

Dansen



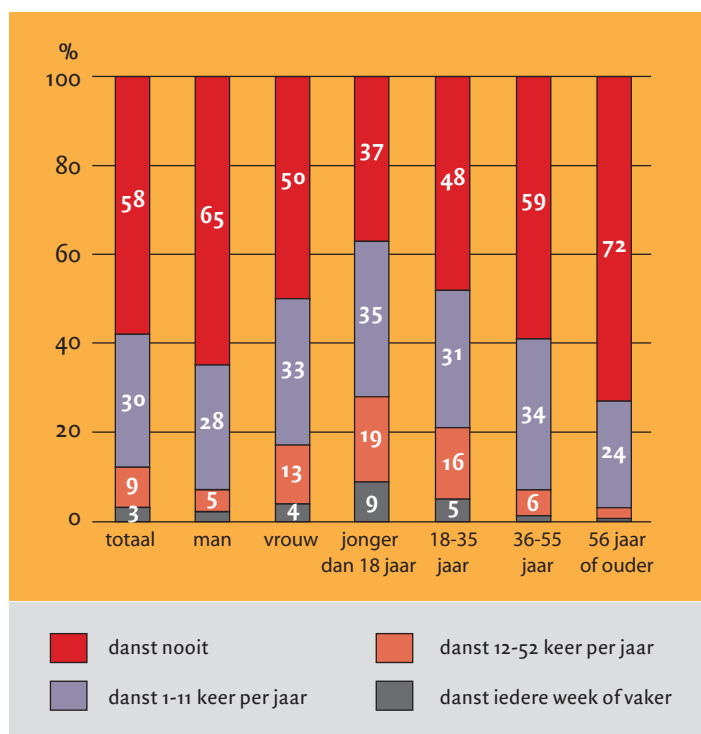
EEN GEZONDE VORM VAN BEWEGEN!

Dansen is een vorm van bewegen die door veel mensen in de vrije tijd veelvuldig wordt beoefend.* Denk maar aan de drukte in de discotheek op zaterdagavond of op feestavonden. Ook de populariteit is enorm gestegen sinds de uitzendingen van Dancing with the stars. Maar wie zijn die Nederlanders die zo vaak op de dansvloer te vinden zijn en op welke dansvloer is dat?

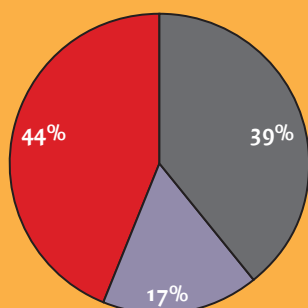
* Dit onderzoek is uitgevoerd door het SCP en TNO bij een representatieve steekproef van de Nederlandse bevolking van twaalf jaar en ouder. Meer informatie is te vinden op www.rapportage-sport.nl.

Een danslustig volk

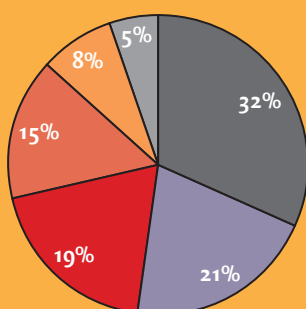
Dansen is voor een groot aantal Nederlanders een vorm van vrijetijdsbesteding. Van de Nederlanders danst 42%, 30% incidenteel en 12% maandelijks of vaker. Vooral vrouwen (17%) en jongeren (28%) dansen minstens een keer per maand.



Danst minder dan 1 keer per maand



Danst 12 keer per jaar of vaker



Discoverlichting of gewaxte parketvloer

De groep mensen die minder dan twaalf keer per jaar danst, doet dit met name op feestjes, bij het uitgaan of thuis.

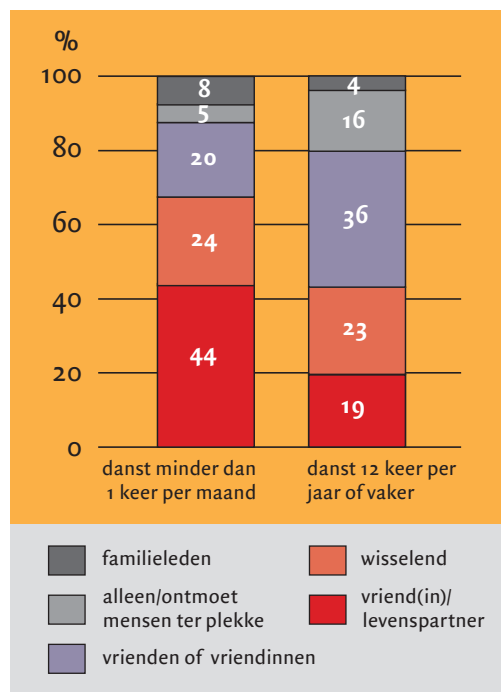
- ▶ Mensen die twaalf keer of vaker per jaar dansen, dansen ook vaak bij deze gelegenheden en daarnaast op dansles of als lid van een dansvereniging. Streetdance (20%), stijldansen (14%) en moderne dans (9%) zijn dan de meest beoefende dansen.



Dansen



EEN GEZONDE VORM VAN BEWEGEN!



Dansen voor het sociale contact

De mensen die af en toe dansen, doen dit veelal met hun partner. De frequente dansers (vrouwen, jongeren) dansen vaker met andere vrienden dan met de eigen partner. Ze gaan ook vaker alleen en ontmoeten mensen ter plekke.

Danser's bewegen meer

Mensen die regelmatig dansen, bewegen meer en voldoen daarmee vaker aan de beweegnormen.* Van de frequente dansers voldoet 60% aan de beweegnormen, tegenover 47% van de mensen die nooit of af en toe dansen. Ook wanneer leeftijd, geslacht, opleidingsniveau en sportdeelname in aanmerking genomen worden, blijven frequente dansers vaker aan de beweegnormen voldoen.

* Door het ministerie van VWS worden als beweegnormen voor een goede gezondheid gehanteerd: minimaal vijf dagen per week een half uur (voor jongeren een uur) matig intensief actief en/of minimaal drie keer per week 20 minuten intensief actief.



Auteurs

Annet Tiessen-Raaphorst

Koen Breedveld

(SCP)

Wil Ooijendijk

(TNO Kwaliteit van Leven)

Voor meer informatie

Sociaal en Cultureel Planbureau

Postbus 16164

2500 BD Den Haag

email: a.tiessen-raaphorst@scp.nl

Het uitgebreide artikel behorende bij deze factsheet staat op www.rapportage-sport.nl.

