

Center Parcs onderzoekt herstel-effect van korte vakanties

12-02-2016 11:37

Nederlanders kunnen goed ontspannen tijdens een korte vakantie. Meer dan een derde (36,5%) ontspant zich al volledig zodra de reis naar de bestemming wordt gemaakt. Zes op de tien Nederlanders voelt zich dan ook uitgerust na een shortbreak vakantie. Dit blijkt uit het onderzoek van Center Parcs naar ervaringen rondom korte



vakanties.

Vaker op een korte vakantie

Vergeleken met tien jaar geleden gaat zeventig procent van de Nederlanders vaker op een korte vakantie. De werksituatie (36,6%) en gebrek aan vrije tijd (26,9%) zijn belangrijke stressfactoren waardoor er meer behoefte is om er even tussenuit te gaan. Bijna meer dan een derde van de Nederlanders wil dan ook het liefst drie tot vier keer per jaar weg. Men gaat graag op een shortbreak vakantie om tijd door te brengen met dierbaren. Ook willen Nederlanders even uit de dagelijkse sfeer en tot rust komen. **Ontspanning tijdens verblijf** Hoewel voor sommigen de vakantierust al begint op weg naar de bestemming, ontspant bijna de helft van de Nederlanders pas eenmaal aangekomen op vakantie. Vakantiegangers vinden het belangrijk om tijdens een korte vakantie te ontspannen. Ook activiteiten voor kinderen en de mogelijkheid om van de natuur te genieten zijn belangrijke aspecten. Andres Neira de Back, Marketing Director van Center Parcs: "Al meer dan 45 jaar is Center Parcs marktleider op het gebied van korte vakanties in de natuur. Daarbij vinden we het belangrijk dat er voor iedereen wat te doen is. We merken dat onze klanten er echt even tussenuit zijn". Uit eten, wandelen en zwemmen zijn de meest ontspannende activiteiten voor Nederlandse vakantiegangers, blijkt uit het onderzoek. **Gevoel van rust blijft maximaal een week** Terwijl meer dan twintig procent van de vakantiegangers vol energie zit nadat men even is weg geweest, blijft het lastig om het ontspannen gevoel aan te houden. Uit onderzoek blijkt dat bij meer dan twee derde van de Nederlanders het gevoel van rust maximaal een week behouden blijft. "Drie weken op het strand bakken aan de Costa del Sol, een week wandelen en kamperen in de bergen of een lang weekendje weg: de effecten op gezondheid en welbevinden zijn vergelijkbaar en over het algemeen van korte duur", aldus vakantieonderzoekster en auteur van 'De kunst van het vakantieviereen', Dr. Jessica de Bloom. Bron: persbericht [Center Parcs](#)

Redactie