

Nationale Wandelmonitor

2016



Inzicht in wandelend Nederland

Inhoudsopgave

Voorwoord	4
1. Wandelen in Nederland	5
Wandelen voor het plezier	5
Kenmerken wandeling	6
2. Goed voor economie & samenleving	7
Economische betekenis wandelen	7
Effect van wandelen op de gezondheid	9
3. Kenmerken wandelaars	11
Leeftijd en gezinssituatie	11
Sociale klasse	12
Leisure Leefstijlen	13
Leisure Leefstijlen en wandelen	14
4. Profiel en motivatie wandelaar	17
Typen wandelaars	17
Motivatie	18
5. Wandelvoorzieningen	19
Bekendheid met netwerken (LAW en knooppunten)	19
Gebruik 'hulpmiddelen' tijdens wandeling	20
Wandelclub of vereniging	21
Internetgebruik	21
6. Wandelomgeving	23
Wandelomgeving laatste wandeling	23
Vervoer naar startpunt	24
Wandelen naar provincie	25
Belangrijke aspecten route	26
Kenmerken wandelaars	26
7. Waardering en kwaliteit	27
Waardering wandeltocht	27
Wandelgebied en voorzieningen	28
Kwaliteit wandelproduct	28
8. Trends & ontwikkelingen	29
Vergrijzing	29
Meer naar buiten	30
Thematisch wandelen	30
Mobiele consument	30
Gezondheidsbewustzijn groeit	31
Samenvattende infographic	32

Voorwoord

Al ruim 35 jaar spant Stichting Wandelnet zich in om wandelen in Nederland de plaats geven die het verdient. Dat doen we voor de ruim 10 miljoen wandelaars in Nederland. Voor de wandelaars die graag een ommetje maken, maar ook voor de lange afstandswandelaars die samen circa 8,5 miljoen wandelingen van minstens 20 kilometer maken. We ontwikkelen en onderhouden wandelroutes, vergaren kennis over wandelen, maken die toegankelijk en we behartigen actief de belangen van wandelaars. Zo overtuigen we de overheid en andere betrokkenen ervan dat een goede infrastructuur voor wandelaars belangrijk is. We doen al dat werk met honderden vrijwilligers en een klein bureau. Wandelen is leuk, gezond en bijna iedereen doet het graag. Maar wandelen is niet altijd vanzelfsprekend in een klein en dichtbevolkt land als Nederland.

Wandelen is waardevol. Het verbindt de stad met de omgeving, maar legt ook verbindingen tussen alle streken van Nederland. Al wandelend geniet je van natuur en landschap; het maakt deze voor iedereen bereikbaar. Het brengt mensen samen in beweging, op een sociale en sportieve manier. Bovendien is wandelen een gezonde manier om je te verplaatsen: zowel voor lichaam als planeet. Daarom blijft Stichting Wandelnet zich in de toekomst inzetten voor wandelend Nederland. We zoeken hierin de verbinding met andere wandelorganisaties, zoals de Koninklijke Wandelbond Nederland (KWBN), met het NIVON, Te Voet, de ANWB en andere organisaties. Omdat we gezamenlijk meer effect kunnen hebben. Zodat iedereen al wandelend Nederland kan ontdekken.

De Nationale Wandelmonitor 2016 is onze derde wandelmonitor. Eerdere uitgaven verschenen in 2005 en 2010. Deze nieuwe editie bevat de nieuwste kerncijfers over wandelen in Nederland. Het omvat uitwerkingen van onderzoeksgegevens, trends en ontwikkelingen. Wist u bijvoorbeeld dat wandelen de meest ondernomen vrijetijdsbesteding in Nederland is? En dat de gemiddelde afstand per wandeling zeven kilometer is? Meer informatie vindt u op www.wandelnet.nl.

Ik hoop dat u de uitkomsten met plezier en belangstelling leest, om daarna met even veel plezier weer een stuk te gaan wandelen.

Arie de Jong
Voorzitter Stichting Wandelnet

10,5 miljoen Nederlanders (63%) wandelen voor het plezier. Dat is **2 van de 3 Nederlanders**

Top 3 vrijetijdsactiviteiten:

- (1) wandelen 441 mln,
- (2) winkelen in de binnenstad 202 mln en
- (3) uit eten gaan 194 mln



7 kilometer
is de gemiddelde
afgelegde afstand
per wandeling

1. Wandelen in Nederland

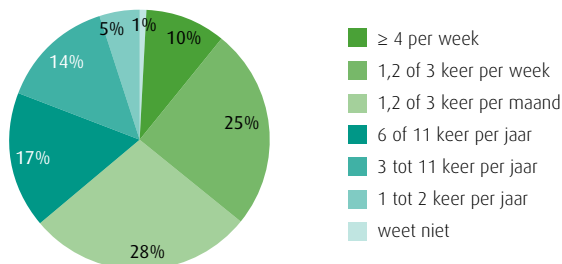
Wandelen is niet hetzelfde als lopen. Lopen doe je om van A naar B te komen, wandelen doe je voor je plezier. Uiteraard is het in werkelijkheid niet zo zwart-wit; je kunt er ook voor kiezen om voor je plezier wandelend van A naar B te gaan. Deze uitgave richt zich op wandelen voor het plezier, oftewel: recreatief wandelen.

Wandelen is de meest uitgevoerde vrijetijdsactiviteit in ons land. Nederlanders maken jaarlijks maar liefst een half miljard wandelingen! Ongeveer twee van de drie Nederlanders wandelen weleens voor het plezier.

Wandelen voor het plezier

- 10,5 miljoen Nederlanders maken weleens een wandeling voor het plezier van een uur of langer, dit is 63% van alle Nederlanders.
- Daarnaast doet 14% van de Nederlanders aan wandelsport, dit zijn 2,3 miljoen personen.
- Nederlanders gaan jaarlijks bijna 441 miljoen keer wandelen voor het plezier. Wandelen is de meest uitgevoerde vrijetijdsactiviteit. Daarnaast ondernemen Nederlanders jaarlijks 60 miljoen wandelsportactiviteiten van een uur of langer.
- Wandelsport valt als activiteit in de categorie sport, terwijl 'wandelen voor het plezier' een buitenrecreatieve activiteit is.
- 3,6 miljoen Nederlanders (35% van de wandelaars) wandelen minstens één keer per week.

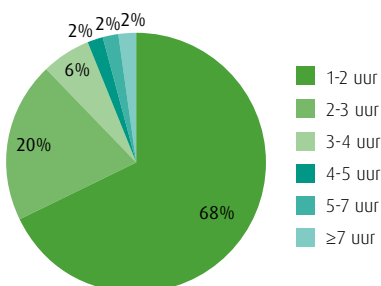
Aantal keer dat men gaat wandelen



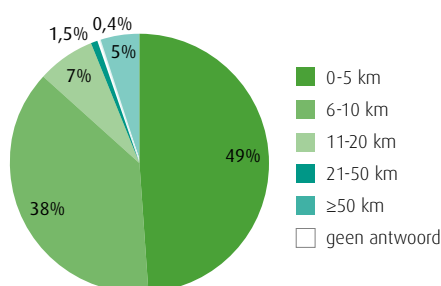
- Na uit eten gaan (83%) zijn wandelen en funshoppen de populairste vrijetijdsactiviteiten. Bijna twee derde (63%) van de Nederlanders gaat wel eens wandelen.
- Qua participatie aan sportieve activiteiten staat wandelen (63%) bovenaan. Ook fietsen (49%) en zwemmen in een binnenbad (41%) wordt door een relatief groot deel van de bevolking weleens gedaan.

Kenmerken wandeling

Hoe lang is men onderweg



Aantal kilometers wandeling



- Het grootste deel (68%) van de wandelingen duurt 1-2 uur. Bij 6% van de wandelingen is men langer dan een halve dag op pad.
- Gemiddeld legt men 7 kilometer af per activiteit.
- Tijdens 49% van de wandelingen (215 miljoen activiteiten) legt de wandelaar maximaal 5 kilometer af.
- Tijdens circa 8,5 miljoen wandelingen wordt meer dan 20 kilometer gelopen.
- 37% van de Nederlanders maakt (ook) korte wandelingen van een half uur tot een uur.
- Zondag (24% van de activiteiten), zaterdag (16%) en woensdag (13%) zijn de populairste wandeldagen.

Bronnen

NBTC-NIPO, Rapportage Jaarmeting CVTO 2015 – Wandelnet – Totaal personen, 2016

NBTC-NIPO, Tabellen CVTO 2015 – Wandelnet respondentenlevel, 2016.

NBTC-NIPO, CVTO, Tabellenboek – Activiteiten, 2016.

Totale uitgaven aan wandelen **1,7 miljard euro**



Wandelen draagt bij aan de **lichamelijke en geestelijke gezondheid**

2. Goed voor economie & samenleving

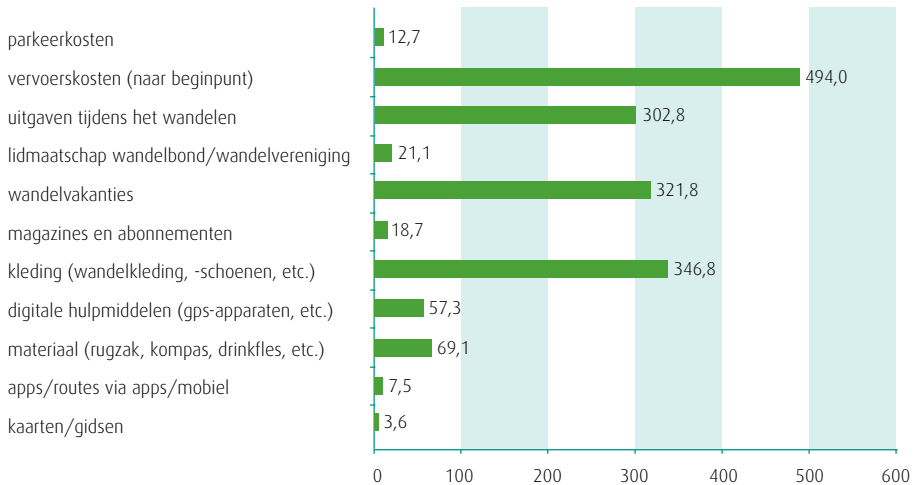
Wandelen is goed voor lichaam en geest, maar ook voor de Nederlandse economie. De uitgaven per wandeling zijn bescheiden (1,95 euro per activiteit). Door het grote aantal wandelingen dat Nederlanders maken, wordt er jaarlijks in totaal wel circa 1,7 miljard euro uitgegeven aan wandelen.

Neem je gezondheidsaspecten mee, dan is het totale effect op de economie nog groter dan dit bedrag. Wandelaars geven namelijk niet alleen geld uit, maar besparen ook op bijvoorbeeld zorg- of verzuimkosten.

Economische betekenis wandelen

- Nederlanders die wandelen geven jaarlijks in totaal bijna 1,7 miljard euro uit aan wandelen.
- Het grootste deel hiervan wordt uitgegeven aan vervoer naar het startpunt van de wandeling (494 miljoen euro), wandelkleding (347 miljoen euro) en wandelvakanties (322 miljoen euro).

Totale uitgaven Nederlandse wandelaar naar categorie (x mln euro)



- Gemiddeld geeft een wandelaar jaarlijks 85,20 euro uit ten behoeve van wandelactiviteiten. Dit is exclusief de uitgaven aan de wandelactiviteit zelf.
- Per wandelactiviteit vanaf het huisadres wordt gemiddeld 1,95 euro uitgegeven; 69 cent aan uitgaven tijdens de wandeling, 1,12 euro aan vervoerskosten en 14 cent aan parkeerkosten.

Gemiddelde uitgaven tijdens het wandelen vanaf het huisadres (> 1uur)

	per activiteit	Totaal (x mln euro)
Toegangsprijzen, deelnamekosten wandelevenementen e.d.	0,07	29,3
Consumpties	0,40	178,3
Uitgaven in winkels	0,14	63,3
Overige kosten tijdens de wandeling	0,07	32,2
Uitgaven tijdens het wandelen* (subtotaal)	0,69	302,8
Vervoerskosten	1,12	494,0
Parkeerkosten	0,14	12,7
Totale uitgaven aan de wandelactiviteit	1,95	809,5

Effecten van wandelen op de gezondheid

Elke dag minstens een half uur lopen levert allerlei gezondheidsvoordelen op. Wandelen is goed:

voor spieren en botten

Wandelen versterkt de spieren en botten en vermindert daardoor de kans op botontkalking. Wandelen is ook goed voor het kraakbeen; het elastische weefsel tussen de botten.

voor hart en bloedvaten

Dagelijks minstens een half uur wandelen verlaagt de bloeddruk en het cholesterolgehalte en verbetert de conditie van hart en bloedvaten. Het risico op hartproblemen daalt al met 50% als mensen één uur per week actief zijn.

voor de longen

Wie veel wandelt, vergroot het vermogen van de longen om zuurstof op te nemen.

tegen diabetes

Dagelijks wandelen verlaagt het risico op diabetes type 2 met maar liefst 58 procent.

voor de hersenen

Bij mensen die hun hele leven lichamelijk (en geestelijk) actief blijven, vermindert de kans op Alzheimer met 20 tot 50 procent. Ook voor wie al dementeeert, is wandelen gezond.

Wandelaars zijn opgewekter en hun geheugen functioneert beter.

tegen depressie

Wandelen werkt tegen stress en depressieve gevoelens. Angststoornissen nemen met bijna de helft af.

voor de nachtrust

Wandelen is goed voor de biologische klok, waardoor in- en doorslapen beter lukken. Ook de kwaliteit van de slaap verbetert.

tegen overgewicht

Een uur stevig doorlopen (5 kilometer per uur) kost ongeveer 240 kilocalorieën. Wie dagelijks een half uur wandelt, kan dus flink afvallen: één kilo in twee maanden en zes kilo in een jaar.

voor de darmen

Dagelijks wandelen stimuleert de stofwisseling en is goed tegen darmverstoppingen.

tegen (bepaalde soorten) kanker

Veel wandelen verkleint de kans op bijvoorbeeld darm-, borst- en baarmoederkanker. De overlevingskansen van mensen met darmkanker verdubbelen als ze elke dag een uur of meer wandelen.

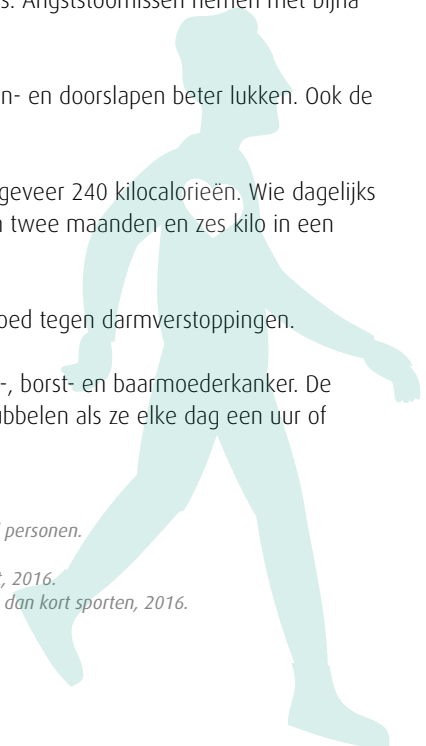
Bronnen:

NBTC-NIPO, Rapportage Jaarmeting CVTO 2015 – Wandelnet – Totaal personen.

NBTC-NIPO, CVTO, Tabellenboek – Activiteiten, 2016.

NBTC-NIPO, Tabellen CVTO Jaarmeting 2015, Vragen voor Wandelnet, 2016.

Gezondheidsnet, Daarom is wandelen zo gezond, Liever lang lopen dan kort sporten, 2016.

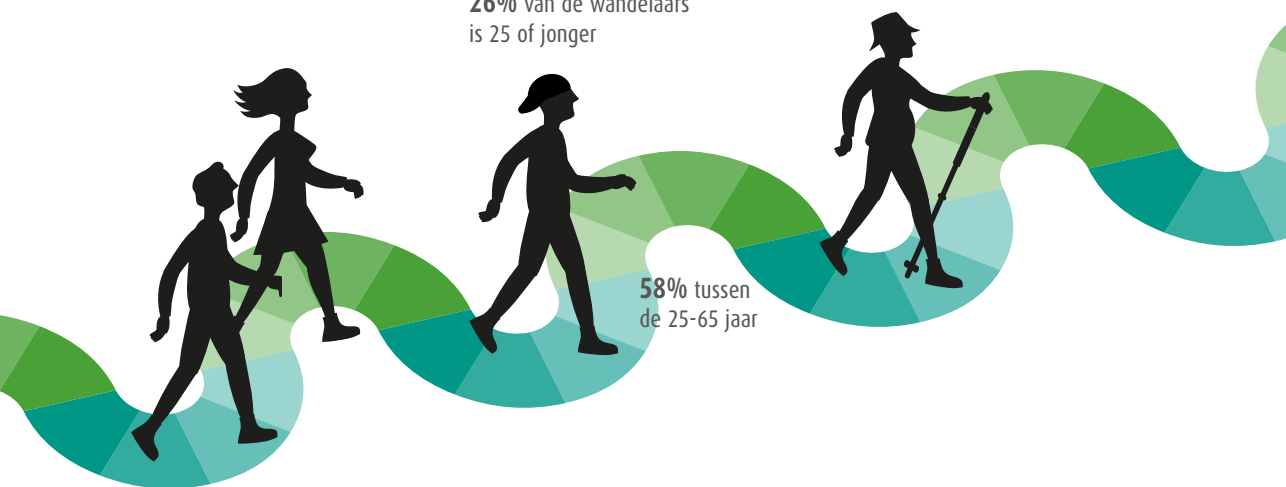




46% van de wandelingen wordt met zijn tweeën ondernomen

16% 65 jaar of ouder

26% van de wandelaars is 25 of jonger



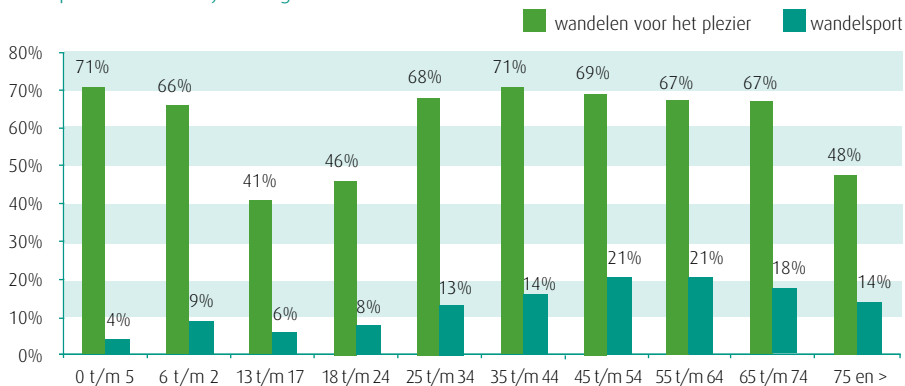
3. Kenmerken wandelaars

Iedereen wandelt weleens. Bijvoorbeeld naar de supermarkt of het werk. Een groot deel (63%) van de Nederlanders wandelt daarnaast ook puur voor het plezier. Jonge kinderen worden door hun ouders of grootouders meegenomen om te wandelen. Maar ook 75-plussers gaan graag wandelen. Bijna de helft van Nederlanders van 75 jaar of ouder maakt nog wandelingen van een uur of langer. Je kunt onderweg allerlei soorten mensen tegenkomen: je slager, maar ook de buren, je directeur of het kassameisje. Want wandelen is voor iedereen.

Leeftijd en gezinssituatie

- Wandelen is een populaire activiteit voor Nederlanders van alle leeftijden: 63% van de Nederlanders wandelt weleens voor het plezier.
- Van de jongeren tussen de 13-17 en 18-24 jaar geeft een relatief klein deel (respectievelijk 41% en 46%) aan wel eens voor het plezier te wandelen.
- Van de Nederlanders van 75 jaar of ouder wandelt 48% voor het plezier. Dit is minder dan gemiddeld. Waarschijnlijk komt dit doordat 39% van de 75-plussers in meer of mindere mate last heeft van een lichamelijke beperking.
- Wandelsport is met name populair onder Nederlanders tussen de 45-74 jaar oud. Eén op de vijf Nederlanders in deze leeftijdscategorie is op een sportieve manier met wandelen bezig.

Participatie naar leeftijdscategorie

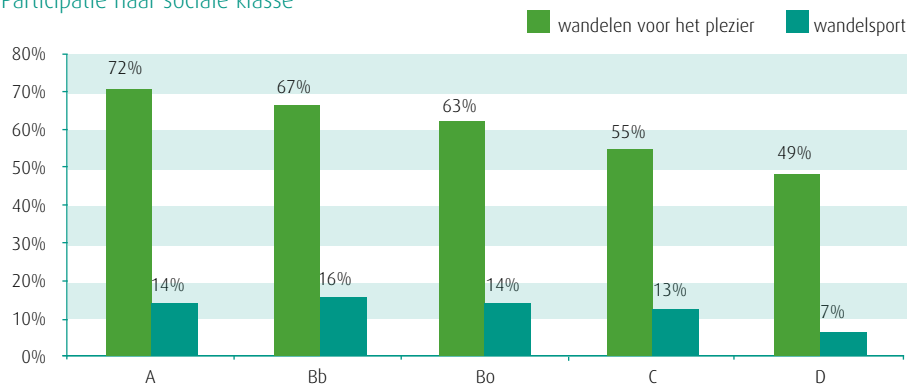


- 52% van alle wandelingen wordt ondernomen door personen van 45 tot 74 jaar.
- Wandelaars gaan gemiddeld met 2,2 personen op stap. Een derde van de wandelaars wandelt alleen en 46% gaat met zijn tweeën op pad.
- 20% van de wandelingen wordt ondernomen door alleenstaanden, 49% door personen die onderdeel uitmaken van een volwassen huishouden en 31% door personen die tot een gezin met kinderen behoren.

Sociale klasse

- Hoe hoger de sociale klasse, hoe groter het deel van de bevolking is dat wandelt.
- 60% van de Nederlanders die voor het plezier wandelen komt uit de hoogste sociale klassen (A en Bb). Deze groep is goed voor ongeveer de helft van de wandelingen.

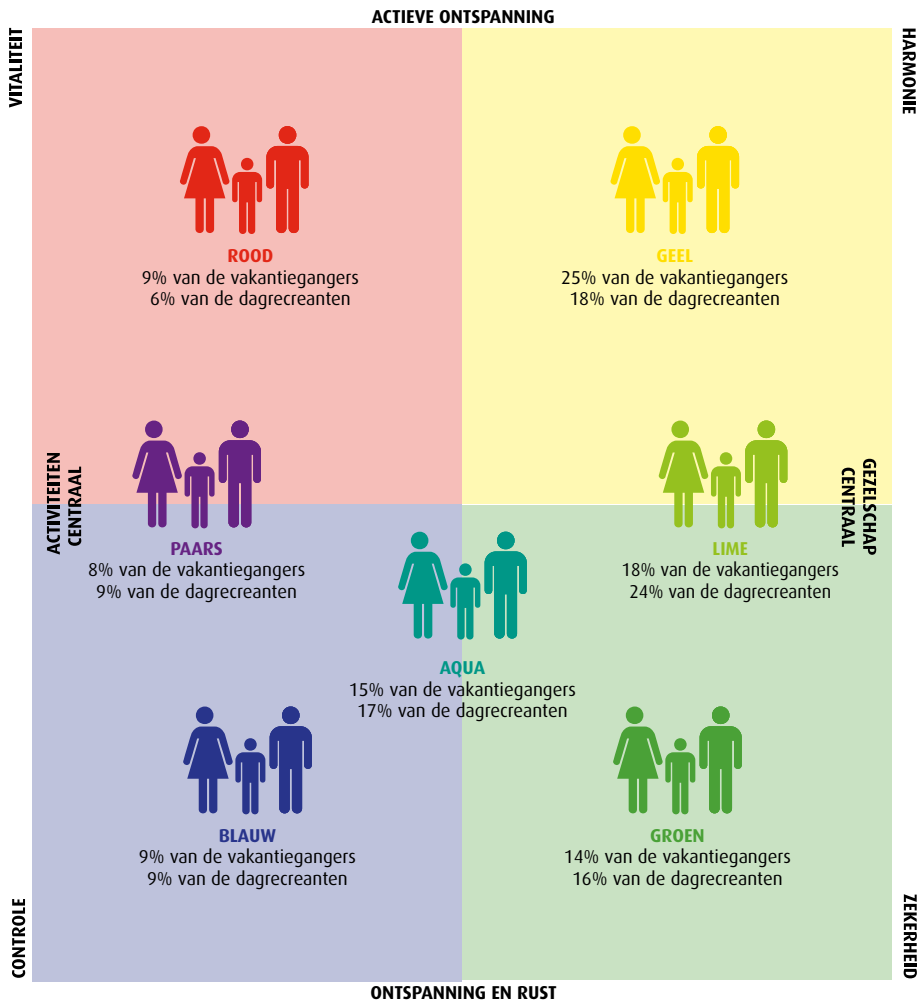
Participatie naar sociale klasse*



* De sociale klasse van iemand is afhankelijk van het opleidingsniveau en het (laatst uitgeoefende) beroep van de hoofdkostwinner.

Leisure Leefstijlen

Consumenten worden in de vrijetijdssector vaak ingedeeld op basis van Leisure Leefstijlen, oftewel vrijetijdsgedrag. Op basis van wat iemand zoekt tijdens de vakantie en vrijetijd - actieve ontspanning of juist ontspanning en rust - en op basis van wat men in de vakantie het belangrijkste vindt - het gezelschap of juist de activiteit -, worden de consumenten ingedeeld in zeven groepen. Elke groep krijgt in deze indeling een kleur. Elke kleur staat voor een type consument. De Leisure Leefstijlen zeggen ook iets over iemands wandelgedrag!










SmartAgent, Leefstijlatlas dagrecreatie 2011 en NBTC-NIPO, Continu Vakantieonderzoek (CVO), 2014/2015.

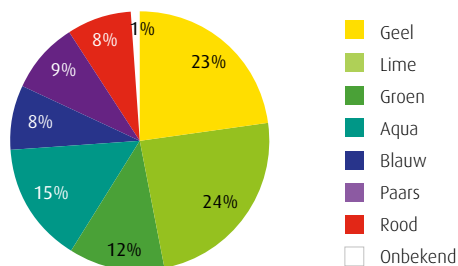
Leisure Leefstijlen en wandelen

In iedere Leisure Leefstijlgroep zijn wandelaars te vinden. Wel verschillen voor de meeste leefstijlen de motieven om te gaan wandelen of het soort routes dat men interessant vindt.

Overzicht Leisure Leefstijlen en wandelgedrag

	Leefstijl	Wandelgedrag
 Gezellig Lime	Gezellig Lime consumenten willen lekker vrij zijn en zoeken rust en ontspanning. Ze zijn gericht op het eigen gezin en de directe leefomgeving.	De Lime consumenten maken Jaarlijks circa 104 miljoen wandelingen. De Lime wandelaars maken per persoon meer wandelingen dan de gemiddelde Nederlander..
 Uitbundig Geel	Uitbundig Gele consumenten willen genieten van het leven en lekker actief en sportief bezig zijn. Een beetje afwisseling en avontuur is gewenst.	De Gele consumenten maken jaarlijks circa 100 miljoen wandelingen. Gele wandelaars wandelen ongeveer even veel als de gemiddelde Nederlander.
 Rustig Groen	De Rustig Groene consumenten zijn rustige recreanten. Ze houden van privacy en rust. In de eigen omgeving is genoeg te zien en te ontdekken.	De Groene consumenten maken jaarlijks circa 54 miljoen wandelingen. Consumenten met een Groene leefstijl wandelen ongeveer even veel als de gemiddelde Nederlander.
 Ingetogen Aqua	Ingetogen Aqua recreanten zijn rustige en geïnteresseerde mensen. Ze waarderen sportieve en culturele recreatiemogelijkheden. Lekker buiten in de natuur zijn is belangrijk voor ze.	De Aqua consumenten maken jaarlijks circa 68 miljoen wandelingen. Een relatief groot deel van de Ingetogen Aqua consumenten wandelt wel eens voor het plezier.
 Comfortabel en Luxe Blauw	De Comfortabel en Luxe Blauwe recreanten, willen ontspannen en afstand nemen van de dynamiek van alledag. Ze houden van actief sporten en luxere vormen van recreatie.	De Blauwe consumenten maken jaarlijks 36 miljoen wandelingen. Wandelen voor het plezier is iets minder populair dan gemiddeld onder deze doelgroep.
 Sportief en Avontuurlijk Paars	Ondernemend Paarse consumenten laten zich graag verrassen en inspireren. Ze zijn op zoek naar bijzondere ervaringen, maar ook naar rust en ontspanning.	De Paarse consumenten maken jaarlijks 39 miljoen wandelingen. Degenen die voor het plezier wandelen, doen dit minder vaak dan de gemiddelde Nederlander..
 Cultureel en Inspirerend Rood	Cultureel en Inspirerend Rode consumenten zijn op zoek naar uitdagingen en inspirerende nieuwe ervaringen. Ze zijn graag lekker actief bezig en een activiteit moet niet saai zijn.	De Rode consumenten maken jaarlijks circa 35 miljoen wandelingen.. Degenen die voor het plezier wandelen, doen dit minder vaak dan de gemiddelde Nederlander.

Verdeling aantal wandelingen naar leefstijl



- De meeste wandelingen (104 mln) worden ondernomen door Lime consumenten. Voor deze groep is het gezelschap belangrijk. Zij zullen relatief vaak kiezen voor een gezellige wandeling met het eigen gezin in de eigen omgeving.
- Uitbundig Geel staat qua aantal wandelactiviteiten (100 mln) op de tweede plaats. Zij zijn graag actief bezig en houden van afwisseling.
- Aqua consumenten gaan jaarlijks in totaal 68 miljoen keer wandelen. De activiteit is bovengemiddeld populair bij deze groep. Ze zoeken graag rust op in de natuur en zijn ook zeer geïnteresseerd in de eigen omgeving waar zij recreëren.

Bronnen:

NBTC-NIPO, Continu Vakantieonderzoek (CVO), 2014/2015.

NBTC-NIPO, Continu Vrijtijdsonderzoek, Tabellenboek bij algemeen rapport CVTO, 2016.

Provincie Drenthe, Vrijtijdseconomie, Feiten en Cijfers 2016.

SmartAgent, Leefstijlatlas dagrecreatie 2011.

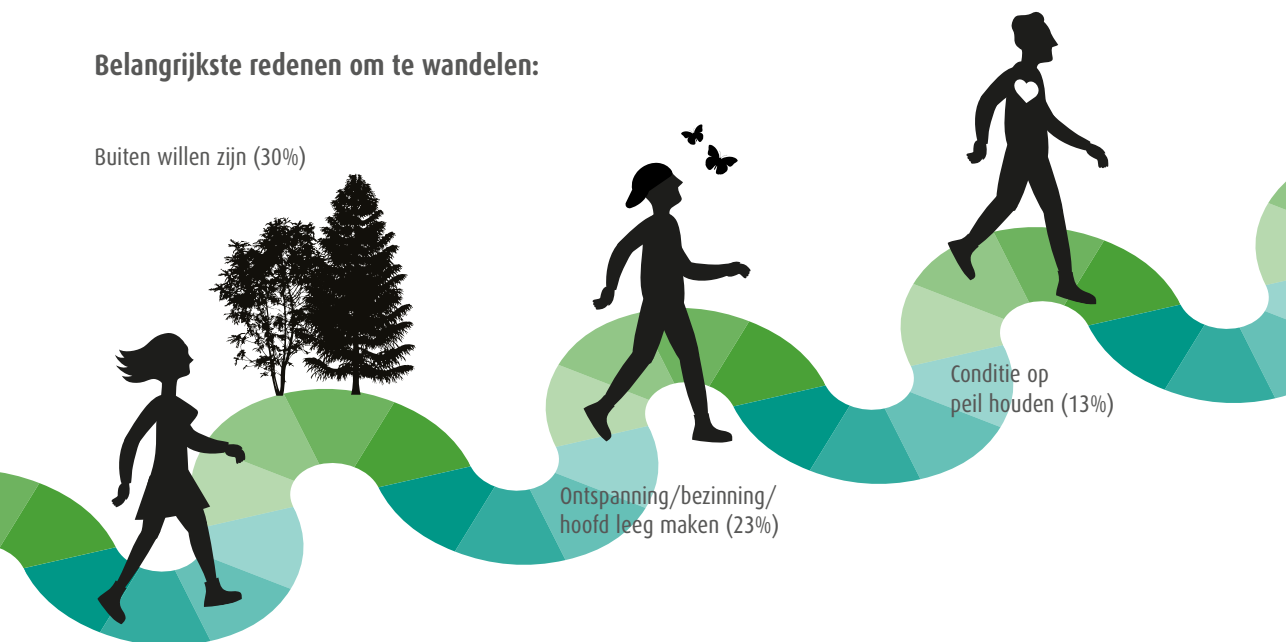
NBTC-NIPO, Rapportage Jaarmeting CVTO 2015 – Wandelnet – Totaal personen, 2016

NBTC-NIPO, CVTO, Tabellenboek – Activiteiten, 2016.



Belangrijkste redenen om te wandelen:

Buiten willen zijn (30%)



4. Profiel en motivatie wandelaar

Mensen hebben diverse redenen om te gaan wandelen. De meest genoemde redenen hebben te maken met 'buiten zijn', 'ontspannen' en het 'op peil houden van de conditie'.

Voor de ene wandelaar is een wandeling vooral iets wat je samen met anderen voor de gezelligheid doet, andere wandelaars gaan juist het liefst alleen op pad. Er zijn ook wandelaars die hele specifieke doelen hebben, zoals het volgen van een volledige LAW-route, het uitlopen van de Nijmeegse Vierdaagse of het maken van een voettocht naar Santiago de Compostela. Op basis van de motieven van de wandelaar en het doel van de wandeling worden een aantal typen wandelaars onderscheiden.

Typen wandelaars

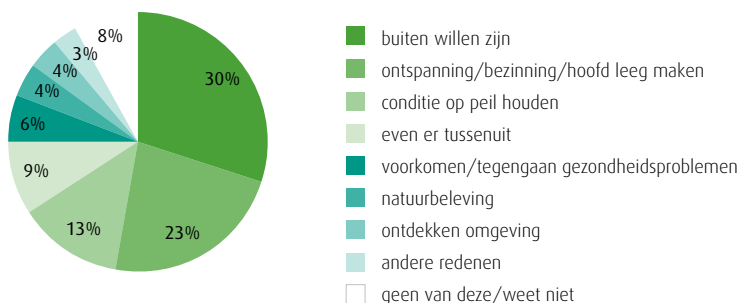
- **Wandeltoerist:** wandelt voor de gezelligheid, bijvoorbeeld tijdens een weekendje weg. Ze willende omgeving verkennen of genieten van de natuur. De wandelaar gaat gezellig samen op stap en zoekt gemak, horeca en beleving.
- **Stadswandelaar:** liefhebber van cultuur en architectuur. Combineert het wandelen graag met winkelen, musea en geschiedenis.
- **Gezinswandelaar:** wandelt met kinderen. Vaak korte wandelingen met een attractief karakter. Attracties zoals uitkijktorens of speeltuinen en activiteiten zoals geocachen, boshutten bouwen of door het zand banjeren zijn pluspunten voor wandelingen met kinderen.

- **Zondagmiddag wandelaar/dagwandelaar:** wandelt adhoc, bijvoorbeeld omdat het mooi weer is. Deze wandelaar heeft de voorkeur voor kortere afstanden en loopt het liefst over een gemarkeerde of kant en klare route. Zij wandelen graag in de natuur.
- **Solist:** stippelt het liefst zijn eigen route uit, zonder gestoord te worden door andere wandelaars. Zoekt vrijheid, rust en ruimte om hoofd leeg te maken.
- **Recreatieve route wandelaar:** gaat vaak voorbereid op pad en wandelt routes met kaart, gids of app. Wandelt voor ontspanning en/of natuurbeleving.
- **Prestatiewandelaar:** is meer een wandelsporter, hij zoekt uitdaging en wil zich meten. Hij loopt graag langere afstanden, traint voor evenementen en houdt bijvoorbeeld het aantal afgelegde kilometers bij. Verharde wegen vindt hij geen probleem.
- **Evenementeloper:** meer een sociale loper die houdt van gezelligheid en een sportieve uitdaging. Wandelt bij gelegenheid of kiest evenementen vanuit traditie.
- **Gezondheidswandelaar:** wandelt voor gezondheid/vitaliteit/preventie. Loopt vaak kortere afstanden en vaak vanuit huis. Is gericht op calorieverbruik en gezondheidswinst.
- **Pelgrim:** zoekt zingeving, verdieping en rust (sabbatical), trekt er ook rustig voor langere tochten op uit (zoals naar Santiago de Compostela).

Motivatie

- Buiten willen zijn (30%), ontspanning/bezinning/hoofd leeg maken (23%) en het op peil houden van de conditie (13%) zijn de belangrijkste redenen om te gaan/blijven wandelen.
- Wandelaars van 35 tot 54 jaar zijn vaker dan gemiddeld op zoek naar ontspanning of bezinning/het hoofd leeg maken.
- Vanaf 55 jaar worden de motieven die te maken hebben met gezondheid (conditie op peil houden/voorkomen of tegengaan van gezondheidsproblemen) steeds belangrijker.

Belangrijkste reden om te wandelen



Bronnen:

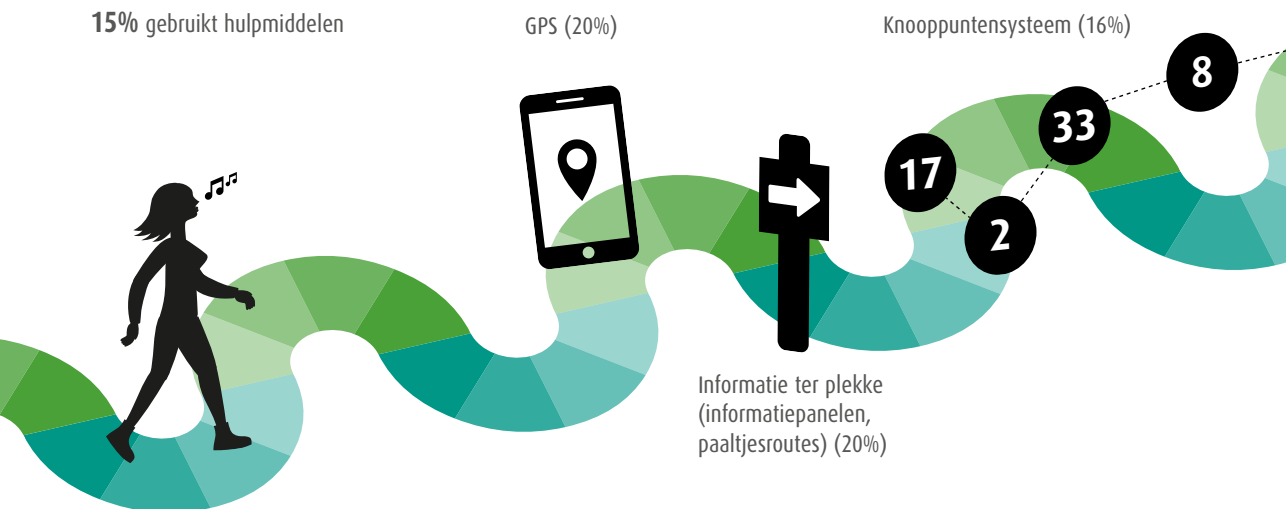
Typen wandelaars zijn gebaseerd op de profielen uit een lezersonderzoek in Magazine Wandel.nl (2011) en een brainstorm van KWBN en Wandelnet.

NBTC-NIPO, Tabellen CVTO 2015 – Wandelnet, 2016

85% van de wandelingen wordt 'op de bonnefooi' ondernomen

15% gebruikt hulpmiddelen

Meest gebruikte hulpmiddelen tijdens de wandeling:



5. Wandelvoorzieningen

Tijdens de meeste wandelingen vinden wandelaars zelf hun weg. Ze wandelen op de bonnefooi of zijn bekend in de omgeving.

De wandelaars die speciaal naar een bepaald gebied gaan om te wandelen maken vaker gebruik van routes of wandelnetwerken dan degenen die vanuit huis een rondje gaan wandelen. Degenen die onderweg gebruik maken van hulpmiddelen gebruiken meestal GPS of markeringen op de route.

Bekendheid met netwerken (LAW en knooppunten)

- Circa één op de vijf Nederlanders van 16 jaar en ouder kent de LAW's of Streekpaden (19%) of de regionale wandelnetwerken (21%).
- De LAW's, Streekpaden en regionale wandelnetwerken zijn minder bekend dan gemiddeld bij Nederlanders onder de 35 jaar en bij Nederlanders boven de 75 jaar.



LAW



LAW/Streekpaden

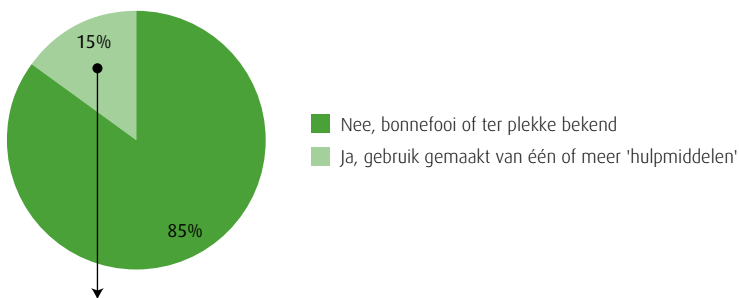


Voorbeeld wandelnet markering

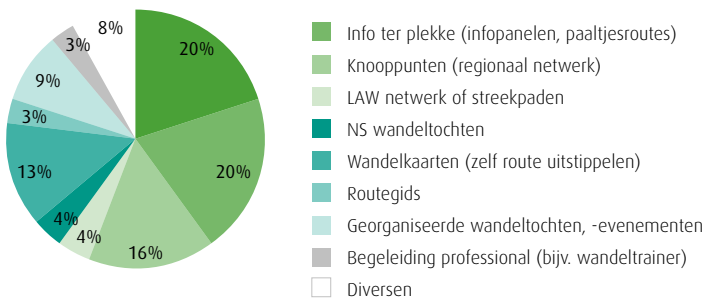
Gebruik 'hulpmiddelen' tijdens wandeling

- 85% van de wandelaars wandelde tijdens hun laatste wandeling op de bonnefooi en/of in een gebied waar men al bekend is en gebruikte tijdens het wandelen geen 'hulpmiddelen'.
- Tijdens de rest van de wandelingen (15%) wordt gebruik gemaakt van één of meer hulpmiddelen. Meest gebruikt zijn: GPS, informatie ter plekke (zoals informatiepanelen en paaltjesroutes) en de regionale knooppuntnetwerken.
- Het gebruik van hulpmiddelen neemt toe naarmate men verder wandelt. Degenen die 11-20 kilometer lopen, gebruiken tijdens 37% van de wandelingen één of meer hulpmiddelen. De wandelaars die een wandeling van maximaal 5 kilometer maken, lopen meestal op de bonnefooi en/of in een bekend gebied.
- Degenen die met bijvoorbeeld de auto, de fiets of het OV naar het startpunt van een route gaan, maken vaker gebruik van routes, knooppunten of GPS dan degenen die gelijk vanuit huis gaan wandelen.

Hulpmiddel gebruikt tijdens wandeling (ja/nee)



Gebruikte 'hulpmiddelen' (15% van de wandelingen)



- GPS wordt vaker dan gemiddeld gebruikt door wandelaars tussen de 18 en 44 jaar en door wandelaars uit de hoogste sociale klassen (A en Bb).
- Wandelaars tussen de 25 en 54 jaar maken relatief vaak gebruik van de informatie ter plekke, zoals informatiepanelen en paaltjesroutes.
- De regionale netwerken worden vaker dan gemiddeld gebruikt door 55- tot 74-jarigen.
- Kinderen van 6-12 jaar wandelen relatief vaak tijdens een wandeltocht- of wandelevenement. Waarschijnlijk heeft dit te maken met de avondvierdaagse.

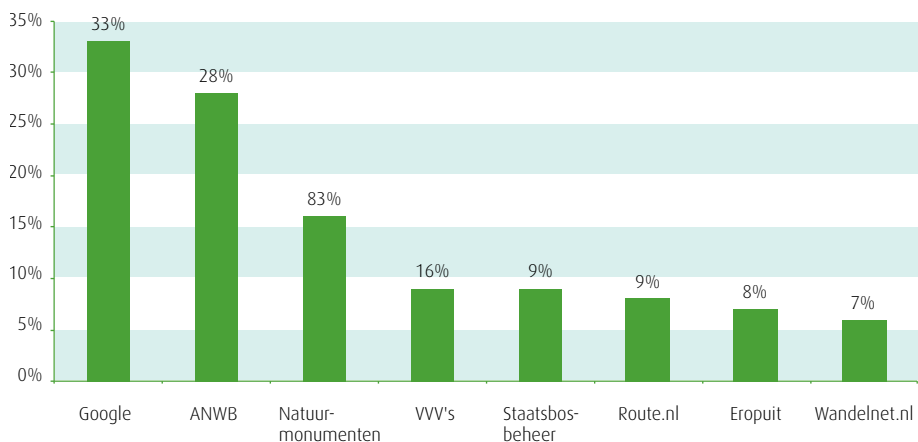
Wandelclub of vereniging

- Circa 5% van de wandelaars (327.000 wandelaars) wandelt met een vast loopgroepje. Slechts een klein deel van de wandelaars is lid van (KWBN) een wandelvereniging.
- Wandelaars tussen de 55-64 jaar oud hebben relatief vaak een vast loopgroepje waar ze mee op pad gaan.

Internetgebruik

- Ongeveer 66% van de Nederlandse wandelaars gebruikt wel eens het internet om naar wandelroutes te zoeken.
- Eén derde van de wandelaars zoekt vooraf routes via Google en gaat dus niet direct naar een op wandelen gerichte pagina.
- Wandelnet.nl wordt door 6% van de Nederlandse wandelaars gebruikt om routes te zoeken.
- Gezinnen met kinderen zoeken minder vaak dan de gemiddelde Nederlander op het internet naar wandelroutes.

Meest gebruikte websites om routes te zoeken



Bronnen:

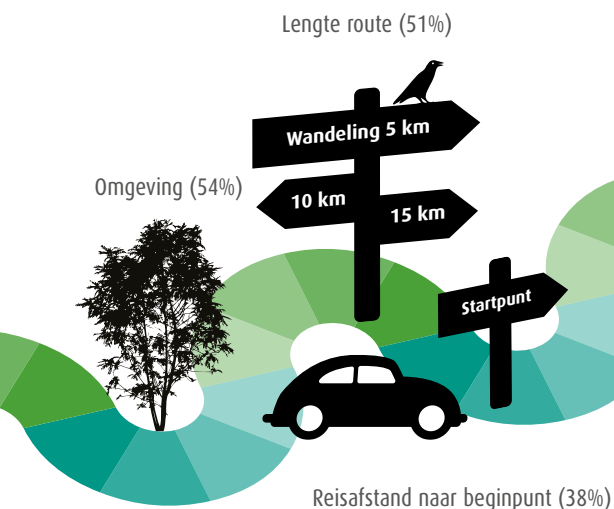
NBTC-NIPO, Tabellen CVTO 2015 – Wandelnet respondentenlevel – deel 2, 2016.

NBTC-NIPO, Tabellen CVTO 2015 – Wandelnet, 2016.

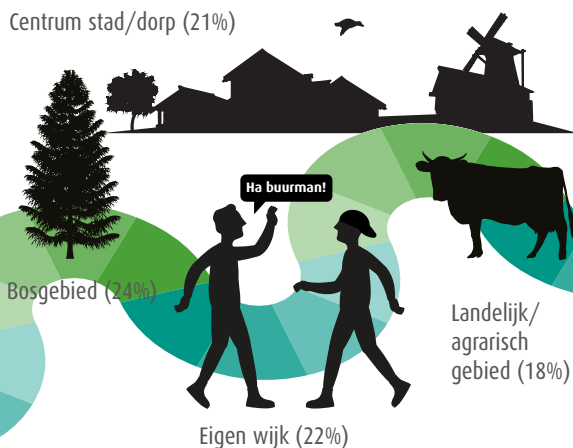
NBTC-NIPO, Tabellen CVTO Jaarmeting 2015, Vragen voor Wandelnet, 2016.



Belangrijkste aspecten bij keuze route:



Wandelopgeving laatste wandeling:



6. Wandelopgeving

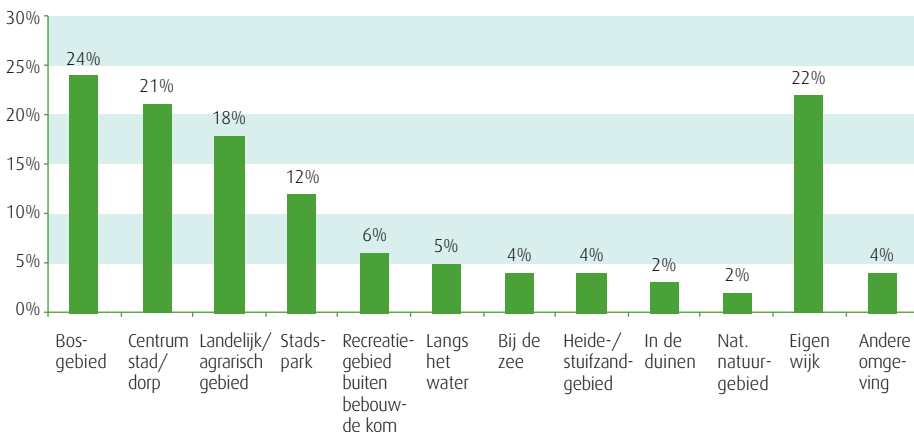
Nederlanders wandelen overal. De ene keer gaan we direct vanuit huis op pad en/of maken een wandeling in onze eigen wijk, de volgende keer pakken we de auto en gaan lekker in het bos wandelen. Of we nemen de trein en maken een mooie stadswandeling.

De omgeving, de lengte van de route en de reisafstand naar het beginpunt van een route zijn de belangrijkste aspecten bij de keuze van een route. Een goed wandelnetwerk, een aantrekkelijke omgeving of interessante routes zorgen ervoor dat de wandelaar bereid is wat verder te reizen voor een wandelactiviteit.

Wandelopgeving laatste wandeling

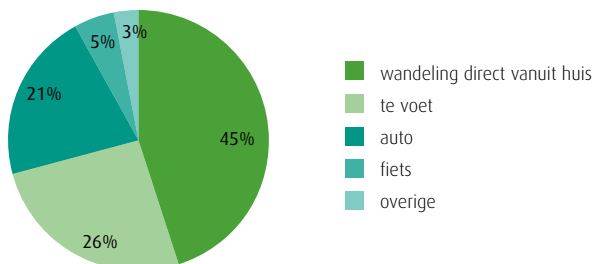
- Wandelaars zoeken graag het bos op om te gaan wandelen. Bijna een kwart (24%) van de wandelingen vindt in een bos plaats.
- Ruim een vijfde (22%) van de wandelingen vind in de eigen wijk plaats.
- Tijdens 21% van de wandelingen, liep men door het centrum van een stad of een dorp.
- Een landelijke/agrarische omgeving staat op de derde plaats: 18% van de wandelingen gaat over het platteland.

Wandelsongeving laatste wandeling



Vervoer naar startpunt

Vervoer naar startpunt route



- Voor het grootste deel van de wandelingen wordt geen ander vervoermiddel dan de eigen benen gebruikt; 45% start de wandeling direct vanuit huis, 26% gaat te voet naar het startpunt van een route.
- Tijdens circa 1 op de 5 wandelingen gaat men met de auto naar het startpunt van de wandeling.
- Wandelaars die met de auto naar het startpunt gaan, wandelen minder vaak dan gemiddeld 'op de bonnefooi'. Ze maken relatief vaak gebruik informatie ter plekke (paaltjesroutes of informatiepanelen), wandelkaarten of ze volgen hun route met behulp van GPS.
- Degenen die met de auto naar het startpunt van een route gaan, wandelen relatief vaak om de omgeving te verkennen, de natuur te beleven of te ontspannen. Wandelaars die direct vanuit huis wandelen willen relatief vaak buiten zijn of hun conditie op peil houden.

Wandelen naar provincie

	Wandelingen (abs)	Wandelingen (%)	Aantal inwoners (abs)	Aantal inwoners (%)	Wandelingen tov aantal inwoners
Groningen	15.163.000	3,5%	583.767	3,4%	0%
Friesland	21.004.000	4,8%	646.007	3,8%	+26%
Drenthe	15.214.000	3,5%	488.670	2,9%	+20%
Overijssel	32.432.000	7,4%	1.144.279	6,7%	+10%
Flevoland	11.201.000	2,6%	404.255	2,4%	+7%
Gelderland	53.492.000	12,2%	2.035.436	12,0%	+2%
Utrecht	28.136.000	6,4%	1.273.722	7,5%	-15%
Noord-Holland	65.300.000	14,9%	2.785.486	16,4%	-9%
Zuid-Holland	81.919.000	18,7%	3.621.519	21,3%	-13%
Zeeland	14.827.000	3,4%	381.270	2,2%	+50%
Noord-Brabant	62.053.000	14,1%	2.499.211	14,7%	-4%
Limburg	38.350.000	8,7%	1.116.427	6,6%	+33%
Nederland	439.091.000	100%	16.980.049	100%	

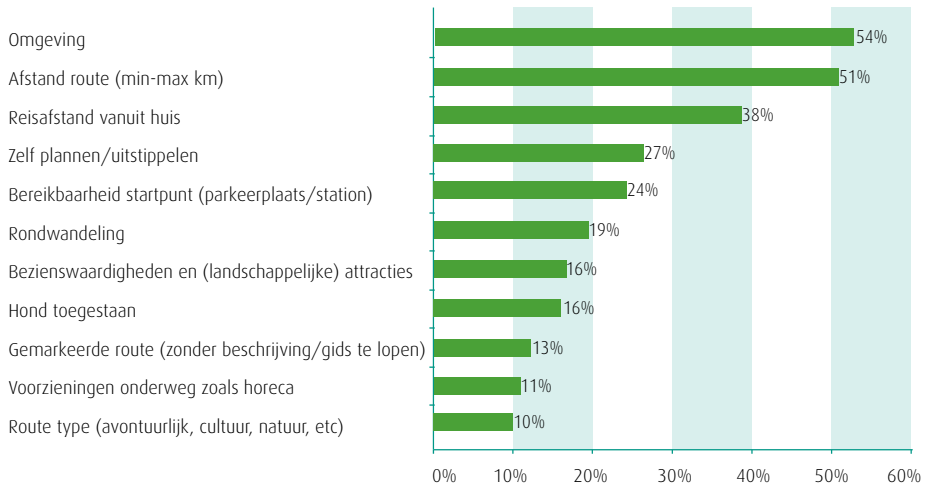
- Wandelaars wandelen meestal in de eigen gemeente (62%) of zelfs de eigen wijk (22%). In het algemeen geldt dan ook dat er veel wandelingen worden gemaakt in provincies met veel inwoners.
- In absolute zin vinden de meeste wandelingen plaats in Zuid-Holland (81,9 mln wandelingen), Noord-Holland (65,3 mln) en Noord-Brabant (62,1 mln).
- In verhouding tot het aantal inwoners wordt er in Zeeland (+50%), Limburg (+33%) en Friesland (+26%) relatief veel gewandeld.



Belangrijke aspecten route

- De omgeving (bos, duinen, natuurgebied, steden, etc.), de lengte van de route en de reisafstand naar het startpunt van de route zijn veruit de belangrijkste aspecten bij de keuze van een route.
- Ruim een kwart (27%) van de wandelaars vindt het belangrijk dat ze zelf een route kunnen plannen of uitstippelen, terwijl 13% juist graag een gemarkeerde route loopt die zonder een beschrijving of gids te lopen is.

Top 10 belangrijkste aspecten bij keuze voor een route



Kenmerken wandelaars

- Wandelaars onder de 55 jaar voelen zich vaker dan de 55-plussers aangesproken door thematische routes (avontuurlijk, cultuur, natuur, etc.).
- De groep wandelaars van 45 jaar en ouder hecht meer dan gemiddeld waarde aan de bereikbaarheid van het startpunt en de aanwezigheid van voorzieningen als horeca. Ook kiezen zij relatief vaak voor gemarkeerde routes.
- De 55-75 jaren houden meer dan gemiddeld van rondwandelingen.
- Voor 39% van de wandelaars die minstens 4 keer per week minimaal een uur wandelen, is het van belang dat het gebied toegankelijk is voor honden.

Bronnen:

CBS, Bevolkingsontwikkeling, regio, maand, 2016.

NBTC-NIPO, CVTO, Tabellenboek – Activiteiten, 2016.

NBTC-NIPO, Tabellen CVTO Jaarmeting 2015, Vragen voor Wandelnet, 2016.

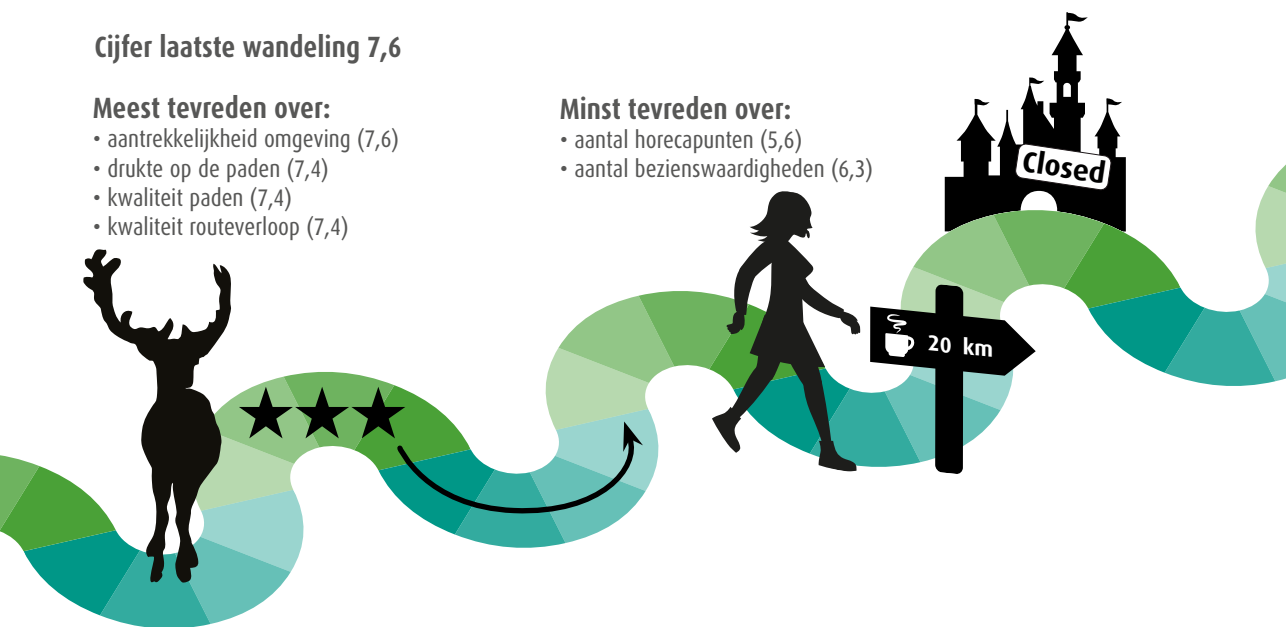
Cijfer laatste wandeling 7,6

Meest tevreden over:

- aantrekkelijkheid omgeving (7,6)
- drukte op de paden (7,4)
- kwaliteit paden (7,4)
- kwaliteit routeverloop (7,4)

Minst tevreden over:

- aantal horecapunten (5,6)
- aantal bezienswaardigheden (6,3)



7. Waardering en kwaliteit

Nederlanders waarderen hun laatste wandeling gemiddeld met een 7,6. Ze zijn het meest te spreken over de aantrekkelijkheid van de omgeving en het minst over het aantal horecapunten of bezienswaardigheden onderweg.

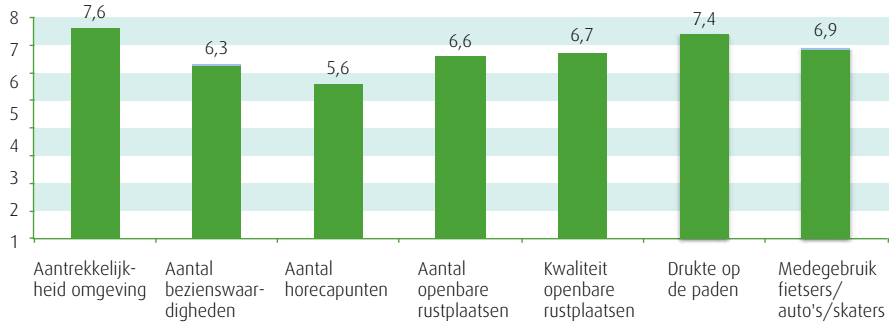
De tevredenheid over het aanbod van horeca en bezienswaardigheden is het laagst bij mensen die maximaal 5 kilometer lopen of in de eigen wijk wandelen. Logisch, want hoe verder je loopt, hoe groter de kans is om bijvoorbeeld langs een terras of een museum te komen. De wandelaars van 55 jaar en ouder zijn over het algemeen meer tevreden over de diverse aspecten van hun laatste wandeling dan jongere wandelaars. Mogelijk zijn jongere wandelaars kritischer, maar het zou ook kunnen dat het wandelproduct minder aansluit bij hun wensen.

Waardering wandeltocht

- Gemiddeld wordt de laatste wandeling met een 7,6 beoordeeld.
- De groep van 55 jaar en ouder is bovengemiddeld tevreden (7,9) over hun laatste wandeling.
- In het algemeen geldt dat degenen die in een natuurlijke omgeving of in agrarisch gebied/het platteland wandelden meer tevreden zijn dan degenen die in hun eigen wijk, in het centrum van een stad of een dorp of in een stadspark wandelden.

Wandelgebied en voorzieningen

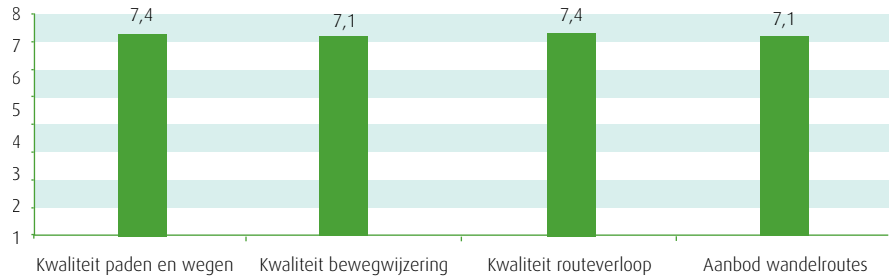
Tevredenheid wandelgebied en voorzieningen (rapportcijfer)



- Wandelaars zijn over het algemeen goed te spreken over de aantrekkelijkheid van de omgeving (7,6) en de drukte op de paden (7,4). Wandelaars van 55 jaar of ouder zijn meer tevreden dan gemiddeld.
- Het minst tevreden is men over aantal horecapunten onderweg (5,6). De groep van 65-74 jaar beoordeelt dit aspect gemiddeld zelfs met een onvoldoende (5,2).
- Degenen die in het landelijke/agrarische gebied wandelen, zijn minder tevreden dan gemiddeld over het aanbod van horeca en bezienswaardigheden.

Kwaliteit wandelproduct

Tevredenheid wandelproduct (rapportcijfer)



- De kwaliteit van de paden en wegen en die van het routeverloop worden gemiddeld met een 7,4 beoordeeld.
- De wandelaar van 55 jaar of ouder is gemiddeld meer tevreden over de verschillende aspecten van het wandelproduct.

Bronnen:
NBTC-NIPO, Tabellen CVTO 2015 Wandelnet 2015, 2016

meer mensen willen
buiten/in de natuur zijn

bewust bezig met **gezondheid**



8. Trends & ontwikkelingen

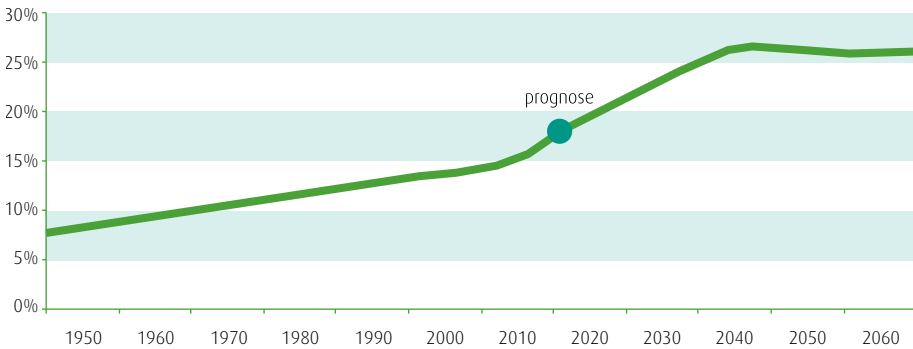
Wandelen is iets wat mensen altijd gedaan hebben en altijd zullen blijven doen. Maar uiteraard hebben trends en ontwikkelingen in de samenleving wel invloed op de wandelbehoefte en het aantal mensen dat wandelt.

De vergrijzing zorgt bijvoorbeeld voor meer oudere wandelaars. Mensen blijven tot op hoge leeftijd wandelen, maar hebben mogelijk wel wat vaker behoefte aan rustplaatsen onderweg. De technologische ontwikkelingen zorgen ervoor dat wandelaars onderweg meer gebruik maken van digitale hulpmiddelen. En als tegenreactie op het drukke dagelijkse leven dat zich grotendeels binnen afspeelt, hebben mensen behoefte aan buiten zijn, beweging en rust.

Vergrijzing

- Vergrijzing is een van de belangrijkste trends waar we de komende jaren mee te maken krijgen.
- Het aantal 65-plussers neemt al sinds de jaren vijftig toe, maar rond 2010 zet een veel sterkere stijging in. Omstreeks 2037 zal het aandeel 65-plussers naar verwachting stabiliseren op circa 26% van de bevolking.
- Wandelen is een activiteit die Nederlanders nog tot op hoge leeftijd ondernemen.

Aandeel 65-plussers op de Nederlandse bevolking - vanaf 2016 prognose



Meer naar buiten

- Nederlanders zijn graag buiten, maar komen vaak minder buiten dan ze eigenlijk zouden willen. Ongeveer tweederde van de Nederlanders wil graag meer buiten zijn.
- Wandelen is een van de meest eenvoudige en toegankelijke manieren om in deze behoefte aan 'buiten zijn' te voorzien.
- Ruim de helft (51%) van de Nederlanders ziet zichzelf als buitenmens.
- De Nederlander associeert buitenmensen met vrijetijdsactiviteiten als wandelen, fietsen en kamperen, met 'groene' gebieden, met gezondheid en met positieve gevoelens zoals vrijheid, genieten en rust.

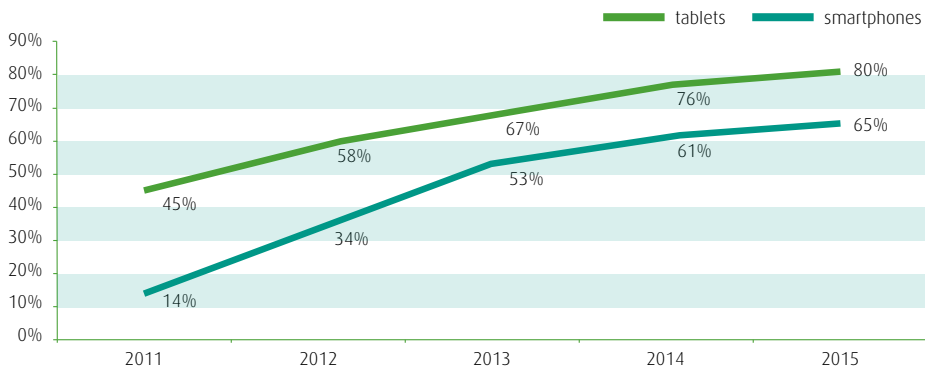
Thematisch wandelen

- De belangstelling voor vakanties rondom een bepaald thema (zoals cultuur, wandelen, fietsen en culinair) is groot.
- Circa 1,4 miljoen Nederlanders gaven in 2015 aan in de komende drie jaar een wandelvakantie te willen ondernemen.
- Ook binnen het wandelsegment zijn thema's populair, vooral meerdaagse themaroutes. Denk bijvoorbeeld aan routes met aandacht voor de kenmerken van een streek of een historisch figuur.

Mobiele consument

- Vier van de vijf (80%) Nederlanders bezitten eind 2015 een smartphone en 65% heeft een tablet.
- Het smartphonebezit is lager onder de Nederlanders van 65 jaar of ouder. Toch heeft van deze leeftijdsgroep 55% een smartphone.

Bezit tablets en smartphones



Basis: internetters van 13 jaar en ouder.

Gezondheidsbewustzijn groeit

- Steeds meer mensen zijn bewust met hun gezondheid bezig. Ze proberen meer te bewegen, letten op een gezonde voeding en proberen ook geestelijk meer in balans te komen.
 - Qua voeding uit zich dat onder andere in: meer biologisch eten, minder vlees, meer groenten en smoothies en dergelijke.
 - De Nederlanders worden gestimuleerd meer te bewegen tijdens het werk (lunchwandelen, staand vergaderen), doen thuis bijvoorbeeld buikspieroefeningen tijdens het tandenpoetsen of gaan wandelen. Wandelen wordt gezien als gezond, goedkoop, makkelijk, prettig en stress verlagend.
 - Ook het zoeken naar meer balans hoort hier bij: mindful in het hier en nu leven, de natuur opzoeken, wellnessvakanties, je leven – en je huis – opruimen en versimpelen.
- Wandelen sluit niet alleen aan bij de behoefte aan beweging, maar ook bij de behoefte aan balans. Niet voor niets worden buiten willen zijn, ontspannen/bezinning/je hoofd leegmaken en je conditie op peil houden genoemd als belangrijkste redenen om te wandelen.

Bronnen:

CBS, *Bevolking; kerncijfers*, 2016.

CBS, *Prognose bevolking: geslacht, leeftijd, herkomst en generatie, 2015-2060*, 2016.

Kloek, M., *Onderzoekssamenvatting, Zijn Nederlanders buitenmensen, landelijk onderzoek naar gewenste en bestede tijd buiten en binnen*, 2016.

NBTC-NIPO, *CVTO – Resultaten Jaarmeting 2015 – leeftijd*, 2015.

NBTC-NIPO, *Themavakanties populair onder Nederlanders*, 2015.

goedetengezondleven.nl/gezonde-trends-in-2016-voeding-en-gezonde-leefstijl/

www.dutchcowboys.nl, *Aantal smartphonebezitters in Nederland groeit niet meer*, 2015, www.dutchcowboys.nl/mobile/aantal-smartphone-bezitters-in-nederland-groeit-niet-meer.

www.wandelmagazine.nu, *Het nieuwe wandelen anno 2014*, www.wandelmagazine.nu/blogs/het-nieuwe-wandelen-anno-2014.

Samenvattende infographic

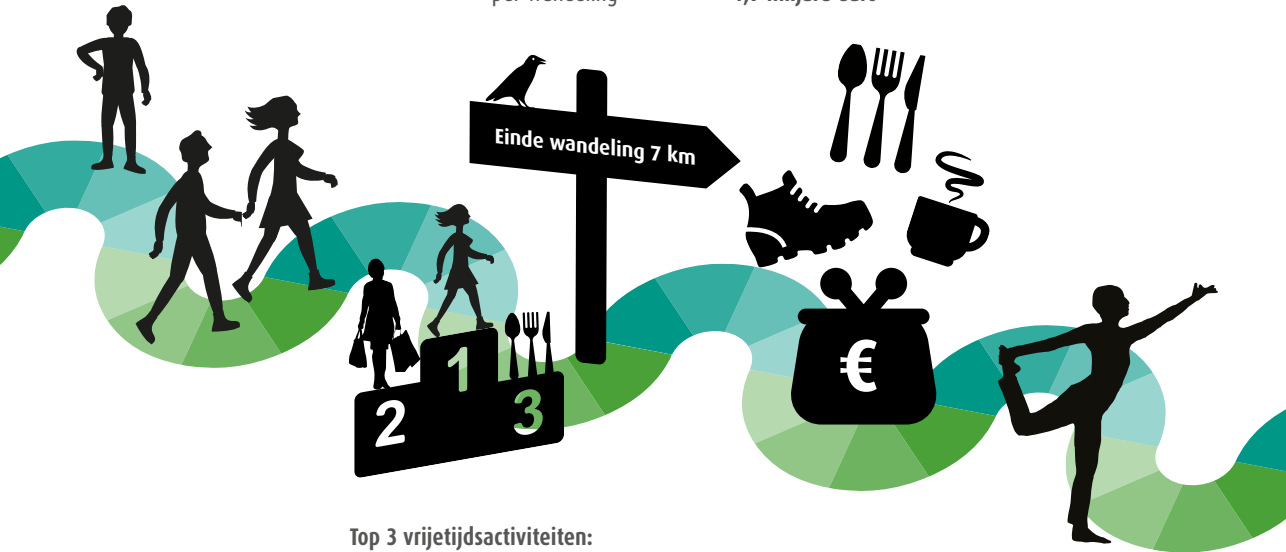
Wandelen in Nederland

10,5 miljoen Nederlanders (63%) wandelen voor het plezier. Dat is **2 van de 3 Nederlanders**

7 kilometer is de gemiddelde afgelegde afstand per wandeling

Goed voor economie & samenleving

Totale uitgaven aan wandelen **1,7 miljard euro**

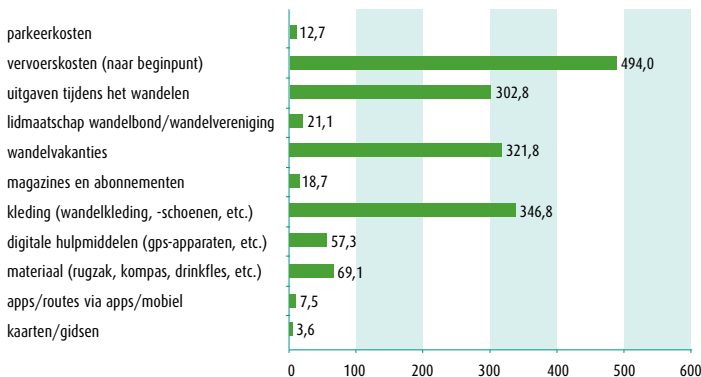


Top 3 vrijetijdsactiviteiten:

- (1) wandelen 441 mln,
- (2) winkelen in de binnenstad 202 mln en
- (3) uit eten gaan 194 mln

Wandelen draagt bij aan de **lichamelijke en geestelijke gezondheid**

Totale uitgaven Nederlandse wandelaar naar categorie (x mln euro)



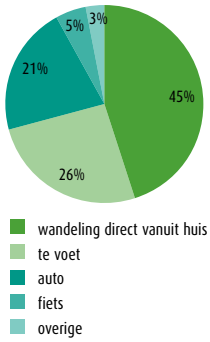
Meest gebruikte hulpmiddelen tijdens de wandeling

15% gebruikt hulpmiddelen

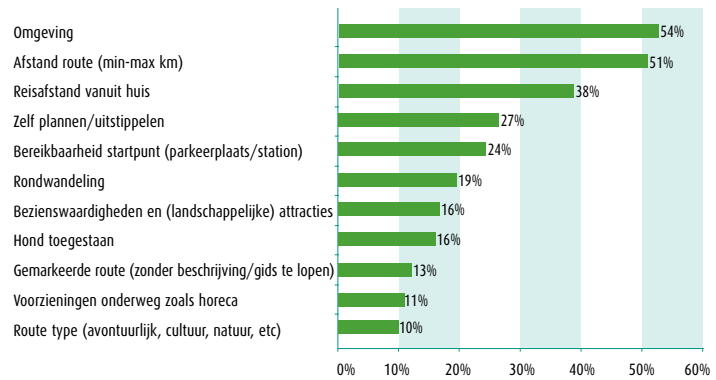
85% van de wandelingen wordt 'op de bonnefooi' ondernomen



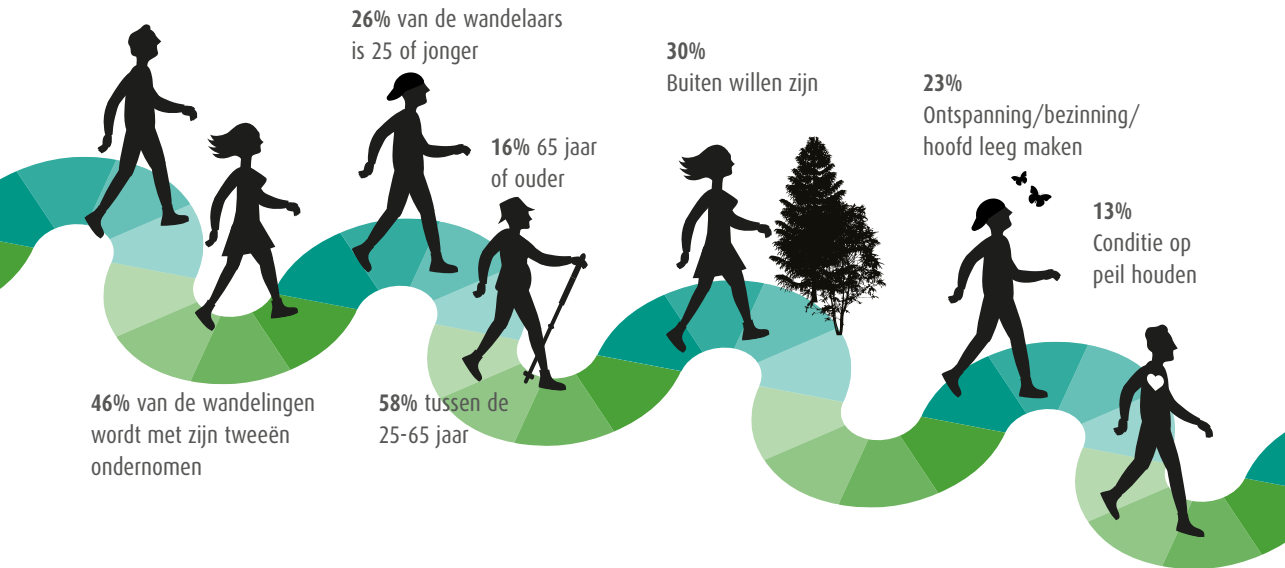
Vervoer naar startpunt route



Top 10 belangrijkste aspecten bij keuze voor een route

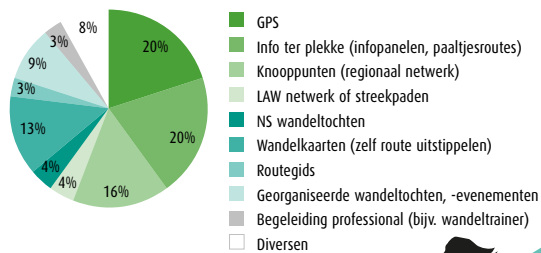


Kenmerken wandelaars



Redenen om te wandelen

Gebruikte 'hulpmiddelen' (15% van de wandelingen)



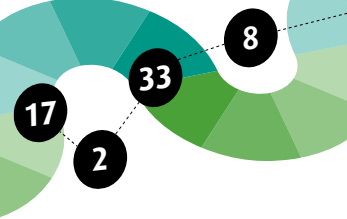
GPS (20%)



Informatie ter plekke (informatiepanelen, paaltjesroutes) (20%)



Knooppuntensysteem (16%)



Colofon

Dit is een uitgave van Stichting Wandelnet
Deze is mede tot stand gekomen dankzij de twaalf provincies en de KWBN
Met speciale dank aan de provincie Noord-Holland en het Ministerie van Infrastructuur en Milieu
Financiers: provincies en het Ministerie van Infrastructuur en Milieu

Coördinatie Wandelnet : Martine Werensteijn
Auteur : Monica Wagenaar, De Afdeling Onderzoek www.deafdelingonderzoek.nl
Grafische vormgeving : Leonie Nennie, Buro 28 www.buro28.nl

Stichting Wandelnet werkt samen met de Koninklijke Wandel Bond Nederland



© 2016 Wandelnet (juli 2016)

Overname van gegevens uit deze publicatie is toegestaan, mits de bron wordt vermeld. Ondanks de zorgvuldigheid waarmee deze uitgave is samengesteld zijn Stichting Wandelnet en De Afdeling Onderzoek niet aansprakelijk voor fouten of onvolkomenheden en eventueel daaruit voortvloeiende schade.

U kunt een digitale versie van deze uitgave gratis downloaden op: www.wandelnet.nl/wandelmonitor2016.

Over Wandelnet

Wandelnet wil wandelen in Nederland de plaats geven die het verdient: een goede mogelijkheid om overal te voet op pad te gaan. Omdat wandelen gezond en leuk is, bijdraagt aan economische ontwikkeling en aan een duurzame samenleving.

Dat doen we aan de hand van vier pijlers:

- **Routes en paden:** we ontwikkelen en beheren zo'n 10.000 kilometer aan Lange-Afstand-Wandelpaden (LAW's®) en Streekpaden.
- **Belangenbehartiging:** we komen op voor alle (recreatieve) wandelaars in Nederland. Onder meer door lobby en beleidsbeïnvloeding.
- **Kennis & expertise:** we zijn hét expertise- en adviescentrum op wandelgebied. Kennis vergaren we door monitoring en onderzoek.
- **Verbinding:** we vormen coalities, initiëren overlegplatformen en zijn aangesloten bij de European Ramblers' Association.

Zo zorgen we dat iedereen al wandelend Nederland kan ontdekken. Nu en in de toekomst.

