

# Belemmeringen om te sporten en bewegen in de openbare ruimte

Lang niet alle Nederlanders bewegen genoeg. De openbare ruimte zou voldoende mogelijkheden moeten bieden om actief te zijn, maar er zijn mensen die belemmeringen ervaren. Deze kunnen persoonlijk zijn of te maken hebben met met hun sociale of fysieke omgeving. Wanneer de openbare ruimte beweegvriendelijk is ingericht kan deze uitnodigen tot sporten, bewegen en ontmoeten.

## Definitie van de openbare ruimte

'De ruimte die eigendom is van de overheid en vrij toegankelijk is'. Dit omvat openbare ruimtes in de buitenlucht, zoals straten, parken en bossen.

*Dit onderzoek richt zich op recreatief sporten en bewegen in de brede zin, met een focus op de openbare ruimte. Actieve mobiliteit, zoals fietsen of wandelen naar een gerichte bestemming, is buiten beschouwing gelaten.*



## Belemmeringen

Mulier Instituut heeft een literatuurverkenning gedaan en een vragenlijst uitgezet onder 1.599 Nederlanders van 16 tot 79 jaar. Er is gekeken naar drie type belemmeringen:



### Persoonlijke belemmeringen:

elementen uit de persoonlijke omgeving, zoals een gebrek aan tijd, negatieve gevoelens over sporten of bewegen, en een slechte gezondheid.



### Sociale belemmeringen:

elementen uit de sociale omgeving, zoals ervaren onveiligheid door criminaliteit.



### Fysieke belemmeringen:

elementen uit de fysieke omgeving, zoals slechte infrastructuur, verkeersdruk, slechte verlichting en een verwaarloosde omgeving.

Rauws, R.H.S., Ruikes, D., Noordzij, J.M. (2025): 'Zoveel mensen, zoveel wensen: een verkenning van belemmeringen om te sporten of bewegen in de openbare ruimte'

[Lees hier](#)

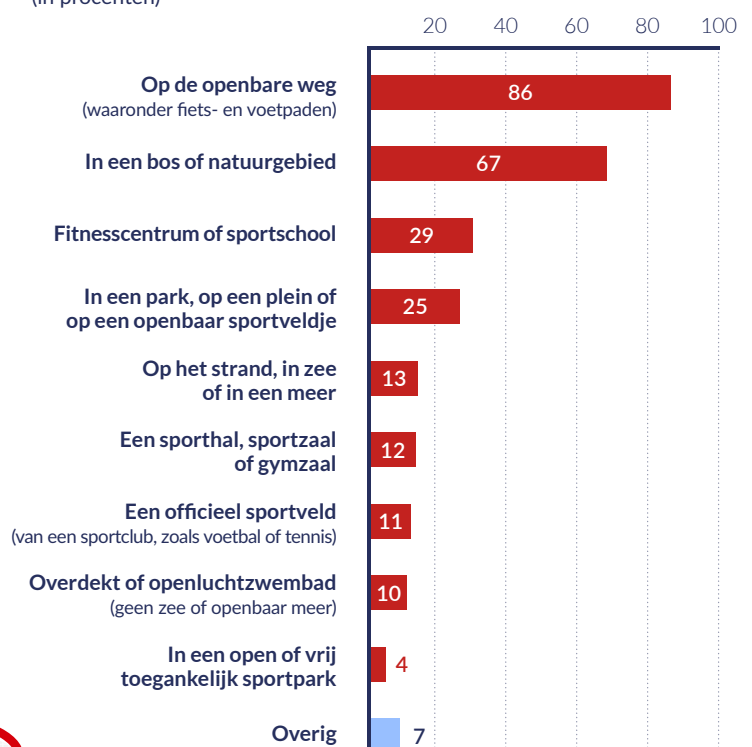


## Sportlocaties

90 procent van de respondenten is in de openbare ruimte actief of wil dat zijn. In de figuur hieronder is te zien op welke locaties de respondenten allemaal sporten. Het gaat hier ook om locaties die niet in de openbare ruimte zijn.


### Sportlocaties voor in de vrije tijd

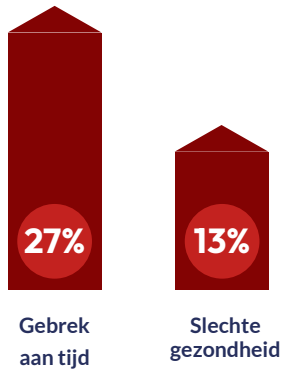
(in procenten)



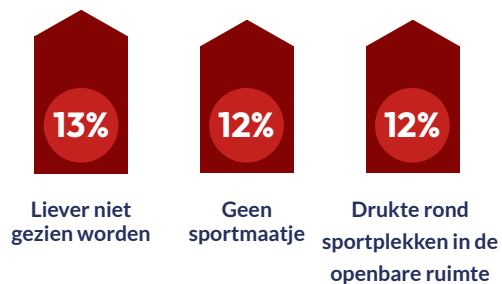
## Welke type belemmeringen ervaren Nederlanders het meest?


Van de **90%** respondenten die actief is in de openbare ruimte ervaart meer dan de helft (**59%**) daarbij een of meerdere belemmeringen.

 Bijna de helft van de respondenten ervaart **belemmeringen in de persoonlijke omgeving**, waarvan een gebrek aan tijd en slechte gezondheid de twee grootste zijn.



 Een derde van de respondenten ervaart **sociale belemmeringen**, waarvan het niet prettig vinden om door andere gezien te worden tijdens het sporten, het ontbreken van een sportmaatje, en drukte rond sportplekken in de openbare ruimte



 Een derde van de respondenten ervaart **fysieke belemmeringen**, waarvan onvoldoende verlichting en geen parken of wandelpaden in de buurt het grootst zijn.

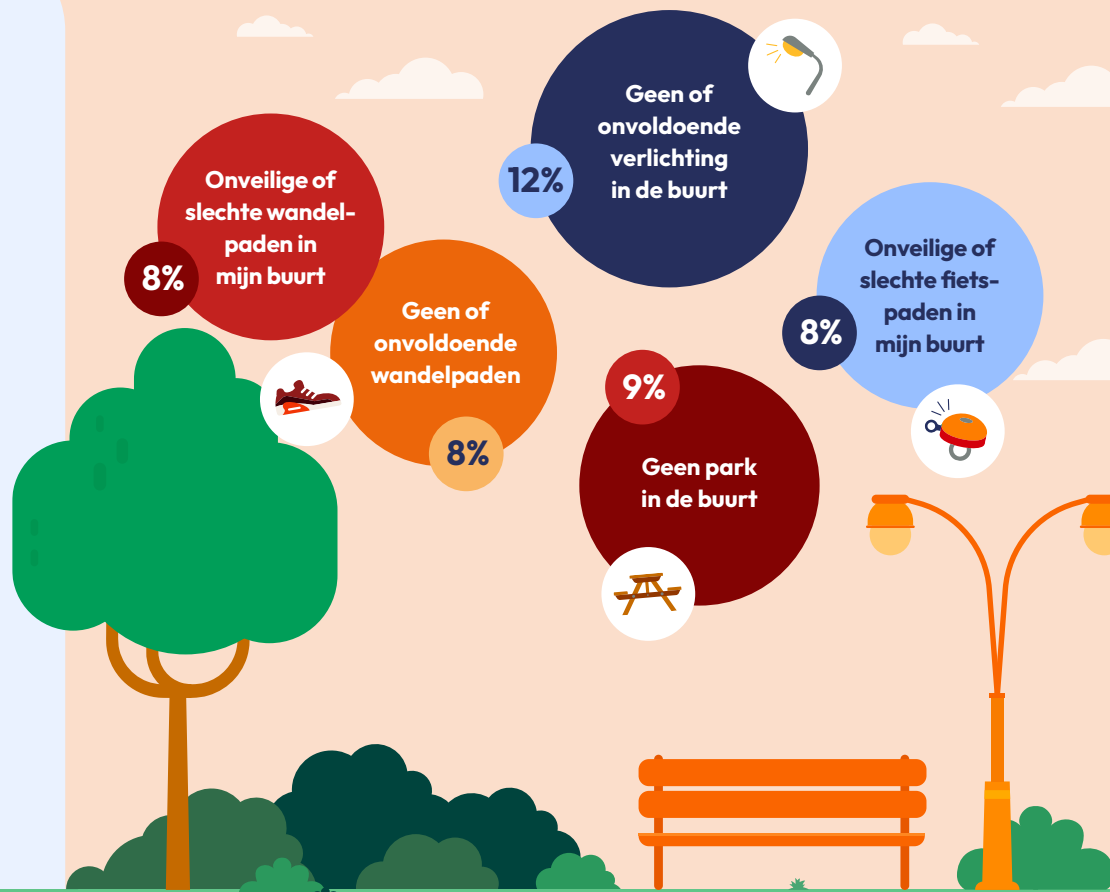


### Welke groepen ervaren meer belemmeringen?

Gemiddeld ervaren jongeren (16-25 jaar oud) het vaakst belemmeringen (**84%**). Ook onder mensen met een beperking gaat het om relatief veel mensen (**69%**).

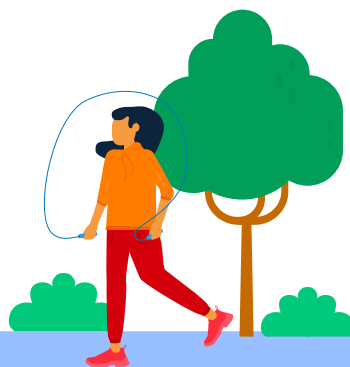
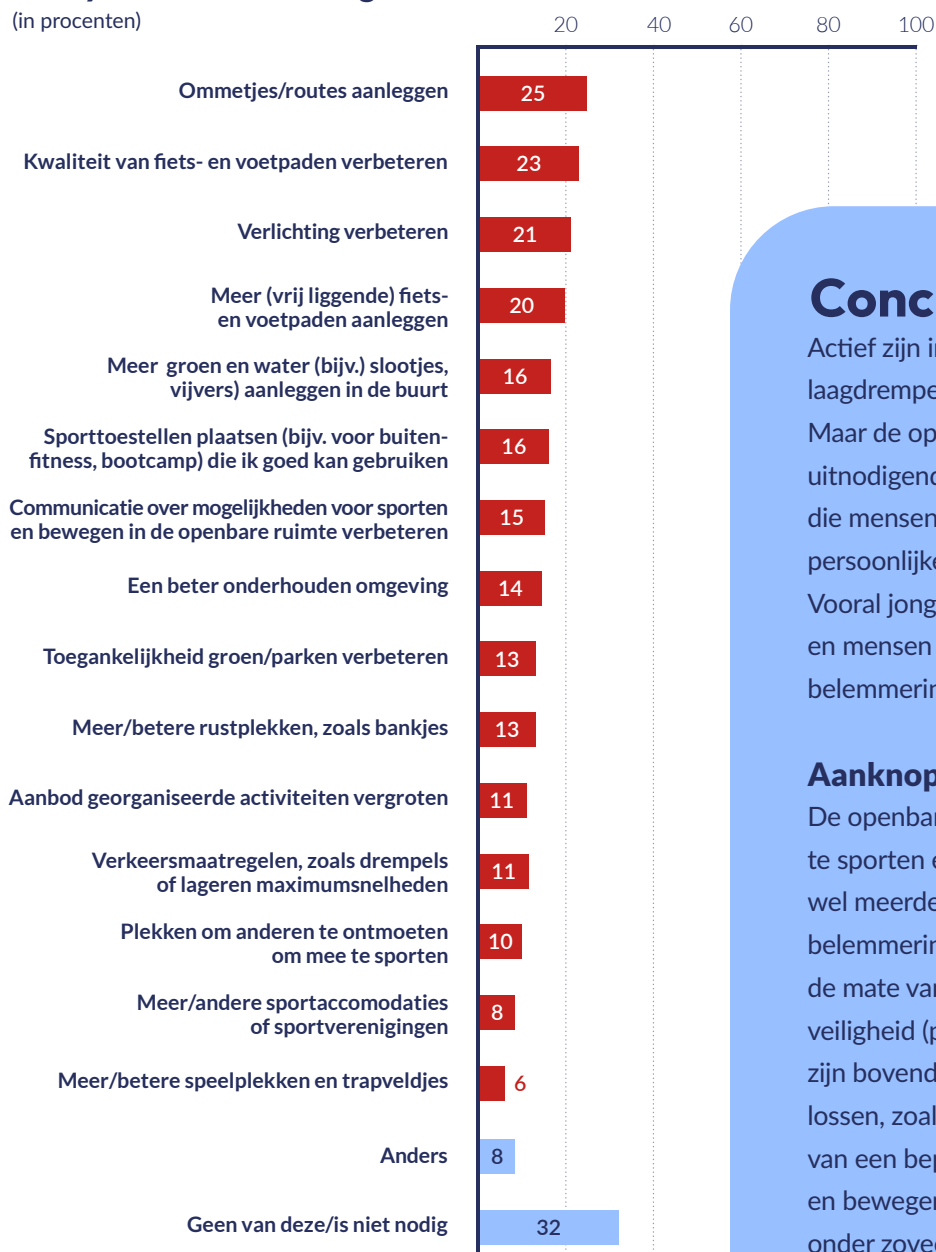
Ten slotte ervaren de mensen met een laag inkomen relatief vaak belemmeringen. Van de mensen met een minimuminkomen ervaart **78%** belemmeringen en van de mensen met een beneden modaal inkomen **72%**.

### Ervaren fysieke belemmeringen in de openbare ruimte



## Suggesties voor het wegnemen van fysieke belemmeringen

(in procenten)



## Conclusie

Actief zijn in de openbare ruimte is een laagdrempelige manier om voldoende te bewegen. Maar de openbare ruimte blijkt niet voor iedereen uitnodigend om actief in te zijn. De belemmeringen die mensen ervaren, zijn afhankelijk van hun persoonlijke, sociale en fysieke omgeving (context). Vooral jongeren, mensen met een beperking en mensen met een laag inkomen ervaren belemmeringen.

## Aanknopingspunten voor beleid

De openbare ruimte wordt al veel gebruikt om te sporten en bewegen, maar er worden nog wel meerdere belemmeringen ervaren. Deze belemmeringen grijpen vaak op elkaar in, zoals de mate van verlichting (fysiek) en het gevoel van veiligheid (persoonlijk). Sommige belemmeringen zijn bovendien lastig direct beleidsmatig op te lossen, zoals ervaren tijdgebrek of het hebben van een beperking of slechte gezondheid. Sporten en bewegen in de openbare ruimte stimuleren onder zoveel mogelijk Nederlanders vraagt daarom om maatwerk én inspelen op het hele systeem van ervaren belemmeringen. Het vraagt om een integrale aanpak met aandacht voor de hardware (inrichting omgeving), software (activiteitsaanbod) en orgware (organisatie van aanbod), zie ook het [BVO-model](#).

### Bronnen

Rauws, R.H.S., Ruijter, D., Noordzij, J.M. (2025). 'Zoveel mensen, zoveel wensen: een verkenning van belemmeringen om te sporten of bewegen in de openbare ruimte'.

[Lees hier](#)

### Sportakkoord is een initiatief van:



Deze factsheet is tot stand gekomen in het kader van het Sportakkoord II, uitgevoerd door Mulier Instituut in opdracht van Kenniscentrum Sport & Beweging.

© Augustus 2025, Kenniscentrum Sport & Beweging, Utrecht