GARMIN MEDIAKONTAKT:

Ida Enstedt

Garmin Nordic Sweden AB

Tel | 031-794 00 19 eller 0766-20 26 19

E-Mail | ida.enstedt@garmin.com

**2018-02-22**

**Varannan kvinna otrygg vid vinterträning utomhus**

Hälften av alla kvinnor som tränar utomhus under vinterhalvåret känner sig otrygga. Det visar en färsk Sifo-undersökning som gjorts på uppdrag av Garmin. Samma undersökning visar samtidigt att svenskens utomhustränande på vintern minskar.

Garmin gav Sifo i uppdrag att undersöka hur svenska folket ser på utomhusträning under vinterhalvåret. På frågan ”Känner du dig otrygg när du tränar eller motionerar utomhus på vinterhalvåret” svarade nära en tredjedel, 30 procent av den tränande delen av befolkningen ja.

47 procent, nästa varannan svensk kvinna, som tränar utomhus här hemma under vintern sig otrygg. Störst är otryggheten bland kvinnor i åldersgruppen 15-29 år, hela 61 procent uppger att de känner sig otrygga när de tränar utomhus på vintern.

– Detta är ett allvarligt problem för hela samhället. Det krävs bland annat mycket förebyggande arbete för att skapa tryggare miljöer. Det är stor skam att en upplevelse av otrygghet får många kvinnor av att avstå från att träna utomhus på vintern, säger Marcus Bjärneroth, nordisk marknadsdirektör för Garmin.

I Göteborg känner sig 30 procent av de som tränar utomhus på vintern sig otrygga. Det ska jämföras med 29 procent i Stockholm och 22 procent i Malmö, vilket är åtta procentenheter lägre än riksgenomsnittet.

21 procent av den tränande delen av befolkningen (motsvarar cirka 1,3 miljoner svenskar) uppgav att man tränar mer utomhus vintertid idag än för fem år sedan – var femte svensk har ökat sin träningsdos. 33 procent uppgav att de tränar lika mycket som för fem år sedan. Men en stor andel, 30 procent (motsvarar 1,9 miljoner svenskar) svarade att de tränar mindre utomhus om vintern än jämfört med för fem år sedan.

– Många svenskar tränar utomhus året runt, vilket är utmärkt ur folkhälsosynpunkt. Idag är det inte bara elitmotionärer som tränar utomhus vintertid, vanliga Svenssons blir allt proffsigare i sin träning, och kläder och utrustning har följt utvecklingen. Men att så många tränar mindre än för fem år får man ändå se som en liten varningsklocka, inte minst om det till viss del beror på otrygghet, säger Marcus Bjärneroth.

Tio procent av de som tränar minst en gång i månaden tränar aldrig utomhus under vinterhalvåret- vare sig idag eller fem år sedan. Det motsvarar cirka 631 000 svenskar.

**Undersökningen bygger på webintervjuer utförda av Sifo 29 januari – 6 februari 2018 och baseras på 1044 intervjuer.**