

## Twee op de drie Nederlanders wandelt recreatief

21-07-2016 08:46

*In Nederland wandelen 10,5 miljoen 'voor het plezier'. In 2010 waren dit er nog 6,6 miljoen. Het aantal wandelaars is dus flink gestegen. Dat is een van de uitkomsten van de derde Wandelmonitor die op 20 juli, tijdens de Vierdaagse in Nijmegen, werd gepresenteerd.*

[caption id="attachment\_44373" align="alignright" width="300"]



de 4-Daagse van Nijmegen[/caption]**Enkele**

### feiten uit het rapport:

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. Het grootste deel (68%) van de wandelingen duurt 1 tot 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 circa 8,5 miljoen wandelingen wordt meer dan 20 kilometer gelopen. Zondag (24% van de activiteiten), zaterdag (16%) en woensdag (13%) zijn de populairste wandeldagen. **Trends en ontwikkelingen**

Waar komt de sterke groei van recreatief wandelen vandaan en wat kunnen we de komende jaren verwachten? 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. De belangrijkste trends die in dit rapport worden beschreven zijn:

Vergrijzing Meer naar buiten Thematisch wandelen Mobiele consument Gezondheidsbewustzijn groeit

Bekijk het hele rapport op: [Nationale Wandelmonitor 2016 \(pdf\)](#) Meer informatie bij de samenstellers van het rapport: [Wandelnet Koninklijke Wandel Bond Nederland](#)

Redactie