

# Utkast Idrottspolitiskt program 2020-01-17

## Innehåll

1. Förord .....	2
2. Syftet med idrottspolitiskt programmet .....	3
3. Målgrupper.....	3
4. Idrottsrörelsens "Strategi 2025" .....	4
5. Idrott och hållbarhet .....	4
6. Målområden .....	5
6.1 Idrott för alla .....	5
6.2 Jämlig idrott.....	6
6.3 Idrott i föreningsliv .....	7
6.4 Idrottsanläggningar .....	9
6.5 Idrotten och klimat och miljö .....	11
7. Definitioner av centrala begrepp i det idrottspolitiska programmet.....	12

## 1. Förord

Säg "idrott" och människor kommer att tänka på olika saker. För många är ordet starkt kopplat till idrottsrörelsen och tävling, för somliga är idrott lika med fysisk aktivitet som utförs spontant. För andra är idrott endast ett skolämne eller underhållning. Oavsett vilken relation som finns till idrott kan alla enas om att det handlar om fysisk rörelse och aktivitet. Det finns stor enighet bakom påståendet att fysisk aktivitet är viktigt för människors fysiska hälsa. Andra positiva effekter av fysisk aktivitet kan vara ökad livskvalitet, gemenskap, inkludering och inte minst; det är roligt!

I en tid då den vardagliga fysiska aktiviteten är låg<sup>1</sup>, är det särskilt viktigt att värna idrottandets förutsättningar i kommunen. Detta idrottspolitiska program definierar idrott som "fysisk aktivitet" i olika former. Det innebär att idrott i organiserad form, spontanidrott, skolidrott och friluftsliv, samtliga inkluderas i programmet.

Barnkonventionen blir lag från och med 2020. Detta idrottspolitiska program utgår ifrån konventionens ledande princip att barns bästa ska styra beslut och verksamheter som rör barn eller påverkar barn. Övriga artiklar i Barnkonventionen som särskilt ska styra idrottens utveckling i kommunen är:

- Alla barn har samma rättigheter och lika värde. Ingen får diskrimineras
- Ett barn med fysisk eller psykisk funktionsnedsättning har rätt till ett fullvärdigt och anständigt liv som gör det möjligt för dem att delta aktivt i samhället
- Barnet har rätt till lek, vila och fritid
- Barnet har rätt att skyddas mot alla former av sexuella övergrepp och mot att utnyttjas i prostitution och pornografi.

I Ekerö kommun finns ett stort antal idrottsföreningar och naturen ligger bokstavligen runt knuten vilket ger gynnsamma förutsättningar för idrott, naturupplevelser och friluftsliv. Kommunens roll är att skapa förutsättningar för idrott som motsvarar invånarnas behov. Detta görs genom idrotts- och friluftsanläggningar, subventioner vid lokalbokning i hallar, ekonomiska bidrag till föreningar och samverkan mellan kommun och idrottsföreningarna.

Tillgången till idrottsanläggningar och utbyggnadstakten av dessa är centrala frågor för invånarnas förutsättningar för idrott och omhändertas i kommunens planprocess. Ekerö kommun står inför en stor investering då ett badhus ska byggas under mandatperioden 2018-2022. Badhus har länge efterfrågats av invånare och är en del i kommunens vision att erbjuda god service. Badhuset blir en naturlig mötesplats för kommunens medborgare.

Detta idrottspolitiska program tar avstamp ifrån Kommunfullmäktiges mål för 2019-2022 och Översiktsplanen till år 2030 med sikte på år 2050.

---

<sup>1</sup> Förslag till åtgärder för ett stärkt, långsiktigt arbete för att främja hälsa relaterad till matvanor och fysisk aktivitet. Folkhälsoinstitutet och Livsmedelsverket, 2017

## 2. Syftet med idrottspolitiskt programmet

Syftet med detta idrottspolitiska program är att tydliggöra Ekerö kommuns idrottspolitiska inriktning den kommande åren. Programmet ska:

1. Formulera Ekerö kommuns mål för idrottens utveckling och strategier för att uppnå dessa.
2. Tydliggöra inriktning på idrottens utveckling i kommunen.
3. Tydliggöra kommunens och idrottsrörelsens ansvarsområden inom idrottens utveckling för att främja en god samverkan.
4. Ligga till grund för försörjningsplaner för framtida idrottsanläggningar.

## 3. Målgrupper

Alla invånare i kommunen ska ha goda möjligheter till idrott och särskilt prioriterade grupper är:

- barn och unga i åldrarna 6-20 år
- personer med funktionsnedsättning
- personer över 68 år.

## 4. Idrottsrörelsens “Strategi 2025”

Riksidrottsförbundet har antagit en vision för idrottens utveckling och en strategi för genomförande. Strategin heter “Strategi 2025” och omfattar fem utvecklingsområden:

- en ny syn på träning och tävling
- den moderna föreningen engagerar
- inkluderande idrott för alla
- jämställdhet för en framgångsrik idrott
- ett stärkt ledarskap.

Syftet med strategin är att skapa en hållbar och långsiktig utveckling för idrotten att anpassa idrottsrörelsen till dagens förutsättningar. Strategin har även utvecklats för att komma till rätta med faktorer inom idrottsrörelsen som bidragit till exkludering, t ex tävlingsmoment, tidiga elitsatsningar och bristande jämställdhet. Arbetet handlar om att öka demokratiseringen inom idrottsrörelsen och göra den tillgänglig för alla.

Ekerö kommun ställer sig bakom “Strategi 2025” och ska stötta kommunens idrottsföreningar att efterleva den. Hänvisningar till strategin görs i tillämpliga delar under målområdena.

## 5. Idrott och hållbarhet

Ekerö kommun eftersträvar en långsiktigt hållbar och robust samhällsutveckling och där spelar idrotten en viktig roll. De samhälleliga utmaningar vi står inför kräver att idrottens utveckling görs med hänsyn till sociala- ekologiska och ekonomiska hållbarhetsaspekter.

Programmets målområden relaterar till hållbarhetsaspekterna på följande sätt:

Hållbarhetsaspekt	Målområden
Social hållbarhet	Idrott för alla
	Jämlik idrott
	Idrott i föreningsliv
Ekonomisk hållbarhet	Idrottsanläggningar
Ekologisk hållbarhet	Idrott och klimat och miljö

## 6. Målområden

### 6.1 Idrott för alla

Den fysiska aktivitetens betydelse för individers hälsa är tydligt klarlagd av forskning och erfarenhet. En god hälsa hos människor ger ökad livskvalitet. Möjligheten till idrott och en aktiv fritid gör kommunen attraktiv att bo i. Attraktiva livsmiljöer är ofta synonymt med miljöer och anläggningar som möjliggör idrott, fysisk aktivitet och friluftsliv.

En människas idrottsvanor förändras under livet. I Ekerö kommun erbjuds barn många organiserade idrottsaktiviteter och sedan övergår idrottandet i det flesta fall till idrottande på egen hand. Även idrotten som sådan utvecklas och förändras med tiden. Nya idrotter tillkommer och utbudet breddas vilket är en välkommen utveckling eftersom det öppnar upp för fler att hitta sin idrott. Cheerleading, futsal och parkour är exempel på nya idrotter som tillkommit de senaste åren i Sverige.

Barn och unga är idag mer stillasittanden än tidigare generationer<sup>2</sup>. Aktivitetsnivån avtar med stigande ålder, vilket på sikt innebär flera hälsorisker, både fysiska och psykiska. I skolan finns alla barn från hela samhället. Därför är skolan särskilt viktig som arena för att främja idrott och fysisk aktivitet. Dessutom har barn och unga som rör på sig bättre koncentration vilket ger bättre skolresultat.

Närhet till anläggningar påverkar idrottandet hos invånarna. Forskning visar att avståndet till idrottsanläggningar påverkar ifall människor är fysiskt aktiva eller inte<sup>3</sup>. Människor använder idrottsanläggningarna också mer regelbundet om de finns nära bostaden eller arbetsplatsen. Ett viktigt arbete är därför att möjliggöra idrottande genom lättillgängliga motionsspår, utegym, aktivitetsytor, vandringsleder, ridleder och gång- och cykelbanor.

Friluftsliv är en del av kommunens identitet som med sin natur och vattennära läge ger goda förutsättningar för ett aktivt friluftsliv. Friluftslivet ger människor tillgång till fysisk aktivitet i naturlig miljö. Vandringsleder finns i flera av kommunens delar. På Kärsön finns en led för personer med fysiska funktionsnedsättningar, vilken är viktig för målgruppen i hela Stockholmsområdet.

Badhuset blir ett efterlängt komplement i invånarnas möjlighet till idrott och fysisk aktivitet. Badhuset blir en naturlig mötesplats för alla kommunens invånare där lek, träning och en rik fritid kan förenas.

**Mål: I Ekerö kommun ska det finnas möjlighet för alla att utöva idrott i någon form.**

#### Strategier

- I Ekerö kommun ska alla, oavsett ålder ha möjlighet till idrott i någon form. Ett brett utbud av idrotter ska eftersträvas.
- Prioriterade grupper är barn och unga, funktionsnedsatta och äldre. Prioriteringen för barn, unga och funktionsnedsatta görs genom; bidrag, taxor och prioriterade

---

<sup>2</sup> A. Raustorp & A. Fröberg (2018) Göteborgs universitet.

<sup>3</sup> J. Faskunger, 2007 Den byggda miljöns påverkan på fysisk aktivitet.

fördelningstider i hallar. Äldre prioriteras genom anpassade taxor och prioriterade fördelningstider.

- Kommunen stödjer organisationer som underhåller och iordningsställer vandringsleder, skidspår och aktivitetsfält på land, is och i vatten.
- Det ska finnas bra möjligheter till spontan-och motionsidrott inom föreningslivet och även utanför genom en god tillgång till idrottsanläggningar.
- Öppna idrottsaktiviteter ska främjas, där möjligheten till deltagande finns bara för nöjes skull och utan krav på tränings- eller tävlingsnärvaro.
- Nya idrotter ska lätt kunna utvecklas och etableras i kommunen. Stöd ska ges till nya verksamheter som vill komma igång. Exempelvis för äldre.
- Skolan är en viktig arena för att nå alla barn i samhället. Skolan ska främja ökad fysisk aktivitet och rörelse i alla elever.
- Kultur och fritidsnämnden ska ha god kännedom om invånarnas behov och efterfrågan av idrottsmöjligheter.
- Idrottsanläggningar ska utformas på ett sätt som inbjuder till deltagande och för att alla ska känna sig välkomna och trygga.

## 6.2 Jämlik idrott

Idrotten är en viktig och positiv samhällskraft. Att grupper står utanför idrottande blir därför en samhällsförlust som kan motverkas. Det behöver därför skapas möjligheter att inkludera alla om vill delta genom att sänka trösklarna för idrottsutövande. Jämlika<sup>4</sup> förutsättningar för idrott innebär att alla människor oavsett kön, könsöverskridande identitet, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning och ålder ska ges samma status och respekt då förutsättningar för idrottande skapas.

Jämlikheten inom idrotten påverkas på flera nivåer, allt ifrån normer i samhället som styr uppfattningen om "vem som kan göra vad", föreningslivets utbud för pojkar och flickor, vilka som sitter i beslutande styrelseorgan, vilka anläggningar som ges resurser och vilka grupper som får de mest attraktiva halltiderna, med mera.

Kultur och fritidsvaneundersökningar som genomförts bland barn och unga i kommunen visar att idrottsanläggningarna nyttjas i betydligt högre grad av pojkar än flickor. Likaså utgår föreningsbidrag till fler pojkar än flickor. Det innebär att kommunens resurser för idrott tillfaller pojkar i högre utsträckning än flickor.

Barn och unga, funktionsnedsatta och äldre personer har sämre förutsättningar än andra att själva organisera och skapa möjlighet till idrottsutövande. Dessa grupper är också särskilt viktiga att inkludera ur ett förebyggande och hälsofrämjande perspektiv. Därför har de en särställning i idrottens utveckling i Ekerö kommun.

Andra grupper med sämre förutsättningar för idrottande är barn och unga i socioekonomiskt svaga familjer och personer inom hbtqgruppen. Undersökningar visar att många hbtq-

---

<sup>4</sup> Jämlikhet inkluderar alla grupper som omfattas av diskrimineringslagstiftningen. Jämställdhet inkluderar män och kvinnor.

ungdomar inte deltar i idrottsrörelsen på grund av rädsla för kränkningar eller känsla av utanförskap. Särskilt svårt är det för transungdomar eftersom idrotten är så könsuppdelad.

Idrottsrörelsen har identifierat den bristande jämställdheten som ett av deras viktigaste utvecklingsområden. Rörelsen har antagit målet "jämställdhet för en framgångsrik idrott" som presenteras i strategidokumentet "Strategi 2025".

### **Mål: I Ekerö kommun ska det finnas jämlika förutsättningar för idrottsutövande**

#### **Strategier**

- Ekerö kommun ska i samverkan med Stockholmsidrotten främja utvecklingen av en jämställd och jämlik idrott i den riktning som Idrottsrörelsens strategi 2025 anger.
- Idrottshallar bör alltid ha omklädnings- och duschtrymmen där alla kan känna sig bekväma.
- Förutsättningar för idrott för barn och unga, funktionsnedsatta och personer över 68 år ska särskilt prioriteras.
- Vid fördelning av resurser till idrottsanläggningar, vid ny- eller ombyggnad ska det belysas vilka effekter investeringen får för män och kvinnors möjlighet att idrotta. Dvs belysa vilka idrotter en anläggning anpassas för, med utgångspunkt i aktuell könsfördelning inom dessa idrotter.
- Nya idrottsanläggningar utformas med ett jämställdhetsperspektiv i samverkan med civilsamhället, de som ska använda anläggningarna.
- Fördelningar av halltider utgå ifrån ett jämställdhetsperspektiv och ska följa antagen prioriteringsordning, ingen ska missgynnas.

#### **6.3 Idrott i föreningsliv**

I Ekerö kommun finns ett rikt föreningsliv vilket inte minst syns i utbudet av idrottsföreningar som bidrar till fysisk aktivitet, social gemenskap och en vital närdemokrati. Idrottsföreningar står för nästan all organiserad idrott i kommunen och omhändertar en stor del av barn- och ungdomsgruppen. Många barn och unga har erfarenhet av att någon gång under sin uppväxt ha varit medlem i en idrottsförening eller har på något annat sätt nåtts av föreningsverksamhet.

Det ideella engagemanget som idrottsföreningarna bygger på utmanas av dagens samhälle genom ett allt större utbud av kommersiella och digitala nöjen i ett mer pressat livspussel. Den svenska modellen som bygger på frivillighet utmanas av tiden vi lever i.

Idrottsföreningar har stor kraft att påverka normer och värderingar hos en stor grupp barn och unga. Det är därför viktigt att föreningarna har en aktiv värdegrund som bygger på allas lika värde och allas rätt att få vara med.

Utöver det utvecklingsarbete som anges inom ramen för Barnkonventionen har idrottsrörelsen, som tidigare nämnts, identifierat fem utvecklingsområden som särskilt viktiga att arbeta med, se rubrik "Idrottsrörelsen och Strategi 2025".

Det övergripande syftet med strategi 2025 är att skapa nya arbetssätt för en långsiktigt hållbar utveckling för idrottsföreningar och att inkludera fler. Ekerö kommun ställer sig bakom strategi 2025, och ska aktivt stötta föreningarna att efterleva idrottsrörelsens mål.

Bra förutsättningar för idrottsföreningar att verka i Ekerö kommun kräver att kommunen är en tydlig samtalspartner i frågor som rör anläggningar, föreningars verksamhet och utveckling. Likaså behövs ett samverkansforum för samverkan mellan de olika föreningarna.

### **Mål: I Ekerö kommun ska det finnas bra förutsättningar för idrott i föreningsliv**

#### **Strategier**

- I Ekerö kommun ska idrott inom föreningslivet värnas och främjas.
- Det ska finnas tydliga samverkansformer och en organisation för samverkan mellan kommun och föreningsliv.
- Stöd ska finnas för idrottsföreningar gällande bidragsansökningar och utvecklingsfrågor.
- Kommunen ska i samverkan med Stockholmsidrotten främja utvecklingen av idrottsföreningar i den riktning som "Strategi 2025" anger.
- Kommunen ska harmonisera bidragssystemet för idrottsföreningars barn- och ungdomsverksamhet med det statliga LOK-stödet<sup>5</sup> och införa digitalt ansökningssystem.
- Idrottsföreningar ska vara trygga miljöer för barn och unga. Föreningar som erhåller bidrag för barn- och ungdomsverksamhet ska begära utdrag ur brottsregister för alla barn- och ungdomsledare.

---

<sup>5</sup> Statligt lokalt aktivitetsstöd.



## 6.4 Idrottsanläggningar

Det finns en tydlig viljeinriktning från kommunens politiska ledning att fler idrottsanläggningar ska tillkomma. I takt med att kommunen ökar i befolkning och nya bostadsområden växer fram behövs nya idrottsanläggningar. Därför behöver planering av anläggningar och mötesplatser komma in i ett tidigt skede i stadsplaneringen. På så sätt säkras att attraktiva livsmiljöer som möjliggör idrott i olika former finns i de olika kommundelarna.

Nya idrottshallar som tillkommer ska anläggas i de kommundelar där befolkningen är som mest koncentrerad och därmed kan komma att utnyttjas av flest utövare. Målet är att kommunens anläggningsutbud ska möjliggöra för så många och idrotter och utövare som möjligt att vara aktiva.

Området kring Skå flygfält är outnyttjad mark med utvecklingsmöjligheter för idrotts- och friluftaktiviteter. Under mandatperioden 2019-2022 genomförs en kartläggning och en behovsanalys i samverkan med civilsamhället för att klargöra vad området kan användas till.

Flera av kommunens större idrottsanläggningar har idag stora behov av underhåll samtidigt som behovet av nya anläggningar tillkommer. Kombinationen av ökade underhållskostnader, byggande av nya anläggningar och begränsade resurser kommer att kräva smarta lösningar för placeringen av nya anläggningar, anläggningarnas nyttjandegrad och finansieringslösningar.

Investeringar i idrottsanläggningar fordrar en tydlighet från kommunens sida, hur och i vilken takt anläggningar ska utvecklas och vilken typ av anläggningar som ska prioriteras. Det kommer att krävas samverkan mellan olika aktörer vid nya anläggningsinvesteringar för optimalt resursutnyttjande. Samarbete ska eftersträvas mellan kommunen, föreningarna, Stockholmsidrotten och Allmänna arvsfonden vid anläggningsinvesteringar när samarbete är möjligt.

Utbyggnaden av idrottsanläggningar och utmaningarna som följer är centrala frågor för alla kommuner i Stockholmsregionen. För att möjliggöra utvecklingen av idrotter med färre antal utövare, idrotter som är ytkrävande eller anläggningar för större arrangemang är regional och kommunal samverkan en viktig utvecklingsfråga. I takt med att vägar och kommunikationer till och från kommunen förbättras, underlättas idrott över kommungränserna.

Idrottsanläggningarna är resurser som tillhör kommuninvånarna. För att lokalerna ska utnyttjas optimalt ska de vara lättillgängliga i bokningssystemet men även i fysisk bemärkelse. Det är viktigt att anläggningarna utformas så att alla känner sig välkomna och att utformningen stimulerar breda målgrupper till fysisk aktivitet.

Ridsporten har många utövare i kommunen och hästar är en del av kommunens identitet. Tillgången till säkra ridleder är viktiga förutsättningar för ryttare. Därför har en modell för hur fler ridleder kan anläggas tagits fram, som ger stöd till hur ideella aktörer och markägare kan samverka vid anläggandet av ridleder.

## **Mål: I Ekerö kommun ska det finnas idrottsanläggningar som motsvarar invånarnas behov**

### **Strategier**

- Idrottsanläggningar och ytor för fysisk aktivitet ska vid behov integreras i detaljplanerna för nya och växande bostadsområden.
- En tydlig försörjningsplan för framtida idrottshallar ska tas fram i samverkan med civilsamhället och särskilt idrottsföreningarna.
- Nya idrottshallar ska byggas i anslutning till skolor för optimalt resursutnyttjande och ska utformas med hög flexibilitet för ett så brett användningsområde som möjligt.
- Prioriterade anläggningar är de, där det bedrivs barn och ungdomsverksamheter och anläggningar som ger förutsättningar för spontanidrott.
- I varje nytt projekt för idrottsanläggningar ska delfinansiering sökas när det är möjligt. Det ska tydligt framgå i beslutsunderlaget till anläggningsinvesteringar om detta gjorts.
- Ridstigar ska tillkomma på initiativ av ridklubbar och hästägare i samråd med markägare och företrädare för andra organisationer. Till stöd för processen används modellen för samverkan kring ridleder som kommunen tagit fram.
- Ytkrävande fritidsanläggningar som flygfält, skjutbanor och motorcrossbanor, ska bevaras och utvecklas, eftersom nyetablering av sådana verksamheter sannolikt inte låter sig göras på Mälaren i framtiden.
- Området på och omkring Skå flygfält ska utvecklas för att skapa fler ytor för fysisk aktivitet.
- Lokalbokningssystemet ska utvecklas så att ombokningar kan ske enkelt. Det ska vara möjligt att i realtid kunna se aktuella bokningar så att lediga tider kan bokas direkt.
- Ekerö kommun deltar i samverkansprojektet Regionala anläggningar och idrottsytor som leds av Stockholmsidrotten. Samarbetet ska klarlägga vilken typ av idrottsanläggningar som Ekerö ska ingå regionalt samarbete kring.

## 6.5 Idrotten och klimat och miljö

En av vår tids största utmaningar är att skapa ett hållbart samhälle där vår livsstil inte bidrar till negativa klimat- och miljöeffekter. Ett av kommunens övergripande mål är att utforma en innovativ miljöpolitik som ger konkreta miljöeffekter.

Idrott kan både vara avlastande och belastande för klimat och miljö. Idrottsanläggningar och idrottsmiljöer har i många fall en positiv effekt på miljön, när det kommer till bevarande av natur- och kulturvård, samt skapande och bevarande av grönytor.

Till de negativa aspekterna hör anläggningars påverkan på luft, mark och vatten. Denna påverkan sker bland annat genom transporter till och från anläggningar, val av byggmaterial vid nybyggnationer, val av energikällor för drift av anläggningar och val av material (kemikalier) för verksamheterna. Dessa negativa aspekter kan dock påverkas och minimeras genom goda och väl genomarbetade val.

Tillgången till buskommunikation mellan kommundelarna påverkar i hög grad invånarnas tillgång till idrottsanläggningar. I nuläget är busstrafiken bristfällig och ett viktigt utvecklingsområde är därför att skapa fler tvärförbindelser. Det skulle innebära mindre trafikbelastning från privatbilar och ge bättre tillgänglighet till anläggningarna.

Korta resor inom kommunen sker oftast mellan hemmet och affären, skolan, arbetet eller fritidsaktiviteten. Det görs dagligen många resor till och från idrottsanläggningar. Om resorna görs med bil medför det en negativ klimatpåverkan. Ett utbyggt gång- och cykelnät ökar däremot möjligheterna att gå eller cykla till idrottsanläggningarna, vilket är positivt för miljö och hälsa.

**Mål: I Ekerö kommun ska idrottens påverkan på miljön vara minimal.**

### Strategier

- Idrottsanläggningar är mötesplatser för många utövare. Kommunen ska arbeta för en giftfri miljö.
- Alla kommunens idrottsanläggningar ska miljöanpassas.
- Solceller ska installeras på kommunens nyproducerade idrottsanläggningar.
- Gång- och cykelbanor ska anläggas i anslutning till idrottsanläggningar.
- Nya idrottshallar ska planeras och byggas enligt "Miljöbyggnad med ambition silvernivå"<sup>6</sup>
- Kommunen ska verka för förbättrade tvärförbindelser med buss mellan kommundelarna.

---

<sup>6</sup> Bedömningskriterier för nyproducerade byggnader framtagna av Sweden Green Building Council.

## 7. Definitioner av centrala begrepp i det idrottspolitiska programmet

### **Idrott**

Fysisk aktivitet som utförs i organiserad eller i spontan form för motion, lek eller tävling. Detta idrottspolitiska program har en bred definition på idrott som även inkluderar friluftaktiviteter.

### **Idrottsrörelsen**

Idrottsrörelsen definieras som alla förbund anslutna till Riksidrottsförbundet (RF) och deras medlemsföreningar. Riksidrottsförbundet (RF) RF är svensk idrotts paraplyorganisation. Deras uppgift är att stödja, leda och företräda idrotten.

### **Idrottsanläggningar**

Idrottshallar och andra *anlagda miljöer* för idrottsutövande t ex motionsspår, skidspår, isbanor, ridleder och konstgräsplaner.

### **Idrottshallar**

Idrottshallar för idrott som utövas inomhus i hallar med matchmått.

### **Organiserad idrott**

Ledarledd Idrott som bedrivs av förening, nätverk eller näringsidkare.

### **Spontanidrott**

Idrottsutövning som genomförs av privatpersoner på egen hand, individuellt eller i grupp.

### **Friluftsliv**

Vistelse och fysisk aktivitet utomhus för att uppnå miljöombyte och naturupplevelse utan krav på prestation eller tävling.