivitet är en av de största friskfaktorerna med en rad positiva effekter på bland annat fysisk, mental, funktionell och social hälsa (Faskunger, 2007). Fysisk aktivitet kan innefatta allt från arbete i hemmet, en promenad till mer måttlig eller intensiv aktivitet i form av till exempel idrottsutövande, allt som bidrar med en ökad energiomsättning.

En av de högst prioriterade uppgifterna ur ett folkhälsoperspektiv är att öka befolkningens fysiska aktivitetsnivå. Ungefär hälften av den vuxna befolkningen beräknas antingen leva ett mycket stillasittande liv eller når inte rekommendationen för fysisk aktivitet ur hälsosynpunkt. Undersökningsområden om hur den byggda miljön påverkar fysisk aktivitet är hitintills ett relativt nytt forskningsområde, trots att folkhälsoarbetet med att förbättra den byggda miljön för att öka hälsan och förbättra levnadsförhållanden för invånarna har en lång tradition. (Faskunger, 2007). Bevisning för att bostadsort kan påverka den fysiska aktivitetsnivån, har väckt intresse i att identifiera aspekter av grannskaps miljöer som kan öka den fysiska aktivitetsnivån hos de boende i området menar Witten, Hiscock, Pearce & Blakely (2008).

Sveriges riksdag antog 2003 nationella folkhälsomål, där mål nummer nio handlar om fysisk aktivitet, målet lyder som så att "samhället ska utformas så att det ger förutsättningar för en ökad fysisk aktivitet hos hela befolkningen." (SOU 2002/03:7, s.42). Göteborgs Stad har folkhälsoprogram som har sin grund i FN:s deklaration, om mänskliga rättigheter och i de övergripande nationella folkhälsomålet, att alla ska ha lika förutsättningar för en god hälsa där samhället ska skapa dessa (Göteborgs Stad, 2014). Göteborgs Stad (2014) folkhälsoprograms syfte är kort att minska hälsoskillnaderna och att alla invånare i Göteborg ska ha bästa möjliga hälsa.

Det som går att utläsa av Göteborgs Stads rapport (2014) är att det finns många hälsoproblem och skillnader i hälsa och livsvillkor hos Göteborgs invånare. Bland annat visar det sig att invånare som har en låg grad av social delaktighet i kombination med låg tillit till andra människor har en högre risk för psykisk ohälsa jämfört med de som har hög social delaktighet och hög tillit. I Norra Angered är andelen som upplever låg tillit till andra människor (51 %), det

är nästan fem gånger högre än i Södra Västkusten (11 %). Samt att det sociala deltagande har betydelse för hälsan. Det kan ses att de invånare som är välintegrerade med starka band till familj och omgivning lever längre, har en bättre hälsa och återhämtar sig fortare efter sjukdom än socialt isolerade personer. Vilket i sin tur ökar individens egen känsla av sammanhang (KASAM) och påverkar hälsan i positiv bemärkelse (Göteborgs Stad, 2014). Göteborg Stad (2014) skriver även i sin rapport att det måste arbetas med olika nivåer, aktörer och arenor i samhället och dessa måste samarbeta och tillsammans med invånarna skapa delaktighet och gemenskap. Arbetet måste även ske utifrån jämställdhetsperspektivet och barnperspektivet med mera. Exempel på arenor är oftast nu fysiskt byggda miljöer, men omfattar även sociala aspekter. Genom att skapa arenor som har till syfte att skapa stöd till människor att göra hälsosamma val och skapa förutsättningar för individer att stärka och främja den egna förstågan och tron på sig själv (Göteborgs Stad, 2014). Göteborgs Stad (personlig kommunikation, 28 april 2016) menar på att bygga utomhusgym kan öka möjligheten att främja hälsostatusen i Göteborg.

Individens sociala position har i hög grad påverkan på hälsan, där individer med hög inkomst och utbildning oftare har bättre hälsa än personer med lägre utbildningsnivå och inkomst, detta samband kallas den sociala gradienten. Göteborgarnas hälsostatus beror egentligen inte på var i staden de bor utan är kopplat till deras socioekonomiska status som är segregerad som på så sett leder till skillnaderna i de olika geografiska delarna i staden. Statistik från Statistiskcentralbyrån och Folkhälsomyndigheten visar på att skillnader i hälsa och livsvillkor i Göteborg ökat över tid. Som nämnt har socioekonomin ett starkt samband med utbildning och då även föräldrars utbildning avspeglas på barnens hälsa och utbildningsnivå. Så till exempel har undersökningar visat på att delar där elever har i utsträckning lägre behörighet till yrkesförberedande gymnasieprogram är i delarna Angered, Kortedala, Frölunda och Tynnered. De som har högst andel behöriga elever är områden som Linnéplatsen och Sigfridsplan. Statistik vad gäller eftergymnasial utbildning för vuxna, så är andelen med eftergymnasial utbildning 51 % i Stora Sigfridsplan till skillnad från Norra Angered som har 12 %. Ett annat exempel som kan ges är när det gäller andel barn som lever i hushåll som erhåller långvarigt ekonomiskt bistånd, vilka ofta har en sämre hälsa. Angered (gäller inte Östra Angered), Frölunda, Tynnered och Kortedala är några av de delar som har högst andel långvarigt försörjningsstöd medan till exempel Linnéplatsen och Centrum har bland de lägsta. (Göteborgs Stad, 2014).

Alla har i dagens samhälle som sagt rätt till jämlik hälsa och det är en problematik att det råder så stora skillnader här. Därför ska denna rapport dels ta reda på vad som krävs av en arena för att vi ska bli mer aktiva och på så många sätt som möjligt minimera barriärer som folk upplever på en arena. Uppsatsen vill skapa en förutsättning för så många olika människor som möjligt och på så vis kanske på sikt bidra med att förbättra folkhälsan.

Vad som påverkar vår fysiska aktivitetsnivå är en rad olika faktorer som till exempel intresse, vilka normer individen utgår från/anpassar sig efter, om individen känner att den har kunskapen att utföra aktiviteten och en rad yttre faktorer som exempel ekonomi. Just ekonomi är en av de vanligaste barriärerna till brist på fysisk aktivitet enligt Faskunger (2007), därför har denna uppsats valt att kartlägga och undersöka utomhusgym som är till för att passa en bred målgrupp, unga som gamla, otränade till tränade och oberoende av användarnas ekonomiska situation, men kanske inte alltid till för rörelsehindrade/funktionsnedsatta.

Utomhusgym är en relativt ny arena och som idag växer och kommer mer och mer upp i Europa. Det finns inte mycket tidigare studier inom området och en kartläggning/utvärdering av Göteborgs Stads utomhusgym har inte tidigare gjorts. Dock arbetar Göteborgs Stad just nu med att ta fram en riktlinje, "*Riktlinjer för attraktiva och välfungerade utegym*" vilken förväntas vara klar i slutet av året som ska vara ett planeringsarbete vid arbete med utomhusgymmen menar Göteborgs Stad (personlig kommunikation, 28 april 2016). Någon formell utvärdering har heller aldrig gjorts i Stockholms Stad utan bara fåtal enkäter menar T. Wiklund (personlig kommunikation, 13 april 2016) som är friluftschef på idrottsförvaltningen i Stockholms Stad. Denna studie vill kunna bidra med en kartläggning av de befintliga utomhusgymmen Göteborgs Stad (2016) nämner på sin hemsida, samt ta reda på vad invånare i Göteborgs Stad värderar för egenskaper hos en plats/arena för att det ska vilja utöva fysisk aktivitet där. Detta för att kunna koppla dessa egenskaper till de befintliga utomhusgymmen och kunna ge förslag på hur de kan bli attraktivare.

Syfte

Syftet med studien är att kartlägga attraktivitet och nyttjande av befintliga utomhusgym i Göteborgs Stad.

Frågeställningar

- Vilka egenskaper har de befintliga utomhusgymmen i Göteborgs Stad?
- I vilken utsträckning används utomhusgymmen i Göteborg och vilka egenskaper gör dem attraktiva?

Bakgrund

Under denna rubrik beskrivs inledningsvis vad definitionen av fysisk aktivitet och hälsopromotion är. Vidare olika typer av utomhusgym och historia/fakta om utomhusgym. Sedan beskrivs vad som tidigare är kända egenskaper som gör en plats/arena till en bra respektive mindre bra arena, det handlar om alla arenor för fysisk aktivitet och inte specifikt om utomhusgym. Vidare tas tidigare studier inom området upp och avslutningsvis beskrivs ytterligare positiva följder ett utomhusgym kan tänkas bidra med förutom att ha en positiv inverkan på den enskilda individens fysiska hälsa.

Fysisk aktivitet och hälsopromotion

Hälsopromotivt arbete innebär att arbeta med det som är friskt och här bibehålla hälsan, genom att införskaffa empowerment hos individerna själva att påverka sin situation menar Raustorp (2013). WHO (1986) definierar det som "Health promotion is the process of enabling people to increase control over, and to improve, their health." (s.1). Det handlar om att fokusera på friskfaktorer som bibehåller en god hälsa, där fysisk aktivitet är en av de största friskfaktorerna. Detta arbetssätt att se till det friska istället för att arbeta med det som redan är "sjukt" som sjukvården mer gör kallas för att ha ett salutogent synsätt vilket myntades av Antonovsky (1991). WHO (2015) menar på att för att det ska ha en positiv inverkan på hälsan gäller det att för vuxna att utföra fysisk aktivitet minst 150 min/vecka med måttlig intensitet eller 75 min/vecka med hög intensitet och barn ska röra sig minst 60 min/dag. WHO (2015) menar också på att det är viktigt att bryta stillasittandet var trettionde minut och få in mer vardagsmotion som bör hålla på i minst tio minuter i streck för att det ska ha en positiv inverkan på hälsan.

Ohälsobördan som finns i Sverige idag kostade enligt Malmökommissionens (2013) uträkning, år 2008, landet 823 miljarder kronor per år för sjukvård, läkemedel samt produktionsbortfall till följd av sjukdom eller förtida död. Malmökommissionen (2013) menar även på att denna ohälsobörda motsvarar cirka 25 % av landets BNP det året. Även detta styrker vikten av att arbeta med och främja individers hälsa innan skadan är skedd, inte minst för att spara samhället dessa ofantliga kostnader.

Fakta och historia om utomhusgym

Det finns olika typer av utomhusgym och beroende på vem som tillfrågas så skiljer sig dessa åt. Caldwell (2010) har i sitt examensarbete från Australien nämnt de olika typerna community outdoor gym, simple outdoor gym, all-in-one, static exercise station, fitness trail, exercise station trails och modern outdoorgym. Norén och Schumacher (2014) skriver i sitt examensarbete om utomhusgym i trä, utomhusgym i stål, kinesiska utomhusgym och utomhusgym för seniorer. En av likheterna som finns är att det finns mer enklare utomhusgym som bara har några stockar, mera "spartanskt" till mer modernare utomhusgym som de flesta är eniga liknar

utrustningen i ett vanligt gym inomhus.

På 1970-talet började det byggas enklare utomhusgym, ett så kallat fitness trail (Madren, 2013). De första moderna utomhusgymmen byggdes 1998 i Kina som en kampanj för OS i Peking 2008, där det nu byggts utomhusgym på över 37 miljoner kvadrat feet i hela landet (GreenGym Outdoor Fitness Equipment, 2015). Det som kännetecknar ett modernt utomhusgym är på många sätt likt ett vanligt gym med rörliga delar på utrustningen som tränar både kondition, styrka, balans och rörlighet med tydliga instruktioner vid redskapen/utrustningen samt är till för alla individer oavsett ålder och kunskapsnivå menar Scott, Stride, Neville, & Hua (2014).

Enligt Göteborgs Stad (2008) byggdes det första utomhusgymmet i Angered 2008 och var även Sveriges första moderna utomhusgym. Stockholms Stad (personlig kommunikation, 13 april 2016) menar på att det första kompletta utomhusgymmet i trä som tränar hela kroppen togs fram i Björkhagen i Stockholm och stod färdigt 2009.

I Göteborgs Stad finns det cirka 46 stycken utomhusgym, de som ligger på parkmark ägs av park- och naturförvaltningen och de som ligger på mark klassad som idrottsmark ägs av idrotts- och föreningsförvaltningen menar Göteborgs Stad (personlig kommunikation, 28 april 2016). Utav de 46 stycken som finns är tolv stycken trä- och metallgym av egen regim, 28 stycken moderna metallgym/kina gym som företag tillverkat med rörliga delar samt sex stycken med blandade redskap utav alla typer av utomhusgym. Göteborgs Stad (personlig kommunikation, 28 april 2016) menar på att de modernare gymmen inte klarar klimatet och det slitaget som finns här, vilket gör att dessa så småningom antagligen kommer avvecklas.

Gym-maskiner och då även utomhusgymmen är främst konstruerade att passa vuxna där Caldwell (2010) menar att vissa utomhusgym rekommenderar en 18 års gräns för att individen ska få använda dessa. Men Göteborgs Stad (2016) skriver att utomhusgymmen är till för såväl unga som gamla, under en bild där barn tränar vid ett av utomhusgymmen. Lappset är en kedja som från början byggde lekplatser/redskap men erbjuder nu även gymutrustning i stål och trä blandat som då är anpassningsbart för alla åldrar (Lappset, 2016). Idrotts- och föreningsförvaltningen i Göteborgs Stad menar att alla utomhusgym inte är handikappsanpassade, men när de själva konstruerar och bygger de i Göteborgs Stad ökar möjligheten att anpassa de till personer med funktionsnedsättning (personlig kommunikation, 28 april 2016).

Vad som gör en arena attraktiv

En arena är en plats där fysisk aktivitet kan äga rum och det kan till exempel vara ett utomhusgym och utomhus-arenor, vilka kallas stödande miljöer (Faskunger, 2007). Göteborgs Stad (2014) menar på att stödande miljöer för hälsa är en av nyckelstrategierna för ett hälsofrämjande arbete. Faskunger (2007) menar att på dessa platser ska alla människor ha samma förutsättningar att utföra spontan aktivitet och miljöerna ska vara enkla, gratis, tillgängliga samt vardagliga. Faskunger (2007) delar in fysisk aktivitet i olika kategorier och menar på att

den byggda miljön för dessa stödjande miljöer har stor vikt på hur de är utformade för att antingen just då skapa förutsättningar eller hinder/barriärer för människor. Hinder som finns i grön- och parkområden enligt Faskunger (2007) är osäkerhet och trygghet, undermålig skötsel, dåliga faciliteter i parker samt att människor är beroende av tillgänglighet och närhet. Koohsari, Mavoa, Villanueva, Sugiyama, Badland, Kaczynski och Giles-Corti (2015) menar på att kvalitativa studier visat på att viktiga aspekter vid publika öppna ytor är just säkerhet, estetik, underhåll, bekvämligheter och anslutningar till platsen. Witten et al. (2008) nämner för att underlätta undersökningar av relationer mellan fysiska miljöer och fysisk aktivitet finns det föreslaget att gruppera in miljöfaktorer i fyra kategorier. Dessa fyra kategorier är funktionella faktorer det vill säga trafikhastighet, gat- och vägkonstruktion, säkerhetsfaktorer, estetik i grannskapet och destinationer som innebär tillgång till önskade platser och bekvämligheter.

Det är känt att den byggda miljön påverkar människors fysiska aktivitet (Faskunger, 2007). Det vi idag inte vet är hur vida den här påverkan ser ut för olika former av fysisk aktivitet. Platser för fysisk aktivitet och motion innefattar bland annat parker, grönområden, anläggningar och mötesplatser som ligger i närområden. Forskningen på området visar att närliggande platser för fysisk aktivitet, motion och rekreation är mycket viktiga för att skapa goda förutsättningar för en fysiskt aktiv livsstil (Faskunger, 2007). I bostadsområden, kvarter, stadsdelar, tätorter eller lokalsamhällen finns många platser eller egenskaper som skapar goda förutsättningar för fysisk aktivitet. Vissa av de här platserna är ibland mer uppenbara än andra, som till exempel parker, motionsanläggningar, gång- och cykelvägar (Faskunger, 2007). Kooshari et al. (2015) beskriver att publika öppna områden som parker, motionsspår med mera där fysisk aktivitet kan utövas är nyckeln till den byggda miljöns påverkan för individens variation till fysisk aktivitet. Näridrottsplatsen ska tillfredsställa många grupper och många mänskliga behov. De fysiska aktivitetsbehoven är en viktig del. Men den perfekta anläggningen ska också ge glädje, spänning, social kontakt, avspänning och naturupplevelse (Riksidrottsförbundet, 2002).

Tillgången till transport och platser där den fysiska aktiviteten kan utövas har en stor betydelse för hur aktiva människor är menar Faskunger (2007), därför kan det vara av intresse att se vart utomhusgymmen är lokaliserade och även hur lätt det är att ta sig dit, till exempel närmsta kollektivhållplats eller parkeringsplats. I tidigare insatser som gjorts vad gäller att förbättra tillgången till transport och designen på de platser där fysisk aktivitet kan utövas ser ut att ha en positiv inverkan på den fysiska aktivitet då det på så vis minimerar barriärer menar Handy, Boamet, Ewing & Killingsworth (2002). Att genom en kombination av stadsplanering, se till mönster i markanvändning och förbättring av transportnät för gång och cykling kan det bidra till mer rörelse hos befolkningen enligt den datan som finns. Tillvägagångssättet vad gäller dessa samband är att använda tidigare data som resedagböcker och andra surveyundersökningar med mera som gjorts i vissa områden för att hitta samband vad gäller den byggda miljön och resevanor (Handy et al., 2002).

Vidare skriver Faskunger (2007) och Malmös gatukontor (2015) att tryggheten har en stor inverkan på den fysiska aktiviteten om den hämmar eller uppmanar. Om det känns farligt/otryggt och finns risk för att skada sig vid träning blir detta ett hinder. Faskunger (2007) tar upp att orsaker som kan ses som hinder gällande denna aspekt är så som mörker, våldsbrått eller annan kriminalitet, hög trafikvolym eller större trafikerade vägar med höga hastigheter,

skymd sikt samt störande uppträdande. Bra skyltning kan däremot bidra till ökad aktivitet. Malmös gatukontor (2015) menar på att det är viktigt med bra skyltning med beskrivningar och bilder vid utomhusgym för att ta bort barriärer på okunskap så att även en ovan individ ska kunna träna där och även på så vis minska risken för skador.

Att miljön runtom har bekvämligheter att sitta och vila vid gagnar äldre människor att vistas där då det upplevs som en trygghet (Faskunger, 2007). Många äldre känner att de inte har tillräcklig kunskap att använda utomhusgym och i Australien gjordes en insats i en mindre studie av Scott et al. (2014) där dels en instruktionsguide skapades och instruktörs ledda tillfällen vid utomhusgymmen skedde. Studien riktade sig bara åt äldre över 50 år och hade ett positivt utfall, där fler nya användare besökte utomhusgymmen och kände sig mer trygga att använda de.

Även estetiken, hur arenan/platsen ser ut har betydelse. Hur omgivningen runt om ser ut och hur själva gymmet ser ut är då av betydelse. Som exempel om miljön runt om är vacker och gymmet ser inbjudande och i ögonfallande ut ger det en positiv känsla (Malmös gatukontor, 2015). Vad vi känner för en plats, hur den påverkar våra sinnen som ljud, lukt, syn påverkar vår aktivitets grad. Negativt kan som redan nämnts vara om platsen är undermåligt skött menar Faskunger (2007). Om platsen är attraktiv och många andra tränar där är detta positivt, då Malmös gatukontor (2015) skriver att se andra idrotta kan få oss mer motiverade och inspirerade att pröva våra egna gränser.

Ytterligare tidigare studier inom ämnet

Vad gäller utomhusgym är det ett såpass nytt ämne och outforskat att inte många tidigare studier har gjorts. I Sverige har inga publicerade studier tidigare gjorts vad enbart gäller utomhusgym, inte heller i Skandinavien och bara ett fåtal i Europa. Där det gjorts flest tidigare studier är även där utomhusgymmen har spridit sig som mest så som Australien, USA och till viss del i Asien. De få studier som gjorts om just utomhusgym berör även oftast målgruppen seniorer.

En studie i Tyskland av Born och Claßen (2014) gjordes på individer över 50 år som intervjuades angående utomhusgym. Resultaten visade på att av de 155 stycken deltagande var det endast 1/4 som använt utomhusgymmen i Hannover, varav hälften inte visste om att det fanns. Studien visade även på att majoriteten av de som använt utomhusgymmet inte ersatte sin andra träning med att träna vid utomhusgymmet, samt att studien menar vagt att utomhusgymmen kan bidra till en ökad fysisk aktivitetsnivå hos människor över 50 år.

En annan mindre studie av Chow (2013) gjord på seniorer som tränade vid utomhusgym i Taiwan visade på att de som besökte parkerna gjorde det inte bara på grund av utomhusgymmen men de menade på att utrustningen hjälpte att förbättra både deras fysiska som psykiska välmående och sociala umgänge. Studien visade vidare inte på några större oroligheter angående deras egen säkerhet utan istället mer vad gäller barns säkerhet då studien även nämner andra studier där de observerat att upp till 1/5 av användarna är barn. Seniorerna menar också

att det bör ske förbättring vad gäller underhåll och placeringen av gymmen, där de borde vara mer anpassat till klimatet/miljön de finns i.

I Stockholm genomfördes observationer av utomhusgym och andra platser för fysiska aktiviteter, på så kallade spontanidrottsplatser och näridrottsplatser. I denna studie framkom det att utomhusgym och motionsspår för löpning/joggning är något som pojkar/män nyttjar i högre grad än flickor/kvinnor. Utifrån observationerna visade det sig att fördelningen var 66 % pojkar och 34 % flickor av de som använde sig av utomhusgymmen. Löpning och jogging runt motionsspår i anslutning till utomhusgym är något som ses öka under de senaste åren. (Blomdahl, Elofsson & Åkesson, 2012).

Positiva följder av ett utomhusgym

Studien av Cranney, Phongsavan, Kariuki, Stride, Scott, Hua, och Bauman (2015) handlade om parkerna där utomhusgym byggdes blev mer besökta på grund av utomhusgymmen och om de bidrog till att öka de besökandes fysiska aktivitetsnivå. Genom observationer och intervjuer visade studien på att det fanns en liten men signifikant ökning av parkernas användning utav äldre och att parkanvändarna ägnade sig av en högre fysisk aktivitetsgrad. Trots att studien kan brista i evidens kan ett utomhusgym tänkas bidra till en ökande användning av parker. Även studien av Furber, Pomroy, Grego och Taverner-Smith (2014) och studien av Scott et al. (2014) har bidragit till ett ökat användande och graden av den fysiska aktivitetsnivån. Alla tre studier har gjorts i Australien.

Ett utomhusgym kan tänkas öka attraktiviteten i ett område eller närliggande område och är på så vis ett sätt att locka dit fler människor. Man kanske helt enkelt vill skapa en bättre image av den stadsdelen. Idag handlar mycket om att städer vill marknadsföra sig, få en så bra image som möjligt vilket kallas city-marketing. En image många städer vill få är till exempel en idrottsstad eller där befolkningen ses friska och fysisk aktiva. Utomhusgym kan tänkas bidra med att förbättra folkhälsan i Göteborg och göra att hälsan i staden blir mer jämlik och på så vis skapa en bättre image av Göteborg. Detta kan i sin tur bidra med att öka turismen och att locka till sig fler människor vilket i sin tur leder till ekonomisk vinning åt staden vilket är en annan positiv men kanske långsiktig effekt utomhusgym kan ha. (Book & Carlsson, 2008).

Furber et al. (2014) menar att utomhusgym bidrar också till att öka det sociala livet, vilket också har en inverkan på hälsan. Aparicio (2009) menar också att utomhusgym bidrar positivt till främst seniorers sociala liv samt att användning av ett utomhusgym innerverar alla faktorer av människans kropp, så som balans, koordination, styrka, smidighet och rörlighet. Fysisk aktivitet, som ett utomhusgym bidrar med, har inte bara positiva effekter på den fysiska hälsan utan även en positiv effekt på den kognitiva funktionen, självkänslan, självuppfattningen och en lindrande effekt på stress och psykiska sjukdomar (Lindwall & Johnson, 2010). Att vistas i naturen och få frisk luft är även det vedertaget känt att det har en positiv inverkan på den mentala hälsan och minskar stress, ångest och förbättrar koncentrationsförmågan, vilket utomhusgym också kan tänkas bidra till, vilket även Caldwell (2010) menar på.

Det är visat att det finns många sociala förmåner av allmänna ytor som uppmanar till fysisk aktivitet. Bland annat så ger det möjlighet till ökandet av socialt kapital, genom att öka mötesplatser där människor kan utveckla socialt umgänge där fysisk aktivitet är en del. I områden med låg socioekonomisk status visar att parkliknande områden ökar möjligheter för sociala interaktioner. (Slater, Fitzgibbon & Floyd, 2013).

Metod

Under metoden beskrivs tillvägagångssättet i denna studie för att ge en inblick åt läsaren och för att studien ska kunna upprepas. Först beskrivs studiedesignen, vidare urval och sen hur datainsamlingen samt bearbetningen/analysen gick till. Metodologiska övervägande med motivering av de olika val som gjorts nämns löpande i texten. Till sist diskuteras etik.

Design

Denna studie är en tvärsnittsstudie även kallad surveystudie, där enkäter samlats in från flera individer i Göteborg vid ett tillfälle. Syftet var att få in flera enkäter för att få en variation på kvantitativ data som berörde flera variabler för att se vilka likheter respondenterna har, vilket Bryman (2008) menar karakteriserar denna studiedesign, vad gäller attraktiva egenskaper hos en arena för fysisk aktivitet. Vad Bryman (2008) ytterligare menar karakteriserar en tvärsnittsstudie är att data som sagt samlas in vid ett tillfälle, som här var fallet med enkäten och som berör många variabler. Denna del av studien är kvantitativ.

Studien är också en kvalitativ studie då analysen av kartläggningen genomfördes som en strukturerad observation. Observationen hade också en tvärsnittsdesign då det dels var flera fall (utomhusgym) som observerades vid ett tillfälle där flera aspekter/variabler framkom i data. Observationen var strukturerad (systematisk) då den utgicks från ett kategorischema, checklista, där en direkt iakttagelse gjordes (Bryman, 2008). Observationerna genomfördes på samma sätt utifrån samma regler vilket karakteriserar en strukturerad observation menar Bryman (2008).

Studien hade ett deuktivt angreppssätt då observationer och resultat/data kom i slutet till följd av teorin. Då fakta och bakgrund först samlats in och då utifrån det vi vet härleder till hypoteser som styr datainsamlingsprocessen (Bryman, 2008).

Urval

Utav insamlingen av enkäterna erhöles 108 stycken enkäter vilket kan ses som ett mer slumpmässigt stickprov utifrån Göteborgs Stad invånare och mer stratifierat slumpmässigt urval från delarna Frölunda och Angered. Alla enkäter var inte korrekt ifyllda enligt beskrivningen

vilket bidrog till ett bortfall, dock valdes bortfallet att diskuteras i varje enskild fråga i resultatdelen för att inte gå miste om annan viktig information enkäten kunde innehålla. Individerna var från 16 år och uppåt och de var 45 stycken män och 60 stycken kvinnor samt tre stycken åldersbortfall. Individer som uteslöts ur studien var om de inte kunde tala svenska eller inte kunde läsa och då inte förstå frågorna i enkäten. Även ungdomar och barn under 15 år valdes bort för att förbise den etiska tillåtelsen av målsman som i så fall skulle krävas.

De utomhusgymmen som valdes att kartläggas i Göteborg var de nio stycken som Göteborgs Stad (2016) själva skriver om/nämner på sin hemsida. Dessa är lekplatsen Plikta i Slottsskogen, Askimsbadet, Färjenäsparken, Positivparken, Melongatan (lekplats 16), Turkosgatan (lekplats 18), Angereds stadspark, Skatås motionscentrum samt Kvibergs Park. Utöver dessa fanns det ytterligare ett till i Plikta i Slottsskogen och två till i Skatås motionscentrum som valdes att tas med i kartläggningen, då det inte framkom på hemsidan vilket utomhusgym dem syftade till. Valet hamnade på dessa för att arbetet inte skulle bli allt för omfattande samt att detta är de som gemene man i första hand kommer i kontakt med via deras hemsida. Urvalet av utomhusgymmen blev ett bekvämlighetsurval, då det var denna information som var tillgängligt och det vi i först kom i kontakt med (Bryman, 2008).

Datainsamling/dataproduktion

Enkät

Det som gjordes i första hand var att se över befintlig litteratur inom ämnet. Genom användandet av olika sökord så hittades litteratur som lästs igenom och som det refererats till i rapporten. Litteraturen är hämtad från olika databaser som PubMed, SPORTDiscus, Scopus, Google Scholar samt supersök på Göteborgs universitetbibliotek. Sökorden som har använts för att hitta den aktuella litteraturen är bland annat "utegym/utomhusgym", "outdoor gym", "näridrottsplatser", "attraktiv arena" och "open spaces for physical activity". En rad andra sökord testades med men utan några träffar för något intressant underlag. Denna litteratur har sedan använts för att komma fram till vilka egenskaper som skulle belysas i checklistan vid kartläggningen samt i enkäten.

Två personer intervjuades, vilka var en anställd på Göteborgs Stads idrotts- och föreningsförvaltning och en från Stockholms Stad. Detta var ett målstyrt urval då dessa sågs lämpade och kompatibla att besvara vår intervjuguide. Underlaget från Göteborgs Stads intervju användes även som underlag vid framtagning av enkäten (se bilaga 1, bilaga 2 och bilaga 3). Ytterligare information från Göteborgs Stad natur- och park- samt idrotts- och föreningsförvaltningen erhöles genom ett skriftligt dokument (se bilaga 4).

Enkäter sågs som ett bra redskap för att få in mer data som då kan bidra till att mängden data är lättare att bearbeta samt att kunna applicera de framtagna resultaten till verkligheten. Frågorna i enkäten har utformats för att de ska ge svar till det syfte och de frågeställningar studien har samt återkoppla till fakta som tas upp i bakgrunden. Vid utformningen har Bryman (2008) använts för att göra enkäten enkel att besvara för respondenterna, genom att tänka på

en enkel layout med tydliga instruktioner och hålla sig till en sida (fram och baksida) för att minska bortfallet. Om enkäten är för lång menar Bryman (2008) att bortfallet blir större då det kan upplevas jobbigt, ta lång tid för respondenterna att besvara. Även att inte använda för många öppna frågor då det kan göra att människor drar sig för att besvara frågan samt att använda lodräta svarsalternativ vilket minskar risken för förväxling av svarsalternativen.

Enkäten hade en framsida där vi presenterade oss, berättade syftet med enkäten samt informerade om det frivilliga deltagandet. En karta fanns även här där de olika utomhusgymmen var utmärkta som dels var som hjälp för att besvara fråga 7b. Denna framsida med karta och inledningen kunde respondenterna ta med hem för att igen läsa vad syftet var samt även använda kartorna för att hitta de befintliga utomhusgymmen som finns. De första frågorna om ålder, kön, postnummer, hur mycket personen tränar med mera var till för att ta reda på vilken studiepopulationen var. Första sidan bestod enbart av kryssfrågor förutom fråga tre där de skulle fylla i sitt postnummer. Vidare frågor om individen använt ett utomhusgym och i så fall vilket, användes för att ta reda på nyttjandet av de befintliga utomhusgymmen. Hur långt ifrån respondenterna bor ett utomhusgym och varför de inte använt ett om de svarade nej togs med för att kunna återkoppla till de egenskaper som är viktiga. Till exempel att om individerna tycker det är viktigt att arenan där de ska utöva fysisk aktivitet ligger nära sitt hem kan det vara intressant att se hur långt ifrån studiepopulationen bor. Andra sidan av enkäten bestod av en tabell, fråga åtta, där respondenterna kunde kryssa i hur viktiga olika egenskaper är. Svarsalternativen som valdes var fem stycken som kan ses som en femgradig rangordning från mycket viktigt till inte alls viktigt där mitten alternativet är neutralt, om respondenten inte har någon åsikt/varken tycker det är mer eller mindre viktigt. Sista frågan i enkäten var en öppen fråga där de själva kunde fylla i ytterligare viktiga egenskaper som de värdesätter för att attraktiviteten ska öka och som då inte nämnts i tabellen (se bilaga 5).

För att även säkerställa att enkäten var lätt att förstå och få kritik på vad som kunde göras bättre vid utformningen genomfördes även en pilotstudie av enkäten på tre personer i vår bekantskap. Med andra ord så fick respondenterna i pilotstudien av enkäten komma med sin feedback angående enkäten så att den kunde förbättras så att deltagarna i enkätundersökningen skulle förstå enkäten bättre, och på så sätt minska bortfallet. Till exempel ändrades de tidigare sex svarsalternativen i tabellen i fråga åtta till fem svarsalternativ, då två av alternativen sågs för lika samt att sex stycken svarsalternativ upplevdes vara för mycket.

Enkäterna samlades sedan in av oss båda under fyra konsekutiva dagar under 19-22 april 2016. Enkäterna delades ut och samlades in på plats efter att respondenten fyllt i den. Ett försök gjordes på Opaltorget (centrum i Tynnered) och Gamlestadstorget (nära Kviberg Park) men utan resultat då det rörde sig för lite folk här. De andra platserna var Angered centrum där 15 stycken enkäter samlades in, Frölunda torg där 31 stycken samlades in och resterande 62 stycken enkäter samlades in i Nordstan. Utifrån tidigare statistik har befolkningen i Göteborg som bor i områden med lägre socioekonomi sämre hälsa (Göteborgs Stad, 2014). Därför valdes enkäterna att delas ut vid det centrum som låg närmst utomhusgymmen som kartlades i de områdena med lägre socioekonomisk status. Dessa platser valdes även för att det är av intresse att se hur många av de som bor eller rör sig i området som använder det närliggande utomhusgymmet. Platserna var Angered centrum, Frölunda Torg, Gamlestadstorget samt Opaltorget. För att även få ett mer representativt urval av Göteborgs befolkning valdes vid ett

tillfällde att dela ut enkäter i Nordstan.

Då vi ville att enkäterna främst skulle nå ut till de som har en sämre hälsa valdes pappersenkäter, då vi själva ville gå ut på plats till de områdena med lägre socioekonomisk status som överlag har en sämre hälsa. Om en online enkät istället hade använts är det inte lika lätt att nå ut till denna målgrupp. Som ett exempel hade en online enkät haft förutsättningen att individen besitter kunskapen till denna typ av kommunikation samt krävt tillgång till dator och/eller internet med mera vilket kanske inte är något varje hushåll har tillgång till. Bryman (2008) menar på att vid online enkäter krävs ett visst handlag som inte alla besitter. Bryman (2008) menar att en rad faktorer som rör kommunikation online gör det hela mer komplicerat och på så vis försvårar sannolikhetsurvalet, till exempel att internetanvändare utgör ett skevt urval av befolkningen då de som använder tenderar att ha högre utbildning, vara yngre och ha en bättre ekonomi och heller inte representativt i etniskt bemärkelse. Bryman (2008) menar även att bortfallet tenderar att vara högre vid enkäter online eller e-post jämfört med pappersenkäter.

Kartläggning – Observation med bildanalys

Genom att använda enkäten samt litteratur som underlag så skapades en egen checklista av de aspekter/kriterier/egenskaper som skulle studeras vid kartläggningen av utomhusgymmen (se bilaga 6). Vid besöket av varje utomhusgym användes samma checklista för att analyseringen av alla utomhusgymmen skulle genomföras lika. Det var en strukturerad observation som gjordes under ett tillfälle med fallen (utomhusgymmen). Det var ett deduktivt angreppssätt där teorier och insamlad fakta skapade checklistan vilken sedan ledde fram till data/resultatet. Egenskaperna i checklistan delades in i kategorierna estetiskt vackert, städat/välskött, tryggt/känns säkert, transport/tillgänglighet och övrigt. Utöver de olika egenskaperna antecknades också datum och tid, hur många människor som använde sig av utomhusgymmet under tiden av besöket, antalet maskiner och redskap samt om det fanns någon information om tillverkare. Även om något övrigt noterades som inte var med i checklistan togs detta med för att inte missa någon viktig aspekt under kartläggningen. Observationen av utomhusgymmen gjordes av oss båda under tre stycken konsekutiva dagar, 19-21 april 2016 mellan klockan 9-16 i samband med enkätinsamlingen. Varje utomhusgym observerades under 15 minuter. Vi tog oss runt till de olika gymmen med kollektivtrafiken och till fots för att se vilken närmsta hållplatsen var samt få en uppfattning av hur nära hållplatserna låg utomhusgymmen. Fotografier av utomhusgymmen togs med mobilkamera, (se utvalda bilder i bilaga 7), för att ha material att se tillbaka till och ha möjlighet att analysera utomhusgymmen i efterhand, en såkallad bildanalys.

Databearbetning och analys

Vid bearbetningen av enkäten användes en kvantitativ metod. Först delades kvinnor och män upp var för sig manuellt för vidare bearbetning. Sedan matades alla svar från enkätens första sida in som siffror i ett vanligt Word dokument, förutom fråga tre. De kvantitativa siffrorna räknades även ut i procent. Vidare gjordes en tabell i Word där dessa siffror matades in (se tabell 1). Samma procedur gjordes om igen för att dubbelkolla resultatsiffrorna. Vid frågan om

vilket utomhusgym respondenterna tränat vid så delades de in i de stadsdelar utomhusgymmen ligger i, de stadsdelar där det inte finns något utomhusgym i uteslöts ur tabellen. Indelningen blev följande; Angered (Angered's Stadspark), Majorna-Linné (Lekplatsen Plikta i Slottskogen (1) och (2)), Östra Göteborg (Kviberg Park), Askim-Frölunda-Högsbo (Askimsbadet och Positivparken), Västra Göteborg (Melongatan (Lekplats 16) och Turkosgatan (Lekplats 18)), Lunby (Färjenäsparken) och Örgryte-Härlanda (Skatås motionscentrum (1), (2) och (3)).

Vid fråga tre användes en söktjänst för att se i vilken stadsdel eller annan del i Sverige de olika postnumren respondenterna fyllt i tillhörde för att kunna mata in dessa i form av siffror under respektive stadsdel. En karta utmärkt med de olika stadsdelarna samt procentsatsen av tillhörande respondenter visar spridningen på studiepopulationen som svarat på enkäten (se bild 1). Fråga åtta matades in i den befintliga tabellen som fanns i den frågan, dessa användes sedan som underlag för att skapa cirkeldiagram, i programmet Numbers, för varje egenskap för att tydligt se vilka egenskaper som sticker ut och är av prioritet enligt respondenterna. Fråga nio bearbetades kvalitativt där de olika svaren, om de var liknande, delades in under samma kategori/svar och nämndes i löpande text.

Vid bearbetningen av den ifyllda checklistan från kartläggningen gjordes detta kvalitativt med en bildanalys till hjälp av de fotografier som tagits. Som tidigare nämnt har checklistan använts som hjälp som ett schema för att analysera bilderna, där varje egenskap den nämner diskuterats var för sig. Detta gjordes av oss båda för att se om vi delade åsikt utifrån svaren och analyseringen av bilderna. En tabell gjordes, (se tabell 2), för att lätt se en sammanställning över vilka egenskaper respektive utomhusgym uppfyllde och inte uppfyllde.

Vad gäller egenskaperna närhet till kollektivtrafik, parkering och bostadsområde sattes gränsen 1 km till att innebära nära. Vad gäller bänkar och papperskorgar fick utomhusgymmet ett ja då dessa var i anslutning till utomhusgymmet och inte en bit bort till exempel in på ett motionsspår. Vad gäller belysning fick utomhusgymmet ett ja om belysningen var avsedd för utomhusgymmet och riktad och fick alltså ett nej om det bara fanns till exempel gatubelysning vid promenadstråket bredvid. Vad som menas med egenskapen underhåll i checklistan avsedde detta om utomhusgymmen tas hand av någon och om det var rent och snyggt runtom.

Etik

Enkäten har även utformats enligt de fyra forskningsetiska principerna som är samtyckeskravet, informationskravet, konifidialitetskravet och nyttjandekravet vilket Vetenskapsråden (2011) menar att all typ av forskning bör ta hänsyn till (undantag för examensarbeten). Detta genom att informera om att det är frivilligt att delta (samtyckeskravet), informerade vad syftet med enkäten var (informationskravet), att deltagaren är anonym (konifidialitetskravet) samt vad informationen skulle användas till (nyttjandekravet).

Att enkäten hade en åldersgräns på 16 år valdes för att annars hade yngre respondenter behövt godkännande av målsman vilket hade försvårat processen då enkäterna delades ut och samlades in på plats. Förutom detta och att respondenterna var tvungna att kunna språket, vilket var

och varannan i Angered centrum vid insamlingen av enkäterna inte kunde, för att ha möjlighet att besvara enkäten, fick alla delta oavsett till exempel handikapp, ekonomiskt status och etniskt ursprung.

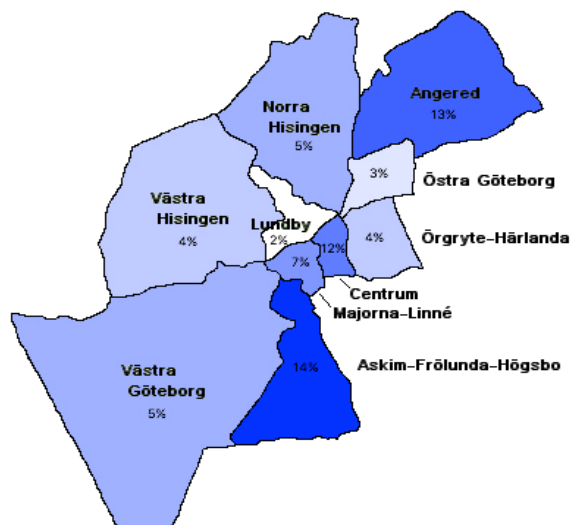
Resultat

Under denna rubrik presenteras det mest relevanta resultat som framkommit i denna studie, där enkäten redovisas med en tabell, en bild vad gäller studiepopulationen samt diagram med tillhörande text. Till sist redovisas kartläggningen i en tabell och text.

Enkät

Antalet respondenter som svarade på enkäten var totalt 108 stycken. I enkäten fick varje person fylla i postnummer, detta för att få en översikt av vilka invånare i Göteborgs Stad svar erhöles från. Bilden nedan visar hur stor andel som bor i respektive stadsdel, resultat av fråga tre i enkäten. Fördelningen visade sig hamna mellan 2-14 %. Lundby hade lägst antal deltagande och Askim-Frölunda-Högsbo hade högst deltagande.

Bild 1. Fördelning av studiepopulation.



(Bildkälla: Wikipedia, 2016)

I tabellen nedan (tabell 1) är fråga två och 4-7 i enkäten sammanställt, där det går att utläsa vad män och kvinnor har svarat samt hur det totala svaren ser ut. Totalt var det 45 män och 60 kvinnor som svarade på enkäten. Det fanns ytterligare tre personer, som hamnade under bortfall då dessa inte hade kryssat i kön. Varje fråga har redovisats separat för att tydligt visa på

fördelningen av svarsalternativen, där varje svar har valts att beskrivas i både antal och procent.

Tabell 1. Karaktärisering av studiepopulation samt nyttjande

Bakgrundsfaktorer	Män n=45	Kvinnor n=60	Bortfall n=3	Totalt N=108
Ålder (n (%))				
16-30 år	12 (27)	30 (50)	0 (0)	42 (39)
31-45 år	8 (18)	6 (10)	0 (0)	14 (13)
46-65 år	15 (33)	12 (20)	1 (33)	28 (26)
Över 65 år	9 (20)	10 (17)	2 (67)	21 (19)
Bortfall	1 (2)	2 (3)	0 (0)	3 (3)
Hur ofta tränar du? (n (%))				
Inte alls	4 (9)	10 (17)	0 (0)	14 (13)
1-2 gånger/vecka	26 (58)	24 (40)	1 (33)	51 (47)
3-5 gånger/vecka	15 (33)	24 (40)	2 (67)	41 (38)
Mer än 5 gånger/vecka	0 (0)	2 (3)	0 (0)	2 (2)
Hur många gånger tränar du ute av dessa? (n (%))				
Ingen alls	19 (42)	24 (40)	0 (0)	43 (40)
1-2 gånger/vecka	22 (49)	16 (27)	1 (33)	39 (36)
3-5 gånger/vecka	4 (9)	16 (27)	2 (67)	22 (20)
Mer än 5 gånger/vecka	0 (0)	1 (2)	0 (0)	1 (1)
Bortfall	0 (0)	3 (5)	0 (0)	3 (3)
Hur nära bor du ett utomhusgym? (n (%))				
Mindre än 1 km	13 (29)	5 (8)	0 (0)	18 (17)
1-2 km	9 (20)	17 (28)	2 (67)	28 (26)
3-4 km	1 (2)	7 (12)	0 (0)	8 (7)
Mer än 4 km	8 (18)	6 (10)	0 (0)	14 (13)
Vet ej	14 (31)	25 (42)	0 (0)	39 (36)
Bortfall	0 (0)	0 (0)	1 (33)	1 (1)
Har du använt/tränat vid ett utomhusgym i Göteborgs stad någon gång? (n (%))				
Ja	11 (24)	17 (28)	1 (33)	29 (27)
Nej	34 (76)	43 (72)	2 (67)	79 (73)

Om du svarade ja: vilket utomhusgym?

(n (%)) *

Angered	1 (7)	5 (26)	0 (0)	6 (18)
Majorna-Linné	3 (21)	6 (32)	1 (100)	10 (29)
Östra Göteborg	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
Askim-Frölunda-Högsbo	3 (21)	2 (11)	0 (0)	5 (15)
Västra Göteborg	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
Lunby	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
Örgryte-Härlanda	2 (14)	3 (16)	0 (0)	5 (15)
Minns ej	2 (14)	0 (0)	0 (0)	2 (6)
Annat	2 (14)	3 (16)	0 (0)	5 (15)
Bortfall	1 (7)	0 (0)	0 (0)	1 (3)

Om du svarade nej: varför inte?

(n (%)) **

Okunskap (hur de fungerar)	3 (9)	3 (6)	0 (0)	6 (7)
Okunskap (var/att de finns)	6 (17)	8 (17)	0 (0)	14 (17)
Ligger för långt hemifrån	5 (14)	10 (21)	0 (0)	15 (18)
Känns inte tryggt att träna där	1 (3)	2 (4)	0 (0)	3 (4)
Tränar på annat sätt	14 (40)	17 (36)	2 (100)	33 (39)
Tränar inte	0 (0)	5 (11)	0 (0)	5 (6)
Annat	6 (17)	2 (4)	0 (0)	8 (10)

* Då det var tillåtet att kryssa i flera alternativ blev resultatet såhär: Män n=11 (14 svar), Kvinnor n=17 (19 svar), Bortfall n=1 (1 svar) och Totalt som svara ja N=29 (34 svar).

** Män n=34 (35 svar), Kvinnor n=43 (47 svar), Bortfall n=2 (2 svar) och Totalt som svara nej N=79 (84 svar).

Den näst sista frågan i enkäten gällde vilka egenskaper som individer värderar i hur en plats/arena är utformad för att personen i fråga ska vilja träna och utföra fysisk aktivitet där. Totalt sett fanns det 21 egenskaper som kategoriserades in i fem olika kategorier. De svaren som respondenterna kryssade för i enkäten sammanställdes i cirkeldiagram under de fem kategorierna, som kan utläsas nedan. Under respektive diagram står det vilken egenskap det gäller, samt antalet av hur många som gett sitt svar till varje egenskap.

Estetiskt vackert

I kategorin estetiskt vackert tillhörde frågor kring färg och form, material och närhet till vacker natur. Resultatets fördelning kan utläsas i diagrammen nedan. Alla dessa tre frågor kan utifrån respondenternas svar anses vara mycket viktigt och viktigt. Sett till färg och form så ger dessa två svarsalternativ tillsammans 47 %, material 52 % och tillsist närhet till vacker natur 62 %. Sett till procentfördelningen så är kategorin estetiskt vackert viktig i avseende hur en plats/arena är uppbyggd för att människor ska vilja träna där.

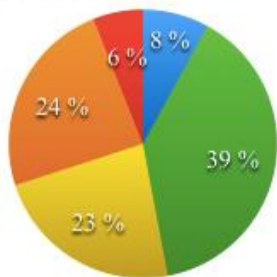


Diagram 1.1 Färg och Form (n=104).

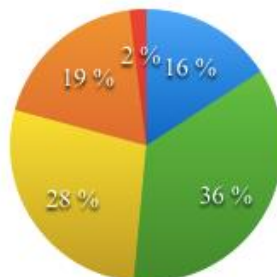


Diagram 1.2 Material (Gjort av) (n=101).

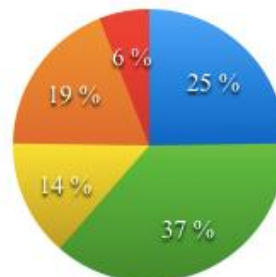


Diagram 1.3 Närhet till vacker natur (n=102).

Städat/välskött

Denna kategori består av två egenskaper, papperskorgar i närheten och underhåll. I denna kategori visade resultatet att båda dessa är något som i princip alla respondenter ansåg vara mycket viktigt eller viktigt, 79 % respektive 93 %. Endast 1 % på varje egenskap tyckte att detta inte var viktigt.

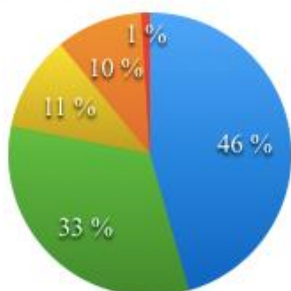


Diagram 2.1 Papperskorgar i närheten (n=103).

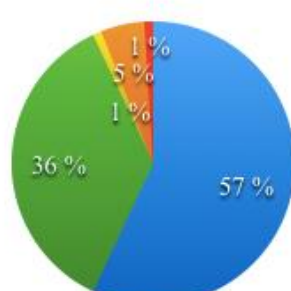


Diagram 2.2 Underhåll (n=98).

Tryggt/känns säkert

Under kategorin tryggt/känns säkert finns det totalt sju egenskaper. Placering, belysning, fri sikt, bra utrustning, att andra människor vistas runt omkring samt information- och instruktions skyltar. I den här kategorin finns det många egenskaper som anses vara mycket viktiga eller viktiga. De som sticker ut främst är placering, belysning och bra utrustning. Ses det till hur viktigt det är med att andra människor vistas runt omkring så ger det blandade svar. Information- och instruktions skyltar har gett likvärdiga svar i förhållande till varandra. Dock är det fler respondenter som tycker det är mycket viktigt med instruktions skyltar i jämförande med informations skyltar.

- Mycket viktigt
- Viktigt
- Ingen åsikt
- Ganska viktigt
- Inte viktigt

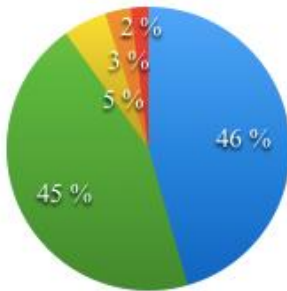


Diagram 3.1 Placering (n=101).

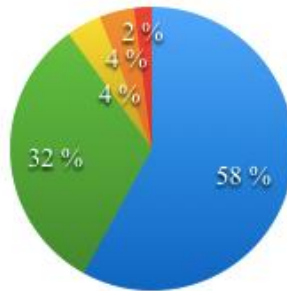


Diagram 3.2 Belysning (n=103).

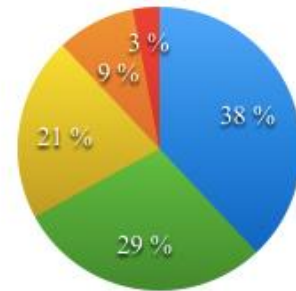


Diagram 3.3 Fri sikt (n=104)

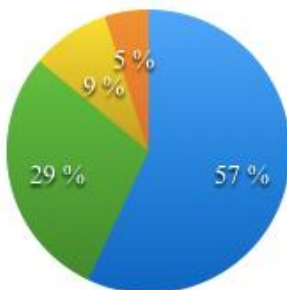


Diagram 3.4 Bra utrustning (n=102).

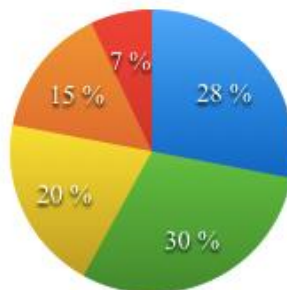


Diagram 3.5 Att andra människor vistats runt omkring (n=104).

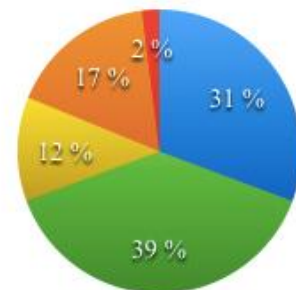


Diagram 3.6 Informationsskyltar (n=101).

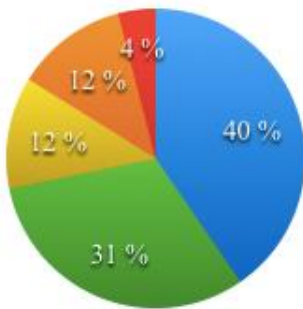


Diagram 3.7 Instruktionsskyltar (n=99).

Transport/tillgänglighet

Egenskaperna inom transport och tillgänglighet var alla enligt resultatet betydande för hur viktigt det är för att de ska vilja träna och utföra fysisk aktivitet där. Över hälften av respondenterna ansåg att det var mycket viktigt och viktigt att alla dessa egenskaper finns. Det gäller då närhet till parkering, närhet till kollektivtrafik, promenadstråk i anslutning och nära hemmiljön. Där det i diagrammen nedan går att utläsa att nära hemmiljön och närhet till kollektivtrafik är de två av egenskaperna som i denna kategori anses vara de mest betydande.

● Mycket viktigt ● Viktigt
● Ingen åsikt ● Ganska viktigt
● Inte viktigt

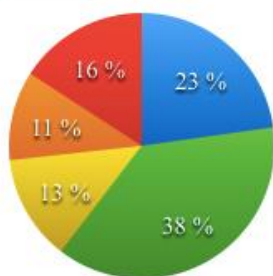


Diagram 4.1 Närhet till parkering (n=102).

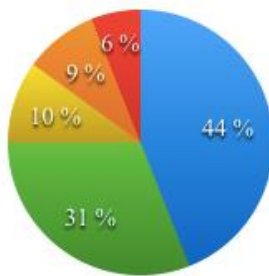


Diagram 4.2 Närhet till kollektivtrafik (n=105).

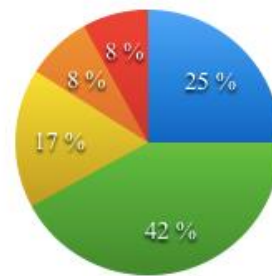


Diagram 4.3 Promenadstråk i anslutning (n=102).

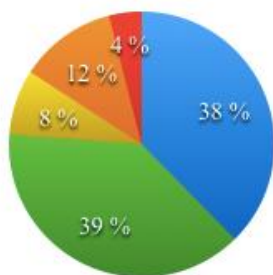


Diagram 4.4 Nära din hemmiljö (n=101).

Övrigt

Under kategorin övrigt finns egenskaperna närhet till andra platser/anläggningar för fysisk aktivitet, tak eller regn/vindskydd, bänkar, handikappanpassat och barnanpassat. Alla egenskaper i denna kategori fick spridande resultat. På flertalet av dessa egenskaper var fördelningen av resultatet jämnt. I denna kategori finns det egenskaper som inte ansågs vara så viktiga, det vill säga närhet till andra platser/anläggningar för fysisk aktivitet och barnanpassat. Stora delar hade ingen åsikt kring huruvida viktigt det är med handikappanpassat.

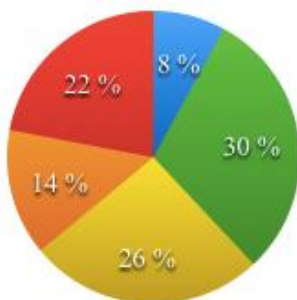


Diagram 5.1 Närhet till andra platser/ anläggningar för fysisk aktivitet (n=105).

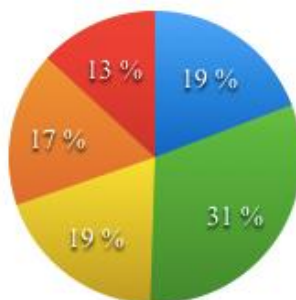


Diagram 5.2 Tak eller regn/vindskydd (n=103).

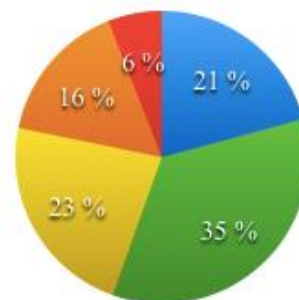


Diagram 5.3 Bänkar (n=101).

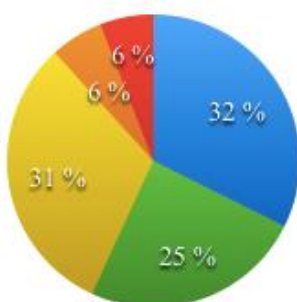


Diagram 5.4 Handikappanpassat (n=104).



Diagram 5.3 Barnanpassat (n=103).

Under sista frågan i enkäten fick deltagarna möjlighet att poängtera ytterligare egenskaper som dem anser vara viktiga på platser där de utövar fysisk aktivitet. Resultatet blev här att tre stycken tyckte att det skulle finnas fler valmöjligheter gällande maskiner/redskap och utrustning. En respondent tyckte att det borde finnas mer hjälpmedel vid användandet av utomhusgymmet, som fria stockar, stenar som exempel för att nå upp till höga redskap. En annan respondent påpekade att parkeringen i anslutning önskas vara avgiftsfri. Sedan var det totalt sex stycken respondenter som ytterligare påpekade vikten av att det ska vara anpassat för alla, oavsett om det gäller män/kvinnor, funktionsnedsättning eller kortväxta.

Kartläggning - Observation med bildanalys

Vid kartläggningen framkom det att vid Skatås motionscentrum fanns det tre stycken utomhusgym och i Plikta två stycken, där de valdes att behandlas var för sig. Därför har ytterligare tre stycken tillkommit, så totalt följer här resultatet utav 12 stycken kartlagda utomhusgym i Göteborgs Stad. Fotografier från samtliga utomhusgym finns bifogat som bilaga 7 Bilder. Totalt sett finns det åtta stycken utomhusgym som är så kallade kinagym. Dessa är utomhusgymmen i Angereds Stadspark, Positivparken, Turkosgatan, Melongatan, Askimbadet, Färjenäsparken, och Plikta i Slottskogen (2). De resterande utomhusgymmen, det vill säga Kvi-berg Park, Skatås motionscentrum (1), (2), (3) och Plikta i Slottskogen (1) är så kallade trä-

och/eller stålgymp. Ses det till färg och form så är kinagymmen svarta/gråa (ett var gult) och trä/stål gymmen är träfärgade och svarta/gråa.

Alla utomhusgym innehöll olika antal maskiner/redskap. Det var allt mellan 3-12 stycken och utseende och tillverkare skiljde sig också åt. Som nämndes innan så ser dem olika ut beroende på vilken typ av utomhusgym det är. I och med att Göteborgs Stad beställer utomhusgymmen från utomstående kedjor så varierar tillverkarna också. De som ofta ses som tillverkare är till exempel Norwell outdoor fitness och Lappset. Park- och naturförvaltningen och idrott- och föreningsförvaltningen har delat ansvar för utomhusgymmen i Göteborgs Stad. Park- och naturförvaltningen har ansvaret för sammanlagt åtta av de tolv utomhusgymmen, och idrott- och föreningsförvaltningen har ansvaret för resterande fyra utomhusgymmen. Park- och naturförvaltningen har ansvaret för Färjenäsparken, Plikta i Slottskogen (1) och (2), Positivgatan, Melongatan, Turkosgatan, Angered Stadspark samt Askimsbadet. Idrott- och föreningsförvaltningen ansvarar för Kviberg Park och de tre utomhusgymmen i Skatås motionscentrum.

Tabellen nedan (tabell 2) visar sammanställningen av kartläggningen av de tolv utomhusgymmen som genomfördes under de tre dagarna. I tabellen går det att utläsa vilka av de tolv utomhusgymmen som uppfyller de egenskaper som vi valt att studera, samt vilka som inte uppfyller dessa egenskaper.

Ytterligare finns det övriga kommentarer med aspekter som är anmärkningsvärda och som sticker ut på några av utomhusgymmen. Alla av utomhusgymmen ligger nära andra platser där fysisk aktivitet kan utövas och några ligger nära platser där det finns bemannad personal. De utomhusgym som har denna tillgång till bemanning är Angered Stadspark, Kviberg Park, de tre utomhusgymmen vid Skatås motionscentrum, Positivparken och de två utomhusgymmen vid Plikta i Slottskogen. Detta innebär att det till viss del även finns tillgång till omklädningsrum och toaletter samt vattenpåfyllning vid vissa av utomhusgymmen. Vid Angered Stadspark, Kviberg Park och Plikta i Slottskogen (1) finns det vid redskapen/maskinerna QR-kod som kan skannas med hjälp av en smartphone för att se hur respektive övning ska genomföras. QR-koder kan vara behjälpligt vid avsaknaden av instruktionsskyltar. Då många av utomhusgymmen sakade helt eller till viss del instruktionsskyltar om hur redskapen/maskinerna ska genomföras.

Vissa utomhusgym stod ut lite extra genom att ha egenskaper som skiljde sig från övriga. Redskapen i Skatås motionscentrum (1) var hela, men för att använda några av redskapen eller utöva särskilda övningar behöver användaren av utomhusgymmet medta egna ringar/TRX-band eller liknande, då detta inte fanns att tillgå. I Skatås motionscentrum (2) fanns det till exempel fria vikter och stänger att tillgå och vid tre av redskapen finns ett tak och vindskydd att träna under, dock fanns det ingen belysning i detta bås. I Positivparken fanns inte alla maskiner/redskap samlade på samma ställe, utan de totalt 11 maskinerna fanns utspridda på tre platser i närheten av varandra. Vid Melongatans utomhusgym anmärktes det att maskinerna/redskapen hade långa avstånd och kändes anpassade till en individ med god räckvidd.

Sett till underlaget på de olika utomhusgymmen så varierade detta. I Kviberg Park, Melongatan samt Plikta i Slottskogen (1) och (2) var underlaget träspån som både är ett mjukt

underlag och som fungerar som stötdämpande underlag. Skatås motionscentrum (1) hade asfalt och stenplattor som underlag, vilket inte är varken mjukt eller stötdämpande. Ytterligare så hade Positivparken underlag som både bestod av sand och konstgräs, vilket som precis som träspån och spån både är mjukt och stötdämpande. I Askimsparken bestod underlaget av enbart sand och i Färjensäparken utgjordes det av en stötdämpande matta.

Diskussion

Under denna del tas först metoddiskussionen upp som tar upp styrkor och svagheter i denna studie. Även validitet, reliabilitet, giltighet, trovärdighet, överförbarhet och noggrannhet berörs i metoddiskussionen. Vidare kommer resultatdiskussionen där de viktigaste resultatet från denna studie diskuteras och kopplas till tidigare litteratur och studier. Avslutningsvis diskuteras studiens huvudsakliga slutsatser.

Metoddiskussion

Med tanke på att det är ett outforskat ämne med mycket få tidigare studier har exkluderingskriterierna fått sänkas markant. En del bakomliggande fakta och artiklar kanske i vanliga fall inte hade valts att användas, i detta fall fick denna studie ta vad som fanns. Vi har därför även valt att hänvisa till andra examensarbeten, detta berör främst bakgrunden men resterande del av arbetet vad gäller resultat och kartläggning är något nytt som vi kunnat bidra med.

Från början var tanken att bara kartlägga och utvärdera de utomhusgym som klassificeras som moderna utomhusgym i Göteborg för att begränsa urvalet. Men under intervjun med ansvarig för utomhusgymmen i Göteborgs Stad kom det fram att det inte finns många moderna utomhusgym då det inte anses klara av det klimat som finns här i Göteborg. Därför valdes tillslut de nio stycken utomhusgymmen som Göteborgs Stad (2016) nämner på sin hemsida.

I och med att vi använde oss av ett bekvämlighetsurval så finns det vissa aspekter att se och ta hänsyn till. Det problem som finns med bekvämlighetsurval är att det inte går att generalisera (Bryman, 2008). I och med att vi via Göteborgs Stads hemsida väljer oss att använda oss av den information vi först kommer i kontakt med blir urvalet de nio, som sedan visar sig bli tolv utomhusgym. Detta gör att trots att det finns många fler utomhusgym runt om i Göteborg kan vi bara se till resultatet kring de tolv som kartlades och kan inte generalisera detta resultat till de övriga utomhusgymmen. För att kunna göra en generalisering hade en större del av utomhusgymmen som finns i Göteborgs Stad behövts kartläggas.

En styrka vad gäller observationerna av utomhusgymmen är att "deltagarna" var utomhusgym och inte individer. Till skillnad från surveyundersökningarna där det aldrig går att vara säker på att individerna svarar helt enligt sanning, till exempel om frågan hur mycket de tränar. Dock var inte denna fråga av så stor vikt vad gäller syftet och resultatet med denna studie. Däremot kan minnet svikit respondenterna i frågan om nyttjande, om de har använt ett utomhusgym och i så fall vilket.

Då vi ville att enkäterna främst skulle nå ut till de som har en sämre hälsa valdes pappersenkäter, då vi själva ville gå ut på plats till de områden med lägre socioekonomisk status som överlag har en sämre hälsa. Dock var det trots detta svårt att nå just denna målgrupp, då på två av platserna vi stod, Gamlestadstorget och Opaltorget, inte gav något resultat med alldeles för få människor som vistades där. Även i Angered centrum var det svårt att få in enkätsvar då så

gott som hälften av människorna som tillfrågades menade på att de inte kunde språket och förstod inte vad vi sa, det kanske är just dessa individers åsikter som hade varit värdefulla i denna studie som det då gick miste om. Det hade dock varit svårt att kringgå detta problem, då det i så fall hade behövts en tolk för alla språk då alla kommer från olika delar.

Vi var medvetna om att surveyundersökningar ofta kan bidra till ett större bortfall och andra nackdelar som till exempel att inte respondenterna kan få hjälp eller att de inte kan ställa några följdfrågor (Bryman, 2008). I och med att vi höll oss i närheten vid utdelningen av enkäten som lämnades in på plats kunde respondenterna fråga om det var någon fråga som var otydlig eller svår att förstå vilket kan ses som en styrka i valet av denna metod. Som tidigare nämntes gjordes utformningen med hjälp av Bryman (2008) för att minimera bortfallet. En annan svårighet finns i att de som kanske inte i så stor utsträckning är intresserade av fysisk aktiviteter och få dessa personer att delta i studien. Deras åsikt är lika om inte mer viktig för att ta reda på vilka egenskaper som är viktiga för att en arena för fysisk aktivitet ska vara attraktiv.

I enkäten informerades respondenterna att deras enkät skulle strykas om inte alla frågorna besvarades vilket det sedan ändrades på, vilket kan ses som en svaghet. Denna studie valde istället att hantera bortfallet i varje svar för att inte gå miste om viktig information. En annan svaghet med enkäten kan ha varit i fråga åtta vad gäller svarsalternativen, då mitten-alternativet som var "ingen åsikt" kanske inte riktigt passade in där. Från början stod det "varken eller" men detta upplevdes otydligt av en av försökspersonerna i pilotstudien, därför flyttades "ingen åsikt" till mitten då de ansågs lika. Det hade möjligtvis blivit tydligare med en annan formulering av detta svarsalternativ.

Enkäterna bearbetades av oss båda för att minimera att statistiska fel skulle uppkomma. Vad gäller inmatningen av siffrorna/resultatet av enkäterna så dubbelkollades dessa, dels slogs dessa två gånger på miniräknaren som nollställdes mellan varje ny uträkning, räknade antalet enkätsvar två gånger och checklistorna tolkades av oss båda vilket kan ses som en styrka. Genom att checklistor och observation utfördes av oss båda höjer detta reliabiliteten och trovärdigheten. Vid subjektiva bedömningar vid observationer där det är flera observatörer finns det risk att deras bedömningar inte stämmer överens menar Bryman (2008), dock stämde våra bedömningar/åsikter överens vid observationerna vilket ökar reliabiliteten (interbedömarreliabilitet).

Även om våra åsikter och tolkningar stämde överens vid bearbetning av kvalitativ data vid kartläggningen av utomhusgymmen är vi medvetna om att beroende på vem som gör kartläggningen och när den görs kan göra att resultatet ser annorlunda ut, då detta är våra uppfattningar/hur vi tolkat det vi ser. Något som en individ ser kanske inte en annan ser. Dock försökte vi vara så objektiva som möjligt i vår bedömning, som en vanlig besökare fast med mer granskande och uppmärksammande glasögon, samt utforma checklistan så lätt som möjlig att följa och fylla i.

Validiteten höjdes vid observationerna då observationsschema följdes och kartläggningarna skedde på samma sätt hos alla utomhusgymmen så som det var tänkt från början. Även här är

det en styrka att "deltagaren" var utomhusgym och inte individer som, tillskillnad från utomhusgymmen, kanske hade ändrat sitt beteende om de vetat att de blev observerade.

En tvärsnittsdesign kan visa på olika samband men ofta inte kausala samband, som beskriver vad som är orsak och verkan, orsaksriktningen, vilket gör att den interna validiteten kan brista (Bryman, 2008). Dock är inte orsaksriktningen av så stor betydelse i denna studie då bara vilka egenskaper som människor värdesätter söktes. Genom att ett slumpmässigt urval har används vid respondenterna stärker detta den externa validiteten menar Bryman (2008). Studien ville få fram de mest attraktiva egenskaperna för ett utomhusgym samt se till nyttjandet av dessa, därför valdes tabell och cirkeldiagram med procentsiffror för att lätt se dessa svar, på så sett mätte denna studie det den skulle (validitet). Genom att tydligt beskriva hur urvalet skett och hur dataarbetningen av enkäterna skedde, som gjordes av oss båda kan detta stärka replikerbarheten.

Om studien hade gjorts vid ett annat tillfälle är det mycket möjligt att resultatet sett annorlunda ut beroende på vilka respondenter som svarar. Dock av de 108 stycken svaren vi fått in så liknar dessa enkätsvar varandra. Det är inte många av respondenter som svarat helt motsatt till vad majoriteten gjort. Och om samma respondenter hade tillfrågats igen och samma material bearbetats hade resultatet antagligen blivit detsamma och styrker på så sätt reliabiliteten.

Resultatdiskussion

Studiepopulation

Ser vi till deltagandet i enkäterna och varifrån respondenterna bodde så kan resultatet berott på flera aspekter. Dels så varierar storlekarna på stadsdelarna, men även det totala invånarantalet skiljer sig åt. Detta kan vara två orsaker till att resultatet blev som det blev. En annan orsak som kan ha påverkat är valet av platser där enkäten valdes att delas ut. Detta kan ses genom att det var högt deltagande från Askim-Frölunda-Högsbo, vilket kan ha ett samband med att enkäten delades ut på Frölunda Torg. Detsamma gäller Angered och Centrum, som också var två platser som enkäten delades ut på (Angered centrum och i Nordstan). Dessa tre stadsdelar hade ett deltagarantal på 12-14 %, att jämföras med övriga stadsdelar som hade ett deltagarantal på 2-5 %.

Attraktivitet

Sett till de svar som framkom av respondenterna som genomförde enkäten så visade det sig att egenskapen färg och form var något som det inte lades så stor vikt vid. De utomhusgymmen som kartlades runt om i Göteborgs Stad var antingen grå/svarta eller i naturmaterial, med andra ord så var dessa inte färgglada. I och med att utomhusgymmen inte var i färg så gjorde detta att de smälte in i omgivningen vilket gör dem svåra att lägga märke till på avstånd. Ofta

låg utomhusgymmen nära en lekplats, som då tillskillnad från utomhusgymmen var i färgglada kulörer och lättare att lägga märke till. Malmös gatukontor (2015) beskriver att för att ett utomhusgym ska ge en positiv känsla är det viktigt att utomhusgymmet i fråga ser inbjudande ut och är iögonfallande samt att miljön som omger är vacker. Detta kan visa på att om utomhusgymmen hade varit färgglada så hade de möjligtvis sett mer inbjudande ut och framförallt varit mer iögonfallande, vilket i sin tur kan ge mer aktivitet på platsen.

Andra egenskaper inom estetik handlade om vilket material som platser för fysisk aktivitet var gjort av och om det låg i närhet till vacker natur. Detta var två egenskaper som respondenterna ansåg vara viktigt eller mycket viktigt. Riksidrottsförbundet (2002) nämner att en bra anläggning ska bidra till naturupplevelse. Då är det viktigt att det finns en vacker natur som omger platsen där fysisk aktivitet utförs, att omgivningen och miljön runt om är vacker är något som sagt bidrar till en positiv bild av utomhusgymmet (Malmös gatukontor, 2015), detta är som nämndes tidigare även något som respondenterna beskrev vara viktigt. Ser vi till de utomhusgymmen som kartlades så var flertalet omgiven av vacker natur. Sedan fanns det två stycken som låg mitt i bostadsområden och där det inte fanns så mycket natur i form av skog och vatten till exempel. Det är svårt att bestämma vad vacker natur egentligen är, alla individer har olika åsikter kring vad som är vackert och inte. Därför blir det svårt att avgöra vart den optimala platsen av placering för ett utomhusgym egentligen är. Om en plats är vacker för någon så betyder inte det att samma plats anses vara vacker i någon annans ögon. Till exempel vid utomhusgymmet i Askimsbadet så ansåg vi att det var extraordinär natur på grund av närheten till havet, men som sagt så var detta vackert utifrån vår syn och det är inte givet att en annan tillfrågad person skulle hålla med om det. I denna fråga kan det vara av vikt att höra med de som bor i området om vad som är viktigt för att tillfredsställa dessa, då de är de som bor närmst som troligt kommer använda sig av utomhusgymmet.

Av respondenterna som svarade på frågorna om hur viktigt det var med papperskorgar i närheten och underhåll så var det mellan 79-93 % som tyckte det var viktigt eller mycket viktigt. Papperskorgar i närhet var något som alla utom ett utomhusgym uppfyllde. På de allra flesta utomhusgymmen var det rent och snyggt runt om, men det fanns också de utomhusgym som hade lite skräp liggandes runt om på platsen samt i Angered var där klotter vid utomhusgymmet. Sett till underhåll så såg det olika ut vid de olika utomhusgymmen. Det fanns dem som var välskötta och hade hela maskiner/redskap, sen fanns det dem som hade ett fåtal eller flertalet maskiner med defekter eller hela maskiner ur funktion.

Även bra utrustning som också kan kopplas till säkerhet anses viktigt, hela 57 % menar på att bra utrustning är mycket viktigt. Det gäller då att se till att utrustningen är hel, vilket som tidigare nämnt sågs ett flertal maskiner med defekter vilket minskar säkerheten mycket menar Faskunger (2007). Därför är det viktigt att se över dessa om de behöver rustas upp eller tas bort. Många av de modernare utomhusgymmen, de så kallade kinagymmen, har visat sig vara bristfälliga då de inte tål klimatet de utsätts för menar Göteborgs Stad (personlig kommunikation, 28 april 2016). Många av de utomhusgymmen som kartlades var av denna form, och vid många av de utomhusgymmen observerades det att det var flertalet maskiner/redskap som var trasiga. Med vetskapen om att denna sort av utomhusgym inte tål klimatet så bör underhållningsarbetet vara frekvent. Så att de som använder utomhusgymmen inte behöver mötas

av trasiga maskiner/redskap, då detta kan bidra till att användandet av utomhusgymmen upphör.

Alla trygghets aspekter/egenskaper anses viktiga eller mycket viktiga av respondenterna, där belysning och placering sticker ut lite extra, samt att majoriteten tycker att informations- och instruktionsskyltar är viktigt. Vad gäller belysning på de kartlagda utomhusgymmen var det inte många som uppfyllde detta, de flesta hade gatubelysning i närheten men som inte var riktad eller avsedd för utomhusgymmet. Det var endast tre stycken av utomhusgymmen som hade riktad belysning med strålkastare som ger ett bättre ljus än vanlig gatubelysning. Belysning är väldigt viktigt för att människan ska känna sig trygg när den tränar där, dels att den då syns samt även minimera risken för att skada sig vilket är lättare om det är mörkt. Faskunger (2007) menar att mörker är en av orsakerna till att en plats känns otrygg samt att det är lättare att skada sig vilket då blir en barriär. Det som Göteborgs Stad (personlig kommunikation, 28 april 2016) anser vara viktigt vid montering och planering av utomhusgymmen är just att det ska finnas belysning. Trots det så fanns det som sagt många av de utomhusgymmen som kartlades som inte hade någon direkt riktad belysning till utomhusgymmet. Oftast var det som sagt endast gatubelysningen som fanns att tillgå som ljuskälla. Detta gör att utomhusgymmet inte blir så belyst som det egentligen skulle önskas vara. Det bästa vore, om både invånarnas önskemål och det som Göteborgs Stad vill uppnå ska tillgodoses, att installera strålkastare avsedda för utomhusgymmen. Detta för att öka tryggheten och som sagt tillgodose behovet och efterfrågan.

Malmös gatukontor (2015) menar på att skyltning och beskrivningar är viktigt för att ta bort barriärer som okunskap och minska risken att skada sig. Utav enkäten varför inte ett utomhusgym har använts tidigare var det sex respondenter som menar på att orsaken är just okunskap på hur de fungerar, samt ytterligare tre stycken tycker det känns otryggt att träna där. Även vi som är vana att träna kunde ibland ha svårt vid kartläggningen att veta vad just det redskapet skulle användas till då instruktioner saknades. På de utomhusgym där det fanns instruktionsskyltar så visade det sig att de flesta var helt eller till viss del bortslitna. Vilket gjorde det svårt att avläsa hur redskapen/maskinerna skulle användas. I resultatet går det att se att en stor andel av respondenterna tycker det är mycket viktigt och viktigt att det finns instruktionsskyltar på platsen. Detta är något som bör ses över så att efterfrågan går till mötes. Plikta (1) och (2) i Slottsskogen och det i Färjenäsparken är de tre utomhusgymmen som har tydligt skyltning av de tolv som kartlades.

Utav de kartlagda utomhusgymmen var det endast tre stycken som hade informationsskyltar, varav två av dessa var mycket slitna. Majoriteten av de modernare kinagymmen som kartlades hade bilder på varje enskild maskin, instruktionsskylt, men så gott som alla dessa var bortskavda eller i mycket dåligt skick. Detta kanske är en lättare åtgärd att förbättra och det är då viktigt att fundera på vilket material de ska vara gjorda av så att de klarar av slitage. Studien av Scott et al. (2014) där en instruktions-guide skapades samt instruktörs-ledda tillfällen skedde vid utomhusgymmen hade ett positivt utfall för deltagarna vilka kände sig tryggare att använda redskapen, vilket kan vara en insats värd att testa. I Skatås motionscenter har ledarledda tillfällen förekommit för medlemmar till deras gym enligt personalen där, samt vid invigningen av olika utomhusgym i staden menar idrotts- och föreningsförvaltningen i Göteborgs Stad att där brukar finnas kunnigt folk som är där och hjälper till.

Även en informationsskylt kan hjälpa till att förbättra statusen på utomhusgymmen, till exempel om något gått sönder vart individen kan vända sig. Under kartläggningen upplevdes det otydligt vem som ansvarar för utomhusgymmen och det är inte en självklarhet att det är park- och naturförvaltningen eller idrott- och föreningsförvaltningen som sköter detta. En direkt kontakt hit, precis som det sitter uppsatt vid många av stadens lekplatser, som till exempel ett telefonnummer gör att individer som noterar defekta redskap lättare meddelar detta än om de måste leta efter vem de ska kontakta.

61-77 % tycker det är viktigt eller mycket viktigt med alla transport/tillgänglighetspunkter. 77 % av respondenterna tycker det är viktigt eller mycket viktigt att platsen där den ska träna ska ligga nära hemmet, detta då avstånd kan vara en barriär för många (Faskunger, 2007). Det är 43 % enligt enkäten som ändå bor på ett avstånd mindre än 2 km till ett utomhusgym men 36 % vet inte hur långt ifrån de bor. Antingen så kan de vara längre ifrån och fler utomhusgym kan behövas i staden eller så kan här en lättare typ av "marknadsföring" tänkas förbättra dessa siffror, då 13 % i studien medger att de inte har tränat där på grund av att de inte vet vart de finns. Detta var även ett problem i studien av Born och Claßen (2014) som menade på att hälften av deltagarna inte visste att eller vart utomhusgymmen fanns i den staden studien gjordes.

Tillgången till transport och platser där den fysiska aktiviteten kan utövas på har en stor betydelse för hur aktiva människor är menar Faskunger (2007). Närmsta kollektivhållplats ligger inte långt ifrån de kartlagda utomhusgymmen, dock kan det vara svårt att hitta utomhusgymmen härifrån. Vad gäller parkering finns det i närheten av de flesta utomhusgymmen, dock inte alltid gratis, vilket var ett önskemål av en respondent för att den ska vilja träna där. I tidigare studier som i Handy et al. (2002) som menar på att en förbättring av tillgången till transport kan ha en positiv inverkan på den fysiska aktiviteten kan en insats behövas göras här. I och med att den exakta adressen saknas på vissa utomhusgym samt att kartan på hemsidan är otydlig vid in zoomning kan även detta göra det svårt att veta vart användaren ska parkera. Dock är det i detta fall svårt att veta om det är brist på okunskap hos individerna som ligger bakom på grund av en otydlighet på hemsidan med mera eller om en förbättring av transportmöjligheterna till platsen behöver göras. Att tilläggas fanns det vid Plikta (1) och (2) i Slottsskogen möjlighet att använda sig av "styr & ställ" som är cykeluthyrning, därmed finns det ännu ett transportsätt att ta sig till dem två utomhusgymmen.

Under kategorin övrigt är det bänkar i närheten samt att platsen ska vara handikappanpassad som anses som viktigast av de olika egenskaperna. Faskunger (2008) menar på att även bänkar kan ses som en trygghet för många äldre vilka de kan sätta sig på och vila om de blir trötta. Koohsari et al (2015) menar på att bekvämligheter är en viktig aspekt sett till arenor där fysisk aktivitet ska utföras. Näst intill alla utomhusgym hade bänkar i anslutning. Något som kan vara ytterligare aspekter att tänka på är att det finns tillgång till toalett, omklädningsrum och vattenpåfyllning i anslutning till utomhusgymmet. I kartläggningen fanns det några av utomhusgymmen som låg i närheten av detta och det kan tänkas ha betydelse för användarna. Detta kan vara en aspekt till att folk som använder sig av inomhusgym föredrar just inomhusgym då de har tillgång till toalett, omklädningsrum och vattenpåfyllning.

Enligt Malmös gatukontor (2012) kan närhet till andra platser där fysisk aktivitet utövas ha en positiv effekt på individers fysiska aktivitet, även i intervjun med idrotts- och föreningsförvaltningen framkom det att de vill skapa fler multianläggningar i staden. Trots detta skiljer sig denna studie åt något här, då 62 % tycker att närhet till andra platser/anläggningar för fysisk aktivitet inte är viktigt till att inte ha någon åsikt alls om detta.

Göteborgs Stad (personlig kommunikation, 8 april 2016) vill även att utomhusgymmen ska vara tillgängliga för alla. I och med att de beställer utomhusgymmen så är de medvetna om att inte alla varken är barn- eller handikappanpassade. 57 % av respondenterna tycker det är av vikt att platsen är handikappanpassad. Genom att Göteborgs Stad designar och monterar själva har dem kunnat se till att anpassa de för funktionsnedsatta, till exempel utomhusgymmet i Kviberg Park menar Göteborgs stad (personlig kommunikation, 8 april 2016). Enligt kartläggningen som gjordes så ansågs inte utomhusgymmet i Kviberg Park till fullo vara handikappanpassat. Några av redskapen kunde användas men underlaget ansågs utgöra ett hinder för framkomligheten, då det var av större bitar av träspån samt terräng. Slutsatsen drogs därmed att detta skulle hindra rullstolsbundna att ta sig fram mellan redskapen. Detta borde varit något som skulle tagits i beaktning och valet på ett annat underlag hade kunnat underlätta framkomligheten och bidragit till att det blivit mer handikappanpassat.

Nyttjande

Vad gäller nyttjandet av utomhusgymmen i Göteborgs Stad är det 27 % av respondenterna som någon gång tränat vid ett utomhusgym. Detta är med andra ord cirka en tredjedel av deltagarna. Med tanke på den satsning och antalet utomhusgym som Göteborg Stad bygger idag så ses 27 % som en låg siffra. Vidare ses det att dem som svarade nej på frågan om de använt/tränat vid något så menar knappt hälften av respondenterna (48 %) att det beror på faktorer kopplat till utomhusgymmen, så som okunskap av funktion och lokalisering, otryggt samt för långt hemifrån. Även vid kartläggningen av utomhusgymmen var det få som tränade vid dessa och som vistades där. Hos sex stycken av de 12 stycken var det ingen som vistades där och vid de utomhusgymmen som nyttjades var majoriteten av besökarna barn som lekte där. Detta kan dock hänga ihop med tiden då kartläggningen skedde, vilket var under dagtid då många arbetar. Medan barn ofta är ute och leker då vilket kan avspeglas på användandet vid observationerna. En annan tid och även andra dagar hade kunnat göra att resultatet sett annorlunda ut. Även att observationerna av vartdera utomhusgym endast skedde under 15 minuter, om en längre tid hade observerats hade kanske fler personer varit i kontakt med/tränat vid det utomhusgymmet. Tiden påverkar dock bara nyttjandet och inte de olika egenskaperna då utomhusgymmet som sagt inte förändrar sig som en individ kan göra från dag till dag, förutsatt om då inte till exempel ett nytt redskap gått sönder/lagats vid ett annat tillfälle.

För att en arena ska vara attraktiv krävs det att de hinder som finns i grön- och parkområden ses över så att det inte blir några problem (Faskunger, 2007). För att människor ska vilja nyttja en plats så är det viktigt att det är tryggt och säkert. Många av utomhusgymmen i Göteborgs Stad är placerade i anslutning till andra arenor med bemannad personal, till exempel i Skatås motionscentrum, Kviberg Park och Positivparken, vilket ökar tryggheten vid användning. Ytterligare kan det vara så att människan känner sig säkrare, eller i alla fall upplever en

säkerhet om det finns folk i rörelse runt om. Därför är det viktigt att utomhusgymmen är placerade på platser där människor söker sig och där det finns folk i rörelse. Precis som Riksidrottsförbundet (2002) skriver så är social kontakt, avspänning och naturupplevelse viktiga aspekter vid fysisk aktivitet. För att få social kontakt är det då viktigt att möjligheten finns och att det går att komma i kontakt med människor runt om. Utomhusgym är en arena där utövare är samlade på samma område och de kan socialisera med varandra under användandet. Vilket kan leda till att de känner en social delaktighet och ökar sin känsla av sammanhang (Göteborgs Stad, 2014).

Klimatet som är i Göteborg och i Sverige kan vara en bidragande faktor till att utomhusgym inte används i så stor mån. Som nämnts tidigare så är det totalt 27 % av respondenterna som någon gång har tränat vid ett utomhusgym. Genomslaget har inte varit lika kraftigt som i andra länder som ligger vid varmare breddgrader. Det är inte bara nyttjandet av utomhusgymmen som klimatet kan påverka utan klimatet påverkar även redskapen/maskinerna. Göteborgs Stad menar att de så kallade kinagymmen som monteras här i Sverige tål inte klimatet, utan börjar gå sönder efter en tid (personlig kommunikation, 28 april 2006). Sker det då inget aktivt underhållsarbete så fallerar redskapen/maskinerna och går tillslut att inte använda. Det som kan göras är att se till att bygga utomhusgym som är avsedda för det svenska klimatet och som tål att stå ute i alla väder året runt.

Slutsatser och implikationer

Göteborgs Stad kan ha användning av uppsatsen i den mån att vi har fått fram vilka egenskaper individer i Göteborg värdesätter vara attraktiva för att de ska vilja utöva fysisk aktivitet på en arena. Samt att vi kartlagt befintliga utomhusgym och sett till statusen i dagsläget kopplat till det individerna efterfrågar och det som är vedertaget vetande.

Det som kan utläsas är att det finns en stor efterfrågan på att utomhusgymmet ska vara till för alla, vilket fåtalet är då de till exempel inte är handikappanpassat. För att se till enkla åtgärder som finns att göra vid utomhusgymmen vad gäller individernas efterfrågan är att se över underhåll, information- och instruktionsskyltar samt belysning. Resultatet visar även på att många värdesätter närhet till kollektivtrafik och hemmiljö. Förslag till framtida forskning kan vara om marknadsföring kan öka användandet eller om det är så att antalet utomhusgym behöver ökas.

Denna studie är den hittills enda utvärderingen som genomförts vad gäller utomhusgymmen i Göteborgs Stad och där vi undersökt individernas behov. Inom ämnet behövs ytterligare forskning för att styrka resultatet. Framtida studier med ett mer omfattande urval av utomhusgym och respondenter krävs för att resultatet ska bli representativt för hela Göteborg.

Referenser

- Antonovsky, A. (1991). *Hälsans mysterium*. Köping: Natur och Kultur.
- Aparicio, EH. (2009). Study biosaludables circuits for seniors in Spain: a study of geriatric parks for erderly people in Spain. *Int J Med Sci Physical Activ Sport*, 9 (33), 25-38.
- Blomdahl, U., Elofsson, S. och Åkesson, M. (2012) *Spontanidrott för vilka?*. Stockholms Stad och Stockholms Universitet, Stockholm.
- Book, K., & Carlsson, B. (Red.). (2008). *Idrott och city-marketing*. Lund: idrottsforum.org.
- Born, J., & Claßen, T. (2014). Fitness- und Bewegungsparcours im öffentlichen Raum Ein Beitrag zur Bewegungsförderung in der Zielgruppe 50+?. *Präv Gesundheitsf*, 9(2), 85–91.
- Bryman, A. (2008). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Stockholm: Liber AB
- Caldwell, E. (2010). *Let's Get Physical: Planning for Outdoor Gyms in Sydney* (Kandidatuppsats). Sydney: University of New South Wales. Hämtad 2016-03-04 från <https://www.be.unsw.edu.au/sites/default/files/upload/pdf/cf/hbep/research/Theses/EllenCaldwellThesis.pdf>
- Chow, H-W. (2013). Outdoor fitness equipment in parks: a qualitative study from older adults' perceptions. *BMC Public Health*, 13(1216), 1-9. doi:10.1186/1471-2458-13-1216
- Cranney, L., Phongsavan, P., Kariuki, M., Stride, V., Scott, A., Hua, M., & Bauman, A. (2015). Impact of an outdoor gym on park users' physical activity: A natural experiment. *Health & Place*, 37, 26–34.
- Faskunger, J. (2007). *Den byggda miljöns påverkan på fysisk aktivitet (2007:3)*. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut/strömbergs distribution.
- Furber, S., Pomroy, H., Grego, S., Tavener-Smith, K. (2014). People's experiences of using outdoor gym equipment in parks. *Health Promotion Journal of Australia*, 25, 211-211.
- GreenGym Outdoor Fitness Equipment. (2015). *Outdoor Gym history*. Hämtad 2016-03-04 från http://www.greengym.ca/WhatisGreenGym_outdoorgymhistory.html
- Göteborgs stad. (2008). *Sveriges första utegym invigs i Angered*. Hämtad 2016-03-04 från http://www.vartgoteborg.se/prod/sk/vargotnu.nsf/1/kultur_o_fritid,sveriges_forsta_ute-gym_invigs_i_angered
- Göteborgs stad. (2013). *Göteborgs stads folkhälsoprogram*. Hämtad 2016-03-04 från

[http://goteborg.se/wps/portal/invanare/kommun-o-politik/planer-styrdokument/styrande-dokument-i-goteborgs/sok-styrande-dokument!/ut/p/z1/hYzLboMwEEW_JQtv43Ea8-
imgiBSpChVSx_Bm8opDiDCDMLTivXryw9Evbure86VRp6kQfvTNZY7Qnt-
demWCz00Kz1GqEoiKPILieEwf4_1eUrLj_8As8xwIwnIav-
HDm34cylIaaWoaOqS314OsWubxXoCAeZ71uiF2Z5qatXcCxo-
lqASXb219djR02vidkmhwLOBSlgHc39d4OrWPfWqzP1AvIab-
pYZlyjvwhYjhMFd5neKoiDOM3Vbqc2OkxVBqDDQG-zh6fRYUZf34NDluNw-
n1NVqs_B3fbrQ!!/dz/d5/L2dBISEvZ0FBIS9nQSEh/](http://goteborg.se/wps/portal/invanare/kommun-o-politik/planer-styrdokument/styrande-dokument-i-goteborgs/sok-styrande-dokument!/ut/p/z1/hYzLboMwEEW_JQtv43Ea8-
imgiBSpChVSx_Bm8opDiDCDMLTivXryw9Evbure86VRp6kQfvTNZY7Qnt-
demWCz00Kz1GqEoiKPILieEwf4_1eUrLj_8As8xwIwnIav-
HDm34cylIaaWoaOqS314OsWubxXoCAeZ71uiF2Z5qatXcCxo-
lqASXb219djR02vidkmhwLOBSlgHc39d4OrWPfWqzP1AvIab-
pYZlyjvwhYjhMFd5neKoiDOM3Vbqc2OkxVBqDDQG-zh6fRYUZf34NDluNw-
n1NVqs_B3fbrQ!!/dz/d5/L2dBISEvZ0FBIS9nQSEh/)

Göteborgs Stad. (2014). *Skillnader i livsvillkor och hälsa i Göteborg*. Göteborg: Social resursförvaltning.

Göteborgs stad. (2016). *Utomhusgym*. Hämtad 2016-03-04 från [http://goteborg.se/wps/portal/invanare/kultur-o-fritid/motion-och-halsa/utomhusidrott-motion/utomhusgym!
/ut/p/z1/hY5RC4IwHMQ_ja_7_4c1tbdFGK-
mUQaDtJTTWFNTJXA369NljUHRvx_2OOxBQghiqR6sq2-qh6mZ_FuyS0-
QYrinHwzaKcXdK83ifZiHdLKH4B4g5xh_iCAmItu6Ju_YEiU8xYowtAoo-
ZUH4nudd7YcKhJE3aaQhdzO_aqwdp5WHHjrniNJadZJM0sNvjUZPFsoPEMa-
fGay4C_8hEcz/dz/d5/L2dBISEvZ0FBIS9nQSEh/](http://goteborg.se/wps/portal/invanare/kultur-o-fritid/motion-och-halsa/utomhusidrott-motion/utomhusgym!/ut/p/z1/hY5RC4IwHMQ_ja_7_4c1tbdFGK-
mUQaDtJTTWFNTJXA369NljUHRvx_2OOxBQghiqR6sq2-qh6mZ_FuyS0-
QYrinHwzaKcXdK83ifZiHdLKH4B4g5xh_iCAmItu6Ju_YEiU8xYowtAoo-
ZUH4nudd7YcKhJE3aaQhdzO_aqwdp5WHHjrniNJadZJM0sNvjUZPFsoPEMa-
fGay4C_8hEcz/dz/d5/L2dBISEvZ0FBIS9nQSEh/)

Handy, S. L., Boamet, M. G., Ewing, R., & Killingsworth, R. E. (2002). How the Built Environment Affects Physical Activity: Views from Urban Planning. *American Journal of Preventive Medicine*, 23(2S), 64–73.

Kommission för ett socialt hållbart Malmö. (2013). *Malmöns väg mot en hållbar framtid: Hälsa, välfärd och rättvisa*. Malmö: Malmö Stad.

Koohsari, M. J., Mavoa, S., Villanueva, K., Sugiyama, T., Badland, H., Kaczynski, A. T. & Giles-Corti, B. (2015). Public open space, physical activity, urban design and public health: Concepts, methods and research agenda. *Health & Place*, 33, 75-82. doi:10.1016/j.healthplace.2015.02.009

Lappset. (2016). *Aktivt åldrande och lek - mera stimulans, mindre isolering*. Hämtad 2016-05-29 från <http://www.lappset.se/webshop/?url=http://2015.lappset.se/web/city-art-gym/>

Lindwall, M., & Johnson, U. (2010). Fysisk aktivitet och psykologisk hälsa. I L. Hallberg (Red.), *Hälsa & Livsstil - forskning och praktiska tillämpningar* (s.173-189). Lund: Studentlitteratur.

Madren, C. (2013, maj). Hit the (Outdoor) Gym. *Parks & recreation*, 48(5), 41-45.

Malmö Gatukontor. (2015). *Program för aktiva mötesplatser: Strategi för utveckling av platser och strukturer för ökad fysisk aktivitet på allmän plats i Malmö*. Malmö: Gatukontoret.

Norén, E. och Schumacher, J. (2014). *Gestaltning av utegym för Halmstad kommun* (Kandi-

datuppsats). Göteborg: Chalmers tekniska högskola. Hämtad 2016-04-13 från <http://publications.lib.chalmers.se/records/fulltext/204973/204973.pdf>

Pellmer, K., Wramner, B. & Wramner, H. (2012). *Grundläggande folkhälsovetenskap*. Stockholm: Liber.

Scott, A., Stride, V., Neville, L. & Hua, M. (2014). Design and promotion of an outdoor gym for older adults: a collaborative project. *Health Promotion Journal of Australia*, 25, 212–214.

Slater, S., Fitzgibbon, M. & Floyd, M. (2013). Urban Adolescents' Perceptions of their Neighborhood Physical Activity Environments. *Leisure Sciences*, 35:2, 167-183.

SOU 2002/03:7. *Mål för folkhälsan*. Stockholm: Elanders Gotab.

Vetenskapsrådet. (2011). *God forsknings sed*. Bromma: CM-Gruppen AB.

WHO. (1986). *Ottawa Charter for Health Promotion*. Genève: WHO.

WHO. (2015). Physical activity. Hämtad 2016-06-07 från <http://www.who.int/media-centre/factsheets/fs385/en/>

Wikipedia. (2016). *Stadsdelnämndsområde*. Hämtad: 2016-04-28 från <https://sv.wikipedia.org/wiki/Stadsdelsn%C3%A4mndsomr%C3%A5de>

Witten, K., Hiscock, R., Pearce J., & Blakely, T. (2008). Neighbourhood access to open spaces and the physical activity of residents: A national study. *Preventive Medicine*, 47(3), 299-303. doi: 10.1016/j.ypmed.2008.04.010

Bilagor

Bilaga 1. Intervjuguide

- Kan ni ge bakgrundsfakta om de befintliga utegymen? (när de byggdes, vilken typ, avancerat eller enklare etc.)
- Vilka fler utomhusgym finns förutom de som står på er hemsida, hur många är dem totalt till antal?
- Vad/vilka är Göteborgs Stads mål och syfte med utegymen?
- Varför blev det valet av utegym och ingen annan form av arena för fysisk aktivitet?
- Vilken målgrupp riktar ni er mot/utegymen för, hur har ni valt att nå ut till målgruppen?
- Hur resonerade ni vid utformning och placeringen av utegymen?
- Är ni nöjda hittills med användning, utformning och placering av utegymen?
- Varför skiljer sig utegymen från varandra gällande design/estetisk form?
- Vid utformningen har ni tänkt på och i så fall hur har ni tänkt angående estetik, trygghet/säkerhet, transportförbindelser/tillgänglighet, närhet till andra platser för fysisk aktivitet etc?
- Vid placeringen av utegymen ställde ni frågan till de boende i området, fick de ge sin åsikt kring byggnation/utformning av utegymen?
- Hur ser underhållsarbetet ut av utegymen?
- Har ni hittills genomfört några utvärderingar av utegymen?
- Har ni fått någon respons från utomstående kring utegymen, i så fall hur har ni valt att ta emot den?
- Hur ser framtidsplanerna för utegymen i Göteborg ut, finns det någon plan för expansion?
- Kan ni ge oss något förslag på urval, finns det någon speciell grupp ni vill utvärdera?
- Har ni något förslag eller önskemål om innehållet i vår enkät?

Bilaga 2. Transkribering intervju

Transkribering

□ **Vem är du? Kan du berätta lite om dig själv och vad du gör?**

X, jobbar på en avdelning som heter planering och utredning här på idrott- och föreningsförvaltningen, har varit här sedan början av 2000-talet och då började jag jobba ute på Rudalens centrum som gyminstruktör och spinningsinstruktör, ja lite olika projekt oså. Sen har jag jobbat mycket med barn och ungdomar, lov-verksamheter och försökt få de som är inaktiva att bli aktiva. Och jobbat med ledarutbildning på högsta-diet ihop med Västsvenska idrottsförbundet, ledare och demokratiutbildning där målet var att få fler ledare över till föreningslivet. Ehm..och sen var jag iväg och pluggade några år och sen när jag kom tillbaka då så har jag jobbat mer mot folkhälsofrågor och jobbat som folkhälsosamordnare..här idag. Men också mycket då utvecklingen av våra idrottsområden och olika utredningar, tjänsteutlåtanden och ja..

□ **Kan ni ge lite bakgrundsfakta om de olika befintliga utegymen? (när de byggdes, vilken typ, avancerat/modernt eller enklare etc.)**

Ne asså det finns ingen standard mall eller så. Ehm dom första utegymen..ehm..jag är inte helt säker på detta..men jag kan tänka mig att, eller jag vet att dom är ganska gamla, och då är det dom här rustika utegymen i naturmaterial, liksom som på Skatås där de har tre stycken fast idag har de två stycken som är av äldre modell. Fram till slutet av 1900-talet var park- och naturförvaltningen och idrotts- och föreningsförvaltningen och gotevent ett och samma, och hette bara då Fritid Göteborg. Ehm.. och det har ju gjort att på den tiden då har gjort att de utegymen som byggdes då, så splittrade man på förvaltningarna, så då var det vissa utegym som stod på marken som tillhörde park och natur och så var det vissa som tillhörde oss vilket har gjort att det har blivit lite uppdelat och en del frågor kring skötsel och sådär. Men ja de äldre utegymen är ju naturmaterial och sen har det varit i olika former som de nyare, asså mer nättare utegymen har kommit på plats. Där har väl målet varit att det ska vara väldigt lättillgängligt för befolkningen och det har varit olika projekt och olika aktörer som har varit initiativtagare. Nu i Askim finns det någonting som kallas för hälsorundan. Och då var det park- och naturförvaltningen som drev de projektet ur ett annat som hette ”trygg och vacker stad” när man då gjorde motionsslingor runtom i Askim. Med tre stycken redskap, stationer med tre stycken redskap på varje just för att få ut de boende i närområdet och det är ju framförallt de inaktiva man vill nå då, det ska vara lätt att..man ska inte ens behöva byta om om man inte vill, man ska kunna gå ut och gå och träna lite. Ehm.. sen har vi väl märkt att just den konstruktionen har det varit ganska mycket problem med. De tål inte riktigt väder och vind som är här i Göteborg. Så vi är väl mer inne på att gå tillbaka med det här med naturmaterial och ja mer beständigt material som håller.

- Men är det någon kedja ni har anlitat, eller är det ni själva, eller liksom vem är det som sätter upp dem, designar dom och allt sånt där?

Mm, det har också varit olika. De här lite smidigare, eller de som liknar lite mer de

man har inne på gymmen, de kommer ju färdiga med..eller från leverantörer och då ofta när man har invigning och så, så har de med en instruktör som ofta är en sjukgymnast som visar och sådär. Men vårt senaste utegym som byggdes är ju här på Kviberg Park som stod klart, ja invigningen var nu i början av året. Där har vi använt oss av X som ni pratade med. Asså personliga tränare och personal med väldigt mycket kunskap, som har fått vara med och välja vilka redskap som ska finnas och sen så har vi avtal då med olika företag som kan bygga de. Så det har vi byggt själva kan man säga. Och inte köpt in färdigt. Sen får vi se.. Fördelen med de är ju, här nere på Kviberg Park så ville vi ju att de skulle vara tillgängligt även om man sitter i rullstol och så. Att göra det i olika nivåer, och den möjligheten ökar ju då när vi designar de själva.

- Mm okej. Men ni har liksom ingen så här specifik fakta om varje gym, alltså årtal när de byggdes oså.

Ne, ne.

- Okej.

- **Vilka fler utomhusgym finns förutom de som står på er hemsida, hur många är dem till antal?**

Ne det är det jag tänker att vi kan kolla med X tror jag hen hette som var praktikant, just för att få antal och hen ska ju även åka ut och fota och främst se status på dom. Ehm..men ja..dom som inte finns med på hemsidan är väl bland annat Rudalen har väl ett, vi har ju några utegym där det inte finns så mycket kvar av dom, det finns kanske några stockar men ah, man får se va det blir av det om vi ska rusta upp de eller om det ska avvecklas.

- Men då tänker ni alla typer av utegymen då?

Nej det är framför allt de i naturmaterial som är byggda för ganska längesen. Men annars är det upp i Angered till exempel är det, eller nära Angered centrum, där är det stadsdelen som har ansvarat för att få det på plats. Sen är det park och natur då som har en del och vi har en del.

- Hur eller vad kommer det sig att det inte är en som har ansvaret för alla? Finns det någon tanke liksom?

Ne. Det vi håller på med nu tillsammans med park och natur är att hitta en gemensam strategi. Park och natur håller på att ta fram någonting som kallas friluftsprogrammet som ska användas just vid utveckling av våra friluftsområden. Där vi kommer ta fram en strategi för fritidsområdena, för det är nu på senaste åren som det blivit ett jätteintresse, vi får väldigt mycket kundsynpunkter och önskemål om utegym på alla möjliga platser, så det kommer vi då tillsammans med park och natur ta fram en strategi för just hur de ska se ut och i vilken form de ska byggas. Och sen har vi då sagt att vi vill

alltid ha de i närhet till en motionsslinga eller mm..och är lättillgänglig då så att man kan ta sig dit.

□ **Vad/vilka är Göteborg Stads mål och syfte med utegymen?**

- det har ju du redan sagt lite där men..

Ja, utegymen är ju ett av..alltså ett jätteviktigt redskap i att nå de som inte är så aktiva idag och som kanske inte känner sig så bekväma inne på ett gym. Man kan välja själv när man vill träna, hur barnen vill göra ehm.. När vi varit ute på hälsomässor oså så har, typ exempel när vi var på Volvo och träffade jättemånga som sa, "Ja jag tycker om att springa men gym är inget för mig, men jag märker ju nu att sitta stilla så många timmar framför datorn så behöver eller börjar jag få ont i ryggen, och om fem år kommer jag nog ha problem". Och alla som vi då pratade med och föreslog ett utegym för då som man kan gå till i samband med att man är ute och springer, skulle du kunna tänka dig att göra några övningar då, så var ju alla positiva. Så det är ju ett bra sätt och sen att man då är ute i naturen är ju jättebra. Och att man kan..på senare år försöker man ju också att skapa, inte bara göra ett isolerat utegym, utan faktiskt ta in andra delar också, att man kan träffas generationer, där det är en lekplats bredvid eller boulebana eller sådär så att aa...det blir många aktiviteter för det ökar ju tryggheten också, ju fler människor i rörelse, desto tryggare blir det.

□ **Varför blev det valet av utegym?**

Det är efterfrågan skulle jag säga. Att de finns ett sånt tryck och att de är ett bra sätt både för folkhälsoarbetet och sen kan ju föreningslivet också använda det med sina medlemmar där dom kör utomhusträning oså. Men det är inte, ne, när det gäller spontan idrottsplatserna, det är kanske tio år sedan de byggdes, då var det ju mer de här tre kanske fyra stationer så ihop med bollbingar och basketkorgar och lite klättrväggar och sådär. Nu går vi ju mer tillbaka till naturmaterialet och även lite mer avancerat eh, hinderbane liknande, för det ser vi också ett jättestort, ökat intresse, Toughest har vi ju kört här på Kviberg och det får vi ju också väldigt mycket frågor om. Så ja vi får väl se, jag tror att framtidens utegym kommer vara mer multi-anläggningar med motorikbanor för barn och parkour och skateparker oså har man ett utegym i det här.

□ **Vilken målgrupp riktar ni er mot/utegymen för, hur har ni valt att nå ut till målgruppen?**

Mm.. Jo men egentligen är det ju, eller det riktar sig ju till, alla göteborgare ska ju kunna utegymma. Det finns ju ett utegym vid Plikta, om ni känner till det, det är park och natur som har gjort, där det har kommit ganska mycket klagomål för att det är för avancerat, men just det utegymet är byggt, för att de har haft sådant tryck på att det är ett sådant utegym man vill ha för de utövarna som var där så det är ett komplement till övriga utegym kan man säga. Men där är det ju inte lätt att komma som vanlig motionär eller kanske ovan att köra för där är det ju för avancerat för. Hälsorundan i Askim är ju verkligen för de inaktiva och även det i Angered, och det här nere på

Kviberg det är någonting mitt emellan. Och sen kör vi ju nästan ingen, eller kör ingen marknadsföring så på det sättet. Ehm.. utan ofta är det ju att staden i stort samarbetar, det finns ju Hälsolots nere i Centrum, Linné och sen har vi ju de här olika hälsoteken i de olika stadsdelarna, som vi har mycket samarbete med och dom kan ha olika grupper som går och använder de. Så när vi gjorde Kviberg Parks utegym, då var ju Östra Göteborgs Hälsotek med till exempel.

Hur resonerade ni vid utformning och placeringen av utegymen?

(Frågan hoppades över då det redan har diskuterats tidigare i intervjun.)

Är ni nöjda hittills med användning, utformning och placering av utegymen?

Ja..ehm..det här är ju en sådan aktivitet, på våra andra, om man tänker simhallar och sporthallar oså där kan vi ju verkligen räkna hur många är det som besöker oss, väldigt mycket statistik, det har vi ju inte på våra utegym, utan det är ju mer att i..eller man har en känsla på hur mycket det brukar vara på platsen. Sen också är det många som hör av sig, önskemål eller om det är någonting som har gått sönder eller sådär. Ehm..och så har vi ju märkt då att det är problem med då, med de här konstruktionerna som är mer lika inomhusmaskinerna, som går sönder, så det har vi ju inte varit så nöjda med. Vad var det mer? Platser!?

- Ja, placeringen ja.

Mmm.. ja vi är väl nöjda men samtidigt så ser vi ju, eftersom vi får så mycket synpunkter så ser vi ju att det finns önskemål om att ha det på många fler ställen och där får väl vi hitta också ah men centrala platser som är lätta för många att ta sig till, att man kanske inte lägger det i utkanten av någonting, utan att man försöker centrera, så att man kan nå det ifrån flera håll och där jobbar vi också..eller nej det kommer en fråga, så det kan vi ta längre fram..

Varför skiljer sig utegymen från varandra gällande design/estetisk form?

-Det är ju sagt lite, med stockar osv..

Ja precis.

Vid utformningen har ni tänkt på och i så fall hur har ni tänkt angående estetik, trygghet/säkerhet, transportförbindelser/tillgänglighet, närhet till andra platser för fysisk aktivitet etc?

Mm, det är ju att det bland annat då ska ligga vid en motionsslinga och sen är ju belysning jätteviktigt när det gäller trygghet. Ehm.. Och lättillgänglighet, ofta så är det ju i våra idrottsområden som vi har, vi har ju ganska många och då är det ju generellt sett lätt att ta sig dit och att de heller inte tar sig för långt in på spåret, man vill ju inte

springa en mil för att komma dit utan ah haha.. Men sen ser man ju också att på våra populära områden som Skatås då till exempel där är det ju då fler som använder utegymmen än om man jämför med andra ställen som inte är lika välbesökta.

- Men har ni utgått ifrån någonting, en mall eller såhär.. eller har ni asså med trygghet eller så, har ni..

Ne. Asså det finns inga mallar eller så. Utan det är ju hur vi jobbar generellt när vi gör näridrottsplatser och spontanytor då.

- Vad grundar ni er det på då? Är det några studier eller vad ni tror?

Ne men belysning är ju en sådan vedertagen sak, att det skapar trygghet och likadant att det ska vara öppet, inte vara en massa buskage ivägen, eller liksom undångömt och skymt eller så, utan vi försöker ju att röja så egentligen en öppen plats, och i och med att det ligger när motionsstråk är det ju en genomfart då det rör sig folk och är det nära våra idrottsanläggningar så har vi ju ofta motionsanläggning där det finns personal då.

Vid placeringen av utegymmen ställde ni frågan till de boende i området, fick de ge sin åsikt kring byggnation/utformning av utegymmen?

Mm det är ju också olika, beroende på utifrån, på vilket utegym, när det gäller hälsorundan i Askim så minns jag inte om de boende var med..men ne där var det nog mera sjukgymnaster som tog fram, alltså redskap som är lätta att använda för den målgruppen som var vald..ehm..här på Kvibergs Park så var det en stor dialog kring hela området, med både boende och aktörer som finns. Motions slinga var prio ett, så man ville ha en belyst motions slinga och även då utegym..ehm.. och sen är det ju också då synpunkter som vi får där mycket grundar sig på nu att de vill ha monkeybars och mer hinderbaneliknande och annars så utgår vi ju ifrån den kompetensen vi har ute på alla våra anläggningar med personliga tränare oså. För att få en..eller redskap som kan användas av hela kroppen.

Hur ser underhållsarbetet ut av utegymmen?

Mm ja driften är ju också då, eller beroende på vems mark den står på, så är det park och natur så är det dom som sköter det och vi har ju också personal som jobbar ute, så ehm, här nere på utegymmet på Kvibergs Park så har vi ju satt upp och det står på de flesta utegymmen skyltar vart man kan ringa om det är någonting som har gått sönder eller så, ehm och där får vi ju in synpunkter och så kan vi ju åka ut och fixa det. Och sen försöker vi ju också ha koll att det är personal som åker runt och tittar lite så att allt ser okej ut för det är ju också en säkerhetsåtgärd, att allt sitter ihop och ah..

Har ni hittills genomfört någon utvärderingar?

Nej.

- **Har ni fått någon respons från utomstående kring utegymen, i så fall hur har ni valt att ta emot den?**

- ja det har du ju också pratat lite om..

Ja ofta så är det ju kundsynpunkter där personalen ute på våra anläggningar.. och sen har vi ju, det är också bara här på Kvibergs Park, men där har vi ju en Facebook-sida för Kvibergs Park, där det har varit ganska mycket. Åh att man då skriver..

- **Hur ser framtidsplanerna för utegymen i Göteborg ut, finns det någon plan för expanderingsplanering?**

- ja detta har du ju också nämnt..

Ja i och med att efterfrågan är så hög och att det finns så många fördelar med utegymen så, så kommer vi ju att expandera. Och också då ihop med park- och naturförvaltningen och då försöka ta fram den här strategin för hur det ska göras. Och sen när vi jobbar med utvecklingen av våra idrottsområden så är ju utegymen en naturlig del i det, men jag tror ju som sagt att det blir, ja utegym och många fler aktiviteter tillsammans med de och inte bara utegym, utan annat också. Ehm..

- **Kan ni ge oss något förslag på urval, finns det någon speciell grupp ni vill utvärdera?**

Mm... Eftersom, ah allting är ju intressant eftersom det inte finns så mycket utvärderingar gjorda. Sen är det ju alltid intressant att höra, eftersom vi är till för alla göteborgare och oftast är ju dom som redan är aktiva, de hittar vi ju och letar upp och så där, ehm så det är ju alltid mest intressant att höra dom som inte är så aktiva. Men om man nu ändå skulle kunna tänka sig det och vad det är som krävs för att de faktiskt skulle gå dit. Och då tänker jag också på asså hur viktigt är det är med informationen, för på många av våra utegym så har vi ju inte, det står ju inte på varje, varje redskap hur man ska göra, det håller vi ju på att ta fram här nere för Kvibergs Park. Så det kommer vara en skylt vid varje redskap, sen har vi också satt upp eh QR-koder så att man kan gå in med telefonen och se hur rörelsen ska utövas. Och det blir spännande att se hur många som använder, men det är ju också då intressant att se hur mycket information betyder, men är man då ovan så vill man gärna ha, vet hur man ska göra för det är ju ingen självklarhet när man ser redskapen.

- Ja vi har ju funderat en del på urvalet där. Det hade varit intressant att nå de som inte tränar eller rör sig så mycket men då är det liksom svårt hur ska man nå bara dem.

-Sen var vi ju också inne på att bara stå på stan någonstans, typ vid Nordstan eller de stadsdelar där utegymen finns eller vad man säger.

Ja för det är ju klart, Göteborgs Stad jobbar ju, eller hela staden jobbar ju för att minska klyftorna, mer jämlik hälsa, så det är ju också intressant och se hur man, om man kan få dom i både svagt socioekonomiska områdena och med dåliga hälsotal, att få de mer aktiva. Där finns det ju också centrum, eller typ Angered centrum.

- Har biskopsgården något utegym?

Ne men vi funderade på det om det kunde finnas något uppe på Svartemosse som det heter. Men jag tror inte det.. ne. Och de har ju inte byggt, precis utanför Lundby badet har de ju byggt, men det är ju mer aktivitetsgång eller vad man ska kalla det för barn och ungdomar. Men jag tänker att om man står mitt i Nordstan eller så, så får ni ju också urval från hela Göteborg. Men ah det är inte lätt.. Nu när jag var i Halmstad så skulle Halmstad göra ett treårigt projekt kring utegym, men då väljer ju de ut människor som är inaktiva att ingå i den här gruppen så kör de ju..de skulle dels få använda mycket digital hjälp, med att de hade någon teori där med att de skulle kunna tävla mot sig själva och att bli motiverade av resultaten. Men också motiverande samtal. Och att finnas i ett sammanhang, i sammanhang med en grupp, och ah se också då dels hur deras fysiska förmåga förbättrades men också hur de upplevde hälsa och känsla av sammanhang osv. Så det kan ju vara lite ah, de hade ju tyvärr inte påbörjat det ännu men de kopplade ihop det med något som kallades för smartcities, har ni hört talas om det? Jag tror att det var i Auckland på Nya Zeeland så har Halmstad universitet varit med och genomfört och man kartlägger liksom befolkningens vanor och utifrån det då se om man skulle kunna öka den fysiska aktiviteten i vardagslivet. Där var det ju 85 % som åkte bil till jobbet och hur kan man då få dom att cykla eller gå, då är det ju stadsplanering, liksom staden tillåta att man kan cykla och gå, att det är lättillgängligt. Ja det finns mycket spännande.

Har ni något förslag eller önskemål om innehållet i vår enkät?

-Vi har med den här om du vill kolla, det är bara ett utkast så den är inte helt klar men..

Jaha ja men gärna!

Ja men det som jag skrev är att hur upplever man tryggheten och informationen, sen är det jättebra när ni gör det för om vi ställer frågan, Göteborgs Stads önskemål, då skapas det också en förväntan, så vi får ju alltid försöka hitta en balans liksom och verkligen informera att vi inte kommer att tillgodose alla önskemål. Så därför är det ju lättare också för er som är en utomstående part med att kunna ställa frågor om vad som skulle krävas för att ni ska ta er till utegymet eller så.. Så det var ju också tanken, att nu har vi ju inte kört så mycket på utegymen eftersom det har ju varit en, precis som motionslingor att man går dit och utför aktiviteten själv liksom, men här på Kvi-berg har vi ju tänkt att vi ska ha några tillfällen per termin där det finns personliga tränare på plats som både visar och ah ger tips och kör lite program.

....

Väntar på att datorn med enkäten ska starta

....

Sen har ni varit i Skatås? De har ju tre stycken varav ett nytt precis vid anläggningen men där kostar det att träna om man inte har kort då. Det är vi som har hand om det. Det hade ju varit väldigt spännande att kunna mäta på något sett hur utegymen hade kunnat bidra till att öka folkhälsan.

- Ja vi hade ju det som ett första syfte, men sen insåg vi att tiden är för knapp tyvärr. För vi hade velat göra någon mätning på det.

Ja. Jag tänker också att ni ska kunna fråga Hälsoverket i typ Angered om de använder sig av utegymet där uppe, eftersom det är så svårt att just hitta siffror på användandet. De är ju också anpassade så att barn kan använda de tror jag. De flesta ska väl ändå kunna användas av barn så de kan leka där, till exempel kurragömma, för det är ju viktigt att man ska kunna åka dit hela familjen och bara få vara ute.

(Pratar om enkäten) Ne men det är ju jättebra, precis det vi pratat om ju. Nej men jättebra. Men det är lite svårt i och med att det inte finns något samlat arbete så, men det känns ju som att ni gör arbetet i en period där det är väldigt på gång. Där det kanske blir att man gör lite mer organiserat, anordnade träffar åh ah.. För jag har inte hört tala om de här spontana träningsgrupperna som finns, där man går ut o springer oså att man gör så även vid utegymen.

- Är det något du vill tilläga?

Hm ne.. Vi har nog pratat om det mesta.

(Inspelningen avslutas.)

Bilaga 3. Telefonintervju

Telefonintervju

Telefon intervju med Thomas Wiklund, Friluftschef i Stockholm Stad Idrottsförvaltningen.

Den 13 april 2016, 30 minuter lång.

Frågor:

- Olika typer av utegym?
- Det första i stockholm?
- Har någon utvärdering gjorts?

Får absolut använda honom vid namn som källa/referens om det behövs i arbetet.

Det hela började i Stockholm 2008 då de i Nacka reservat skulle bygga ett motionsspår och i samband med det ville de göra ytterligare aktivitetsyta. Tidigare har det bara funnits väldigt enkla med någon stock ("spartanskt") här och var, men inget komplett där hela kroppen tränas. Så då 2008 samarbetade de med en snickerifirma för att sätta ihop ett utomhusgym i trä som liknar de som finns inomhus. Det skulle vara driftsäkert och underhållsfritt. Han som jobbade på snickerifirman har tidigare arbetat på idrottsförvaltningen och är duktig med träning.

2009 stod det första kompletta utegymet i trä på plats i Björkhagen, där hela kroppen kunde tränas. De fick även ett i stål lite senare, ett modernt men det höll bara någon månad eller något. Idag är det väldigt populärt och finns cirka 30 stycken i Stockholm. De på friluftsförvaltningen satsar på träningsredskap där kroppen tränas. Thomas menar att de kinesiska i stålkonstruktion som finns i Spanien och Kina med mera inte funkar i detta klimat vi har i Sverige. Dessa är även mer till för att man ska aktivera sig, de ger inte träning på samma sätt, ett annat syfte har dessa! Så det var det de ville i Kina, att aktivera befolkningen. Stålgymmen (kinagy-men) tränar rörelse, motorik och har inget motstånd.

Dessa i trä har de utvecklat själva och han menar att de var först med de och att det nu är många andra som tagit efter detta. Till exempel Lappset finns ju och kör en blandning av trä och stål. Men dessa gör främst lekplatser och mycket annat och nu även lite gymredskap som är "ombyggda" leksaker/platser typ.

Ingen formell utvärdering har gjorts, bara lite enkäter, och de är ofta själva på plats och tittar. I och med att det är så populärt kommer det in såpass mycket från medborgare att det inte behövs. De har fått väldigt mycket beröm för utomhusgymmen.

Bilaga 4. Besvarad intervjuguide park- och natur- & idrotts- och föreningsförvaltningen

Intervjuguide, 28 april 2016

Kan ni ge bakgrundsfakta om de befintliga utegymen? (när de byggdes, vilken typ, avancerat eller enklare etc.) Vilka fler utomhusgym finns förutom de som står på er hemsida, hur många är dem totalt till antal?

Park- och naturförvaltningen och Idrotts- och föreningsförvaltningen (Idrott & förening) i Göteborg stad har i dagsläget ca 46 utegym. De är av varierad storlek och innehåll. Generellt kan man säga att Idrott & förening är ansvariga för de utegym som ligger på mark som är klassad som idrottsmark och Park och natur för de utegym som finns placerade på parkmark.

Tolv av utegymen ligger i eller i närheten av våra naturområden. De är byggda i egen regi och är av enklare typ, dvs byggda av trästockar och metallrör mm. Dessa ”stockutegym” har renoverats genom åren, dock inte några större åtgärder, utan mer byte av enskilda delar. De här utegymen har fungerat bra och de är omtyckta av medborgarna.

Sedan har vi ca 28 av olika märken (tex ”Inshape-” och ”gymstation-serien” från HAGS, ”Norwell” från Lappset med flera). Dessa moderna metallgym har ofta rörliga delar. De har inte varit tillräckligt robusta och framför allt ett varumärke som vi använt på många platser runt om i staden har visat sig vara av undermålig kvalitet och utrustningen har gått sönder efter kort tids användning. Vi kommer därför att undvika gymredskap med rörliga delar i framtiden.

Idrott & förening har ca 6 utegym de ligger ofta i anslutning till idrottsanläggningar. Dessa utegym är av blandat skick och fabrikat, allt från de ”gamla” stockutegymen, nya kroppsviktutegym av trä och metall, till moderna metallgym med rörliga delar.

Förvaltare	Område	Namn/Plats/Adress
Park		
	2. Lundby - Linnéstaden	Färrjenäsparken/Salterigatan/Pölsebogatan Keillers park/ Övre Hallegatan 1/ Rambergsvägen 1 Herkulesparken/ Hisingsgatan 5A
	3. Norra Hisingen	Lillekärr Norra/ Kärra Centruparken/ Lillekärr Norra 193 Norra parken/ Lillekärr Norra 130B Selma Lagerlöfs torg/ Selma Lagerlöfs torg 17 Krumeluren/ Krumeluren 6

		Hisingsparken/ Tuvevallen/ öster om lekplats 514/ Västra Tuvevägen
	4. Angered	Lövgärdet/ Lekplats 403/Mejramgatan 19/ Anisgatan Angered/ Lekplats 508/ Linjespringarens väg 15/ Ekevadsvägen Hammartorget/ Hammarkulletorget 62 Eriksbo/ Hjällbogärdet 70
	5. Kortedala - Bergsjön	Bergsjön/ Tycho Brahes gata 1
	6. Härlanda - Örgryte	Landerigatan /Landerigatan 14
	7. Centrum	Valhalla/ Åvägen 18 Excercisparken/ Engelbrekts gatan 34E
	10. Slottskogen	Plikta/ lekplats 444/ Vegagatan 55C Slottsskogen/ August Kobbs stig
	9. Majorna - Linnéstaden	
	12. Högsbo - Frölunda	Marklandsgatan/ Lilla Tunnländsgatan 7/ Marklandsgatan 61 Spinettplatsen/ Norra Dragspelsplatsen nr 2313 Positivparken/ Positivgatan 7 Positivparken 2/ Positivgatan 7 Frölunda kulturhus/ Mandolingatan 47
	11. Älvsborg	
	14. Södra skärgården	
	13. Tynnered	Bergkristallen/ Bergkristall Parken/ Bergkristallsgatan 50 Melongatan/ Melongatan 197 Kastanjeallén/ Turkosgatan 46 Kobbegården/ Kobbegården 58
	15. Askim	Gjutegården/ lekplats 51/ (Östra) Gjutebrunnsvägen 11 Askimbadet/ Hults sörgårdsväg/ ASKIMS STRANDVÄG 5
IOFF		
	Torslanda	Torslandahallen/ Torslanda Idrottsväg 13

	Kortedala - Bergsjön	Gamlestaden/ Ambrosiusgatan1
		Kvibergs park/ öster om Krutvägen 6
	Härlanda - Örgryte	Motionscentralen skatås/ Skatåsvägen 25 (kostar att använda)
	Älvsborg	Påvelund/ Redegatan 8
	Högsbo - Frölunda	Ruddalen/ musikvägen 55
Natur		
	Lundby - Biskopsgården	Svarte mosse/ Norr om Länsmansgårdens idrottsplats/ Temperaturg
	Norra Hisingen	Jämmerberget/ Öster om Prilyckegatan 245
		Backvallen/ Norr om Dan Anderssons Gata 20
		Hisingsparken
	Angered	Hjällbovallen/ Knattens väg 12
		Vättlefjäll/ Kryddnejlikegatan 9
	Kortedala - Bergsjön	Geråshallen/ Ljusårvägen 54
	Härlanda - Örgryte	Härlanda Tjärn/ Skålmekärsv.-Ormeslättstigen/ Skatåsvägen 35
		Skatås/ Skatåsvägen 25
	Centrum	Mossen/ Söder om Mossens idrottsplats / Mellan Ljungbackegatan 8 Gibraltargatan 41
	Tynnered	Tanneskärsgratan/ Söder om Tanneskärsgratan 23
	Askim	Sisjön/ fastighetskarta 6:359/ Sisjövägen 601

Länk till högupplöst bild från mapinfo (116 MB):

<https://drive.google.com/open?id=0B9xoKYMpXsl0WHVKUVQtUnRpY0U>

Röd = park

Grön = natur

Blå = Idrott & förening

Vad/vilka är Göteborg Stads mål och syfte med utegymen?

Idrott & förening och Park- och naturförvaltningen ska enligt de politiska målen i Göteborgs stads budget medverka tillsammans med stadens övriga förvaltningar för att skapa förutsättningar till goda livschanser för alla göteborgare och därmed utjämna dagens skillnader i hälsostatus. I budgeten nämns också vikten av närheten till grönområden, offentliga platser och att möjligheten till fysiska aktiviteter utomhus är viktiga aspekter i stadsplaneringen. Ett sätt att skapa möjligheter att främja hälsostatusen är att bygga utegym. Förvaltningarna ska även verka för att unga göteborgares möjligheter till en rik och meningsfull fritid ska öka.

Park- och naturförvaltningen kommer under 2016 färdigställa en riktlinje (*”Riktlinjer för attraktiva och välfungerande utegym”*) som är ett planeringsdokument för arbetet med utegym. Riktlinjen är baserad på följande frågeställningar:

- Var har vi utegym idag? Hur fungerar dessa?
- Vilken framtida utveckling vill vi se?
- Hur ska förvaltningen tänka när vi renoverar och bygger nya utegym?
- Vilken betydelse har placeringen för användandet?
- Vilka träningsmoment ska redskapen erbjuda?
- Vilken målgrupp ska våra utegym vara till för? Kan man skapa utegym som passar alla?

Varför blev det valet av utegym och ingen annan form av arena för fysisk aktivitet?

Forskning visar att de som har motionsanläggningar och friluftsområden i sitt närområde är mer fysiskt aktiva än de som inte har samma möjligheter. Utegym är en enkel form av träningsplats där man ensam kan utföra träning på de tider och dagar man själv vill. De är öppna dygnet runt året om och kostar inget (Skatås kostar) att besöka. Ett alternativ till dem som inte vill/eller kan vara medlem i en klubb, förening eller utöva lagsporter.

Intresset bland medborgarna har ökat för att, på ett enkelt sätt, kunna träna i vardagen. Genom medborgardialoger och inkomna synpunkter blir det tydligt att göteborgarna vill ha tillgång till platser där de kan bedriva muskelbyggande träning som ligger i anslutning till eller nära de motionsrundor de normalt använder eller i bostadsområden.

Vilken målgrupp riktar ni er mot/utegymen för, hur har ni valt att nå ut till målgruppen?

Utegymen ska utformas för att attrahera en bred målgrupp av ”allmänna motionärer” som önskar att vara aktiva och stärka musklerna i kroppen. Med allmänna motionärer menas såväl otränade – som tränade personer. Vid planeringen av spontanytor är det en stor utmaning att skapa ett utbud som tilltalar göteborgarna i stort och tillgodoser många olika gruppers behov och intressen utifrån kön, ålder, funktionalitet, etnisk och socioekonomisk bakgrund.

Utegymen som har seniorer eller personer med funktionsnedsättning som sin huvudmålgrupp kan modifieras för att motsvara detta behov.

Nya träningsdiscipliner har önskemål om att kunna träna på specialbyggda utegym. De har andra krav på utrustningen än vad vanliga utegym kan erbjuda. Bland dessa nya discipliner finns bl.a. parkour och street workout.

Hur resonerade ni vid utformning och placeringen av utegymen?

Vid placeringen av utegymen ställde ni frågan till de boende i området, fick de ge sin åsikt kring byggnation/utformning av utegymen?

En översyn av närområdet bör göras innan man fastslår den exakta placeringen. Vad finns i närheten? Vilken typ av utegym som väljs på olika platser utgår från vad som finns i närområdet. Val av utrustning styrs alltså av vilka målgrupper som mest kommer tänkas använda gymmet samt utseende på platsen.

En huvudregel är att utegymet bör placeras väl synligt i närkontakt med gångvägar, motionsspår, lekplatser, badplatser eller andra typer av aktivitetsytor. Detta kan leda till att fler människor lockas till spontan träning. En grundtanke som bör genomsyra utegymet är att det ska smälta in i miljön och ska lätt kunna integreras med andra verksamheterna på platsen. Placeringen bör vara sådan att den inbjuder till deltagande för alla och är så tillgänglig som möjlig. Det ska vara en plats där individer i olika generationer och med olika intressen kan mötas. Platsen ska även vara öppen och luftig vilket gör att insynen till utegymet är bra – det medför en tryggare känsla att vistas på platsen. Gymmet bör helst inte ligga i anslutning till biltrafikerade vägar för att bättre kunna garantera utövarnas säkerhet. Bra cykel- och gångförbindelser måste finnas till platsen.

Då det är viktigt med en geografisk spridning av utegymen för att få en rättvis fördelning i staden bör man tänka på befolkningstäthet, besöksfrekvens i friluftsområden samt tillgång till friluftsanläggningar.

Även placering av redskapen inom utegymet är viktigt för hur väl det fungerar. Möjligheten att ”träna ihop” och peppa varandra är viktigt vid gymträning och därför bör redskapen inte placeras på rad utan mer i grupp. (Se placeringsprinciper) Följande kriterier är viktiga för en lyckad placering av ett utegym:

- Finns det ett önskemål om utegym i det tilltänkta området?
- Analys av den tilltänkta platsen såsom topografi, tillgänglighet,
- Närhet till platser där folk vistas. Detta medför trygghet.
- Närhet till tät bebyggelse. Detta ger möjlighet till utnyttjande av fler människor.
- Närhet till kompletterande anläggning. Anläggningar för motion eller där man redan är “omklädd”, t.ex. motionsspår, idrottsanläggningar, badplatser.
- Närhet till utflyktsmål med promenadslingor, café, toaletter mm.
- Bra cykel- och gångförbindelser.
- Geografisk spridning i staden
- För att kunna erbjuda en allsidig träning ska ytan vara tillräckligt stor för att inrymma redskap för träning av alla kroppens stora muskelgrupper.

Är ni nöjda hittills med användning, utformning och placering av utegymen?

Park och natur: Vi har en önskan om att arbeta mer strategiskt och konsekvent med utegym som en del av våra park- och grönområden. Detta för att möta det växande intresset som finns hos medborgarna runt om i staden.

Varför skiljer sig utegymen från varandra gällande design/estetisk form?

På marknaden finns idag ett stort utbud av olika typer av utegym, allt från rena ”naturgym” som använder mycket stockar och andra träföremål som träningsredskap, till stilrena gym mestadels i metall och ofta med många rörliga delar. Göteborg har använt många olika typer av utegym och det saknas en enhetlighet och en klar strategi över hur Göteborgs utegym ska se ut.

Vid utformningen har ni tänkt på och i så fall hur har ni tänkt angående estetik, trygghet/säkerhet, transportförbindelser/tillgänglighet, närhet till andra platser för fysisk aktivitet etc?

I våra riktlinjer behandlar vi följande parametrar vid utvecklingen av befintliga samt vid nyanläggning i framtiden:

- Ha en utformning och redskap som tilltalar en allmän publik. Specialanläggningar i form av Parkour och hinderbanor tas inte upp i riktlinjen.
- Vara utformade ur ett jämställdhetsperspektiv.
- Ha en genomtänkt placering i nära anslutning till motions slingor och aktivitetsytor som har ett naturligt flöde av människor.
- Ha en större informationstavla med strategisk placering. Samt en mindre tavla vid varje redskap ska med instruktioner som förklarar vilka övningar man kan göra mm.
- Bestå av ett antal redskap där övningen kan anpassas efter användarens behov och önskemål.
- Vara ett komplement till annan konditionsträning såsom löpning, promenad mm
- Ha en geografisk spridning över staden.
- Ha en placering av redskapen så att man uppmuntras att ”träna ihop”.
- Erbjud en allsidig träning med fokus på att öka kroppens styrka och smidighet/rörlighet.
- Ha en tillräckligt stor yta för att inrymma redskap för träning av alla kroppens stora muskelgrupper. Med möjlighet att träna armar, ben, mage och rygg.
- Ha redskap med så få rörliga delar som möjligt för att säkerställa hållbarheten och skapa minsta möjliga underhållsbehov.

Hur ser underhållsarbetet ut av utegymen?

De renoveras vid behov. Årlig översyn görs.

Har ni hittills genomfört några utvärderingar av utegymen?

Park och natur: Förvaltningen arbetar med att ta fram en riktlinje (*”Riktlinjer för attraktiva och välfungerande utegym”*). Denna beräknas vara klar i november 2016. Översyn av förvaltningens samtliga utegym har gjorts under våren 2016. Utegymen har lagts in i GIS-program (mapinfo) med information om målgrupp och användande, placering (terrängförhållanden, tillgänglighet, vad som finns i närheten, belysning, närmaste hållplats), redskapen (antal, rörliga delar, fabrikat, vilka muskelgrupper man kan träna, plats för fler redskap?, material, markmaterial, skylt, status på redskap)

Har ni fått någon respons från utomstående kring utegymen, i så fall hur har ni valt att ta emot den?

Förvaltningarna får ofta in synpunkter från medborgare rörande befintliga utegym som bör renoveras, komplettering med utrustning samt tips/önskemål om nya utegym i vissa stadsdelar. Hos Park och natur kommer synpunkterna in till respektive förvaltare som "greencards". Hos båda förvaltningarna sker återkoppling till synpunktslämnaren snarast möjligt.

Hur ser framtidsplanerna för utegymen i Göteborg ut, finns det någon plan för expansion?

Kan ni ge oss något förslag på urval, finns det någon speciell grupp ni vill utvärdera?

Park och natur: Förvaltningen arbetar med "*Riktlinjer för attraktiva och välfungerande utegym*". Denna beräknas vara klar i november 2016. Översyn av förvaltningens samtliga utegym har gjorts under våren 2016.

Nästa steg är analys av detta material (nuläge) för att kunna se vilka som bör utvecklas, rustas upp eller läggas ner. Vi kommer under hösten titta på om det finns platser i staden där utegym efterfrågas men i nuläget inte finns.

Tillgänglighet:

Utegymen ska, i möjligaste mån, vara tillgänglig och användbar för alla. Med det menas att planering och utformning sker med ledmotivet att vuxna oavsett funktionsförmåga ska kunna träna tillsammans. Tillgänglighet till och inom utegymen är viktig därför bör:

- Markmaterialen väljas med hänsyn till denna aspekt. Förslagsvis kan stensmjöl användas.
- Redskapen ha en utformning som möjliggör olika övningar så att alla kan träna utifrån sina egna förutsättningar.
- Extra hänsyn tas om den största målgruppen är äldre eller personer med olika funktionsnedsättningar med avseende på underlag, redskap och skyltning.
- Platsen utformas höjdmässigt så att personer med rullstol barnvagn etc kan nå fram.

X

landskapsarkitekt

Park- och naturförvaltningen, Göteborgs Stad

031-X

X@ponf.goteborg.se

X

Folkhälsosamordnare

Idrotts- och föreningsförvaltningen, Göteborgs Stad

031 – X

X@ioff.goteborg.se

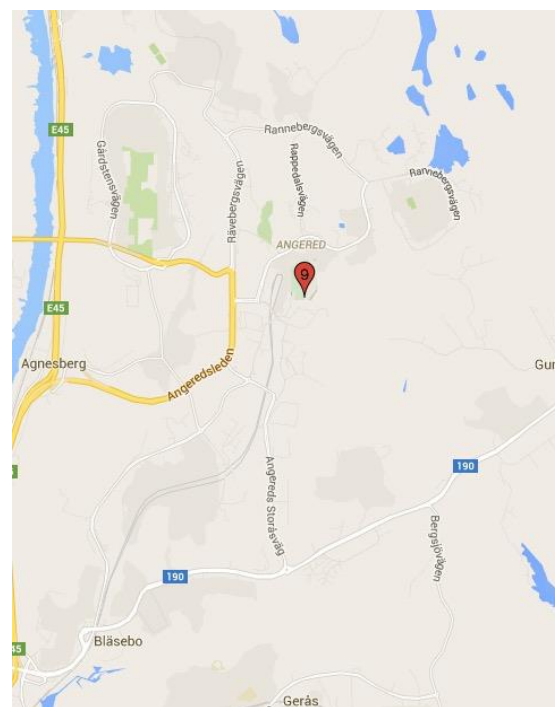
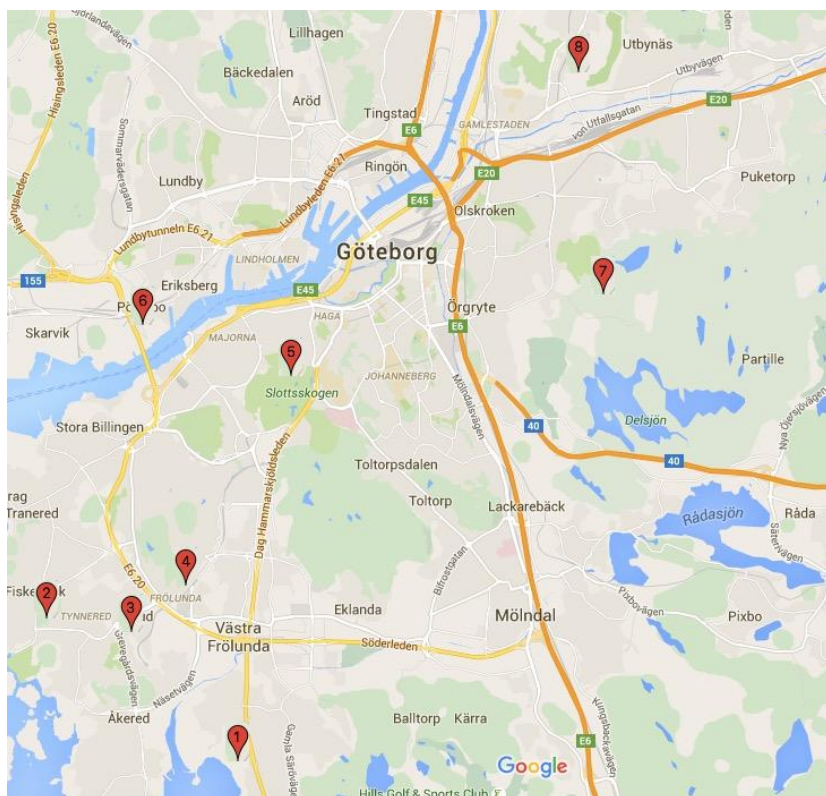
Attraktivare utomhusgym i Göteborg

Vi heter Jennifer och Maria och läser Hälsoptionsprogrammet med idrottsvetenskaplig inriktning på Göteborgs universitet. Denna enkät ingår i vårt kandidatexamensarbete vi nu håller på med.

Enkätens syfte är att se hur många som använder utomhusgymmen i Göteborgs stad, samt se vad som krävs av och är viktigt på en plats/arena för att man ska vilja träna där. Därför skulle vi uppskatta om ni tar er tid att svara på några frågor.

Enligt samtyckeskravet är det frivilligt att delta och du kommer vara helt anonym. Det är endast vi som kommer se dina svar, där enbart en sammanställning av allas svar kommer användas som underlag för uppsatsen.

Riv gärna av denna första sida och ta med hem!



1. Askimsbadet
2. Melongatan (lekplats 16)
3. Turkosgatan (lekplats 18)
4. Positivparken
5. Lekplatsen Plikta i Slottsskogen

6. Färjenäsparken
7. Skatås motionscentrum
8. Kvibergs Park
9. Angereds Stadspark

Enkät

Kryssa i det alternativ som stämmer överens med din åsikt/upplevelse om inte annat anges.

OBS! Svara på varje fråga, annars kommer hela enkäten att strykas och inte kunna användas som underlag.

1. Kön

- Man
- Kvinna
- Annat

2. Ålder

- 16-30 år
- 31-45 år
- 46-65 år
- Över 65 år

3. Var bor du?

Postnummer: _____

4. Hur ofta tränar du?

(Utgå från en vanlig vecka)

- Inte alls
- 1-2 gånger/vecka
- 3-5 gånger/vecka
- Mer än 5 gånger/vecka

5. Hur många gånger tränar du ute av dessa? (Utgå från en vanlig vecka)

- Ingen alls
- 1-2 gånger/vecka
- 3-5 gånger/vecka
- Mer än 5 gånger/vecka

6. Hur nära bor du ett utomhusgym?

- Mindre än 1 km
- 1-2 km
- 3-4 km
- Mer än 4 km
- Vet ej

7a) Har du använt/tränat vid ett utomhusgym i Göteborgs stad någon gång?

- Ja
- Nej

7b) Om du svarade ja på fråga 7a):

Vilket utomhusgym?

(Se gärna kartan på första sidan som hjälp)

- Lekplatsen Plikta i Slottsskogen
- Färjenäsparken
- Melongatan (lekplats 16)
- Turkosgatan (lekplats 18)
- Skatås motionscentrum
- Askimsbadet
- Positivparken
- Angereds stadspark
- Kvibergs Park
- Annat utomhusgym
- Minns ej vilket/vilka

7c) Om du svarade nej på fråga 7a): Varför inte?

- Okunskap (hur de fungerar)
- Okunskap (var/att de finns)
- Ligger för långt hemifrån
- Tränar på annat sätt
- Tränar inte
- Annat: _____

Vänligen vänd, enkäten fortsätter på nästa sida!

8. Vilka av följande egenskaper tycker du är viktiga att en plats/arena uppfyller (behöver ej vara ett utomhusgym) för att du ska vilja träna/utöva fysisk aktivitet där?

	Mycket viktigt	Viktigt	Varken eller	Ganska viktigt	Inte viktigt	Ingen åsikt
Estetiskt vackert						
Färg & Form	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Material (gjort av)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Närhet till vacker natur	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Städat/välskött						
Papperskorgar i närheten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Underhåll	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tryggt/känns säkert						
Placering	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Belysning	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fri sikt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bra utrustning	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Att andra människor vistas runt omkring	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Informationsskyltar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Instruktionsskyltar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Transport/Tillgänglighet						
Närhet till parkering	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Närhet till kollektivtrafik	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Promenadstråk i anslutning	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nära din hemmiljö	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Övrigt						
Närhet till andra platser/anläggningar för fysisk aktivitet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tak eller regn/vindskydd	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bänkar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Handikappanpassat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Barnanpassat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

9. Något annat du anser är viktigt/krävs av en plats/arena (behöver ej vara ett utomhusgym) för att du ska vilja träna/utöva fysisk aktivitet där? (Skriv ditt svar nedan)

Tack för din medverkan!

Bilaga 6. Checklista

Checklista

Utomhusgym:

Datum och tid för besöket:

Hur många människor vistas här under besöket:

Antal maskiner/redskap:

Tillverkare:

Ja	Nej	kommentar/ beskrivning
----	-----	------------------------

Estetiskt vackert

Färg och form			
Material (gjort av)/typ av gym			
Närhet till vacker natur			

Städat/ Välskött

Befintliga papperskorgar			
Underhåll			

Tryggt/ Känns säkert

Placering			
Finns det belysning			
Fri sikt Hel utrustning			

Finns det informationsskyltar			
Finns det instruktionsskyltar			

Transport/

Tillgänglighet

Närhet till parkering			
Nära till kollektivtrafik			
Finns det promenadstråk i anslutning			
Närhet till bostadsområde			
Närhet av andra platser/anläggningar för fysisk aktivitet			

Övrigt

Finns det tak eller regn/vindskydd			
Finns det bänkar/viloplatser			
Är det anpassat för barn			
Är det handikappsanpassat			
Övriga synpunkter/kommentarer			

Bilaga 7. Bilder

Bilder

Angered stadspark



Klotter samt söndrigt redskap förekom.

Kvibergs Park





Underlag i kork/träspån vilket är stötdämpande vid fall, beskrivning av övningsförslag förekom och redskap utav mer hinderbanekaraktär som en vägg och repträning.

Skatås motionscentrum (1)



Öglor fanns på två redskap som bara kan nyttjas om individen själv har med sig TRX-band eller liknande.

Skatås motionscentrum (2)





Närhet till vacker natur då det ligger mitt i skogen. Unikt här var att det fanns träningsbås med tack över och en del fria vikter.

Skatås motionscentrum (3)



Gammal och sliten utrustning där det mesta var defekt vilket kan öka skaderisken.

Positivparken





Utomhusgymmet är utspritt på tre olika platser i Positivparken. En del söndriga redskap som spärrats av.

Turkosgatan (lekplats 18)



Melongatan (lekplats 16)





Tydliga instruktionsbilder på varje redskap. Hinderbaneaktigt slinga runtom hela grönområdet där en station var ett rep som kan användas för klättring.

Askimsbadet



Utsikt över havet då du tränar här.

Färjenäsparken





Defekta redskap och underlag men tydlig informations- samt instruksions skylt, dock även den mycket sliten.

Plikta Slottskogen (1)



Tydlig informations- samt instruksions skylt.

Plikta Slottskogen (2)

