



Gebruik van sportapps door eindgebruikers en professionals

Paul Hover, Bart van Bezooijen, Monique van Rooijen, Marije Deutekom,
Joan Dallinga



Hogeschool van Amsterdam

mulier instituut



Programma

- Opstarten met vragenlijst
- Flitspresentaties resultaten
- Terugkomen op vragenlijst
- Discussiepunten: stellingen



Mentimeter: wat vind u?

Go to **www.menti.com** and use the code **70 90 89**



Sportapps maken persoonlijke face-to-face begeleiding door trainers bij sporten overbodig

Mentimeter

Question 1 of 5



Eens



Oneens

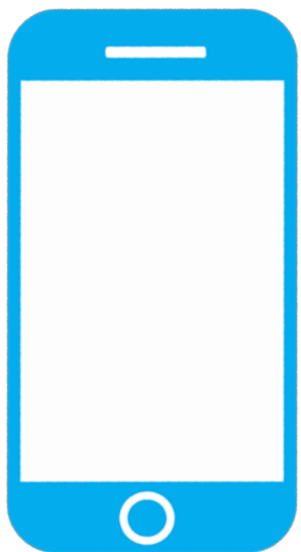
None of the options are correct!

Continue to show leaderboard



0

Or
screen
een
app?!



Eindgebruikers



Gebruik sport-apps

- Hardlopen: 49-75%, Runkeeper, Strava, TomTom Sport
- Fietsen: 63%, Strava
- Wandelen: 32-44%, Runkeeper, Endomondo, Samsung Health



Waarom niet een sport-app gebruiken?

- 5-9% stopt met app
 - Lopen met smartphone vervelend
 - Gebruik van ander monitoringsapparaat
 - Geen toegevoegde waarde
- 16-33% kent, maar gebruikt geen app
- 3-26% kent en gebruikt geen apps
 - Lopen met smartphone vervelend
 - Niet nodig
 - Past niet bij beleving van sport
 - Geen toegevoegde waarde
 - Gebruik van ander monitoringsapparaat

Vb: Wandel4daagse Alkmaar



Richting profielen

Sport-appgebruikers

- jonger
- vaker overgewicht
- vaker de halve Wandel4daagse gelopen
- vaker prestatie- of gezondheidslopers
- willen vaker en/of meer kilometers wandelen dan ze nu doen.

Ex-sport-appgebruikers

- hebben vaker overgewicht
- lopen minder vaak 20 km of meer per week
- zijn vaker mooi weerloper en minder vaak rustloper.

Sport-appkenners maar geen gebruikers

- vaker vrouw
- minder vaak overgewicht)
- hebben minder vaak getraind voor de Wandel4daagse
- willen vaker wandelen
- zijn vaker mooi weer- of natuurlopers

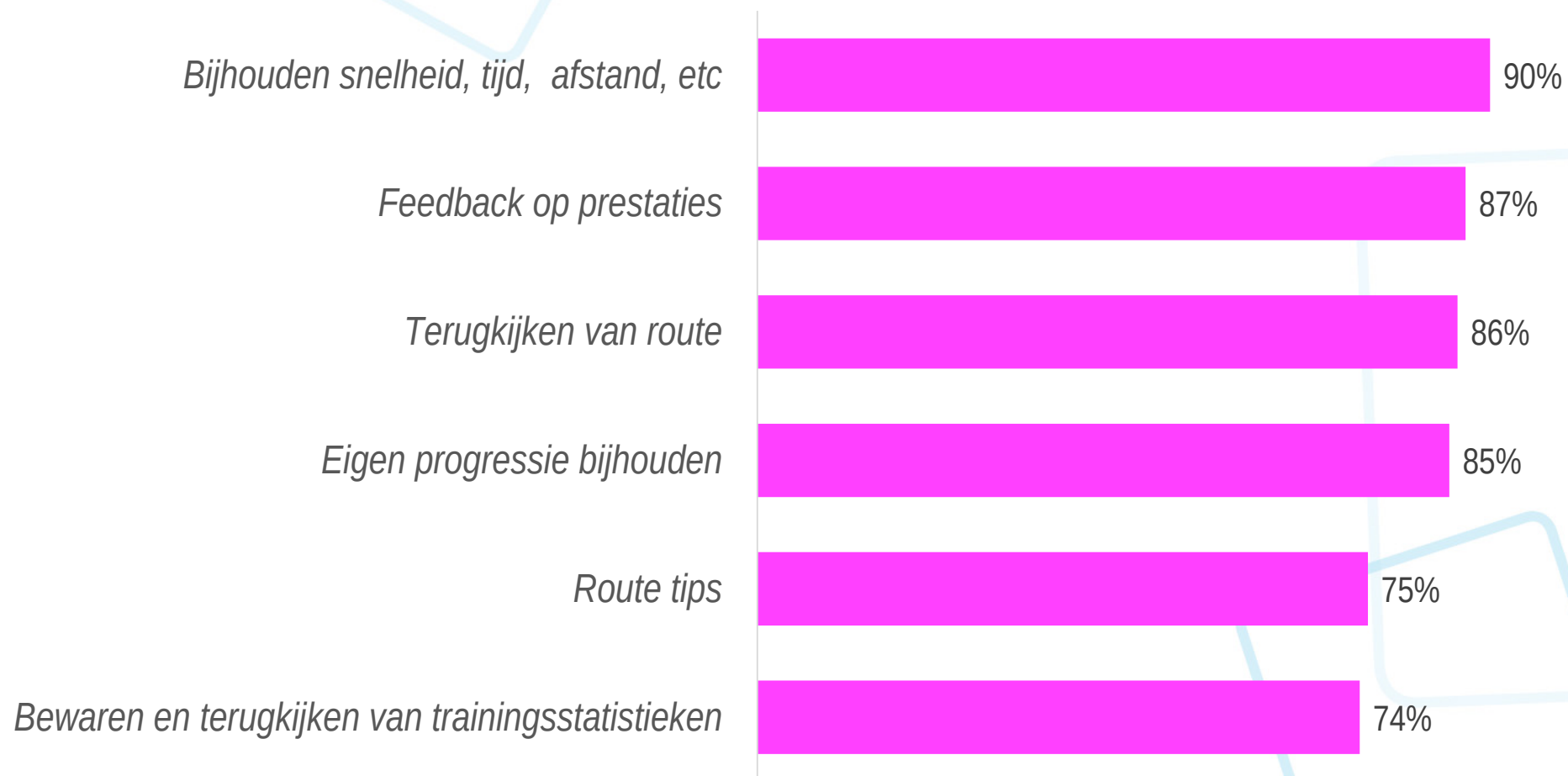
Geen sport-appkenners

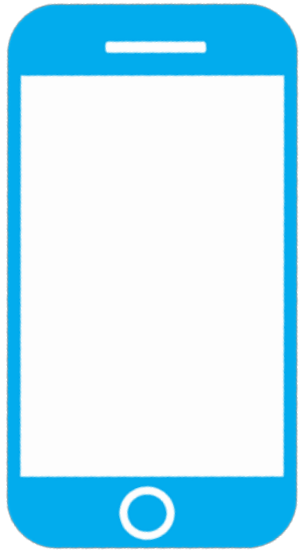
- vaker man, ouder
- hebben een iets lagere BMI
- vaker de hele Wandel4daagse gelopen
- willen niet vaker en/of meer kilometers wandelen
- vaker rustlopers, en minder vaak prestatie/gezondheidslopers



Wat wil men in een app?

Fietzers





Sportprofessionals



Meer voor jonge en prestatiegerichte groep

Highlights verdiepend kwalitatief onderzoek:

Gebruik en houding van vertegenwoordigers van sportverenigingen, informele groepen en breedtesportevenementen ten aanzien van hardloop-, wandel- en fietsapps

“Met een app op een smartphone moet je toch ergens stoppen om die aan te zetten en dan is dat ding halverwege leeg en horloges moet je synchroniseren en dat is allemaal gedoe.”

mulier instituut



Samen alleen

“Waar we elkaar vroeger ontmoetten bij de kruidenier, treffen we elkaar nu via een app.”

“Strava is toch wel de Facebook van het hardlopen aan het worden.”

“Als we iets niet weten dan gooien we het gewoon in de app, je kunt gebruikmaken van de kennis in de groep, wij noemen dat crowd intelligence.”



Beperkte adoptie door verenigingen

Apps worden als kans én bedreiging beschouwd

Inzet van sportapps is zelden beleid en komt meestal voort uit het enthousiasme van individuen (trainers).

“Ik sport veel alleen en ik vind het dan leuk om via een app te kijken wat anderen doen. Dat geeft een gevoel van saamhorigheid.”



Tussen aan- en ontmoediging

Aanmoediging door vergelijking en complimenten, maar ook ontmoediging door overtraining en kloof “zij” en “ik”

“Ik fiets in een groep en ken niet iedereen. Na de training kan ik in Strava zien wie er heeft meegereden en kan ik een berichtje sturen.”

“Ik vraag me soms zelfs af of ik ooit was begonnen met sporten als er geen apps waren geweest.”

“Als het koud is en anderen gaan toch sporten, dan geeft dat jou een gevoel van nou dan moet ik ook maar.”



Coachen op afstand

Trainers geven aan via sportapps de sporters die zij begeleiden te volgen zodat indien nodig ingegrepen kan worden (aanmoedigen of juist afremmen).

Voor bepaalde sporters geeft de meekijkende coach een ongewenst gevoel van 'gecontroleerd te worden' terwijl anderen sportadvies op afstand waarderen.

Door voortdurende vernieuwing spelen sportapps in op de behoeften van de sporter waarmee zij zich stevig in het sportlandschap verankeren.



Beleidsmakers: inzet apps door gemeenten anders dan door sportbonden

Inzichten uit Delphi-studie in 3 rondes

1. Inzetten (sport-)apps. Gescheiden doelgroepen, verschillende invulling.

- Gemeenten voor sportparticipatie. Sportapps te moeilijk en te ambitieus voor doelgroepen. Apps helpen buurtsportcoaches
- Sportbonden voor leden: generieke apps samen met sportapps, werkt prima voor leden
- Monitoring eigen prestaties en collectief bij allen voorop

Beleidsmakers zijn enthousiast over mogelijkheden van apps om sporten in faciliteiten en openbare ruimte te monitoren.



Technologie

2. Technologie. Geen eigen apps ontwikkelen

- Eigen/white label apps zijn duur en zwaar voor organisatie
- Gemeenten: diversiteit van belanghebbenden maken ontwikkelen app moeilijk

‘Voor iedereen een app’ is eigenlijk ‘één app per sport en doelgroep’



Trainer/coach & fysiotherapeut en leefstijlprofessional

- Nog weinig toegepast
- Aanbod niet geschikt

Of ...

- Onvoldoende informatie beschikbaar wat kiezen en hoe toepassen



Trainer/coach & fysiotherapeut en leefstijlprofessional

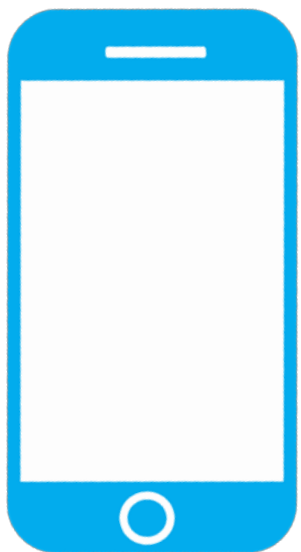
- Wat moet er in een app zitten?

“Ik vind met name belangrijk dat het doel wel gepersonaliseerd is, dat je kijkt naar het individu dat je kijkt wat is bij deze belangrijk zodat er eventueel ook individuele monitoring gedaan kan worden.”

“Ja, wat ik adviseer puur aan patiënten is om hardlopen met Evy te gebruiken, omdat ik het heel erg belangrijk vind dat er trainingsschema's in zitten en dat is met hardlopen met Evy natuurlijk wel het geval en in die app wordt ook advies gegeven met betrekking tot training principes en voeding en dat soort dingen.”

“...dat diegene contact kan opnemen via de app, als je een app hebt met gezondheidsbevordering dat je dan ook een communicatielijijn hebt, dat het allemaal in een zit.”





Vergelijken resultaten



Discussiepunt 1

Er is voor iedere sporter een app.



Discussiepunt 2

Mensen die niet sporten zijn ook niet aan het sporten te krijgen met sportapps.



Discussiepunt 3

Sportprofessionals zouden vaker sport-apps in moeten zetten



Discussiepunt 4

Het is een groot gemis voor de sportbranche als er morgen geen apps meer bestaan.



Discussiepunt 5

Sportapps maken persoonlijke face-to-face begeleiding door trainers bij sporten overbodig.



Discussiepunt 6

Het gelijktijdig gebruiken van (sport-)apps voor sportbeoefening is geen probleem.



Bedankt voor uw aandacht!

