

Tartlaste tervisespordi harrastuse ja tervisespordi võimaluste uuring

Kats Kivistik, Robert Derevski, Maarja Käger, Helena Juht

ARUANNE



Uuring: Tartlaste tervisespordi harrastuse ja tervisespordi võimaluste uuring

Uuringu autorid: Kats Kivistik
Robert Derevski
Maarja Käger
Helena Juht

Illustratsioon: Mette Mari Kaljas

Uuringu Teostaja: Balti Uuringute Instituut

Tellijä: Tartu Linnavalitsus



Balti Uuringute Instituut

Lai 30

51005 Tartu

Tel 699 9480

ibs.ee

SISUKORD

SISSEJUHATUS JA METOODIKA.....	5
ÜLEVAADE KÜSITLUSELE VASTANUTEST	10
TERVISEPORDI TEGEMINE JA LIIKUMINE.....	15
HARRASTATAVAD SPORDIALAD.....	30
TERVISEPORDI VÕIMALUSTE ARENDAMINE	41
TERVISEPORDI INFO JA ÜRITUSTEL OSALEMINE.....	47
KOKKUVÕTE	51
LISAD	54
Lisa 1. Millise harrastusega soovitakse täiendavalt tegeleda linnaosade lõikes	54
Lisa 2. Täiendavate spordialadega tegelemine harrastavate spordialade järgi	55
Lisa 3. Liikumisharrastuste kohad, rajatised ja võimalused, millest piirkonniti kõige rohkem puudust tuntakse.....	56

SISSEJUHATUS JA METOODIKA

Tartu tervisespordi harrastuse ja tervisespordi võimaluste uuring on esimene tervisespordi uuring Tartu elanike seas ning annab parema ülevaate inimeste sportlikest harrastustest ja eelistustest. Eesti Spordiregistris kajastuvad vaid ennast spordiklubiga sidunud inimeste andmed, seega kõiki elanikke puudutavad tervisespordi uuringud on vajalikud, et mõista inimeste liikumist ja eelistusi. Seda tõestab ka 2017. aasta Euroopa Liidu ülene Eurobaromeetri uuring, mille kohaselt vastas 77% sportijatest Eestis, et ei ole formaalselt ühegi spordiklubi ega -organisatsiooni liikmed.¹

Selle uuringu eesmärgiks on selgitada välja, milline on Tartu elanike tervisespordialane aktiivsus, kuidas on tartlased rahul spordirajatiste ja -paikadega linnas ning millised on nende soovid ja ootused seoses edaspidise arenguga. Uuringu sihtrühmaks olid Tartu linnas elavad erinevast soost ja rahvusest inimesed vanuses 15–85 aastat. Uuringu peamine andmekogumise meetod oli **veebiküsitlus**, mille koostamisel võeti aluseks sekundaarallikad ja varasemad temaatilised küsitlused. Selleks, et tulemused oleksid võrreldavad üleriikliku kehalise aktiivsuse uuringuga, lähtuti ankeedi koostamisel ka 2018. aastal üleriiklikust uuringust². Lisaks sellele kasutati ankeedi koostamisel ka teisi kohalikke asjakohaseid küsitlusuuringuid, näiteks Pärnumaa³, Tallinna⁴ ja Ida-Virumaa Omavalitsuste Liidu⁵ tehtud analüüsid. Mainitud uuringuid kaasati vastavalt vajadusele ja võimalusele ka tulemuste võrdlemisse.

Küsimustik koostati kolmes keeles (eesti, vene ja inglise) ning enne selle avamist avalikkusele testiti küsimustik erinevate sihtrühma kuuluvate tartlaste seas. Veebiküsitlus oli vastamiseks avatud 18. jaanuarist 31. jaanuarini 2021 ja kõikide vastajate vahel loositi välja mitukümmend erinevat auhinda.

Küsimustiku levitamine toimus linna ametlike kanalite (Tartu Linnavalitsuse koduleht, Facebook ja Twitter), meedia (Tartu Postimees), mitmete vene- ja ingliskeelsete sotsiaalmeedia gruppide (Facebook) ja ka linnaasutuste (Tartu Linnaraamatukogu, Puuetega Inimeste Koda jt) kaudu. Uuringu info oli lisatud ka Tartu Ülikooli ja Eesti Maaülikooli tudengite infokirja ning

¹ Eurobarometer (2017). „Sport and physical activity“.

<https://ec.europa.eu/comfrontoffice/publicopinion/index.cfm/survey/getsurveydetail/instruments/special/surveyky/2164> (31.10.20).

² Turu-Uuringute AS (2018). „Eesti elanike kehaline aktiivsus“.

<https://media.voog.com/0000/0041/2571/files/2018%20Eesti%20elanike%20kehaline%20aktiivsus%20kokkuv%20C3%B5te.pdf> (25.02.21). Andmete analüüsil kasutati juba uuemat, 2020. aasta uuringut:

<https://www.spordiinfo.ee/2020-Eesti-elanike-kehalise-aktiivsuse-uuringu-kokkuvote> (15.03.21).

³ TÜ Pärnu kolledž (2019). „Pärnumaa liikumisuuring 2019“. <https://www.psl.ee/wp-content/uploads/2019/05/P%C3%A4rnumaa-liikumisuuring-1.pdf> (31.11.20).

⁴ Turu-uuringute AS (2018). „Tallinna elanike kehalise aktiivsuse uuring“.

<https://uuringud.tallinn.ee/uuring/vaata/2019/Tallinna-elanike-kehalise-aktiivsuseuuring> (25.02.21).

⁵ TÜ Narva kolledž (2021). „Ida-Virumaa liikumisuuring“ ISBN 978-9985-4-1262-6.

samuti ühinesid levitamisega iseseisvalt ka mitmed teised kanalid (nt Ring FM raadio, Vestnik Tartu). Lisaks saadeti veebiküsitluse info ka Tartu päevakeskustele ning kokkuleppel juhatajaga käidi kohal ka Tähtvere Päevakeskuses, et võimaldada paber kandjal ankeedi täitmist päevakeskuse vanematele liikmetele.

Kokku vastas küsitlusele 1437 inimest⁶. Andmetöötluse käigus kaaluti andmeid **soo, vanuse ja liidetud linnaosade** lõikes (vt tabel 1). Andmete kaalumisel moodustati vanusevahemikud 15-34, 35-49 ja 50-84⁷ vanustest vastajatest. Andmed üldkogumi kohta saadi Tartu Linnavalitsuse rahvastikutoimingute osakonnast 1. jaanuari 2021. aasta seisuga ning andmed kaaluti vaid Tartus elavate inimeste puhul, kel oli märgitud kõik kaalumiseks oluline info (st sugu). Kaalumata jäid Tartust väljaspool elavad inimesed (108 inimest, 7,5%) ning oma sugu mitte avaldanud vastajad (12 inimest, 0,8%), kuid tulenevalt uuringu eesmärgist teada saada, kuidas arendada tervisespordi võimalusi ja paikasisid Tartus, kaasati analüüsi ka nende vastajate vastused.

Nagu tabelist 1 näha, moodustasid kõikidest vastajatest enne kaalumist ligi 70% naised ning 30% mehed, mistõttu naisi kaaluti vähemaks ja mehi rohkemaks. Naiste suur üleesindatus on tavaline küsitlusuuringute puhul. Lisaks oli vastajaid enam noorematest vanuserühmadest, eriti suur osakaal vastajaid oli 35-49-aastaste seas (40%) ning oodatavalt, eriti veebiküsitluse vormi arvestades, oli vähem vanemaid inimesi – üle 50-aastaseid oli algalvalimis 23%. Kuigi kõik linnaosad olid hästi esindatud, kaaluti andmeid ka selles lõikes, andes rohkem kaalu nt Annelinna-Jaamamõisa-Ihaste piirkonna elanikele, kes moodustasid enne kaalumist 24% ja pärast 33%.

Lisaks oli üle 70% vastanutest kõrgharidusega. Seda võib seletada asjaolu, et kõrgharidusega inimesed on samuti aktiivsemad vastajad, kuid lisaks toimus ka küsimustiku levitamine ülikoolide kaudu, mis võis suurendada kõrgharidusega inimeste esindatust. Samuti oli 93% vastanutest märkinud oma rahvuseks eestlane, mis ei pruugi sellegipoolest olla rahvustepõhisel analüüsil suureks takistuseks. Esiteks on raske hinnata tartlaste rahvuselist jaotust tudengite suure osakaalu tõttu. Teiseks võib madalamat venelaste ja muust rahvusest inimeste osakaalu seletada asjaolu, et vastajate rahvus ja emakeel on erinevad (mitmed vastajad, kes märkisid rahvuseks eestlane, vastasid küsitlusele vene ja inglise keeles ning vastupidi). Küsitlustulemusi on läbivalt analüüsitud ka haridustaseme ja rahvuse lõikes ning statistiliselt ja sisuliselt olulised tulemused on esitatud tekstis.

⁶ Valimisse on sisse arvatud kõik vastajad, kes vastasid ka küsitluse lõpus olevatele kaalumiseks vajalikele küsimustele (vanus, sugu, elukoht), välja arvatud üks alla 15-aastane vastaja ja üks kaks korda vastanud inimene.

⁷ Tulenevalt sellest, et üle 84-aastaseid küsitlusele vastanuid oli vaid kaks, mis on valdkonda arvestades loomulik, piirduti üldkogumi võrdlusele ja kaalude tegemisel kuni 84-aastaste tartlastega (et mitte suurendada vanima vanuserühma osakaalu kaalumise käigus liigselt), kuid kahe üle 84-aastase inimese vastused jäeti siiski 65+ vanuserühma sisse. Seega võib öelda, et antud tulemused kehtivad 15-84-aastaste tartlaste kohta.

Tabel 1. Küsitluse valim enne ja pärast kaalumist (arvud protsentides)⁸

	vaid Tartu KOV			k.a. kaalumata (Tartu KOVist väljaspool ja teadamata sugu)	
	üldkogum 2021.a algus	pärast kaalumist	enne kaalumist	pärast kaalumist	enne kaalumist
Annelinn, Jaamamõisa, Ihaste	33	33	24,3	30,4	22,4
Kesklinn, Karlova, Vaksali	19	19	21,3	17,9	20,1
Supilinn, Tähtvere	5,3	5,3	8,8	4,8	8,1
Ülejõe, Raadi-Kruusamäe	13,7	13,7	17	12,6	15,7
Tammelinn, Variku, Ränilinn	12,3	12,3	12,9	11,3	11,8
Maarjamõisa, Veeriku	5,9	5,9	7,7	5,5	7,1
Ropka, Ropka tööstusrajoon	7,5	7,5	5,4	6,8	4,9
Tartu linna maapiirkond⁹	3,3	3,3	2,6	3	2,4
Mehed	43,8	43,8	30,3	42,1	29,8
Naised	56,2	56,2	69,7	57	69,4
15-34	31,4	31,4	37,2	31,5	36,8
35-49	26,6	26,6	40,2	28	40,4
50-84	42	42	22,6	40,5	22,8
65+		10	5,7	9,8	5,9
Elukoht väljaspool Tartut				7,5	7,5
Sugu teadmata				0,8	0,8

Aruanne jaotub kuueks sisupeatükiks, milles antakse ülevaade vastajate taustast ja nende üldisest rahulolust, nende tervisespordiga seotud hoiakutest, tervisespordi harrastamisest ja üldistest liikumisharjumustest. Seejärel analüüsitakse põhjalikumalt populaarsemate spordialadega harrastamist ning erinevusi piirkondade (linnaosade) vahel. Lõpuks tuuakse välja tartlaste ettepanekud tervisespordi võimaluste parandamiseks ja arendamiseks, tervisespordi üritustel osalemist ja tervisespordialase info saamise viise. Aruanne lõpeb peamiste järelduste ja soovitustega.

⁸ Kaalumises osalenud tunnused ja löiked on märgitud tabelis paksu kirjaga.

⁹ Tartu linna maapiirkonna all peame silmas endise Tähtvere valla (nüüdseks Tartu linnaga liidetud) alevikud ja külad, nt Ilmatsalu, Märja, Haage jm

Uuringu peamised tulemused

- Tervisespordiga tegelemist peab tähtsaks 78% tartlastest ja küllaltki tähtsaks 21% tartlastest;
- 89% vastanutest tegelevad tervisespordiga vähemalt 2 korda nädalas, samas kui 69% vastanutest tegeleb tervisespordiga vähemalt 3-4 korda nädalas;
- Tartlased on üldiselt rahul oma elu ja tervisega. Võrreldes teiste sarnaste uuringutega on neil kõige kõrgem rahulolu oma eluga viimase aasta jooksul. Ka rahulolu tervisega on kõrgem vaid Tallinna elanike seas;
- Kõige vähem on rahul oma tervise ja eluga Ropka-Ropka tööstusrajooni (82% rahul elu ja 70% tervisega), kõige rohkem Tammelinna-Variku-Ränlinna elanikud (91% ja 88%). Rahulolu eluga varieerub linnaosade lõikes pigem vähe (82%-91%);
- Kõige sagedamini tegelevad liikumisega Tartu linna maapiirkonna (Ilmatsalu, Märja jt) elanikud, kõige harvemini Ropka ja Ropka tööstusrajooni elanikud;
- Keskmiselt liigutakse suvel paar tundi rohkem kui talvel, kõige suurem osa vastajatest (35%) liigub suvel 5-7 tundi ja täpselt sama palju liigub talvel 3-4 tundi nädalas. Sarnane trend avaldub ka teiste Eesti piirkondade küsitlustes;
- Kui nooremate vanuserühmade seas on tervisespordi harrastamine rohkem koondunud vastavalt tööpäevade lõppu (vähem hommikusse) ja nädalavahetusse, siis vanim vanuserühm, üle 65aastased, sõltub vähem kellajaast ja nädalapäevast. Nead harrastavad liikumist küllalt võrdselt nii tööpäeva päeval, õhtul kui ka nädalavahetusel;
- Peamised põhjused tervisespordiga tegelemiseks on hea enesetunne, tervis (88%) ning vormis olek (67%), aga ka soov looduses olla (57%). Paljud näevad tervisesporti hobi ja ajaviite (52%) või harjumusena (45%), oluliselt vähem nähakse seda enese proovilepanekuna (20%). 36% näeb selles head võimalust sõprade või perega koos aega veeta;
- Suurimateks tervisespordi harrastamise takistusteks on ajapuudus, pandeemiast tulenevad piirangud, ilmastikuolud ja vastavate spordivõimaluste puudumine;
- Kõige rohkem märkisid ajapuudust takistusena Tartust väljas, Tartu maapiirkonnas ning kesklinnas elavad inimesed;
- Naissoost vastajad ning muust rahvusest vastajad on vähem mobiilsed (kasutavad vähem autot igapäevaseks liikumiseks) ja eelistavad, et liikumisharrastuse asukoht oleks pigem lähedal - kuni 2 km kaugusel kodust või töökohast;
- Rohkem muutsid oma liikumiskäitumist COVID-19 mõjul naissoost vastajad ja muust rahvusest vastajad, aga ka vanim vanuserühm ehk üle 65-aastased;
- Tervisespordi harrastuse muutumine seoses COVID-19ga, sh koha ja spordiala muutus, oli tingitud palju ka sellest, et jäid ära meelepärased trennid (nt tantsu- või rühmatrennid);
- Kõige populaarsemad tervisespordi alad tartlaste seas on kõnd/matkamine (59%), jalgrattasõit (45%), jooksmine (33%), suusatamine (23%)¹⁰,

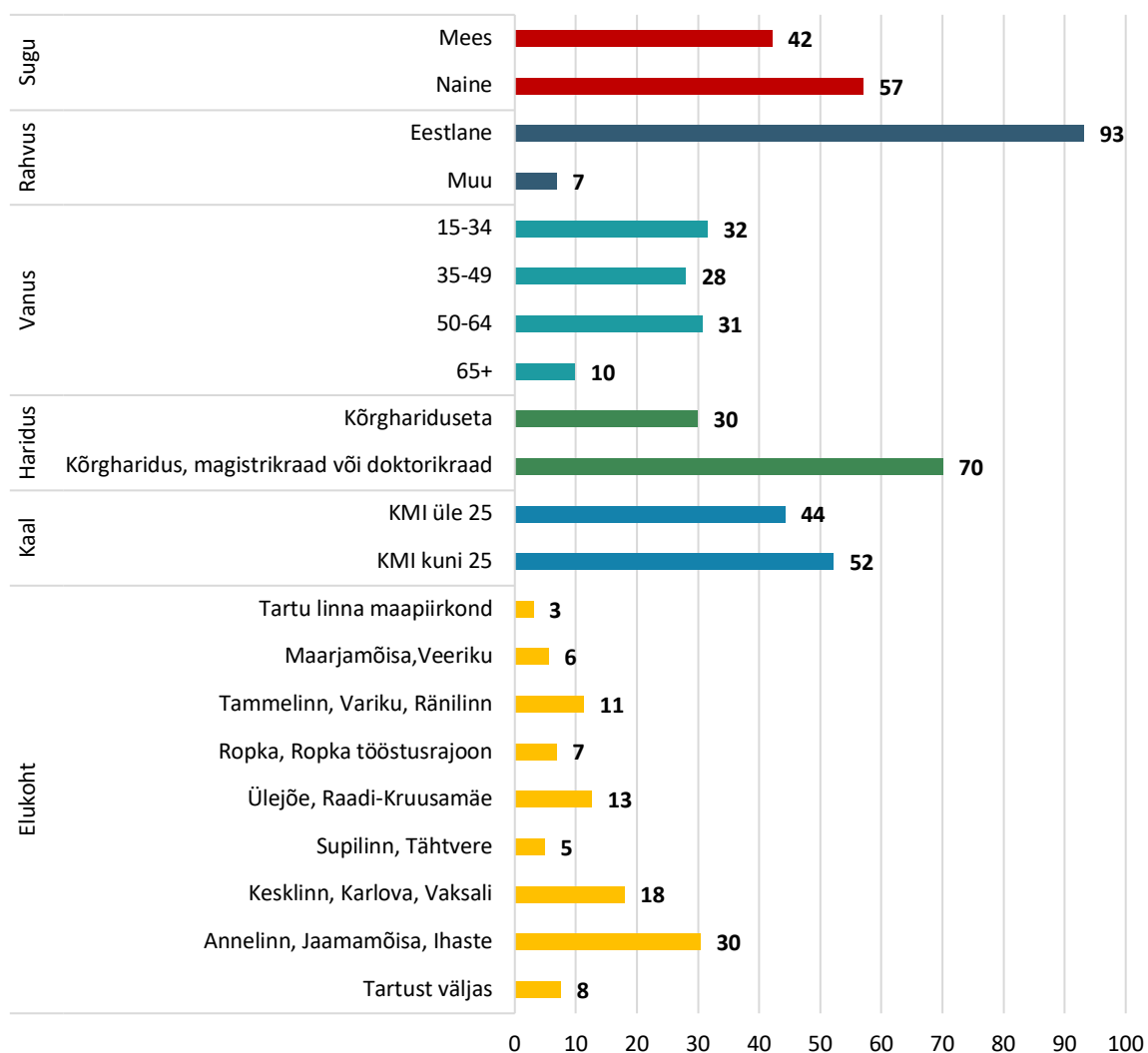
¹⁰ Tulenevalt küsitluse toimumise ajast on tõenäoliselt suusatamise harrastajate osakaal kõrgem, kui ta oleks seda suvel või mõnel vähem lumerikkal talvel uuringut tehes.

võimlemine/vesivõimlemine (21%), ujumine (20%) ja kulturism/jõutreeningud (15%);

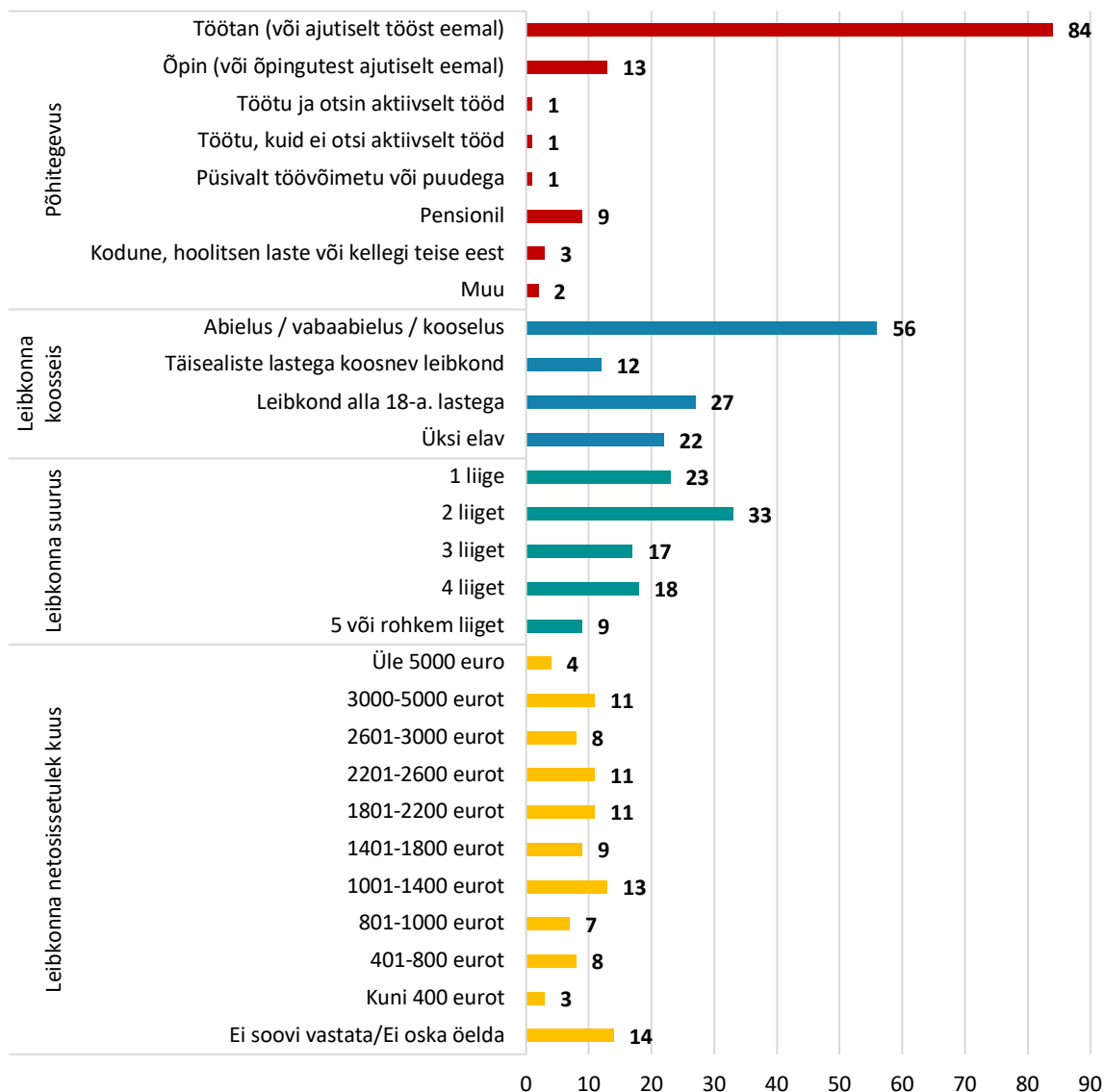
- Kõige vähem on tervisespordi harrastamise tingimustega rahul Ropka-Ropka tööstusrajooni ja Tartu linna maapiirkonna elanikud;
- Spordiala, millega tahetakse kõige enam (täiendavalt) tegeleda, on ujumine (30%), kuid võrreldes harrastamisega tahetakse palju ka mängida tennist, tantsida ning teha poksi, karated jm sarnast;
- Kõige rohkem tahetakse juurde matkaradasid, jalgratta- ning kergliiklusteid. See on ka ootuspärane, kuna kergliiklusteedel saab nii joosta, sõita rattaga kui ka kõndida, mis on tartlaste seas ka kolm kõige levinumat tervisespordi harrastust;
- Kolmandik tartlastest on osalenud tervisespordiüritustel vähemalt mõned korrad viimase aasta jooksul, mis on ligi kaks korda rohkem kui Eestis keskmiselt (14%);
- Soovitakse üritusi, mis oleksid suunatud peredele ja senioritele. Konkreetsetest üritustest tahetakse rohkem orienteerumist, matkamist, õhtuseid üritusi, tantsimist;
- Kõige populaarsemateks kanaliteks, millest spordi ja ürituste kohta infot saadakse, on sotsiaalmeedia ja internet. Kõige vähem saadakse tervisespordi kohta infot vabaaja veetmise keskustest, raadiost, välireklaamist ja koolist/töökohalt.

ÜLEVAADE KÜSITLUSELE VASTANUTEST

Tartu tervispordi uuringu valimis jaotuvad vastajad pärast soo, vanuserühma ja linnaosa järgi kaalumist taustatunnuste järgi nii, nagu joonisel 1 ja 2 näidatud.



Joonis 1. Küsitlusele vastanud taustatunnuste järgi kaalutud valimis (%)



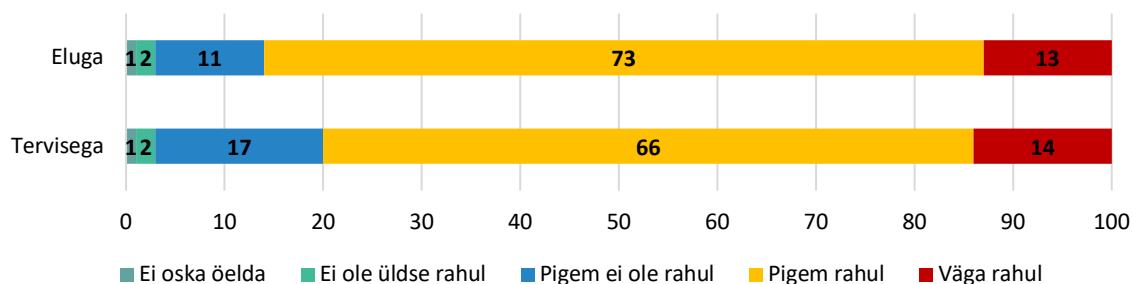
Joonis 2. Küsitlusele vastanud taustatunnuste järgi kaalutud valimis (%)

Keskmise vastaja profiil

Lähtudes andmetest ning uuringu tulemustest on uuringu keskmine vastaja (kaalutud valimis) naine, eestlane, vähemalt kõrgharidusega ja 44-aastane. Tema pikkus on 173 cm (n=1393) ja ta kaalub 76 kg (n=1387). Tema leibkonna suurus on 3 liiget ja leibkonna sissetulek 1801 kuni 2200 eurot. Ta peab tervisesporti väga tähtsaks ning liigub vähemalt 3 korda nädalas, sest talle on eelkõige oluline hea enesetunne ja vormis olek. Kõige rohkem kõikidest spordiharrastustest tegeleb ta jalgrattasõiduga ning teeb seda oma kodu lähedal. Igapäevaselt kasutab ta liikumiseks kas autot või kõnnib jalgsi. Infot tervisespordi paikade ja tegevuste kohta saab ta internetist, eelkõige sotsiaalmeediast. Ta ei ole osalenud ühelgi tervisespordi üritustel.

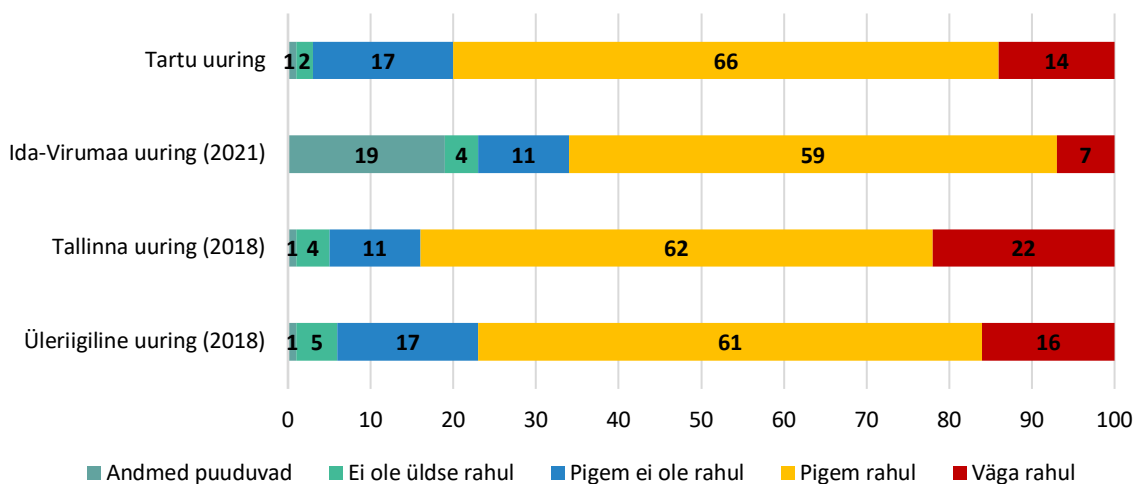
Rahulolu näitajad

Tervisespordiharrastustega tegelemine on otseselt seotud elukvaliteedi ja tervise parandamisega. Seetõttu on otstarbekas pakkuda esmalt ülevaade rahulolunäitajatest ning võrrelda neid teiste sarnaste uuringutega. Tartlased on oodatavalt rohkem rahul oma eluga kui tervisega. Numbrite poolest märkis 86% vastanutest, et on kas väga rahul või pigem rahul oma eluga, samas kui 80% inimestest arvas sama tervise kohta.

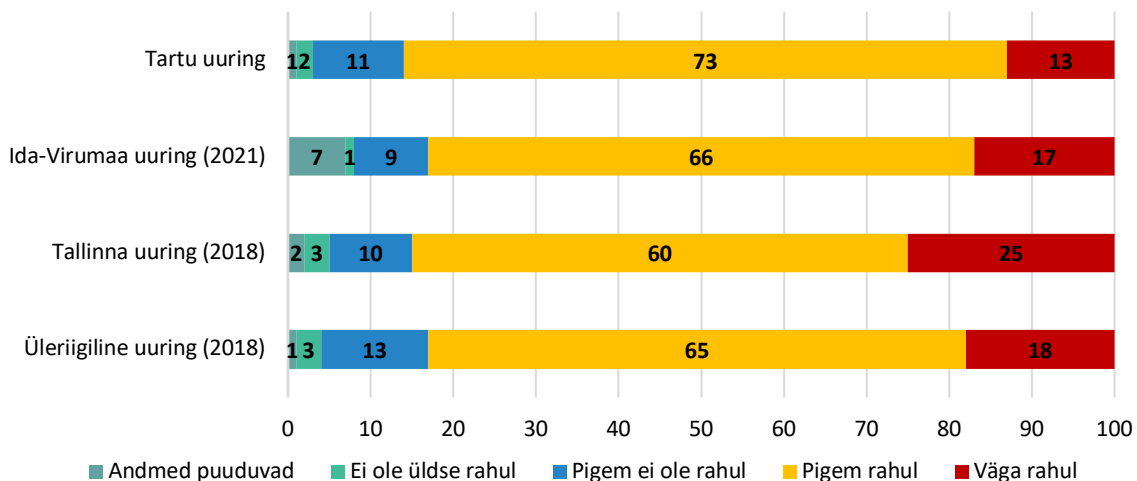


Joonis 3. Kui rahul olete olnud oma elu ja tervisega viimasel aastal? (% , n= 1437)

Kui võrrelda antud näitajaid üleriigilise ja teiste uuringutega, siis hindavad tartlased oma tervist ülejäänud Eesti piirkondades elavatest inimestest paremaks. Oma näitajate poolest on kõrgem arv vaid Tallinna elanike seas, kellest 84% on kas väga rahul või pigem rahul oma tervisega. Sama võib öelda ka rahulolu puhul eluga, mida tartlased hindavad üleriikliku ja kohalike uuringutega võrreldes kõrgemaks. Täpsem võrdlus on toodud joonistel 4 ja 5 allpool.

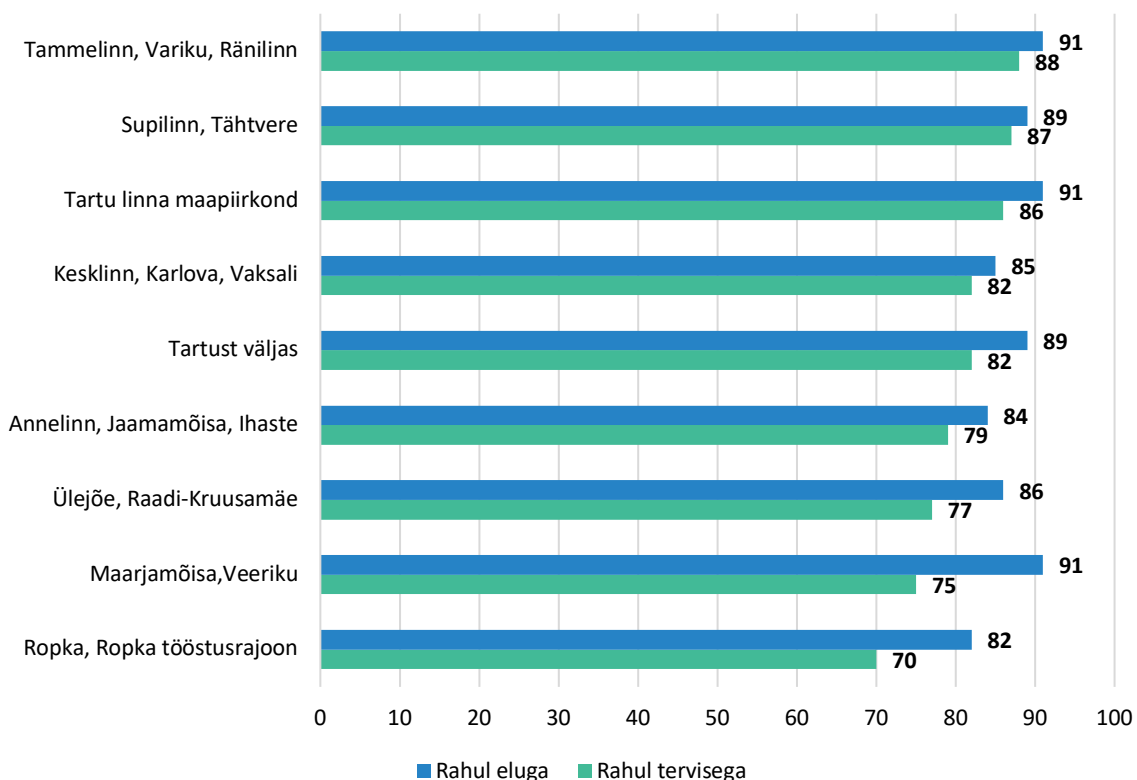


Joonis 4. Tartlaste rahulolu tervisega võrreldes teiste uuringutega (%)



Joonis 5. Tartlaste rahulolu eluga võrreldes teiste uuringutega (%)

Siinkohal tasubki tõdeda, et Tartus on keskmisest kõrgem elatustase ja sissetulekute suurus, mis mõjutab otseselt ka rahulolu elu ning tervisega. Seda eelkõige põhjusel, et arenenumas piirkonnas on soodsamad võimalused tegeleda meelepärase harrastustega, parem üldine heaolu, elujärk ja võimalused hoolitseda oma tervise eest. Ka varasemates uuringutes on järeldatud, et kõrgema elatustasemega piirkondades kipub ka rahulolu elu ja tervisega olema kõrgem.

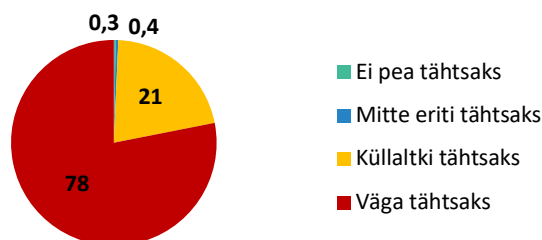


Joonis 6. Osakaal vastava piirkonna elanikest, kes on pigem või väga rahul olnud oma tervise ja eluga viimasel aastal (%)

Küll aga kui analüüsida rahulolunäitajaid piirkondade lõikes, kerkib esile huvitav erinevus. Kui rahulolu eluga on üldiselt võrdne, siis rahulolu tervisega on piirkonniti erinev. Suurema rahulolu poolest eristuvad Kesklinna-Variku-Ränlinna, Supilinna-Tähtvere ja Tartu linna maapiirkonna (Ilmatsalu, Märja jt) elanikud. Väiksema rahulolu poolest torkavad silma Ropka ja Ropka tööstusrajooni elanikud, kes on kõige vähem rahul nii oma elu kui ka tervisega. Maarjamõisa-Veeriku vastajad on samuti vastanud kontrastselt: nende rahulolu tervisega on üks madalamaid, samas kui nende rahulolu eluga on üks kõrgemaid.

TERVISEPORDI TEGEMINE JA LIIKUMINE

Vastajate käest küsiti ka tervisespordi tähtsuse ja liikumise kohta. Pea kõik vastajad märkisid, et peavad tervisesporti oluliseks. Ligi 78% vastajatest arvas, et tervisesport on nende jaoks väga tähtis ning 21% vastajatest leidis, et tervisesport on nende jaoks küllaltki tähtis. Kokkuvõttes peab tervisesporti oluliseks 99% vastanutest. Vastavalt ligi 1% vastajatest peavad tervisesporti kas ebatähtsaks (0,3%) või mitte eriti tähtsaks (0,4%). Soo ja vanuse lõikes statistiliselt olulisi erinevusi siinkohal ei esinenud.



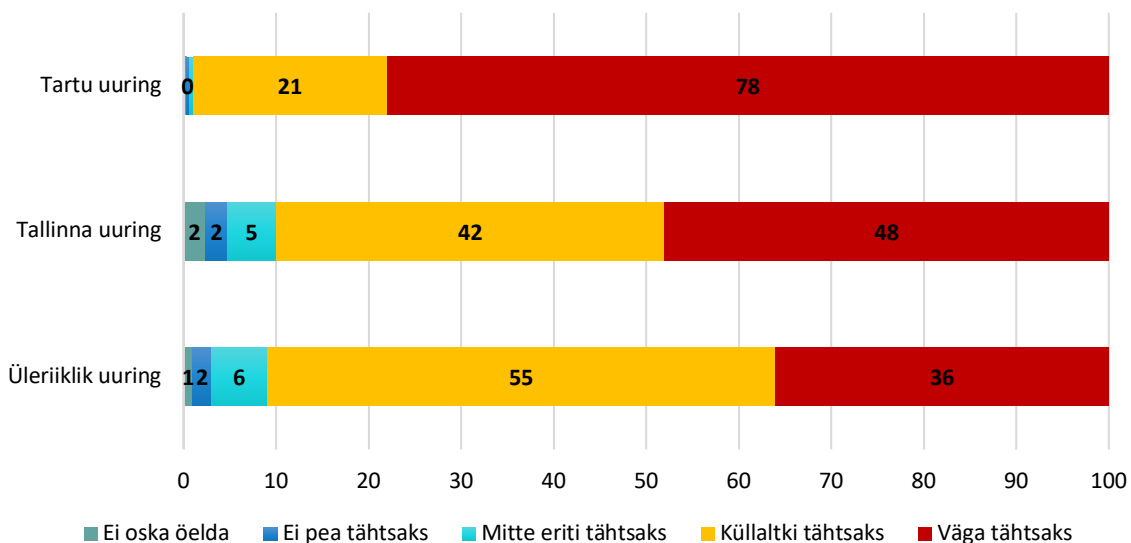
Joonis 7. Kuivõrd tähtsaks peate, et inimesed tegeleksid tervisespordi ja liikumisharrastustega, nagu tempokas kõnd, jooks, rattasõit, võimlemine, tants, pallimängud, jõuharjutused või muu? (% , n=1437)

Võrreldes üleriigiliste ja Tallinna piirkonna uuringutega on tervisesporti tähtsustavate inimeste osakaal väga kõrge. Nii näiteks peavad tervisesporti Eestis keskmiselt oluliseks 91% inimestest, Tallinnas on see näitaja 90%. Sellegipoolest on aastate lõikes tervisespordi tähtsaks pidamine Eestis püsinud 90% ringis, mis annab aluse arvata, et kõrge number Tartu piirkonnas ei ole tegeliku tulemusega suures vastuolus.

Siin aga torkab silma asjaolu, et suurem osa vastajatest pidas tervisesporti pigem väga tähtsaks kui tähtsaks. Väga tähtsaks pidavate inimeste arv on oluliselt kõrgem kui teistes sarnastes uuringutes, mida illustreerib joonis 5 allpool. Selle põhjal võib öelda, et vastajad Tartust peavad tervisesporti teatud määral olulisemaks kui teistes uuringutes.

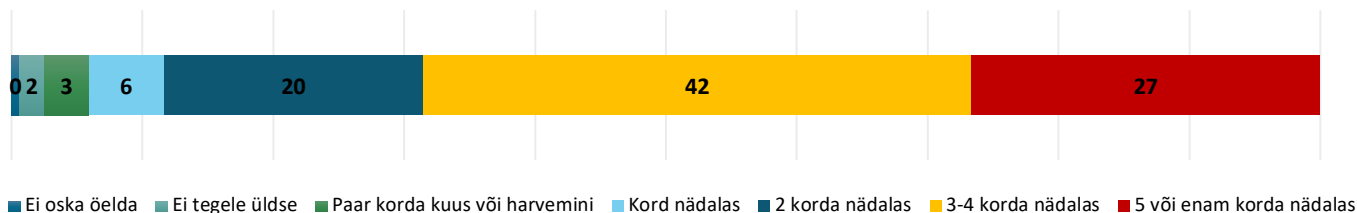
Küll aga näitavad tulemused ka seda, et uuringust võtsid osa ning jagasid oma vastuseid need inimesed, kes on juba huvitatud tervisespordist ja keda see teema ka kõnetab. Ühelt poolt ei võimalda need tulemused otsida paralleele tervisespordist huvituvate ja mittehuvituvate vahel (sarnast analüüsi tehti näiteks Pärnumaa uuringus), kuid teisalt osalesid uuringus pigem need, keda see tema kõnetab ning keda igasugused arendustegevused otseselt ka puudutavad. Tasub öelda, et ka uuringukutset ei levitatud sihilikult spordiorganisatsioonide kaudu, et mitte keskenduda nendele, kes sporti aktiivselt harrastavad. Peamine rõhk levitamisel oli kohalikul meedial, ametlikel kanalitel ja sotsiaalmeedial. Levitamisel keskenduti keskmise tartlase

püüdmisele, kes jälgib linna ametlike kanaleid, on aktiivne sotsiaalmeedias või loeb näiteks Tartu Postimeest.¹¹



Joonis 8. Tervisespordi tähtsustamine erinevate uuringute põhjal (%)

Ka järgnev küsimus näitab suurt tervisespordist huvitunute inimeste osakaalu vastustes. Nimelt küsiti vastajatelt ka tervisespordiga tegelemise sagedust, mille järgi harrastab vähemalt kaks korda nädalas tervisesporti 89% vastajatest. Neist 42% tegeleb tervisespordiga 3–4 korda nädalas ja 27% viis või enam kordi nädalas. Teistes uuringutes on vähemalt kaks korda nädalas tegelevate liikumisharrastajate arv 67% (Ida-Virumaa), 35% (üleriiklik) ja 52% (Tallinn).



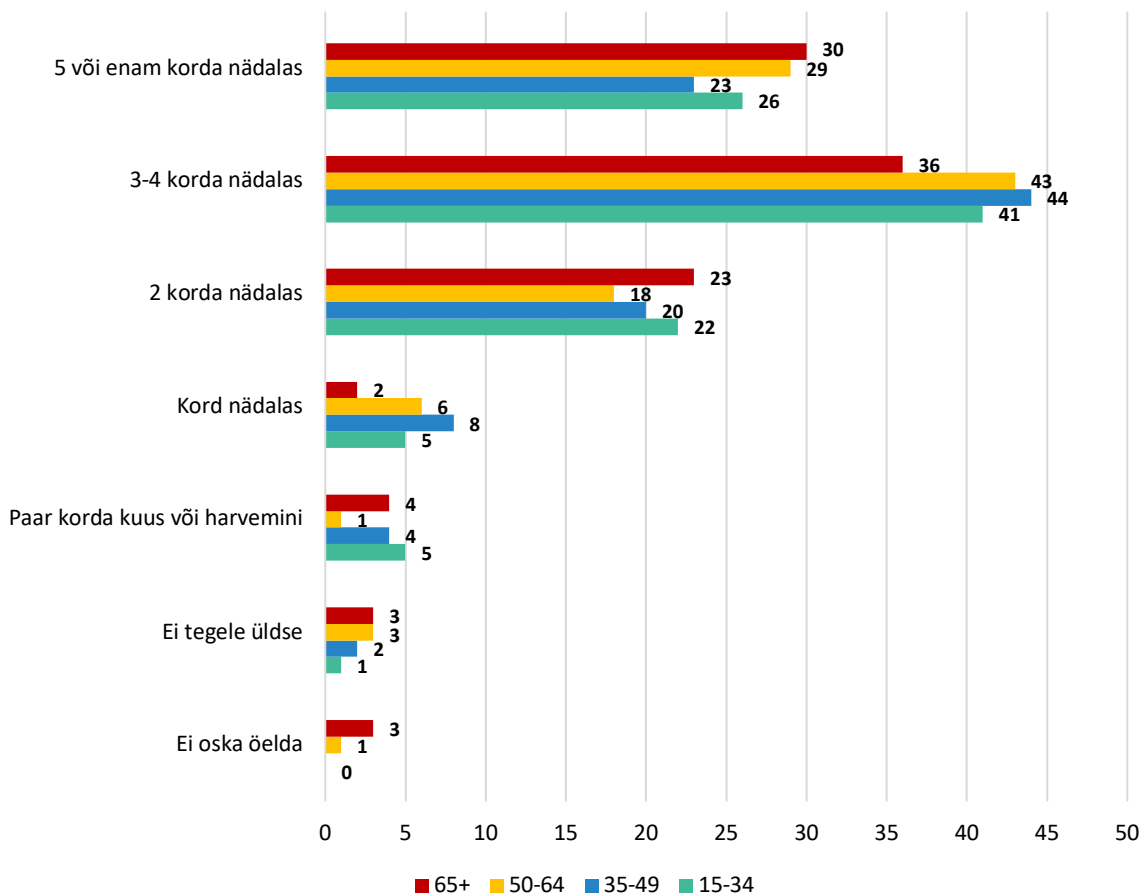
Joonis 9. Keskmiselt kui sageli Te tegelete vähemalt 30 minutit järjest tervisespordi või liikumisharrastustega? Peame silmas näiteks jooksmist, rattasõitu, võimlemist, tantsu, pallimänge, tempokat kõndi ja jõuharjutusi (%; n=1437)

Kui analüüsida seda küsimust piirkonnapõhiselt, siis kõige aktiivsemad liikujad, kes tegelevad tervisespordiga 5 või enam korda, paiknevad Tartu linna maapiirkonnas (35%) ja Supilinna-Tähtvere piirkonnas (34%). 3 kuni 4 korda nädalas tegelevad kõige rohkem samuti Tartu maapiirkonna (52%) ja ka Maarjamõisa-Veeriku (49%) vastajad.

¹¹ Ka tutvudes lähemalt vastamise mustriga küsitluskeskkonnas oli näha, et vähemalt 72% vastanutest jõudsid küsimustikuni linna ametlike kanalite, meedia või Facebooki kaudu. Neist vähemalt 41% jõudis küsitluseni Tartu Linnavalitsuse pressiteates või Tartu Postimehe uudises oleva lingi kaudu. See annab põhjust arvata, et suur huvi spordi vastu ei ole suures vastuolus tegelike tulemustega.

Piirkonnapõhises analüüsis torkab silma asjaolu, et kõige vähem tegeletakse aktiivse liikumisega Ropka piirkonnas, mille elanikest 7% vastas, et ei tegele tervisespordiga üldse (teiste piirkondade näitajad jäävad vahemikku 0–3%). Ka oli Ropkast kõige rohkem inimesi, kes ei osanud sellele küsimusele vastata (5%, teiste piirkondade näitaja 0-1%).

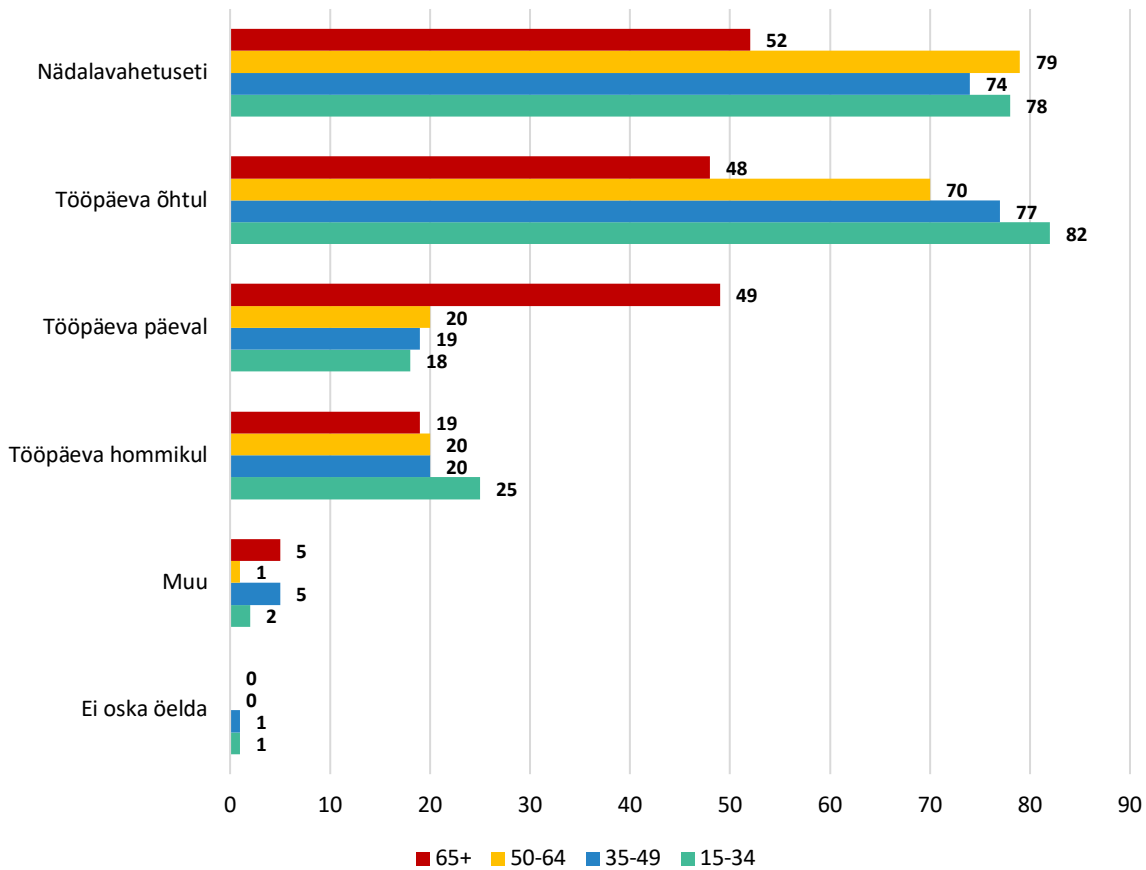
Vanuselise jaotuse järgi on huvitavad näitajad just vanima vanuserühma (65+) puhul. Nende seas on kõige rohkem 5 või enam korda nädalas harrastavaid inimesi (30%), rohkem kui üheski teises vanusegrupis. Nendele järgnevad 50-64-aastased, kellest 29% tegeleb tervisespordiga 5 või enam korda nädalas, mis on samuti üle keskmise tulemuse. Ilmselt on pensionieas olevatel inimestel rohkem võimalusi leida iga päev pisut aega ning tegeleda meelepärase liikumisega võrreldes töötavate või muid kohustusi (nt õppimine) omavate inimestega. Küll aga 3–4 korda nädalas tegelevad kõige rohkem just 35–49-aastased ning paar korda kuus või harvemini sportivate inimeste osakaal on suurim 15–34-aastaste seas. Samas on 65+ inimeste seas kõige rohkem just 2 korda nädalas tegutsevaid inimesi. Paberkandjal vastuseid korjates ja vanemate inimestega uuringu raames isiklikult vesteldes võib oletada, et suur osa neist käib senioritele mõeldud ringides ja trennides, mis valdavalt toimuvadki 2 korda nädalas teatud kellaegadel.



Joonis 10. Keskmiselt kui sageli Te tegelete vähemalt 30 minutit järjest tervisespordi või liikumisharrastustega? Vanuseline jaotus (%)

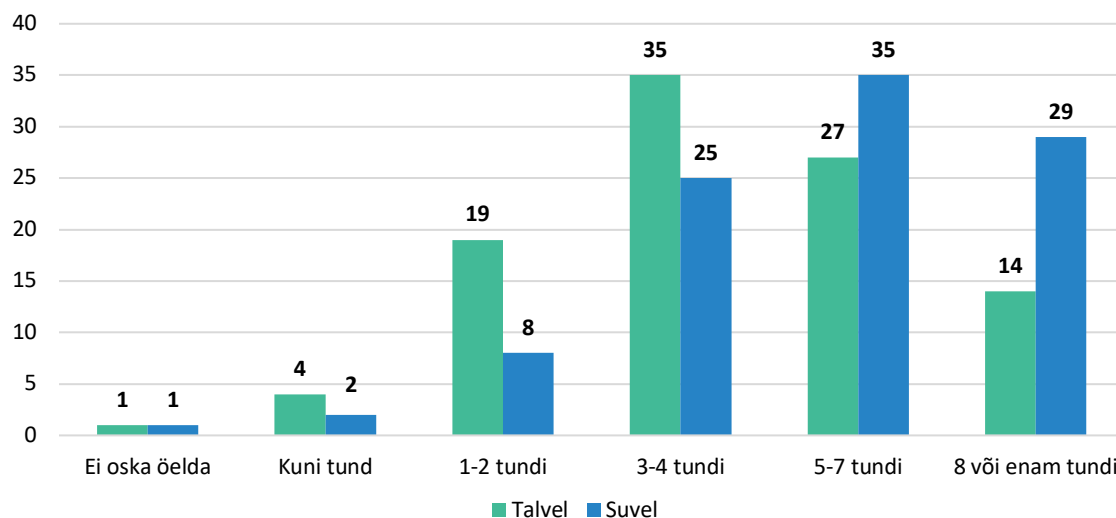
Vanemate inimeste kulgemist ning ajarahkust liikumiseks seletab ka allolev joonis, mis näitab, et inimesed vanuses 65+ sõltuvad kõige vähem kellaajast ja nädalapäevast. Nende seas harrastatakse liikumist nii tööpäeva lõunal, õhtul kui ka nädalavahetusel võrdselt. Oodatavalt vähe liiguvad tööpäeva hommikul ja lõunal kõik nooremad inimesed ning nende seas

eelistatakse liikumiseks tööpäeva õhtuid ja nädalavahetusi. Siinkohal eelistavad 15–49-aastased pisut rohkem tööpäeva õhtuid ja 50–65-aastased pisut enam nädalavahetusi. Piirkondade ja muude aspektide lõikes statistiliselt olulisi erinevusi polnud.



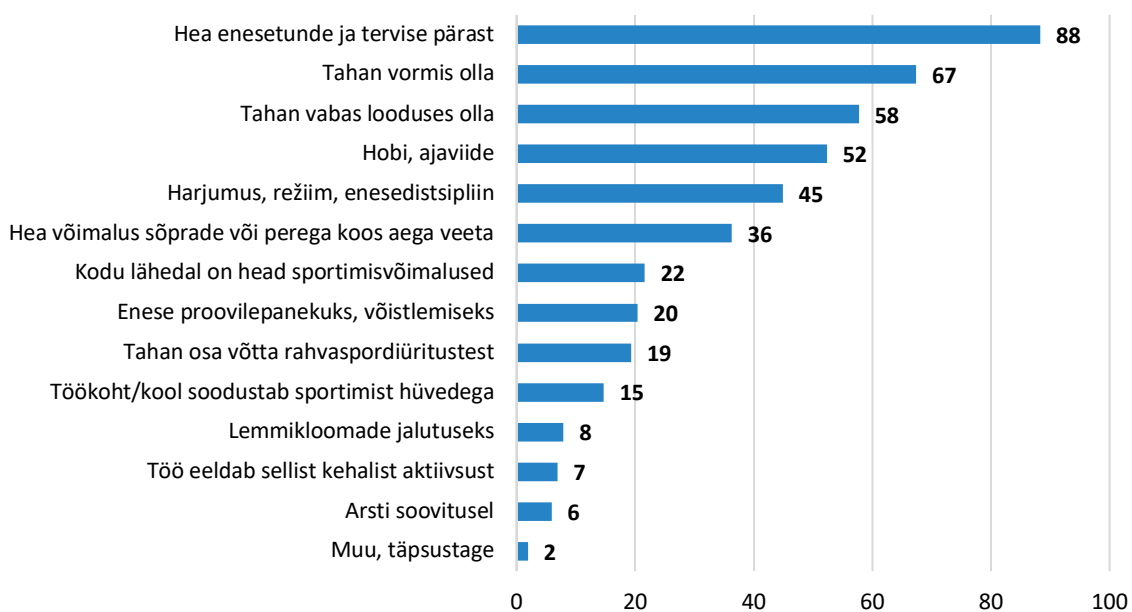
Joonis 11. Millal Te tavaliselt tegelete liikumisharrastustega? (% , n=1437)

Kui võrrelda hooajalist erinevust sportimises, siis on selgelt näha, et rohkem tegeletakse tervisespordiga just suvel kui talvel. Kui talvel tegeleb nädalas 5 ja enam tundi 41% tartlastest, siis suvel on see arv 64%. Talvel tegeletakse tervisespordiga pigem 1–4 tundi nädalas tipnedes 3–4 tunni juures. Suve tipuks on 5–7 tundi. Asjaolu, et suvel rohkem tervisesporti tehakse, tuleb ilmsiks ka Ida-Virumaa uuringus, kus aastaegade lõikes toimub kõige intensiivsem liikumine juunist augustini ning kõige vähem liigutakse just detsembrist veebruarini. Samasugune erinevus talve ja suve vahel tuleb esile ka Pärnumaa uuringus. Kindlasti soodustavad sellist vahet paremad ilmastikuolud väljas aja veetmiseks suvel. Seda peegeldab ka joonis 13, kus populaarsuse poolest kolmas põhjus, miks tervisespordiga tegeletakse, on inimeste soov veeta aega looduses.



Joonis 12. Mitu tundi nädalas Teil suvel ja talvel liikumisharrastustega tegelemisele keskmiselt kulub (nädala kohta kokku)? (%; n talvel=1398, n suvel=1397; välja jäetud need, kes vastasid eelmisele küsimusele „ei tegele üldse“ või „ei oska öelda“)

Lisaks soovile veeta aega looduses on kõige olulisem liikumisharrastustega tegelemise puhul tartlaste jaoks just hea enesetunne ja vormis olek. Samuti nähakse tervisespordis ka hobi/ajaviidet, harjumust ning võimalust sõprade või perega koos olla. Need näitajad lähevad üldiselt kokku uuringutega teistes piirkondades. Ka Pärnumaa ja Ida-Virumaa uuringutes on hea enesetunne ja vormis olemine kaks peamist põhjust, miks tervisespordiga tegeletakse. Erinevus tekib vaid lähedal asuvate spordipaikade suhtes. Nii leidis 62% vastanutest Ida-Virumaal, et lähedal asuvad head sportimisvõimalused, mida tartlaste seas arvas 22% vastanutest.

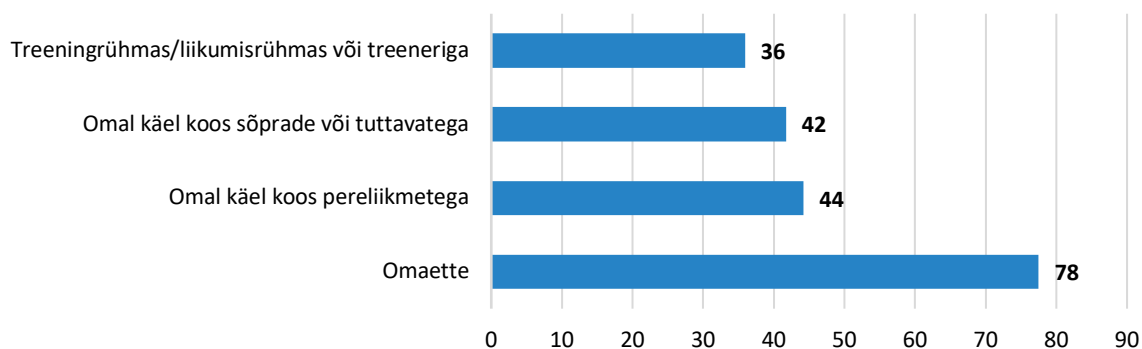


Joonis 13. Miks Te tegelete liikumisharrastustega? Valige kõik sobivad põhjused (%)

Vähem valiti põhjuseks arstide soovitus, lemmikloomadega jalutamist või tervisesportimise soodustamist hüvedega töökoha/kooli poolt. Viimane näitaja jääb muuseas alla ka Ida-Virumaale (seal vastas 35% inimestest, et töökoht soodustab sportimist). Võimalik, et Tartu uuringus oli rohkem alternatiive, mille seast vastajad valida said ja mille tõttu see põhjus varju jäi. Kuid sellegipoolest on ka selle uuringu raames analüüsides tegemist pigem vähemtähtsa põhjusega, mis paneb mõtlema tervisespordi soodustamise piisavusele nii tööl kui koolis.

Liikumisharrastustega tegeletakse kõige sagedamini omaette/üksinda (78%). Koos pereliikmetega liigub 44%, sõprade või tuttavatega 42% ning liikumisrühmas või treeneriga 36% vastanutest.

Omaette tegelevaid on kõige rohkem ka mujal Eestis: Pärnumaal, Ida-Virumaal, Tallinnas ja ka Eestis üldiselt. Küll aga varieeruvad vaid sellest järgnevad viisid: nii Pärnumaal, Tallinnas kui ka Eestis üldiselt eelistatakse liikuda treeningrühmas või treeneriga, samas kui selles uuringus on treeningrühmades ja treeneriga liikumine kõige vähem populaarsem ning pigem liigutakse pere keskis.¹²



Joonis 14. Kuidas Te tegelete liikumisharrastustega peamiselt? Valige kõik sobivad variandid (% , n=1437)

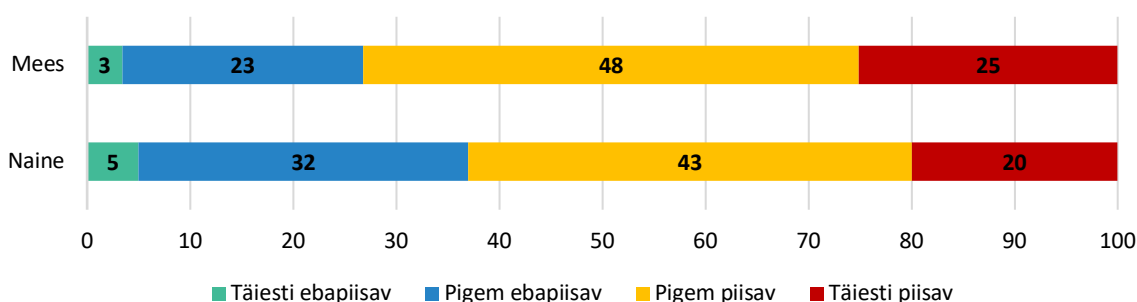
Kõige vähem omaette harrastajaid leidub vanemate inimeste seas (60%). Samuti tegelevad eestlased liikumisega rohkem pere keskis kui muulased (45% vs muu 28%). Mehed tegelevad rohkem koos sõprade või tuttavatega (49% vs 37%), samas kui naised eelistavad liikuda treeningrühmas või treeneriga (45% vs 23%). Koos nendega eelistavad treeningrühmades liikuda rohkem ka ülekaalulised (KMI üle 25) inimesed (31% vs normaalkaalus 40%). Treeningrühmas või treeneri juhendamisel tegelevad vähem Tartu linna maapiirkonna, Maarjamõisa-Veeriku (mõlemad 23%), Ropka ja Ropka tööstusrajooni elanikud (21%).

¹² Siinkohal on suure tõenäosusega tegemist COVID-19 olukorra mõjuga, kuna andmekogumine uuringu jaoks toimus 2020. aasta talvel (jaanuaris), mil kehtisid teatud liikumispiirangud. Üleriigilise 2020. aasta uuringu andmeid, mille järgi olid rühmatrennid endiselt populaarsed, koguti 28. septembrist 1. oktoobrini, mil suuremahulisi liikumispiiranguid veel ei kehtinud.

Hinnangud liikumise mahule

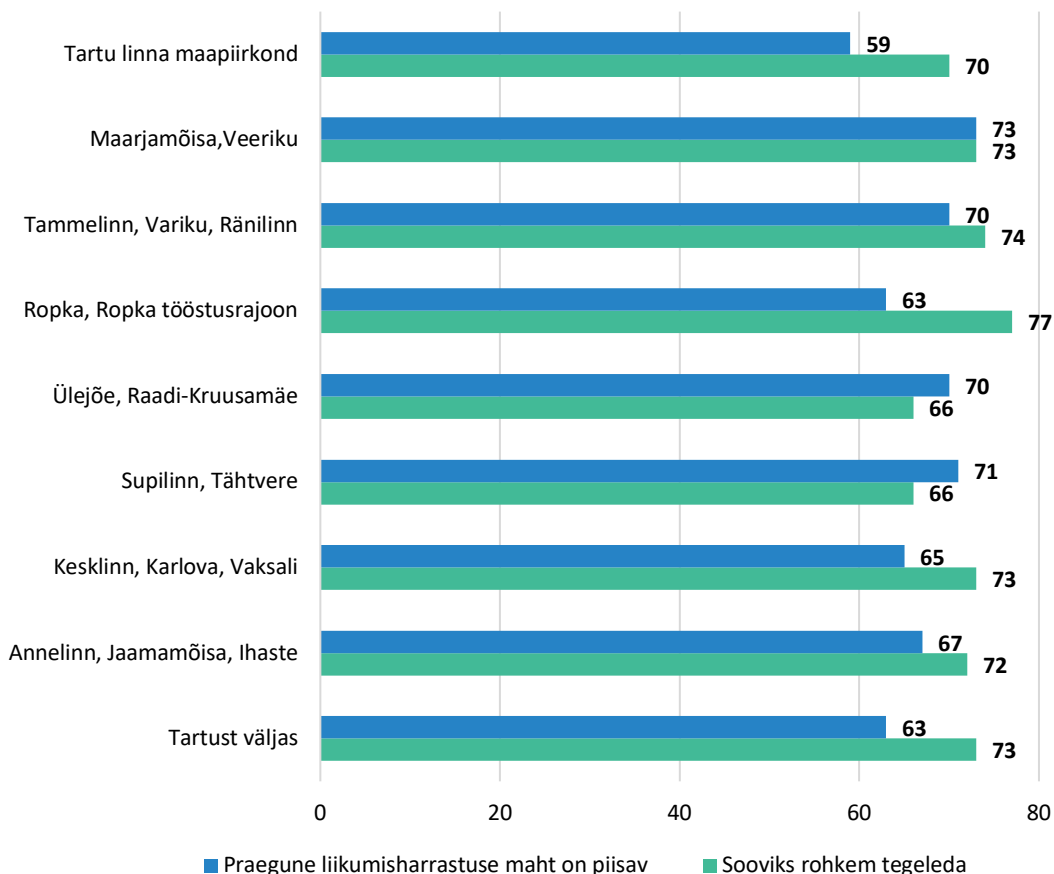
Hinnangud liikumisharrastuse mahule näitavad samuti huvitavaid tulemusi. Keskmiselt on oma liikumise mahtu hindanud piisavaks 67% vastanutest ja ebapiisavaks 33% vastanutest. Üleriigilise uuringu vastavad näitajad on 51% ja 46%, Tallinnas 62% ja 36% ning Pärnumaa uuringus (harrastajate seas) 69% ja 25%. Seega hindab keskmine tartlane oma liikumisharrastuste piisavust kõrgemalt kui tallinlane ja Eesti inimene üldiselt, kuid madalamalt kui Pärnumaa inimene.

Soo lõikes hindavad mehed oma liikumist piisavamaks kui naised (73% vs 63%), täpsem jaotus on esitatud joonisel 15. Vanuserühmade lõikes ei ole olulisi statistilisi erinevusi selles, kas liikumisharrastuse maht on piisav või mitte.



Joonis 15. Kas Teie hinnangul on Teie praegune liikumisharrastuse maht...? (% , n=1437)

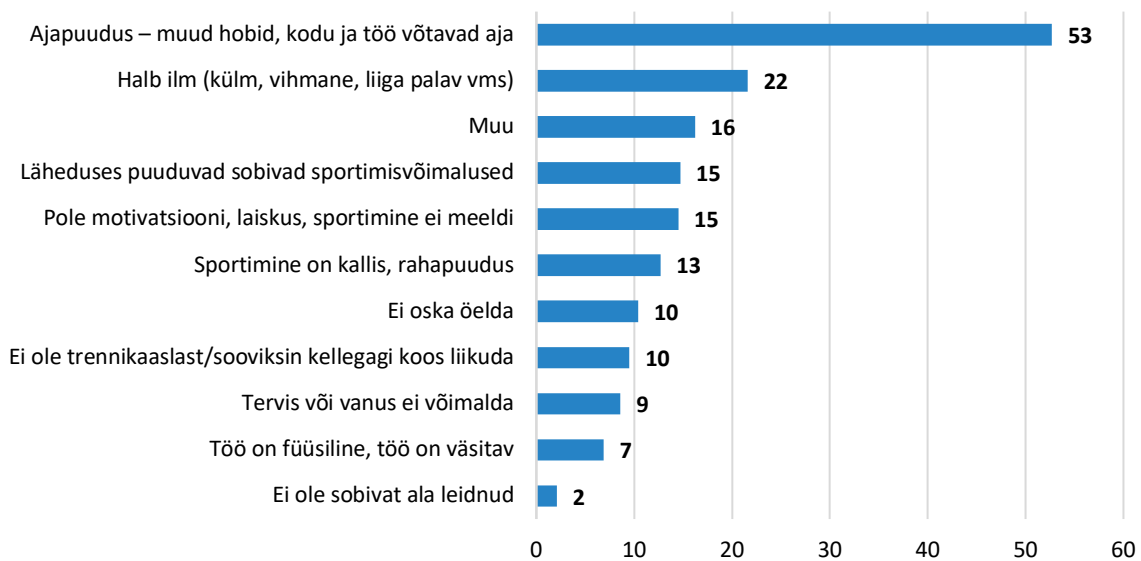
Järgneval joonisel (Joonis 16) on näha, et madalam hinnang oma liikumise piisavusele on Ropka ja Ropka tööstusrajooni ning Tartu maapiirkonna elanike seas. See on huvitav, sest kui näiteks Ropka piirkonna elanike seas oli kõige rohkem mitteliikujaid, siis Tartu maapiirkonna elanike seas oli see näitaja just üks suuremaid (Ilmatsalus ja Märjas on kõige suurem inimeste osakaal, kes tegelesid tervisespordiga 5 või enam korda nädalas). Selline kontrast peegeldab just madalat liikumise kvaliteeti ehk vaatamata sellele, et liigutakse palju, paraneks liikumise kvaliteet ühes liikumistingimusega. Nii Ropka kui ka Tartu maapiirkondade puhul tulebki esile just heade võimaluste puudus – teistega võrreldes on vähem neid, kes hindavad liikumist piisavaks ja rohkem neid, kes tahavad rohkem liikuda. Täpsemalt kirjeldab seda joonis 16 allpool.



Joonis 16. Osakaal, kes märkis, et nende liikumisharrastuse maht on pigem või täiesti piisav ("Kas Teie hinnangul on Teie praegune liikumisharrastuse maht...") ning kes märkis, et sooviks sellega mõnevõrra või oluliselt rohkem tegeleda kui praegu ("Kas Te sooviksite tegeleda liikumisharrastustega...") (%)

Tervisespordiga tegelemise takistused

Käesolevas uuringus küsiti ka vastajate takistusi tervisespordiga tegelemisel. Ülekaalukalt märgiti peamiseks takistuseks ajapuudust (53%), mis on levinuim takistus ka Tallinna elanike seas (37%, üleriiklikus uuringus on ajapuudus teisel kohal, kõige suuremaks takistuseks peavad eestlased pigem väsimust). Siinkohal oli ajapuudus suurem just meeste seas (59% mehed vs 48% naised). Vanuserühmade lõikes valitses kõige väiksem ajapuudus vanima vanuserühma seas (16%), mis on ka otseselt seotud pensioniikka jõudnud inimeste väiksema ajasurvega. Huvitaval kombel valitseb kõige suurem ajapuudus just Tartust väljas (59%), Tartu maapiirkonna (64%) ja Kesklinna-Vaksali-Karlova piirkonnas elavate inimeste seas (59%). Kui kesklinnas elavate inimeste seas võibki selle põhjuseks olla kiire elutempo ja hulk kohustusi, siis Tartust väljaspool ja Tartu maapiirkonnas elavate inimeste puhul võib selle keskmeks olla kaugus (kesk)linnast. Nimelt tuleb nii mõnegi meelisspordialaga tegelemiseks sõita pikemat maad elukohast linna, milleks sageli napib inimestel aega.

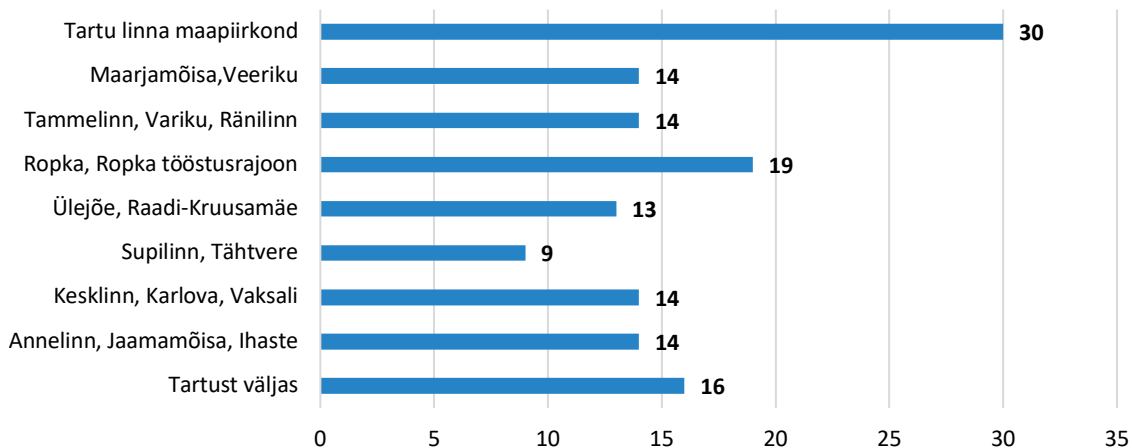


Joonis 17. Palun nimetage kuni kolm põhjust, mis takistavad Teid regulaarselt liikumisharrastusega tegelemast? (% , n=1437)

Motivatsioonipuudus, mida valis 15% vastajatest, on kõige suurem just noorte inimeste seas (23%). Hinna osas pidas sportimist liiga kalliks 24% muust rahvusest inimesi ja 12% eestlasi. Oodatavalt on piirkonna võimalustega vähem kursis muust rahvusest inimesed võrreldes eestlastega (10% vs 3%).

Muu põhjuse valinud vastajatest märkis suurem osa, et tegelikult põhjused puuduvad ja miski neid ei piira. Takistavatest faktoritest aga toodi esile just piiranguid, mis kehtivad seoses COVID-19 viiruse levikuga, ning rasedust. Lisaks märgiti ka transpordivõimaluse puudumist, rühmatreeningute mittetoimumist ning huvitavalt rõhutasid paljud ka laiskust, kuigi viimane oli valikuna küsimuses olemas. Ilmselt sooviti seda eraldiseisvalt esile tuua.

Mitmete näitajate poolest paistab siinkohal silma Ropka piirkond. Lisaks sellele, et piirkonna elanike seas on kõige suurem motivatsioonipuudus tegeleda tervisespordiga (24%), on Ropka elanikud pidanud kõige enam probleemiks ka sobiva ala puudumist (7%) ning halbu ilmastikuolusid (35%). Ka järgneval joonisel (Joonis 18) on näha, et piirkondadest on kõige vähem sportimisvõimalustega rahul just Tartu linna maapiirkonna ja Ropka elanikud.



Joonis 18. Vastajad piirkondade järgi, kes on valinud ühe takistuse selle, et läheduses puuduvad sobivad sportimisvõimalused ("Palun nimetage kuni kolm põhjust, mis takistavad Teid regulaarselt liikumisharrastusega tegelemast?") (% , n=1437)

Antud tendentsi illustreerimiseks lisame ka mõned avatud vastused, mis laekusid Ropkas ja Tartu maapiirkonnas elavatel inimestel. Näiteks kommenteeris üks Ropka vastajatest nõnda:

„Nagu eelnevalt mainisin, puudub Ropka (ringtee, alasi, jalaka jne) korralik koht treeningute tegemiseks.“

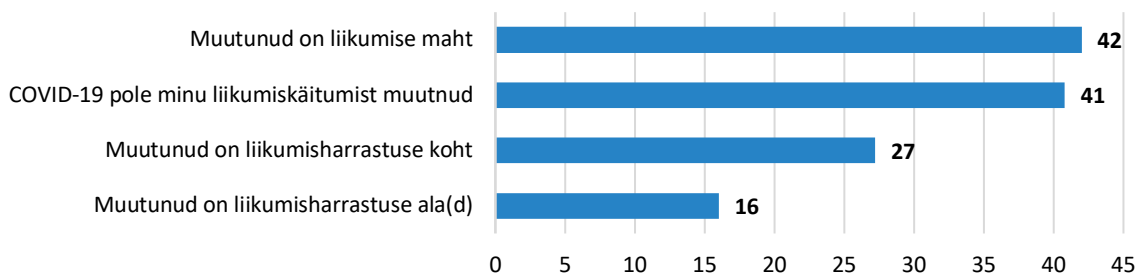
Tartu linna maapiirkonna vastaja vastas nõnda:

„Ropka linnaosas puudub korralik koht, kus võiks teha treeninguid. Jah, Variku kooli jõusaal tehti korda, kuid see pole siiski see. Siin linnaosas pole ühtegi kohta, kus võiksid toimuda zumba, aeroobika, tantsimine... ma arvan, et nii Ülenurme kui ka Tõrvandi inimesed käiksid meeleldi nendesse trennidesse. Tõrvandis ja Ülenurmes toimuvad kord nädalas zumba treeningud ja need on ka õhtul hilja, kus mina enam ei saa ega füüsiliselt ei jõua. Samuti ka jõusaal ja ujula.“

Põhjalikum ülevaade avatud vastustest ja inimeste ettepanekutest ja seisukohtadest piirkondade lõikes võib leida tabelist 3 allpool.

COVID-19 mõju inimeste liikumiskäitumisele

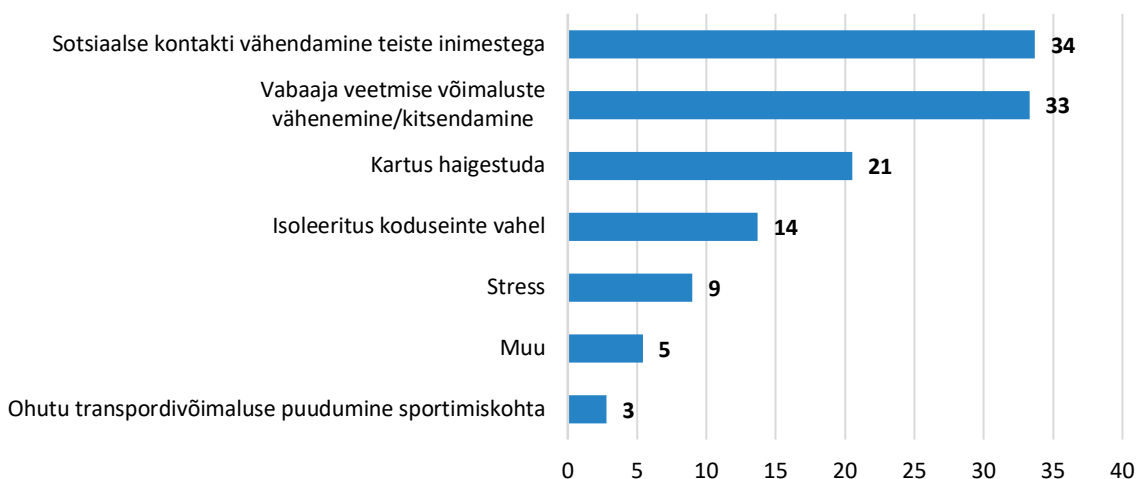
Nagu võrdlused teiste uuringutega näitavad, on COVID-19 avaldanud inimeste liikumiskäitumisele olulist mõju. Sedapuhku uuriti ühe teemana vastajatelt ka seda, kuidas on COVID-19 nende liikumiskäitumist muutnud.



Joonis 19. Kuidas on COVID-19 mõjutanud teie üldist liikumiskäitumist? (% , n=1437)

Selgus, et COVID-19 ja sellega seotud piirangud on mõjutanud üle poolte inimeste liikumiskäitumist. Kõige enam on muutunud liikumise maht, vähem koht ja veel vähem alad. Liikumise maht on vähenenud 70% ja suurenenud 29% inimestel. Oma käitumist on muutnud rohkem naised ja muud rahvused, meestest ei ole muutnud oma käitumist nt 55%, naistest 31%. Liikumise maht on muutunud 57% muudel rahvustel ja 41% eestlastel, samuti 49% naistel ja 32% meestel. Seejuures naiste ja muude rahvuste seas oli tunduvalt rohkem neid, kes liikusid oluliselt vähem. Liikumise koht on enim muutunud naistel (33% vs 19%) ning spordialad on enim muutunud muudel rahvustel (29% vs 15%). Teistest piirkondadest eristub Tartu maapiirkond, mille elanikest 61% ei ole muutnud enda liikumiskäitumist.

Põhjustena, miks oma liikumiskäitumist muudeti, valisid kartuse haigestuda ja vaba aja veetmise võimaluste vähenemise enam naised ja muud rahvused. Kartuse haigestuda valis oodatavalt teistest enam ka vanim vanuserühm, vaba aja veetmise võimaluste vähenemise aga vanim ja noorim vanuserühm. Sotsiaalse kontakti vähendamise teistega valisid põhjusena enam naised ja kõige noorem vanuserühm. Isoleerituse koduseinte vahel valisid teistest enam muud rahvused ja pigem nooremad vanuserühmad. "Muu" valiku teinud inimesed märkisid, et kodukontoris olemine pani neid vähem liikuma (nt puudub vajadus kõndida või sõita tööle jalgrattaga), toodi välja ka piiranguid ning üldist liikumise mahu vähenemist.



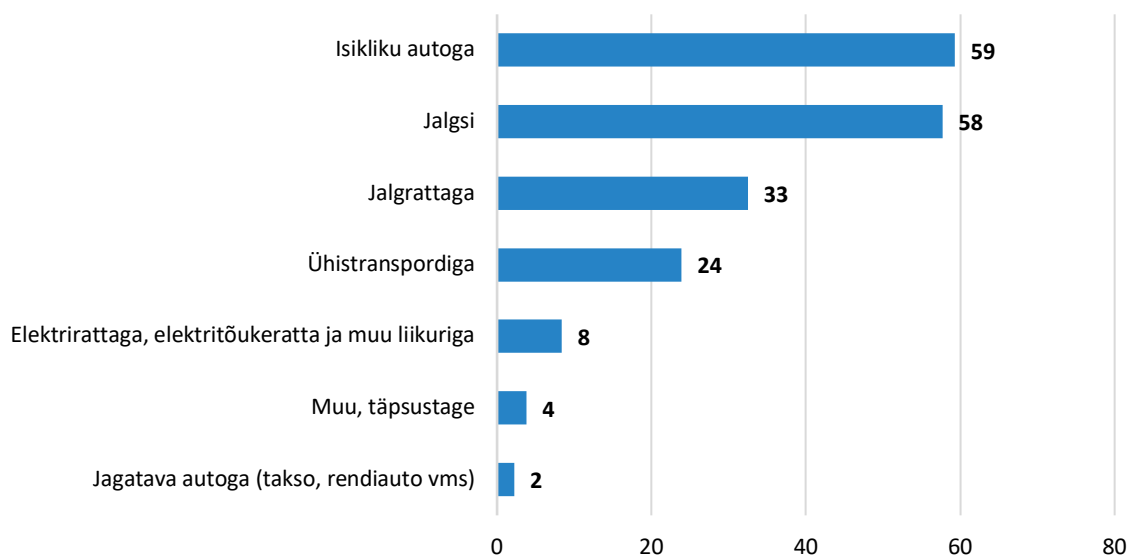
Joonis 20. Mis on Teie liikumiskäitumist COVID-19 põhjustatud olukorras enim mõjutanud? (% , n=1437)

Küsimusele, kuidas on muutunud teie liikumisharrastuse koht, vastas enamus ootuspäraselt, et käiakse vähem siseruumides, sest jäid ära grupitreeningud. Paljud loobusid siseruumide külastamisest vabatahtlikult ning teevad rohkem trenni kodus ja värskes õhus. Kui kirjeldada liikumisharrastuste alade muutumist, siis paljude liikumisharrastuse koha ja ala muutus oli tingitud ka sellest, et jäid ära meelepärased trennid (nt tantsu- või rühmatrennid). Nende osas märgiti, et piirangute tõttu tehakse rühmaalade asemel nüüd rohkem individuaalalaseid (nt jooksmine, kõndimine, jalgrattasõit).

Igapäevane liikumine

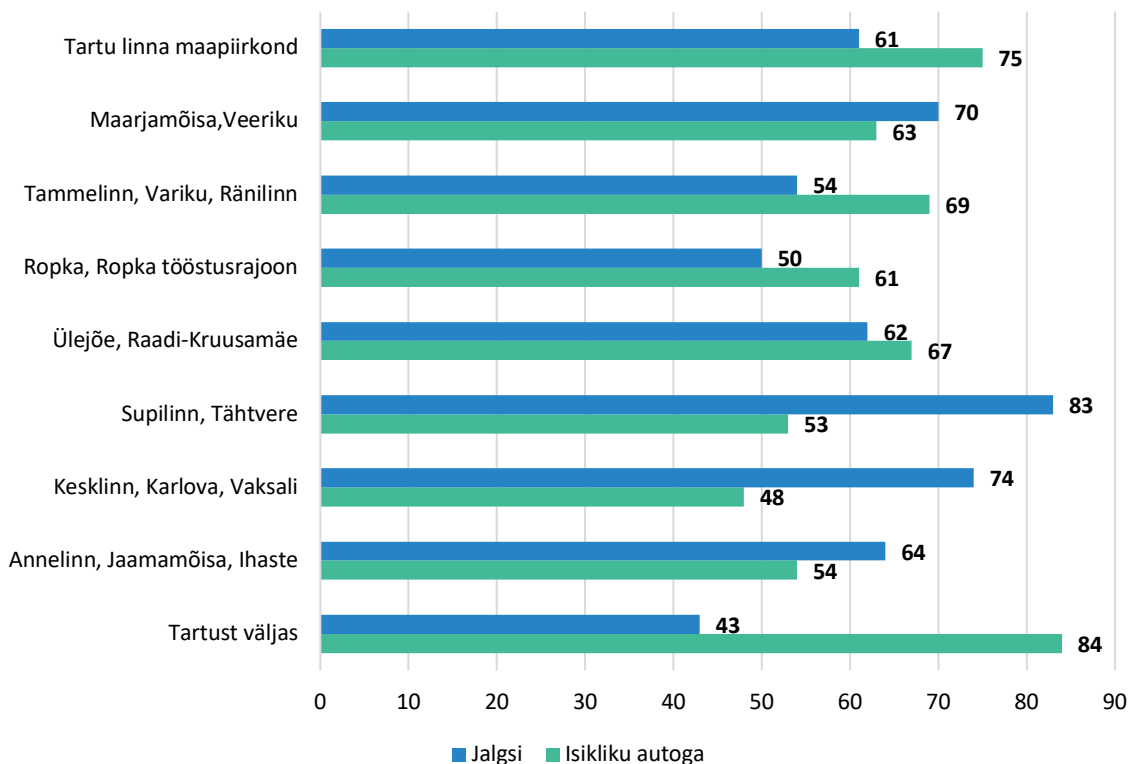
Tartlaste kõige populaarsemad viisid igapäevaseks liikumiseks on isiklik sõiduauto (59%) ja jalgsi kõndimine (58%). Suuremat rolli hakkavad linnapildis mängima ka erinevad liikurid ja elektrirattad, mida kasutab liikumiseks 8% tartlastest. Kõige populaarsemad on nad just 15-34-aastaste tartlaste seas, kellest 12% liiguvad liikurite ja elektriratastega.

On positiivne, et vanuse lõikes ei ole suuri erinevusi jalgsi liikumises ja seda teeb suur osa kõigist vanuserühmadest. Jalgrattaga liikumises ei ole olulisi vahesid piirkondade vahel, kuid vähem liiguvad rattaga Tartust väljas elavad inimesed (23%) ning Ropka ja Ropka tööstusrajooni (27%) elanikud. Teistest selgelt vähem liiguvad jalgratta ja isikliku autoga üle 65-aastased tartlased (10% ja 39% vastavalt), kes eelistavad pigem ühistransporti (31%). Auto kasutamises on suur vahe ka rahvusesti – muudest rahvustest kasutab seda vaid 36%. Ühistranspordiga liikumist eelistab lisaks vanematele ka kõige noorem vanuserühm (22%). Muu valiku teinud vastajad olid valdavalt märkinud, et teevad tööd kodukontoris ega liigu igapäevaselt ringi („*Sussides, olen kodukontoris*“). Teised märkisid, et liiguvad ringi näiteks ametiauto, mootorratta, tavalise tõukeratta või ka rongiga.



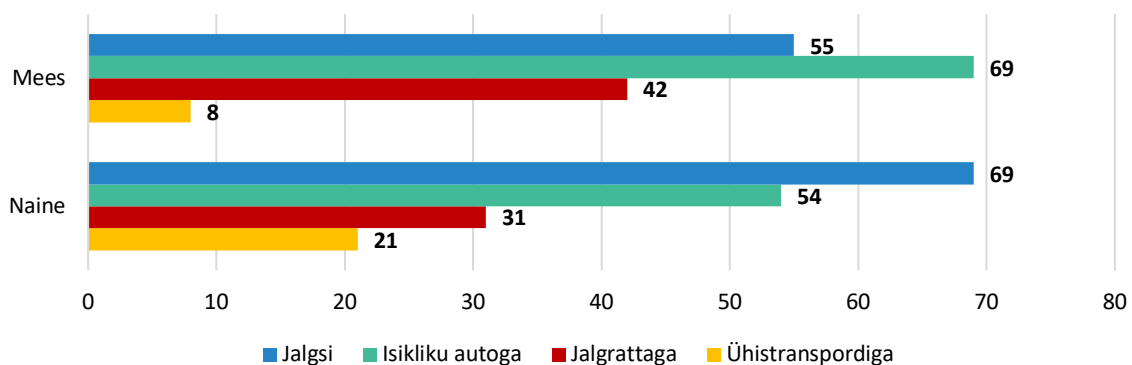
Joonis 21. Kuidas liigute igapäevaselt, sh kodu ja töö vahel? Valige kõik sobivad variandid (%; n= 1437)

Linna piires igapäevane liikumisviis sõltub muu hulgas kindlasti töö ja kodukoha vahemaast. Nii on Kesklinna-Karlova-Vaksali ja Supilinna-Tähtvere inimeste seas suur osa neid, kes liiguvad igapäevaselt jalgsi, võrreldes Tartust väljas ja Tartu maapiirkonnas elavate inimestega, kes eelistavad selleks autot. Siiski võib eelistatud liikumisviis olla tingitud ka alternatiivsete liikumisvõimaluste olemasolust ja mugavusest (näiteks väiksem arv rattaga sõitjaid Ropka piirkonnas).



Joonis 22. Kuidas liigute igapäevaselt, sh kodu ja töö vahel? Piirkondade järgi (% , n=1437)

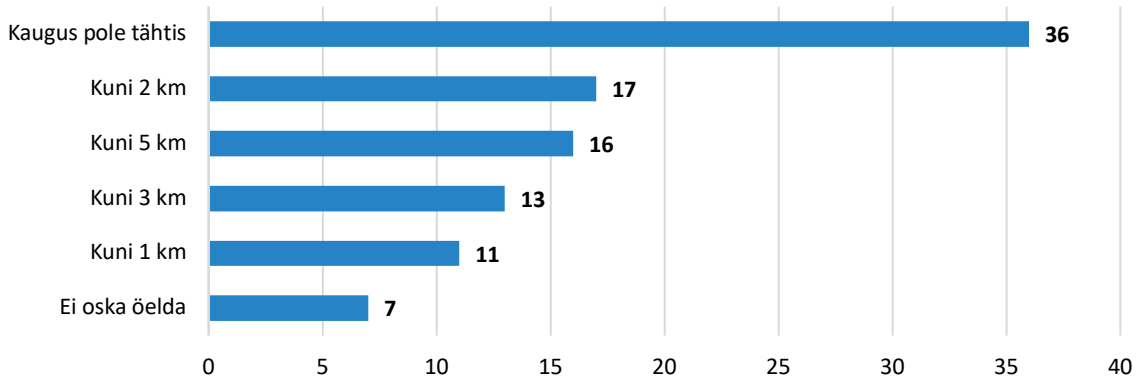
Soo järgi analüüsidest liigub isikliku autoga igapäevaselt rohkem mehi kui naisi, mis on ka oodatav. Naised seevastu liiguvad rohkem jalgsi ning jalgsi liikuvate naiste osakaal on peaaegu võrdne autoga igapäevaselt liikuvate meeste osakaaluga, ja vastupidi. Lisaks liiguvad mehed rohkem jalgrattaga ja naised kasutavad pigem ühistransporti peaaegu kolm korda rohkem kui mehi.



Joonis 23. Kuidas liigute igapäevaselt, sh kodu ja töö vahel? Piirkondade järgi (% , n= 1437)

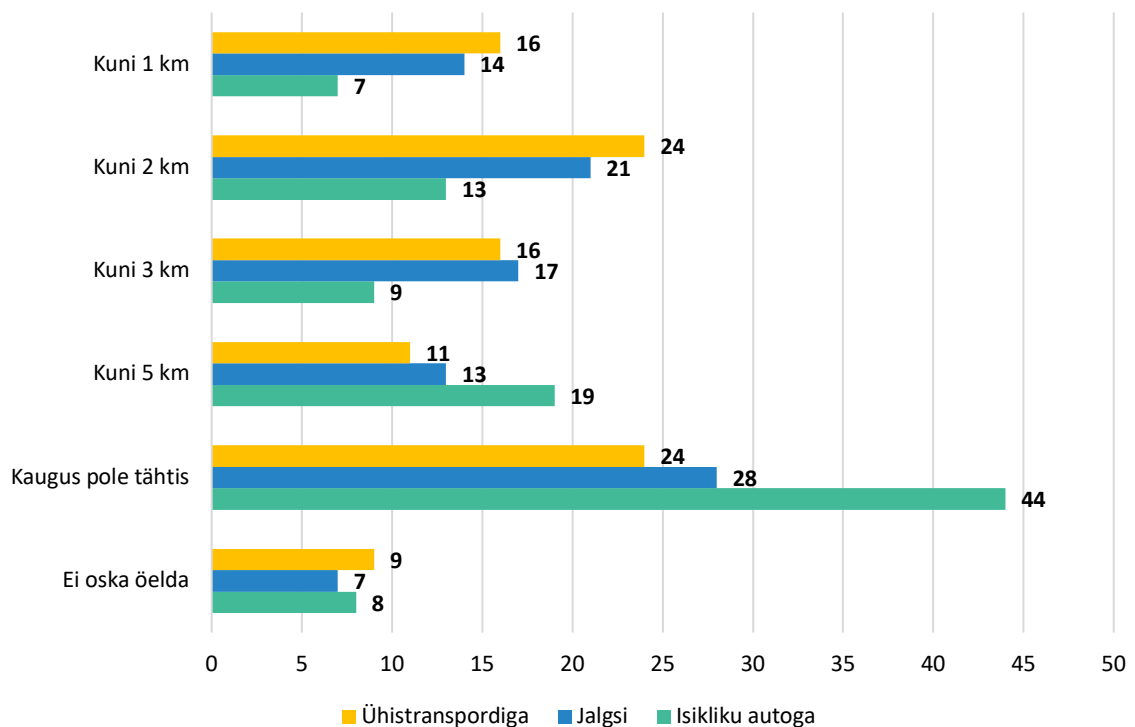
Järgnev joonis kirjeldab kaugust, mida tartlased on valmis läbima, et meelisspordiala või liikumisega tegeleda. Siinkohal vastas 36% tartlastest, et nende jaoks ei oma kaugus tähtsust. Samas on populaarsuse poolest kaks järgnevat vastus kuni 2 km ja kuni 5 km vastavalt 17% ja 16%. Võib oletada, et teatud hulk harrastajaid on nõus liikuma ka kaugemale, peaaegu, et saaks meelisspordialaga tegeleda. Samas teine osa harrastajatest on keskmiselt nõus liikuma pigem

kuni 2 km – pisut, aga mitte väga kaugele. See tundub olevat ka optimaalne kaugus nende jaoks, kes ei ole nõus liikuma kodukohast liialt kaugele, näiteks teise linna otsa või linnast välja.



Joonis 24. Kui kaugele olete valmis oma kodust/töökohast liikuma, et tegeleda tervisespordi harrastusega? (%
n=1437)

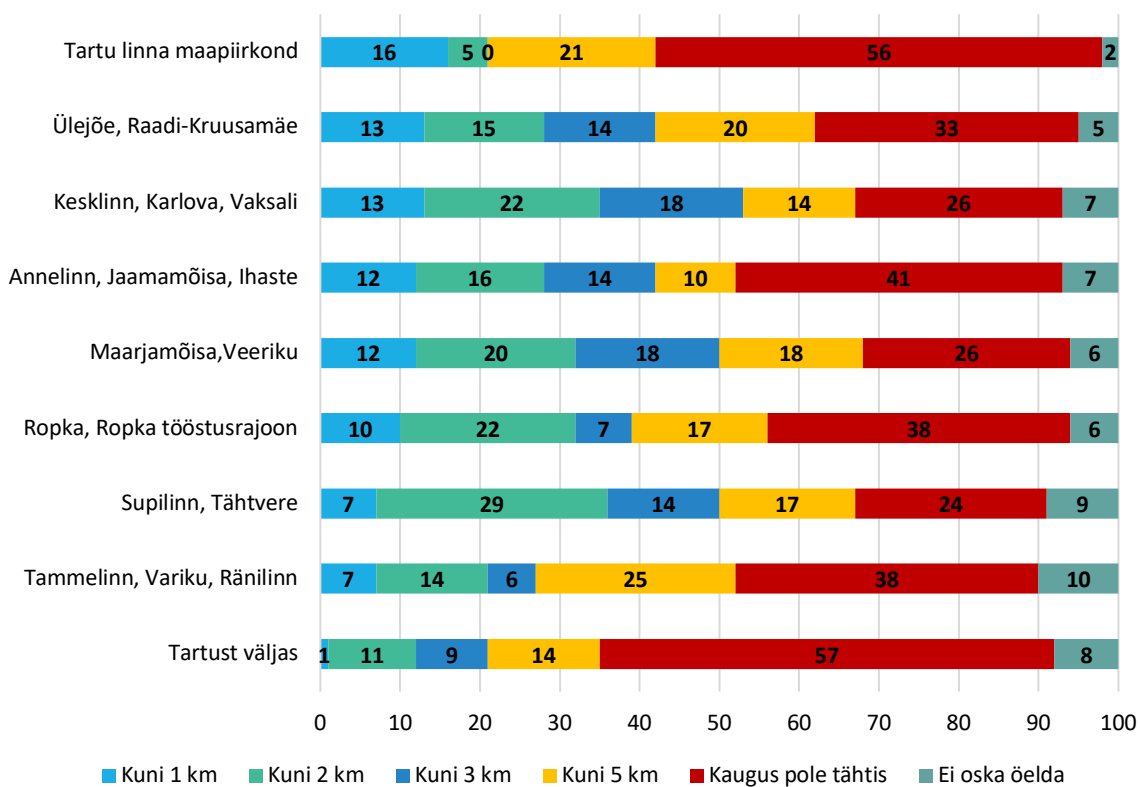
Naiste ja muude rahvuste jaoks on olulisem, et asukoht oleks nende kodule või töökohale lähedal, aga see on tõenäoliselt seotud just sellega, et nad liiguvad igapäevaselt vähem autoga, sest nagu näha jooniselt allpool, on valmisolek liikuda seotud tugevalt sellega, kas neil on võimalust kasutada selleks autot.



Joonis 25. Kui kaugele ollakse valmis liikuma oma kodust ja töökohast sõltuvalt sellest, kas igapäevaselt liigutakse jalgsi, ühistranspordiga või autoga (%)

Jooniselt 25 paistab silma, et oodatavalt on sportimispaiga asukoht vähem oluline Tartust väljas ja Tartu maapiirkonnas elavate vastanutele, kellest tõenäoliselt paljud harrastavad sporti Tartu linna piires. Ka on oodatav, et kesklinnale lähemal asuvates piirkondades – Kesklinn-Karlova-Vaksali ja Supilinn-Tähtvere – soovitakse pigem lähedal sportida ja kaugemal asuvates

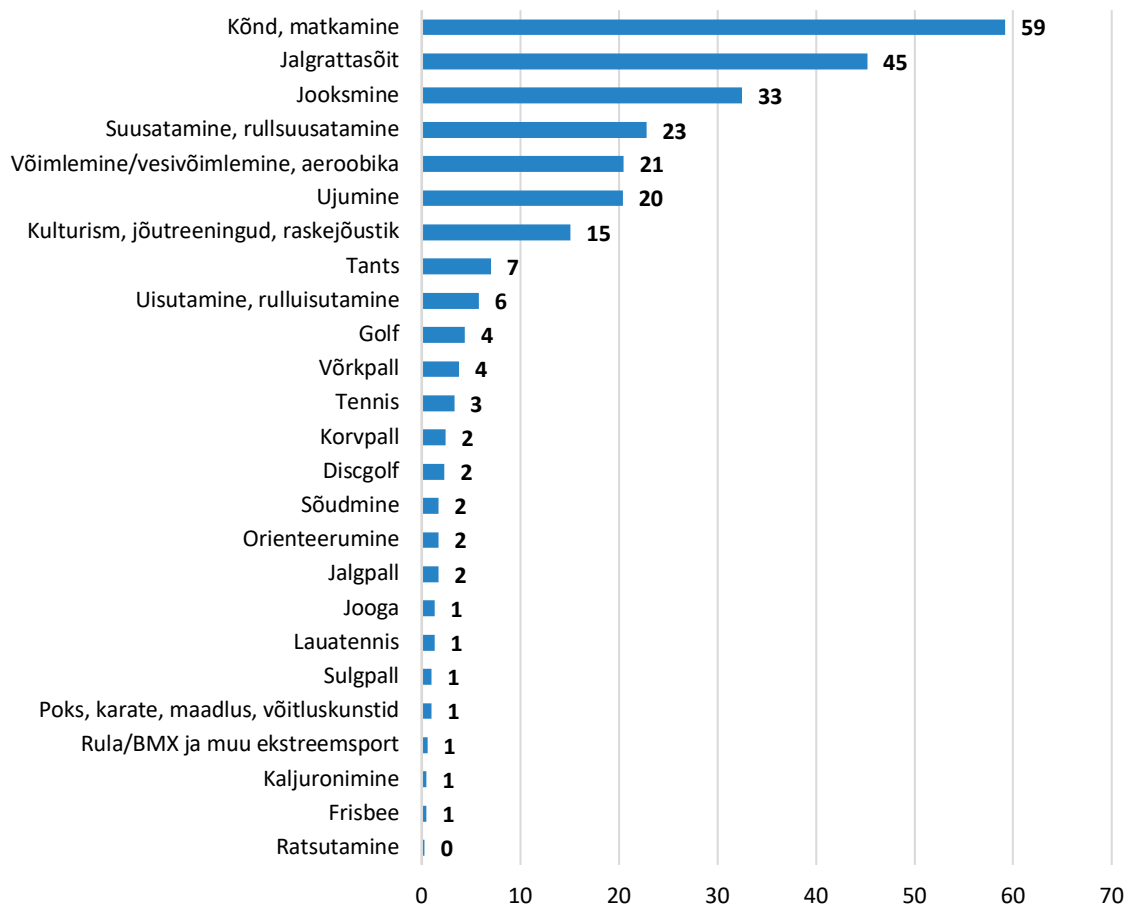
piirkondades ollakse valmis kaugemale liikuma. Küll aga on huvitav, et Maarjamõisa ja Veeriku elanikud on pigem sarnased kesklinna lähedaste piirkondadega, olles valmis pigem mitte väga kaugemale liikuma.



Joonis 26. Valmisolek liikuda harrastuspordiga tegelemiseks piirkondade järgi ("Kui kaugemale olete valmis oma kodust/töökohast liikuma, et tegeleda tervisespordi harrastusega?") (% , n=1437)

HARRASTATAVAD SPORDIALAD

Selles peatükis tuleb juttu tervisespordi harrastustest, millega vastajad tegelevad, ning sellega seonduvast tagasisidest.



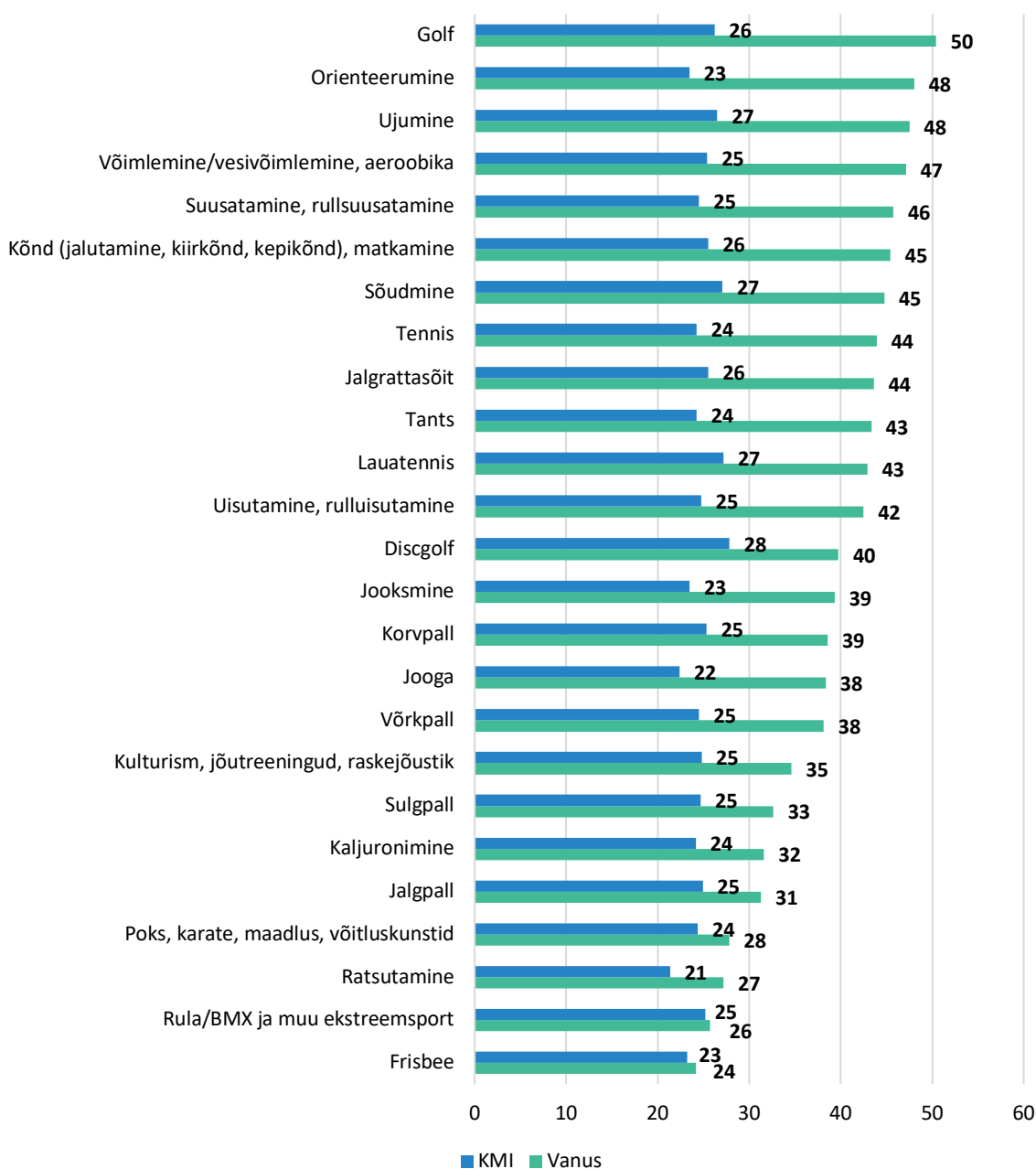
Joonis 27. Palun märkige kuni kolm spordiala või liikumisvormi, millega Te kõige enam tegelete või mida peate endale kõige olulisemaks? (% , n=1437)

Kolm kõige populaarsemat valikut tartlaste seas olid kõnd, jalgrattasõit ning jooksmine, millele tõenäoliselt tulenevalt küsitluse toimumise ajast (2020. aasta lumerohke jaanuar) järgnes suusatamine, aga ka võimlemine/vesivõimlemine, ujumine ning kulturism/jõutreeningud. Kümne populaarsema sekka jõudsid ka tants, uisutamine/rulluisutamine ja golf¹³.

¹³ Golf, *discgolf*, sõudmine, orienteerumine, jooga, kaljuronimine, frisbee ja ratsutamine ei olnud küsitluse valikuvariantide seas, kuid "muu" spordiala alla kogunes vastuseid piisavalt palju, et lisada neid analüüsi/joonisele. Seega on võimalik, et nende alade harrastajaid on mõnevõrra rohkem, sest kõik ei hakanud eraldi neid alasid täpsustama.

Kõige populaarsemad alad tartlaste seas on enam-vähem sarnased nii üleriikliku kui ka Ida-Virmuaa ja Pärnumaa uuringu tulemustele. Üleriikliku uuringu tulemuste põhjal (2020 sügis) on eestimaalaste seas kõige populaarsemaks harrastuseks jalgrattasõit (35%), millele järgnevad jooksmine (27%), ujumine (24%) ja kõndimine (24%). Tallinna elanikud eelistavad jooksmist, ujumist ja jalgrattasõitu. Ida-Virumaa vastajad aga nagu tartlasedki eelistavad samuti kõige rohkem kõndimist, millele järgnes jalgrattasõit, jooksmine ja jõuharjutused. Pärnumaalased eelistasid jalgrattasõitu, kõndimist, võimlemist ja jõuharjutuste tegemist.

Järgnev joonis (Joonis 28) kirjeldab harrastajate keskmist vanust ja kehamassiindeksit spordialade lõikes. Keskmise vanuse poolest on kõige vanemad golfimängijad, kõige nooremad frisbee mängijad. Kehamassiindeksi poolest on kõige madalama indeksiga ratsutajad ja jooga harrastajad, kõige suuremaga discgolfi mängijad.



Joonis 28. Spordialade harrastajate keskmine vanus ja kehamassiindeks (KMI)

Tabelis 2 on esitatud spordialade harrastajate osakaalud piirkondade kaupa. Enamikes linnaosades on kolm kõige enam harrastatavat spordiala vastavalt kõndimine, jalgrattasõit ja jooksmine. Supilinnas ja Tähtveres tegeletakse jooksmisega pisut enam kui jalgrattasõiduga. Ropka ja Ropka tööstusrajooni ning Tartu maapiirkonna elanikel on kolmandal kohal aga hoopis suusatamine.

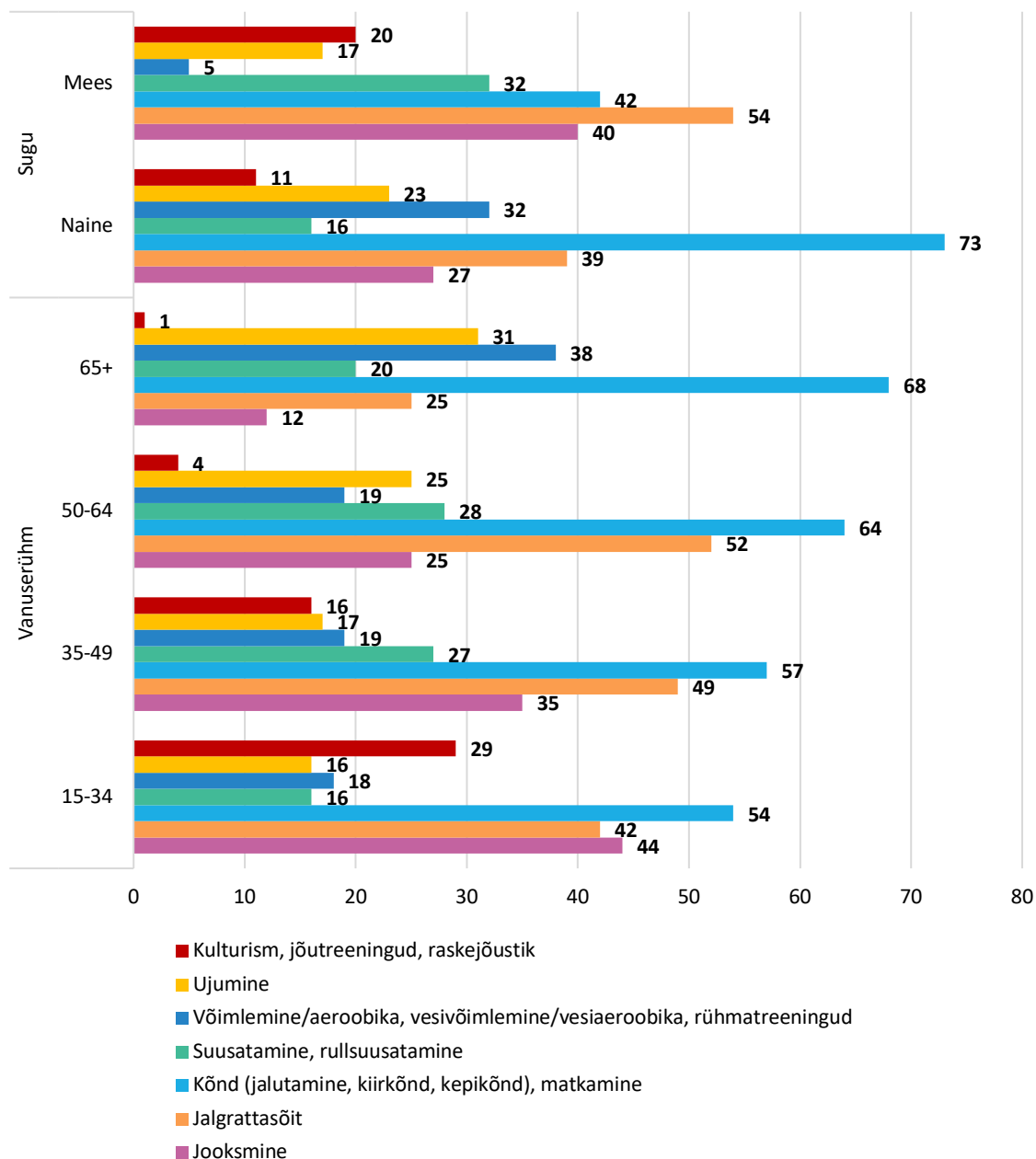
Tabel 2. Harrastatavad spordialad piirkondade lõikes (roheliselt alad, mida harrastatakse teistest piirkondadest rohkem) (%)

	Anelinn, Jaamamõisa, Ihaste	Kesklinn, Karlova, Vaksali	Supilinn, Tähtvere	Ülejõe, Raadi-Kruusamäe	Ropka, Ropka tööstusrajoon	Tammelinn, Variku, Ränilinn	Maarjamõisa, Veeriku	Tartu linna maapiirkond	Tartust väljas
Jooksmine	31	33	42	34	22	36	33	30	32
Ujumine	19	25	14	19	14	16	27	33	21
Jalgratas	47	49	39	42	49	44	43	44	39
Kõnd	61	59	50	58	63	51	63	61	65
Kulturism	11	16	19	20	17	14	14	16	19
Võimlemine	22	23	16	20	17	16	19	12	27
Suusatamine	22	20	32	24	25	22	20	40	21
Tennis	3	3	9	3	0	7	3	0	3
Lauatennis	3	2	3	0	0	0	0	0	0
Poks	1	1	1	1	1	1	0	5	0
Uisutamine	5	4	7	5	10	6	9	9	7
Jalgpall	2	1	1	3	1	3	1	0	0
Võrkpall	5	2	3	4	4	5	5	0	3
Korvpall	0	4	0	3	6	0	6	7	4
Rula/BMX jm ekstreemsport	1	0	0	1	0	2	0	2	0
Golf	5	2	9	4	3	7	3	0	7
Frisbee	0	1	1	1	0	1	0	0	0
Sulgpall	1	1	1	2	0	1	0	0	0
Orienteerumine	3	0	3	3	0	0	4	0	0
Sõudmine	3	0	1	2	2	1	0	0	0
Jooga	1	2	1	2	1	1	1	0	1
Kaljuronimine	1	0	1	1	1	0	0	0	0

Järgnevalt kirjeldame põhjalikumalt **seitset enam valitud spordiala**, mida harrastab vähemalt 15% vastanutest.¹⁴ Naised harrastavad oluliselt rohkem kõndimist ja võimlemist kui mehed, samas kui mehed eelistavad pigem jalgrattasõitu, jooksmist, jõutreeningut ja suusatamist. Ootuspäraselt on näha, et mida noorem on inimene, seda aktiivsemalt ta jooksmise ja jõutreeninguga tegeleb. Risti vastupidine loogika kehtib kõndimise puhul. Ka jalgrattasõidu eelistus kasvab koos vanusega, kuid väheneb oluliselt 65-aastaste ja vanemate seas. Ujumisega tegelevad inimesed alates 50. eluaastast mõnevõrra rohkem kui nooremad. Võimlemise/vesivõimelise harrastamine jaguneb vanuse järgi küllalt võrdselt, vaid vanimas vanuserühmas on neid mõnevõrra rohkem¹⁵.

¹⁴ Vähem harrastatavate spordialade kirjeldus ja nendega seotud vajadused leiavad kajastamist muude teemade all, sh on tervisespordi võimaluste arendamise peatükis esitatud nendega seotud arendusettepanekud.

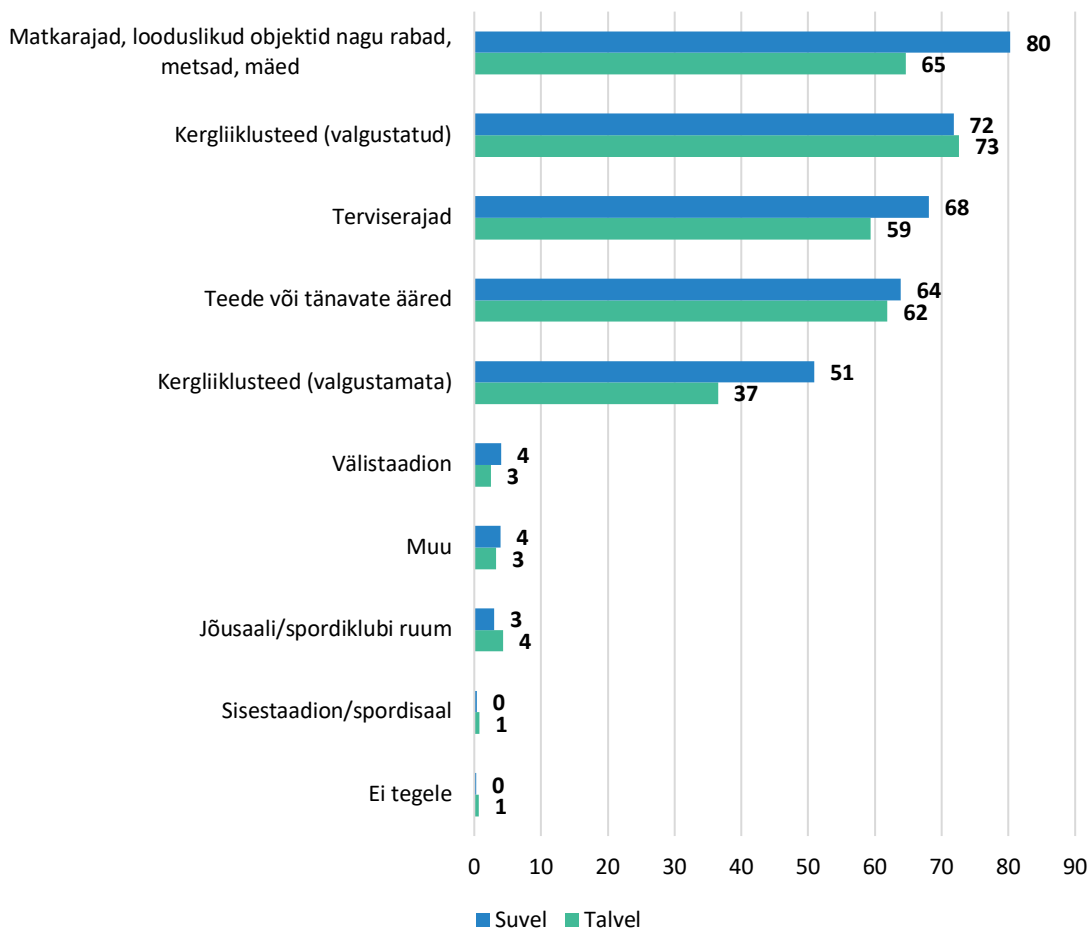
¹⁵ See asjaolu võib olla seotud ka sellega, et vanimas vanuserühmas on esindatud Tähtvere päevakeskuses käivad inimesed.



Joonis 29. Populaarsemate spordialade harrastamine soo ja vanuserühma ja järgi (%)

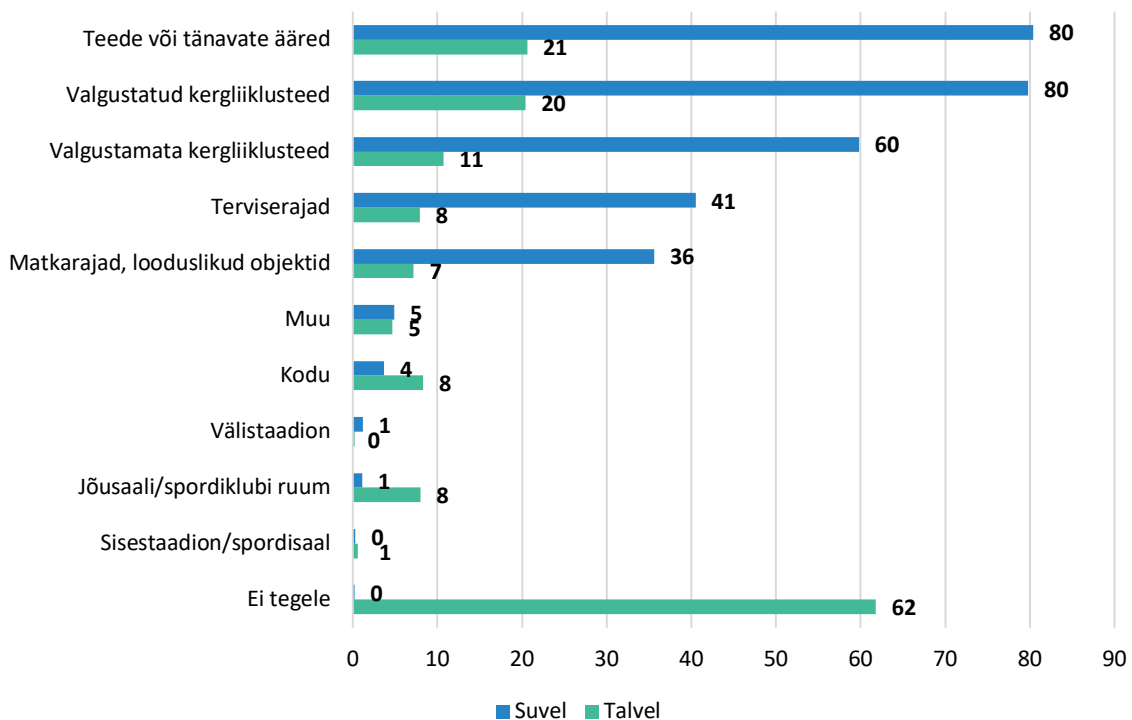
Tulemused näitasid ka, et ülekaalus olevad inimesed (KMI üle 25) eelistavad teistest enam jalgrattasõitu (50% vs 41%) ja ujumist (23% vs 17%). Normaalkaalus (KMI alla 25) olevad inimesed harrastavad ülekaalulistest oluliselt enam jooksmist (45% vs 19%). Rahvuse järgi ei esinenud suuri erinevusi, v.a eestlased, kes suusatavad oluliselt rohkem (24%) kui muud rahvused (9%).

Kõndimise ja matkamisega tegeletakse võrdselt nii suvel kui talvel, seejuures kasutatakse selleks mõlemal hooajal küllaltki võrdselt valgustatud kergliiklusteid ja tänavaid. Suvel on kõige populaarsemad harrastuskohad matkarajad ja muud looduslikud objektid, talveperioodist enam ka terviserajad ja valgustamata kergliiklusteed. Eraldi sportimiseks mõeldud kohti kõndimiseks väga ei kasutata.



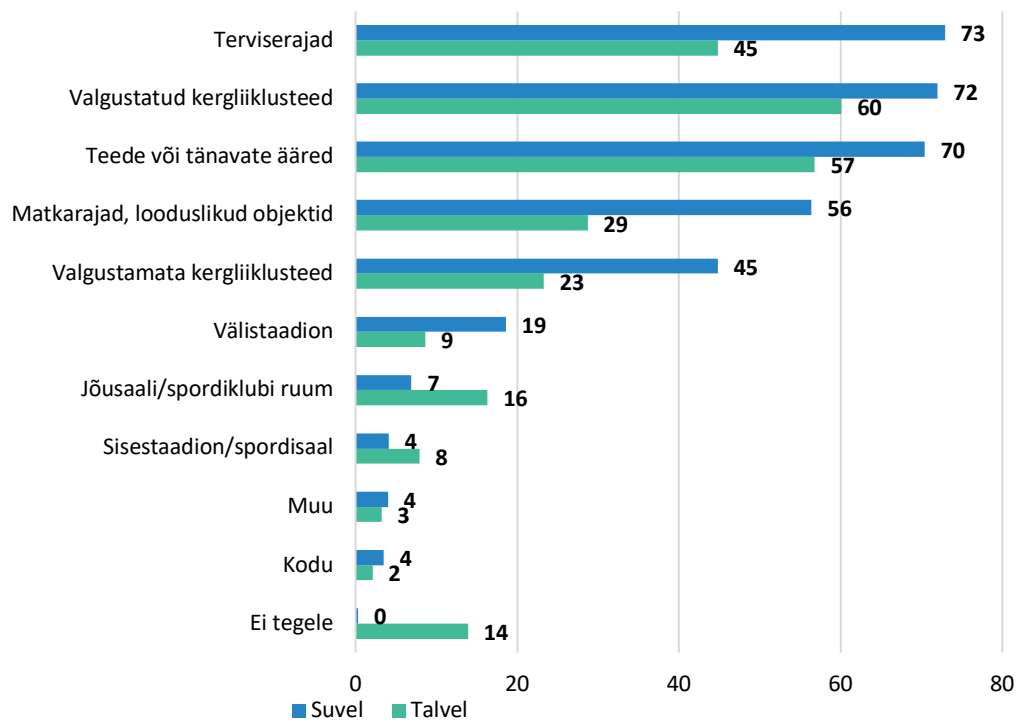
Joonis 30. Kõndimise, matkamise kohad ("Kus Te tegelete selle tegevusega suve- ja talveperioodil? Valige kõik sobivad kohad") (% n=kõigist kõndimise, matkamise harrastajatest)

Erinevalt kõndimisest on jalgrattasõidu puhul suur vahe suve- ja talveperioodil – talvel ei tegele sellega 62% kõigist jalgrattasõidu harrastajatest. Ka on suur vahe asukohtades: suvel sõidetakse teede ja tänavate ääres või valgustatud (natuke vähem valgustamata) kergliiklusteedel, aga ka terviseradadel ja matkaradadel, talvel jäävad nad küll endiselt populaarseimateks kohtadeks, kuid rohkem on ka neid, kes teevad seda jõusaalis või kodus.



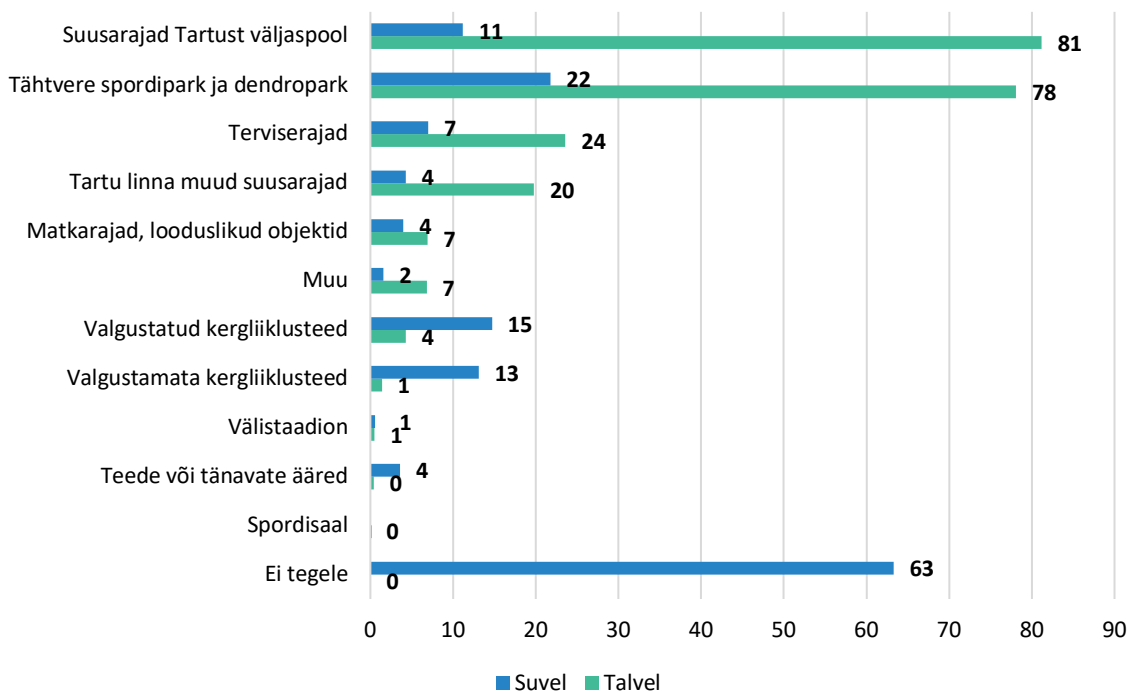
Joonis 31. Jalgrattasõidu kohad ("Kus Te tegelete selle tegevusega suve- ja talveperioodil? Valige kõik sobivad kohad") (% n=kõigist jalgrattasõidu harrastajatest)

Jooksmisega tegeletakse samuti mõnevõrra rohkem suvel kui talvel. Külmal hooajal eelistatakse spordiklubi ruume ja spordisaale rohkem kui suvel. Soojemal ajal tegeletakse jooksmisega aktiivsemalt kergliiklusteedel, terviseradadel ning teede ja tänavate äärtes.



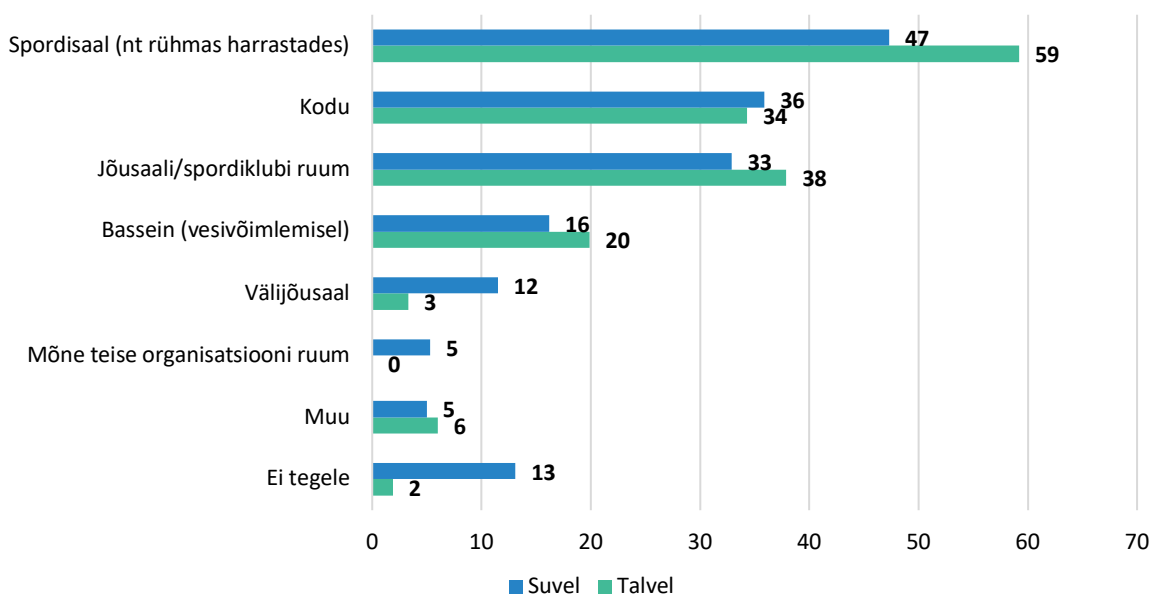
Joonis 32. Jooksmise kohad ("Kus Te tegelete selle tegevusega suve- ja talveperioodil? Valige kõik sobivad kohad"). (% n=kõigist jooksmise harrastajatest)

Suusatamine on samuti talvine sport. Selleks eelistatakse Tartust väljas asuvaid suusaradasid, Tähtvere spordiparki ja terviseradasid. Suvel rulluisutamisega tegelemiseks kasutatakse kergliiklusteid rohkem kui terviseradasid. Tähtvere spordipark on populaarseks suusatamise ja rullsuusatamise kohaks nii talvel kui suvel.



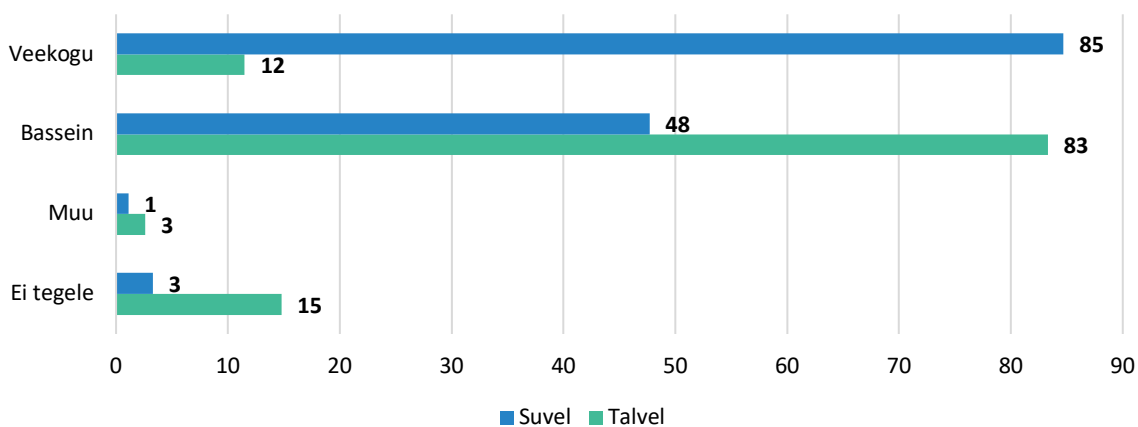
Joonis 33. Suusatamise/rullsuusatamise kohad ("Kus Te tegelete selle tegevusega suve- ja talveperioodil? Valige kõik sobivad kohad") (% kõigist suusatamise/rullsuusatamise harrastajatest)

Võimlemist ja vesivõimlemist harrastatakse spordisaalides nii talvel kui suvel. Populaarseteks kohtadeks on ka spordiklubi ruumid ja kodu. Välijõusaalid on populaarsed eelkõige suvel. Samuti on huvitav, et võimlemise ja vesivõimlemisega tegeletakse rohkem talvel kui suvel.



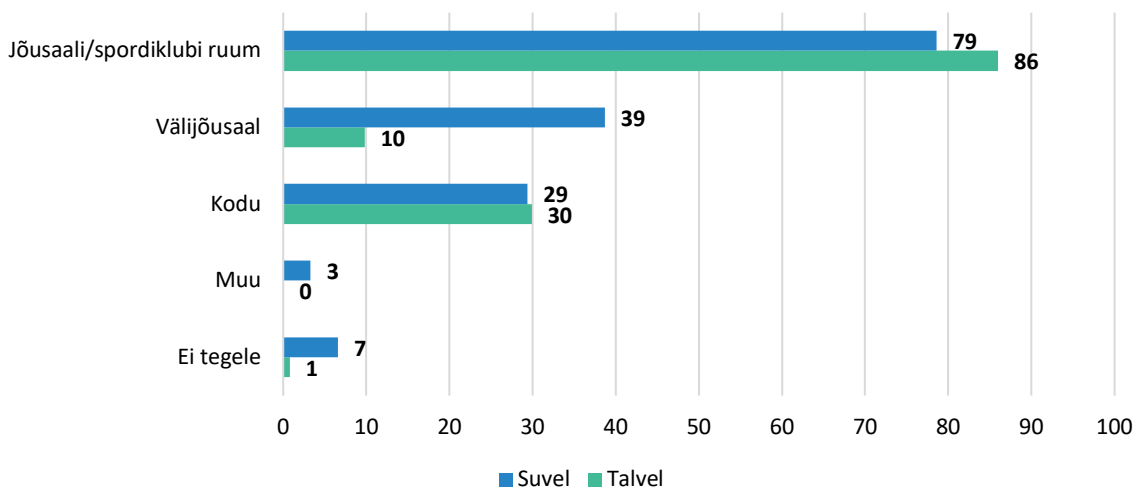
Joonis 34. Võimlemise/vesivõimlemise kohad ("Kus Te tegelete selle tegevusega suve- ja talveperioodil? Valige kõik sobivad kohad") (% n= kõigist võimlemise/vesivõimlemise harrastajatest)

Ujumise puhul on ootuspärane, et talvel eelistavad inimesed ujuda basseinis ja suvel veekogudes. Küll aga on osa ujujatest hooajalised harrastajad ehk need, kes eelistavad ujuda ainult suvel.



Joonis 35. Ujumise kohad ("Kus Te tegelete selle tegevusega suve- ja talveperioodil? Valige kõik sobivad kohad") (% n= kõigist ujumise harrastajatest)

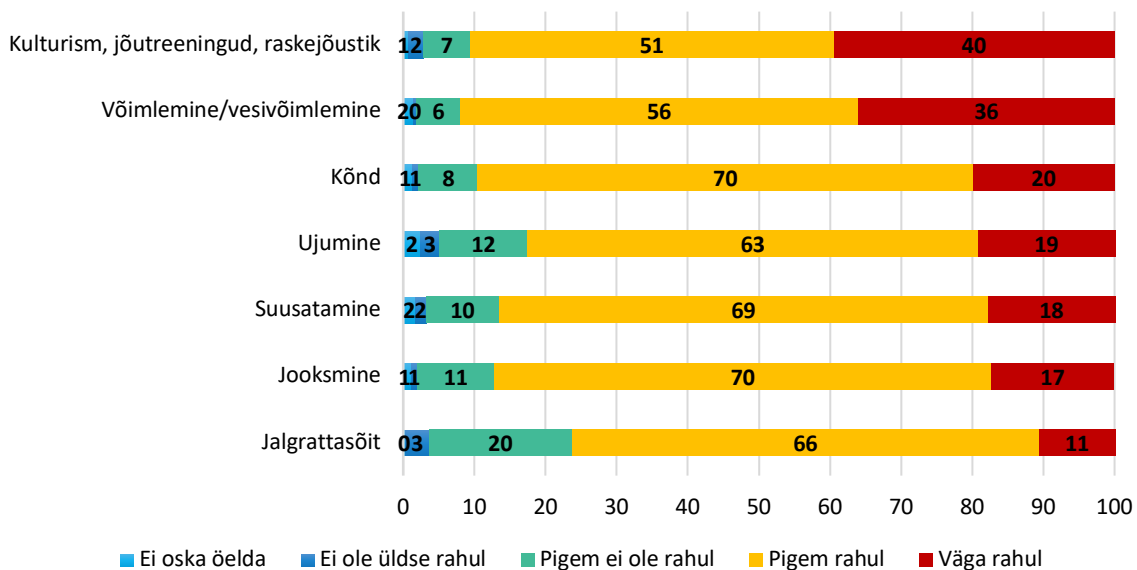
Kulturismi ja jõutreeningute osas tegeletakse talveperioodil rohkem spordiklubi ruumides ja suveperioodil välijõusaalides. Huvitaval kombel ei tegele suvel jõutreeningutega 7% vastanutest samas kui suvel on see protsent 1. Kodus jõutreeningutega tegelejate arv on nii suvel kui ka talvel enamjaolt võrdne.



Joonis 36. Kulturismi/jõutreeningu kohad ("Kus Te tegelete selle tegevusega suve- ja talveperioodil? Valige kõik sobivad kohad") (% kõigist kulturismi/jõutreeningu harrastajatest)

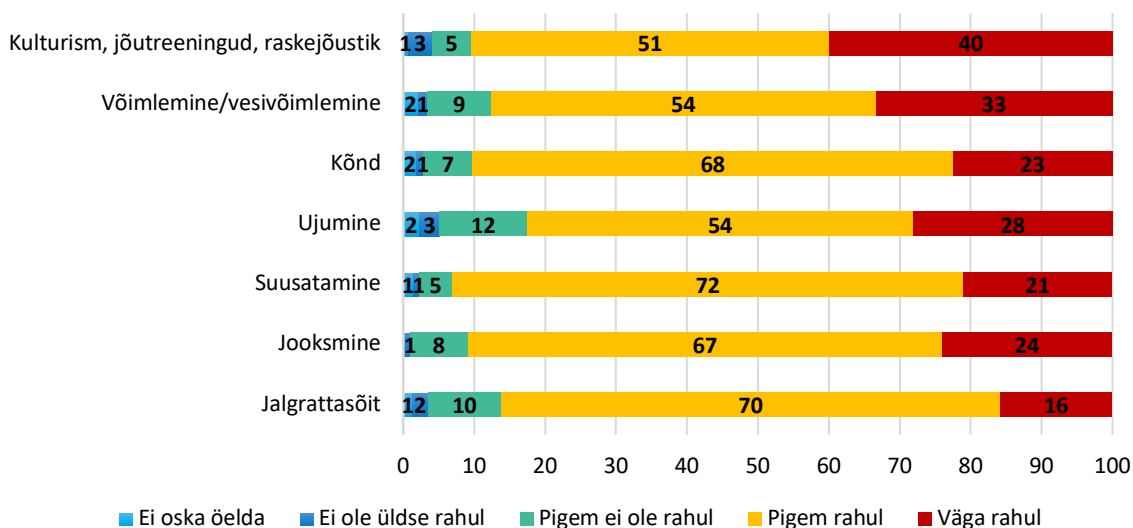
Tegevuste koha seisukord ja rahulolu asukohaga kuue populaarsema spordiala lõikes

Rahulolu tegevuse kohtade seisukorraga oli kõige suurem võimlejate, jõutreenijate ja kõndijate seas. Kõige väiksem rahulolu on jalgrattasõitjate, ujujate ja suusatajate ning jooksjate seas.



Joonis 37. Seitsme populaarsema spordiala rahulolu tegevuse koha seisukorraga ("Kas olete rahul oma tegevuse koha/kohtade seisukorraga?") (% n= kõigist antud harrastusi valinud vastajatest)

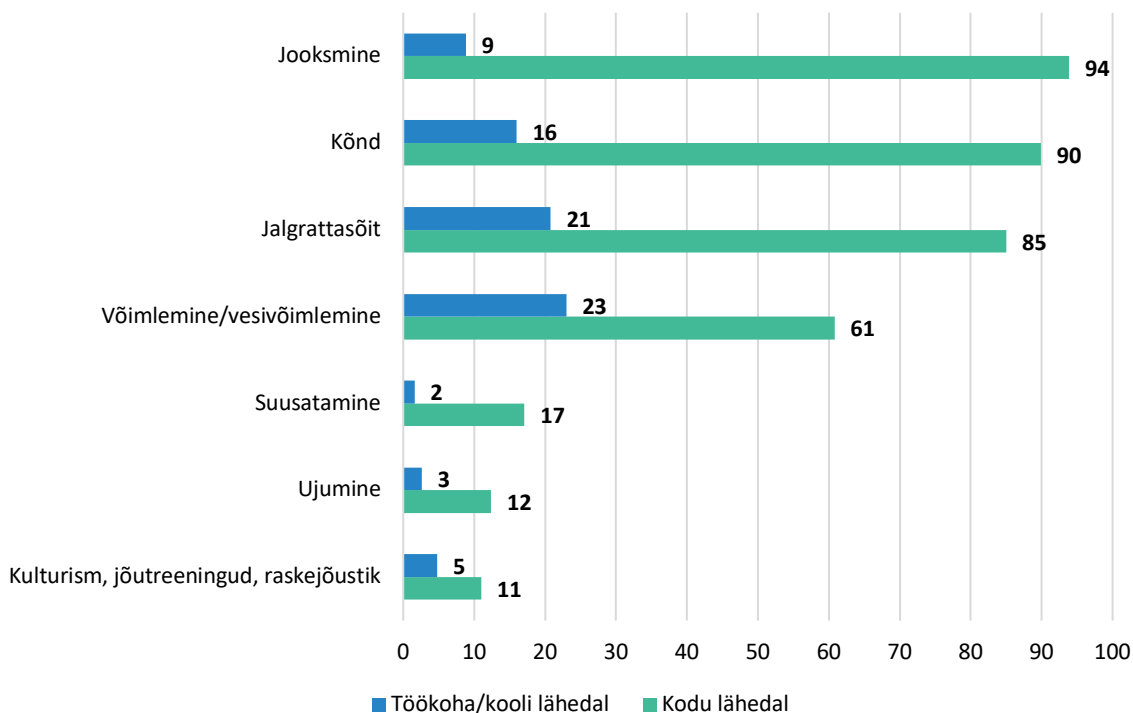
Rahulolu asukohaga on samuti suur võimlejate ja vesivõimlejate seas (kuigi madalam kui rahulolu seisukorraga), lisaks on kohaga rahul jõutreenijad, jooksjad ning kõndijad. Uujate seas on rahulolu asukohtadega suurem kui seisukordadega, sama kehtib ka jooksjate kohta. Pisut rohkem on nii asukohaga kui seisukorraga rahul ka jalgrattasõitjad ning suusatajad. See võib viidata sellele, et kui ollakse rahul tegevuse asukohaga, siis ollakse natuke vähem rahul kohtade hoolduse ja tingimustega.



Joonis 38. Seitsme populaarsema spordiala rahulolu asukohaga ("Kas olete rahul oma tegevuse koha/kohtade asukohaga?") (% n= kõigist antud harrastusi valinud vastajatest)

Spordialadega tegelemise asukohad varieerusid spordialade lõikes. Oodatavalt tegeletakse kodu lähedal rohkem jooksmise, kõndimise, võimlemise ja rattasõiduga (pisut vähem ka suusatamine). Samas on paljud märkinud, et tegelevad rattasõidu/kõndimise ja võimlemisega

just töökoha/kooli lähedal. See võib olla tingitud sellest, et vastajad käivad rattaga/jalgsi tööl/koolis ning enne kojuminekut ka mõnes võimlemistrennis.

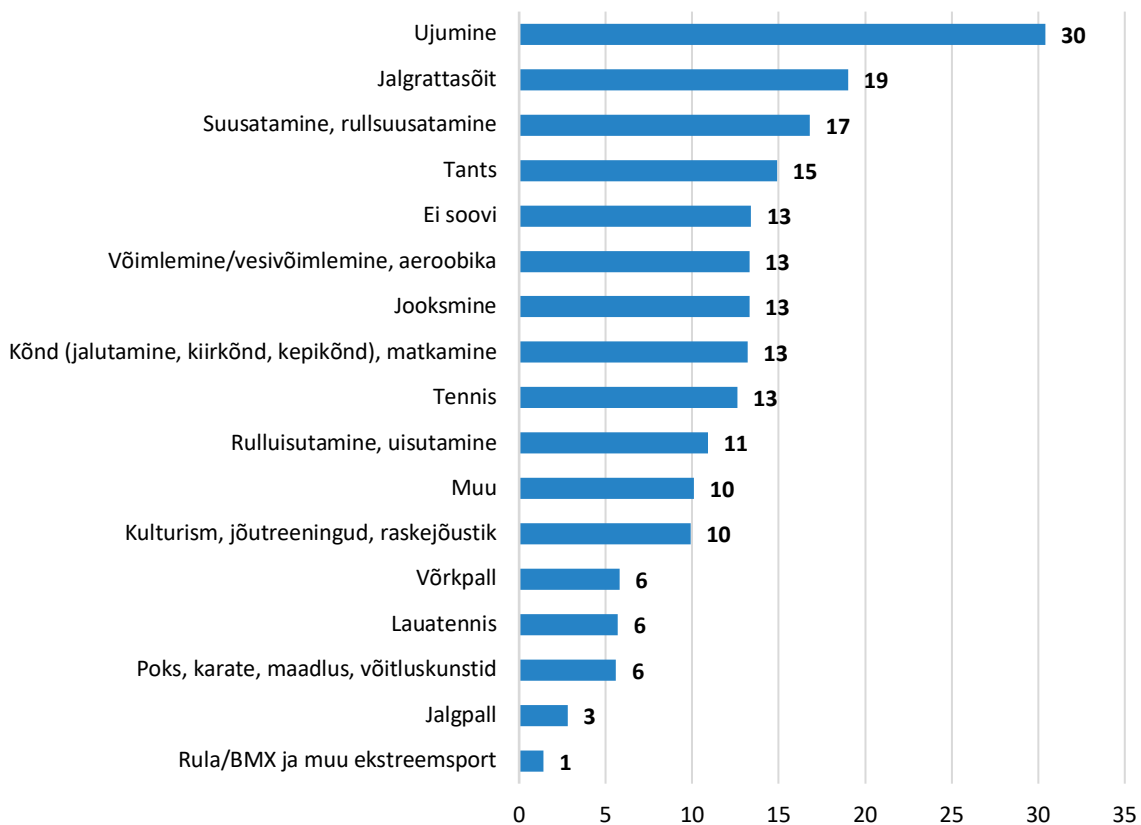


Joonis 39. Seitsme populaarsema spordiala harrastamise asukoha lähedus kodule ja töökohale/koolile ("Kus tegelete liikumisharrastusega?", valikud kodu lähedal, töökoha/kooli lähedal, muu) (%; n=kõigist antud harrastusi valinud vastajatest)

Täiendavad huvid spordialade vastu

Küsitluses küsiti ka selle kohta, milliste spordialadega te sooviks (täiendavalt) tegeleda. Kõige rohkem soovisid tartlased täiendavalt tegeleda ujumisega (30%). Palju taheti tegeleda ka jalgrattasõidu, suusatamise ja tantsuga. 13% ei soovinud millegi muuga tegeleda. Võrreldes harrastajate osakaaluga oli väga palju ka neid, kes sooviksid tegeleda tennisega (3% vs 13%), aga ka neid, kes tahaksid tegeleda tantsuga (7% vs 15%) ning poksi või karate jm sarnasega (1% vs 6%). Seega võiks kaaluda kindlasti nende alade võimaluste arendamist.

Kõige vanem vanuserühm eristus teistest selle poolest, et tahtis teistest vanuserühmadest rohkem kõndida (22%), võimelda (22%) ja tantsida (26%). Neid, kes ei soovi muude spordialadega rohkem tegeleda, on enam meeste, eestlaste ja kahe vanema vanuserühma seas. Piirkondadest ei soovi lisaaladega tegeleda kõige rohkem Tartu linna maapiirkond, Maarjamõisa-Veeriku ning Kesklinna-Karlova-Vaksali piirkond.



Joonis 40. Millise harrastusega sooviksite (ka täiendavalt või mõne senise tegevuse asemel) tegeleda? (% n=1437)

Avatud vastustest selgusid soovid tegeleda täiendavate spordialadega. Läbivalt tuli esile linlaste soov katsetada linnaorienteerumist, mis oli üks populaarsemaid soovide kõigide vanuserühmade lõikes. Lisaks sellele soovisid eelkõige 15–34-aastased vastajad katsetada muuseas ratsasporti, ronimist, sulgpalli ja ka talisuplust. Üks vastaja märkis ära talisupluse puhul, et Anne kanalil puuduvad näiteks sildid, mis märgistaksid ära uisurada ning ja talisupluse kohta ning seetõttu esinevat probleeme jääaukude puurimisega piirkonnas. 35–49aastased sooviksid lisaks linnanorienteerumisele ja *discgolf*le proovida ka sulgpalli, joogat, aerutamist ning maastikurattasõitu. Üle 50-aastased sooviksid täiendavalt tegeleda või tunnevad huvi petanki, talisupluse, rulluisutamise, sulgpalli ja bowlingu vastu.

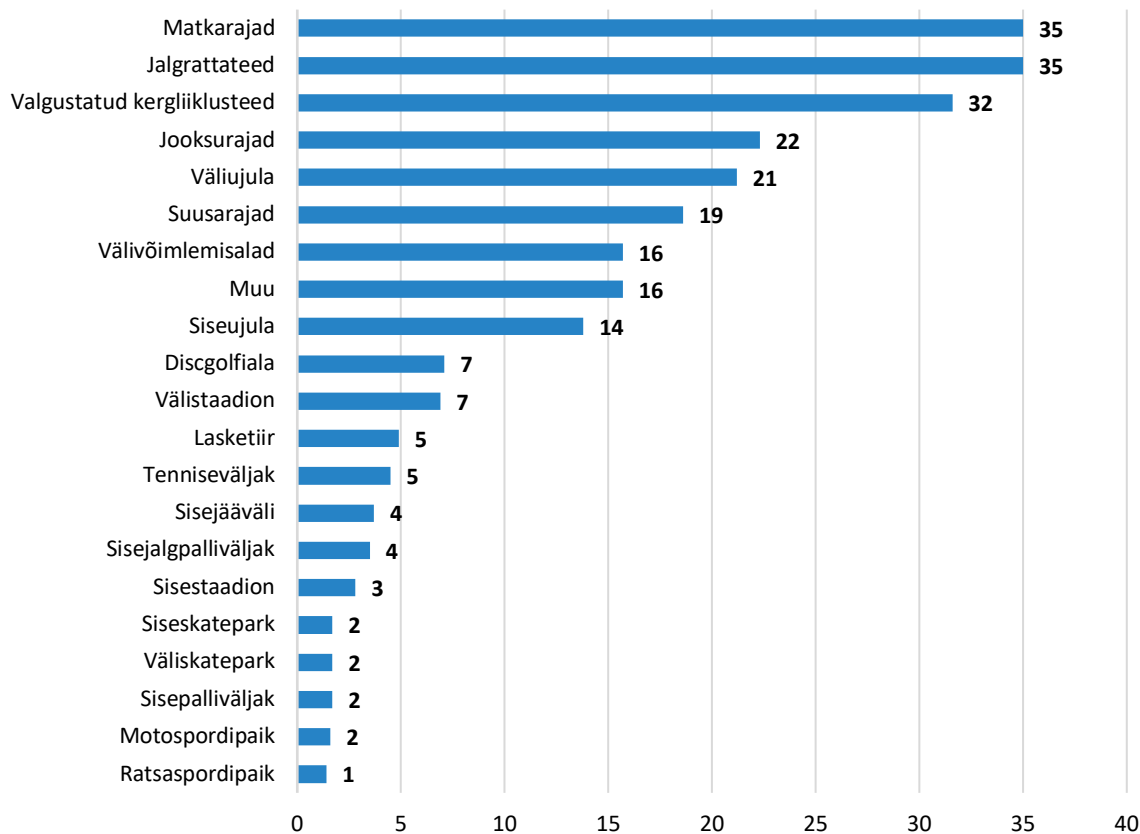
Avatud vastuste analüüsimisel tasub aga mainida, et küsitluse korraldamise aeg langes kokku talveperioodiga, mil talispordialad ning -harrastused olid aktuaalsed. Sellest tingituna võib taliharrastuste mainimine (nt talisuplus) olla tihedam kui tartlaste tegelik huvi nende vastu. Küsitluse korraldamine suveperioodil võiks potentsiaalselt anda pisut teistsugusemaid tulemusi. Põhjalikum ülevaade, millistes piirkondades milliste aladega enim (täiendavalt) tegeleda soovitakse, aga ka inimeste soovid sõltuvalt harrastatavast spordialast, leiab aruande lõpus olevatest lisadest (Lisa 1 ja 2).

TERVISESPORDI VÕIMALUSTE ARENDAMINE

Kohad, rajatised ja võimalused, millest tuntakse puudust

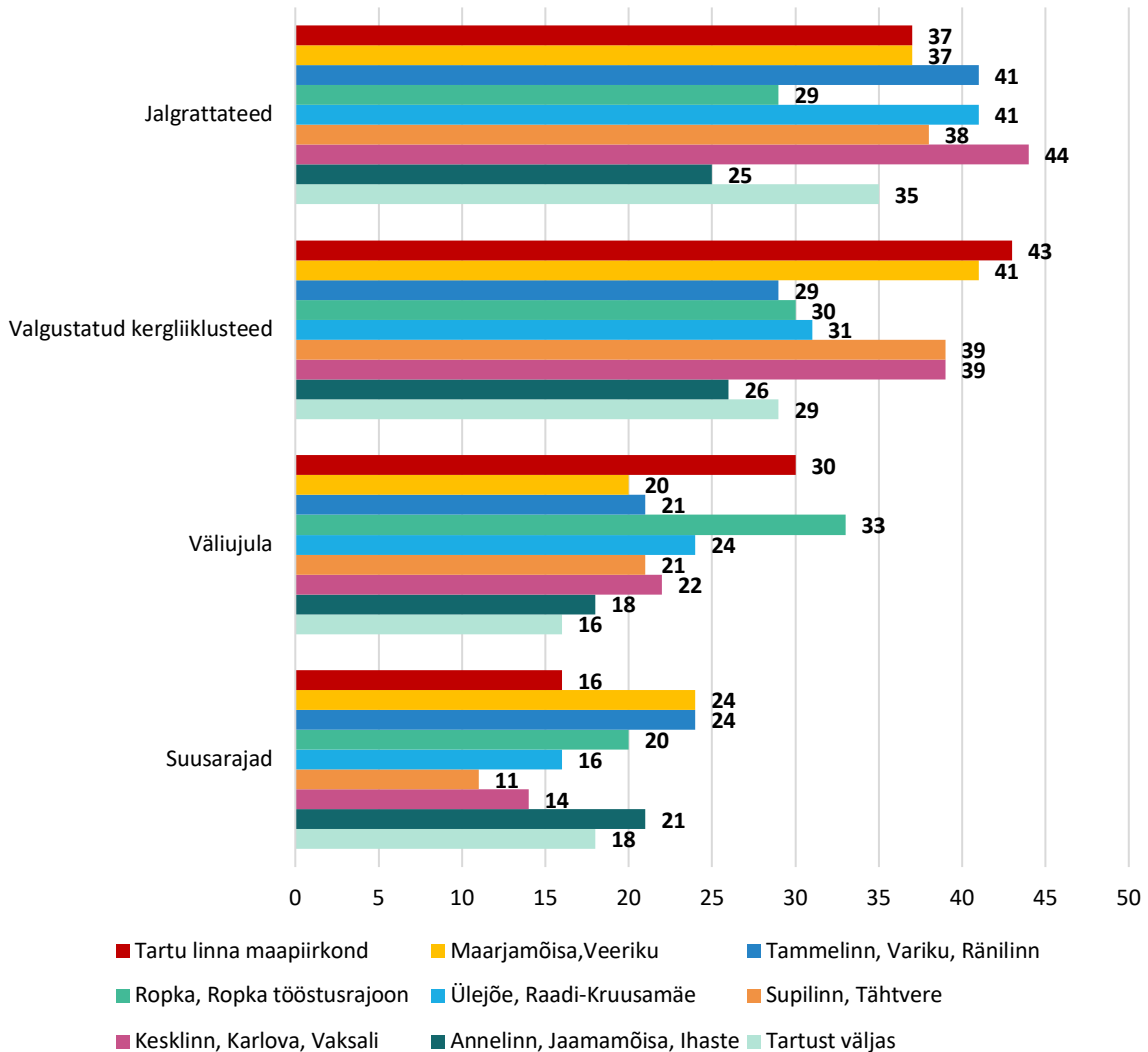
Palju tagasisidet laekus ka küsimusele, millistest rajatistest, kohtadest või võimalustest tartlased puudust tunnevad. **Kõige rohkem tahetakse juurde matkaradasid, jalgratta- ja kergliiklusteid.** See on ka ootuspärane, kuna kergliiklusteedel saab nii joosta, sõita rattaga kui ka kõndida, mis on tartlaste seas ka kolm kõige levinumat tervisespordiharrastust. Lisaks tahetakse ka jooksuradasid ja ujulat. Samad mõtted kõlasid ka avatud vastuseid analüüsid, kus sooviti jooksjatele pehme kattega jooksuradasid rajamist ja rohkem veesportimisvõimalusi (ujulate puudus ja olemasolevate ülerahvastatus oli üks läbivaks mureks tartlaste seas avatud vastustes).

Tartlaste ootused arengute osas on sarnased näiteks ka Ida-Virumaa vastajate omadele, kelle seas sooviti samuti juurde kergliiklusteid, matkaradasid ja jõulinnakuid (ehk väljõusaale). Tartlaste puhul on lisaks sellele ka vajadus ujula/basseini ja suusaradade järele. Viimane võib olla osaliselt tingitud aktiivsest suusatamise hooajast.



Joonis 41. Millistest liikumisharrastuste kohtadest, rajatistest ja võimalustest tunnete puudust Tartus? (%)

Allpool oleva joonisel on välja toodud neli kohta/rajatist, mille osas kõige suuremat vajadust tuntakse ning seda piirkondade lõikes. Nagu selgub, on näiteks jalgrattateede järgi suurim vajadus Kesklinna-Karlova-Vaksali piirkonnas samas kui valgustatud kergliiklusteid soovivad eelkõige Tartu maapiirkonna elanikud. Põhjalikumad ülevaaded kõikidest kohtadest, rajatistest ja soovidest, mida piirkonniti soovitakse, leiab aruande lõpu lisa (Lisa 3).



Joonis 42. Millistest liikumisharrastuste kohtadest, rajatistest ja võimalustest tunnete puudust Tartus, esitatud piirkondade järgi (%)

Järgnevalt kirjeldame kõige olulisemaid variatsioone, mis analüüsi käigus ilmsid. Joonisel 42 on esitatud piirkondadepõhine jaotus populaarsematest valikutest. Matkaradade või jooksuradade osas olulisi piirkondlikke või rahvusepõhiseid erinevusi polnud näha, seega on antud segment jäetud välja. Küll aga võib märkida, et matkaradu soovivad kõige vähem just vanim vanuserühm (17%) ja mehed (29% mehed vs 39% naised), linnaosade lõikes soovivad neid kõige vähem Tammelinna-Variku-Ränilinna elanikud (25%).

Jalgrattateid soovivad enam just Kesklinna-Karlova-Vaksali elanikud ja kõige vähem Annelinna-Jaamamõisa-Ihaste elanikud. Jalgrattateid tahavad teistest rohkem just eestlased (36% vs 17%), vähem soovib neid vanim vanuserühm (18%). Valgustatud kergliiklusteid soovivad kõige enam Tartu maapiirkonna ja Maarjamõisa-Veeriku elanikud. Kõige vähem

soovivad neid Annelinna-Jaamamõisa-Ihaste inimesed. Väliujulat soovivad teistest oluliselt rohkem Ropka ja Tartu maapiirkonna elanikud, kõige vähem aga Annelinna-Jaamamõisa-Ihaste elanikud. Suusaradu tahavad teistest rohkem just Maarjamõisa-Veeriku ja Tammelinna-Variku-Ränlinna elanikud. Kõige vähem tahavad neid Supilinna-Tähtvere ja Tartu maapiirkonna elanikud.

Muid soove ja vajadusi kirjeldades soovivad tenniseväljakut just Supilinna-Tähtvere ja Tartu maapiirkonna elanikud (8,7%), lisaks soovivad seda ka Ropka elanikud (7,1%). Väliõimlemisalasid tahavad teistest enam Tartu maapiirkonna elanikud (32%). Välistaadioni valis kõige vähem Ropka ja Tartu maapiirkond. Rohkem soovivad seda muudest rahvustest inimesed (16% vs 6%). Sisejalgpalliväljakut soovitakse enam Tammelinna-Variku-Ränlinna piirkonnas (6,2%), Kesklinna-Karlova-Vaksali, Annelinna-Jaamamõisa-Ihaste ning Ropka piirkonnas (4%). Ootuspäraselt on soovijateks pigem nooremad meessoost vastajad.

Sisepalliväljakut soovitakse enam just Annelinna-Jaamamõisa-Ihaste piirkonnas (3,2%). Sisejääväljast tunnevad enam puudust muudest rahvustest inimesest (12% vs 3%), sama kehtib ka lasketiiru kohta (16% vs 4%). *Discgolfi* tahaksid enam just Tammelinna-Variku-Ränlinna (10%) ja Annelinna-Jaamamõisa-Ihaste (9%) elanikud. Motosporti eelistavad kõige rohkem Annelinna-Jaamamõisa-Ihaste (2,3%) ja Ülejõe-Raadi-Kruusamäe elanikud (3,8%). Siseujula, välirulapargi ja sisesrulapargi puhul piirkondlikke erinevusi pole, välja arvatud Tartu maapiirkonna elanikud, kes soovivad kõiki kolme teistest enam (23%, 11%, 9%).

Ka siin oli lisaks valikuvariantidele kõikidel vastajatel võimalus märkida oma vastus "Muu" lahtrisse ning täpsustada oma valikut järgnevas küsimuses. Läbivalt tunti puudust golfiväljakust, kuid lisaks sellele ka ronimissaalist või- seintest, maastikurattaradadest ja tantsuvõimalustest, seda nii tantsusaalide kui ka avatud tantsupõrandate kujul linnas. Lisaks sellele soovisid näiteks 15–34-aastased vastajad, et linnas oleks rohkem parkuuriväljakuid, *discgolfi* väljakuid, rannaliiva võrkpalliväljakuid, golfiväljakuid ja väljõusaale.

Hulgaliselt sooviti rohkem ujumisvõimalusi (siseujula näol), kuna hetkel saadaval olevaid rajatisi pole piisavalt ja nende kättesaadavus on madal. Muuseas sooviti ka pehmema kattega jooksuradasid ja lasketiiru. 35–49-aastaste vastajate seas domineeris soov saada Tartu piirkonda golfiväljak. Lisaks sooviti palju ka uut ujumiskohta (basseini) linna piires ja väljõusaale. Vähem sooviti ka lasketiiru, ronimisseina ja petangiväljakut. Üle 50-aastased vastajad soovisid samuti uut golfiväljakut, rattaradu, paremaid tantsu- ja võimlemistingimusi, petangiväljakuid, aga ka rulluisurada ja istepinke linnaruumis.

Ootused ja rahulolu liikumisharrastuste kohtade seisukorra, asukoha ja ligipääsetavuse osas

Vastajatel paluti samuti kirjeldada oma ootusi ja rahulolu juba olemasolevate spordipaikade aspektide lõikes ning seda avatud vastuse vormis. Üldiselt võib öelda, et lisaks spordipaikadele laekus ka mitmeid ettepanekuid rajada midagi uut või täiendada juba olemasolevat. Vaatamata sellele, et juba spordialade all oli vastajal võimalik valida muu spordiala, oli nii selle kui ka teiste sarnaste avatud vastusega küsimuste all kõige populaarsemaks palveks rajada Tartu piirkonda golfiväljak või -rada. Huvi golfivõimaluste vastu Tartus sai käesoleva küsimuste vastustes

mainitud üle 50 korra, mis oli ühtlasi ka kõige populaarsem valdkond, mille suhtes huvi tunti. Mõned vastajate kommentaarid selles osas kõlasid järgnevalt:

„Golfiväljakuid on minu kodukoha lähedal ainult Otepääl, oleks väga vajalik ka Tartu läheduses.“

„Golfiväljaku olemasolu Tartus või läheduses suurendaks oluliselt harrastajate arvu ja annaks ka positiivse mõju turismisektorile.“

Suur osa tagasisidest puudutas ka kergliiklusteid ja kõndimiseks mõeldud alasid. Kõige rohkem kergliiklusteedega seoses sooviti nende juurdeehitamist ja arendamist. Näiteks avaldasid mitmed vastajad soovi arendada Emajõe äärseid liikumisalasid ning rajada paremaid tingimusi nii talvisteks kui ka suvisteks liikumistegevusteks:

„Jooksmiseks, rattasõiduks, kõndimiseks on olud päris head. Tartus võiks olla rohkem turvalist võimalust tegeleda ka rulluisutamise või rullsuusatamisega. Veidi algajamatel on kergliiklusteel päris ohtlik. Nt võiks Tähtvere spordipargis ja dendropargis olla rohkem asfalteeritud radu. Ka võiks olla rohkem teid/radu jõe ääres. Ideaalis võiks kogu linna ulatuses saada liikuda mõlemal pool jõge.“

Kergliiklusteede osas pakkusid mitmed vastajad idee rajada Tartu ümber suuremat kergliiklustee ringi või ühendada juba olemasolevad teed omavahel paremini. Oli mainitud asjaolu, et olemasolevad teed ei ole piisavalt pikad ning asuvad linnas inimeste ja autode keskel. Linna ümbruses terviseradade ehitamine aitaks viia tervisesportlasi linnamürast kõrvale ning tekitada pikemat distantsi, mida mööda liigelda:

„Täpselt samamoodi, nagu Tartu suure "ringtee" ehk linna ümber kiiresti sõitmise võimalus autodele läheb järjest paremaks, võiks ka kergliiklusteed kulgeda ümber linna, et olekski võimalik linnale n-ö tiir peale teha.“

„Radasid ja kergliiklusteesid on ja see on tore. Nüüd tahaks, et saaks need pikemateks ringideks siduda - et oleks ikka väljakutset ka. Ringi ümber/läbi Tartu 15 km näiteks, osa kergliiklusteel, kõnniteel, võibolla sekka ka metsarajal või rahulikul tänaval.“

Samuti esines mitmeid palveid rajada rohkem välijõusaale ning välitreeningplatse, parandada kergliiklusteede hooldamist (talvel), tekitada eraldi jalakäijatele ja ratturitele mõeldud teed ning edastada paremini infot radade korrashoiu ja asukohtade osas. Viimast ettepanekut kirjeldab üks vastajatest järgnevalt:

„Mina sooviks, et oleks rohkem ja selgemat infot igasuguste erinevate loodus- ja matkaradade kohta Tartu ümbruses (ca 20 km raadiuses). Kuidagi vähe on neid. ... Konkreetse linnaäärse kohana: Variku mets. Kas saaks sinna mõne selgema ja märgistatuma raja, mis ideaalis võiks viia kuhugi välja (Tõrvandisse?) ja et siis kuskilt saaks tagasi. Linnalähedastel radadel peaksid olema nimed. Et inimesed saaks arutada, et kas täna teeme Kuldnoka raja 10 km või Linnutee raja X km või hoopis Orava raja Z kilomeetrit.“

Mitmeid kordi mainiti ka huvi tantsuvõimaluste vastu ning lisaks trennide (nt zumba ja aeroobika) paremale kättesaadavusele soovisid nii mitmedki vastajad vabaõhu tantsuplatsi. Üks vastaja kommenteeris antud huvi järgnevalt:

„Tartus võiks olla vabaõhu tantsuplats, kus suveperioodil saaks seltskonnatantsu huvilised kohtuda ja avalikke tantsuõhtuid korraldada. 2020. aastal sai tantsida Autovabaduse puiestel. Paar tantsuklubi kasutab tantsimiseks ka Emajõe äärseid terasse (Dorpati vastas), kuid sinna ei mahu kõik huvilised alati ära. Puudub ka elektrivarustus ja varikatus.“

Piirkondadepõhised ootused ja rahulolu

Järgnevalt on esitatud lühike ülevaade avatud vastustest Tartu piirkondade ja vanusevahemike lõikes. Läbivalt võib öelda, et nooremate vastajate seas domineeris soov saada rohkem võrkpalliväljakuid, väljõusaale või siis näiteks suusaradasid. Vanemate inimeste seas domineeris soov näha Tartu ümbruses pigem matka- ja metsaradu, tihedamat bussiliiklust mugavaks liikumiseks spordipaikade juurde ning rohkem pinke, et oleks võimalik tervisekäikude ajal puhkust teha.

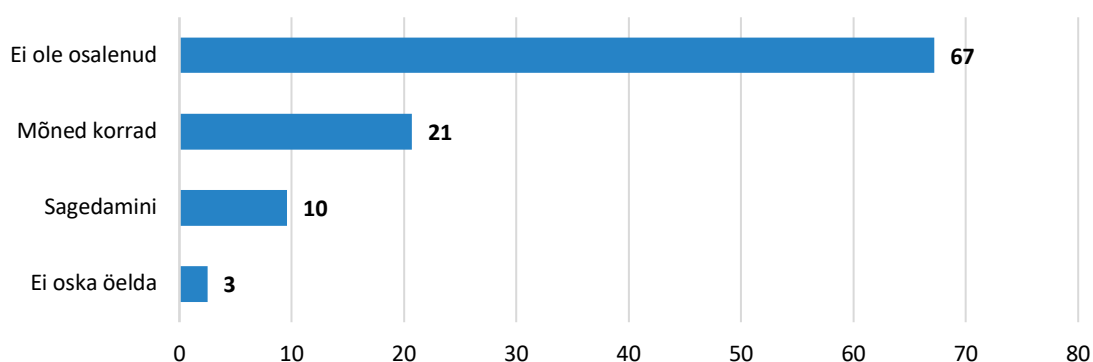
Tabel 3. Palun täpsusta soovi korral oma üldisi ootusi ja rahulolu liikumisharrastuste kohtade, seisukorra, asukoha, ligipääsetavuse jne kohta (avatud vastusega küsimus)

	15-34	35-49	50-64	65+
Annelinn, Jaamamõisa, Ihaste	<p>“Võiks olla rohkem ka lastele tegevusi/atraktsioone. Lasteaiavanuses ja algklassi lastele siis. Et tore oleks lastega koos rattaga minna või jalutada, aga laste jaoks võiks olla seal läheduses või raja sisse põimitud kas ka mõni seklusrajake, mingid ronimisseinad/ronimisasjad, mõni kiik vms. Et siis lastel ka suurem motivatsioon sinna rajale minna ja seal liikuda/toimetada.”</p>	<p>“Tuleks paigutada peamistele rattateedele nähtavamad viidad erinevate linnaosade kohta, koos sihtkoha kilometraažiga. Kohati on hakatud märke juba paigaldama. Tasuks kaasata skandinaavia linnade liiklusplaneerijate know howd.”</p>	<p>„Eelpool juba kõik lisatud. Vajalik oleks mõelda uute kergliiklusteede rajamisel selles võtmes, et liikuda oleks võimalik ringina, mitte ainult edasi-tagasi. Näiteks Raadilt ei saa hästi lennujaama kandist läbi, Emajõe kallasrada ei ole välja arendatud jne.“</p>	<p>„Ihaste metsatukka, mis nüüd aia taha pandud, igatsen küll taga. Ja loodan, et seal mets vähemalt praeguses mahus ikka alles jääks. On üks kohtki, kuhu kodust jalgsi ligi pääseb ja männilõhna sisse saab hingata.“</p>
Kesklinn, Karlova, Vaksali	<p>“Käin peamiselt Tamme staadionil, kus on olemas nii sisejõusaal kui väljas jõumasinad. Eelistaks asukoha poolest käia Karlovas aga siin väljõusaali pole.”</p>	<p>„Anne kanali ääres võiks olla joomiseks "purskkaevud", kust saaks vett kaasa võtta või kohapeal suud loputada. Ihaste poole minnes puuduvad WC-d.“</p>	<p>”Tähtvere spordipark ja Dendro on eeskujulikult spordi tarbeks hooldatud! Võiks mõelda ka suusaradade pikendamisele Vorbuse suunas (nii jõeäärne trass kui mööda jõeoru veerul kulgev trass).“</p>	<p>„Ootus tartlasena saada Jänese matkarada läbida täies pikkuses (Jänese raudteesillani) nii suuskadel kui jalgsi.“</p>
Supilinn, Tähtvere	<p>“Asfalteeritud kergliiklusteede ääres võiks olla 50cm kruusane serv millel saaks joosta jalgu rikkumata. Raudtee tn näiteks täitsa hea selle koha pealt.”</p>	<p>“Rohkem võiks olla parkides välitreneràžööre, ka talvekõlbulikke, nagu nt 2 uut Tähtvere spordipargis - need on superhead!”</p>	<p>“Rajad võiksid olla ring-tüüpi, et saaks autoparklasse ringiga tagasi, mitte sama teed tagasi tules.”</p>	<p>“Discgolfirajad Tähtveres peaks olema rohkem hooldatud, rohi tihedamini niidetud.“</p>
Ülejõe, Raadi-Kruusamäe	<p>„Raadil võiks ka olla mõni spordikeskus, kus oleks ujula, jõusaal jne.“</p>	<p>„See ei ole ainult rullsuusatamise mure, vaid ka kõigi ratturite, lastekäruodega perede mure - tänava ületuskohtade äärekivid on kõrged.“</p>	<p>„Võiks ka Roosi tänava kandis midagi olla. Raadi järvel võiks tohtida uisutada, et sellest ei tuleks pahandust. Seal võiks suusaradu olla.“</p>	<p>„Anne kanali ümbruse suusarada peaks palju paremini hooldama.“</p>

Ropka, Ropka tööstusrajoon	"Valgustatud kergliiklusteid võiks olla rohkem, just linna äärsetel aladel."	„Käin Variku jõusaalis, aga seal võiks veel olla täiskasvanutele grupitreeninguid, näiteks aeroobika või pilates, huvilisi selles piirkonnas oleks.“	„Kodulehtedel (v.a.RMK) võiks olla rohkem talvel operatiivset infot radade seisukorra kohta, sest meie kliimas muutuvad olud väga kiiresti.“	-
Tammelinn, Variku, Ränilinn	„Meil võiks olla rohkem välijõusaale ja ujumiseks basseine.“	Sanatooriumi parki Tammelinnas võiks olulisest rohkem ära kasutada ka suusatamiseks, või siis ülikoolilinnaku suurt platsi, kuhu saak suusarajad sisse sõita. Kõik ei mahu Tähtvere parki ja ühest linnaotsast teise sõitmine on linna niigi tihedale liikluskoormusele halb.	„Ujulaid võiks Tartus olla rohkem, eelistan sportumise võimalusi.“	„Valga raudtee ääres terviseraja kõrval võiks olla suusarada.“
Maajamõisa, Veeriku	„Tahaks suuremat jõusaali Nooruse tänava ümbruses, meil on siin tudengeid palju aga saal on väike ja ainuke.“	„Kergliiklusteed Tartu ümbruses võiksid olla valgustatud ja hooldatud vastavalt ilmastikule ning hooajale. Kindlasti tuleks nn "ise tekkinud" suusaradasid linna poolt võimalusel edasi teha/hooldada (N Ravila tn).“	„Tartu lähiümbruses puuduvad golfi mängimiseks võimalused, siia on väga vaja ühte korralikku golfikeskust.“	-
Tartu linna maapiirkond (Ilmatsalu, Märja jt)	„Ilmatsalus puuduvad suusarajad. Samas, on meil ilus väike küla, kus mine lihtsalt õue ja naudi ilma, loodust ja suusatamist. Autoga linna ei tahaks sõita, et suusatama minna.“	„Vorbusel kahjuks kergliiklusteed ei ole, pole ka rattaringlust.“	„Soovin et Tartu linnas oleks Spordiklubi-Tervisekeskus, mis oleks kaasaegselt sisustatud jõusaaliga, suure basseiniga, orienteeritud vanemale kontingendile, keskealistele, eakatele. Tervisekeskuses spordiarstide, terapeutide vastuvõtt, kus saaks teha koormusteste, tervisekontrolle ja soovitusi sportimiseks, taastusraviks, massaažiks. Seal võiks olla ka tervislikke toitudega söögikoht, spordiriiete ja tarvikute kauplus. See aitaks hoida vanemaealistel oma tervist korras.“	-
Tartust väljaspool vastanud inimesed	„Suurepärane oleks korraliku jõusaali/spordiklubi rajamine Raadi piirkonda, et autosõidu asemel oleks võimalik trenni jalutada. Vaadates spordiklubide rahvastatust iga päev, on vajadus selleks kindlasti olemas.“	„Tähtvere parki võiks tekkida ka tõusudega rulluisu/rullsuusarada. Muus osas on patt nuriseda.“	„Käiks suveperioodil ka Tartus ja treeniks seal vabas õhus, aga jõumasinaid on väga vähe. Selliseid kohti võiks rohkem olla, kus on jooksurada ja raja peale jäävad ka jõu- või muud liikumismasinad. Need võiks olla parkides, linna lähedal looduses.“	-

TERVISESPORDI INFO JA ÜRITUSTEL OSALEMINE

Vastajatelt uuriti ka tervisespordi info kättesaamise ja üritustest osavõtu kohta. Suurem osa tartlastest pole tervisespordi üritustest osa võtnud. Küll aga on ligi kolmandik tartlastest osalenud üritustel vähemalt mõned korrad, mida on kaks korda rohkem kui Eestis keskmiselt (14%)¹⁶ ning kolmandiku võrra rohkem kui Tallinna elanike seas (21%). See näitab, et tartlased on aktiivsed spordiüritustest osavõtjad.



Joonis 43. Kui sageli olete viimase 12 kuu jooksul tervisespordi üritustel osalejana kaasa löönud (näiteks Tartu Maraton, Rattaralli, Linnamaraton jms)? (%?, n=1437)

Tervisespordi üritused, mida võiks Tartus rohkem olla

Avatud küsimusena küsiti tartlastelt ka seda, milliseid üritusi võiks linnapildis rohkem toimuda. Kui analüüsida kõiki vastuseid kokku, siis sooviti rohkelt üritusi, mis oleksid seotud jooksmise, orienteerumise ja kõndimisega. Läbivalt kõlas soov, et oleks rohkem üritusi suusatamise ja uisutamise jaoks. Samuti sooviti kogu perele mõeldud üritusi, rattasõiduga seotud üritusi ning üritusi, mis toimuksid õhtul/öösel. Kogu ülevaade avatud vastustest ning vastajate ettepanekutest/mõtetest on leitav Lisa 1 failis.

Jooksmisega seotud soovid olid eriti populaarsed just nooremate inimeste seas. Nende seas sooviti rohkelt ka maastikurattaüritusi ja suusavõistlusi:

„Super hea sari oli Tartu õhtujooksu sari. Väga kahju, et seda ei ole. Tunnengi puudust just sellistest tööpäeva õhtustest üritustest, kus käia-teha-olla.“

¹⁶ Siinkohal tasub mainida, et 2018. aastal (aasta, millest Tallinna spordiuringu andmed pärinevad), oli ka inimeste arv, kes vähemalt mõned korrad spordiüritustest osa võtsid, 23%. 2020. aastal langes see aga 14% peale.

35–49-aastaste seas olid eelistuseks matkad ja kogupereüritused (mis kaasaksid lapsi). Vähem seotud spordiga, kuid huvitava mõttena kõlas ka ettepanek teha emmede matk kärudega Tartu linnas:

„Kärutavate emmede matk või linnatuur :)“

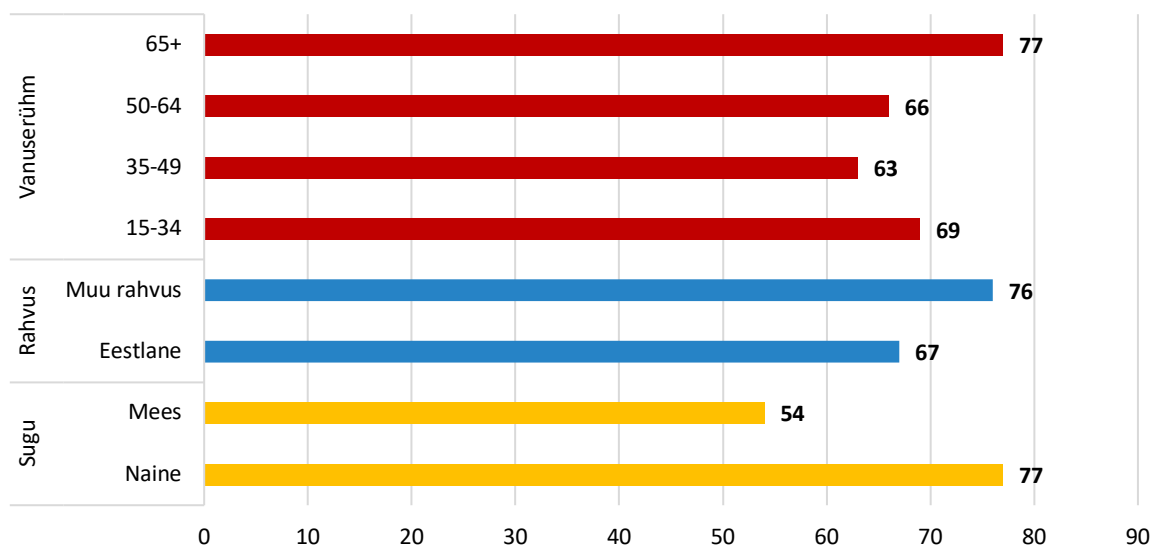
35–64-aastaste seas kõlasid soovid näha lisaks kõikidele eelkirjeldatud üritustele ka golfiüritusi, kepikõndimise ja korvpalliga seotud üritusi. Eakate seas oli suureks sooviks näha rohkem üritusi just endile (eakamatele). Nende vanusegrupis sooviti, et oleksid korraldatud matkad ja kõndimisega seotud üritused, kuid ka miski seotud kepikõndimise ja värskes õhus olemisega. Kõige populaarsemaks osutus soov võtta osa tantsuüritustest, tantsuõhtutest ja võistlustest. Samuti kiideti ka eakate kõnniringe:

„Eakate matkad linnas ja linnaümbruses oli väga hea mõte, seda võiks edaspidigi korraldada.“

Teine vastaja aga kirjutas järgmist:

„...Kõnniringide menükus ilmselt näitas ka, et eakad ise ka soovivad. Neid võimalusi võiks olla kindlasti rohkem ning ka selliseid, mis arvestavad eakatega, kes kõnnivad-toimetavad küll, kuid pole kunagi sportlikud olnud. Nt kui eakas omaette meelsasti harrastab paarikilomeetrist kepikõndi, siis ta võiks osaleda sellise distantsiga ühiskõnnil ka, aga ta ei saa seal osaleda, kui selle logistika eeldab, et ta enne matkab veel paar kilomeetrit kogunemiskohta ja pärast paar tagasi, sest see on siis juba kolmekordne maht. Eakaid praegusel ajal terviseharrastuse nimel ühistransporti kasutama innustada oleks kuidagi vastuoluline. Logistilisi lahendusi, mille korral eakas võiks haakida end kodu lähedalt mööduva kõnniringi sekka ja pisut teistega koos liikuda, annaks ilmselt leida.“

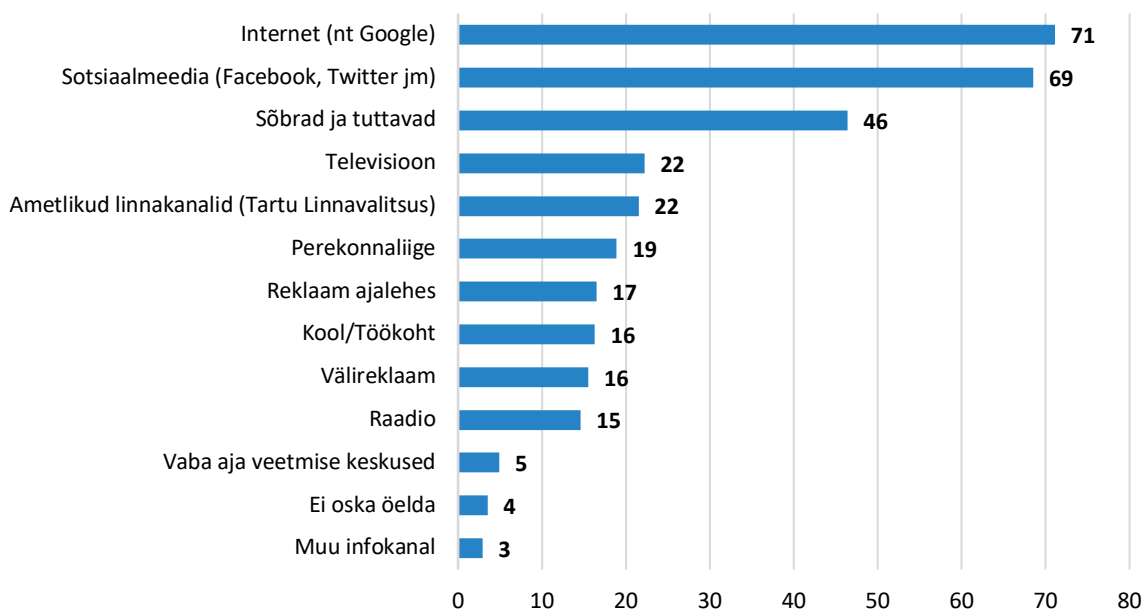
Palud märkisid ära ka seda, et Tartus toimub väga palju tervisespordiüritusi ja neid on piisavalt, mida näitab ka üle Eesti keskmise üritustel osalejate arv siinses piirkonnas. Sooviti ka seda, et toimuvad üritused oleks mõeldud keskmisele tartlasele mitte sportlastele. Mõned arvasid ka seda, et võiks olla rohkem üritusi, mis ei sea liiklemist.



Joonis 44. Vastajate osakaal, kes ei ole osalenud viimase aasta jooksul tervisespordiüritustel ("Kui sageli olete viimase 12 kuu jooksul tervisespordi üritustel osalejana kaasa löönud (näiteks Tartu Maraton, Rattaralli, Linnamaraton jms") (%; n=1437)

Samuti on kasulik teada, kuidas tartlased tervisespordi, ürituste ja muu seonduva kohta infot saavad. Kõige rohkem inimesi leiab info interneti ja sotsiaalmeedia vahendusel. Ka kõikides teistes uuringutes, nii riiklikul kui ka kohalikul tasandil, oli kõige populaarsemateks kanaliks internet (ning üleriigilise uuringu põhjal võib öelda, et selle populaarsus on järjest kasvanud). Samamoodi on populaarne ka sotsiaalmeedia. Neile järgnevad televisiooni/raadio ning sõprade ja tuttavate kaudu info levitamine.

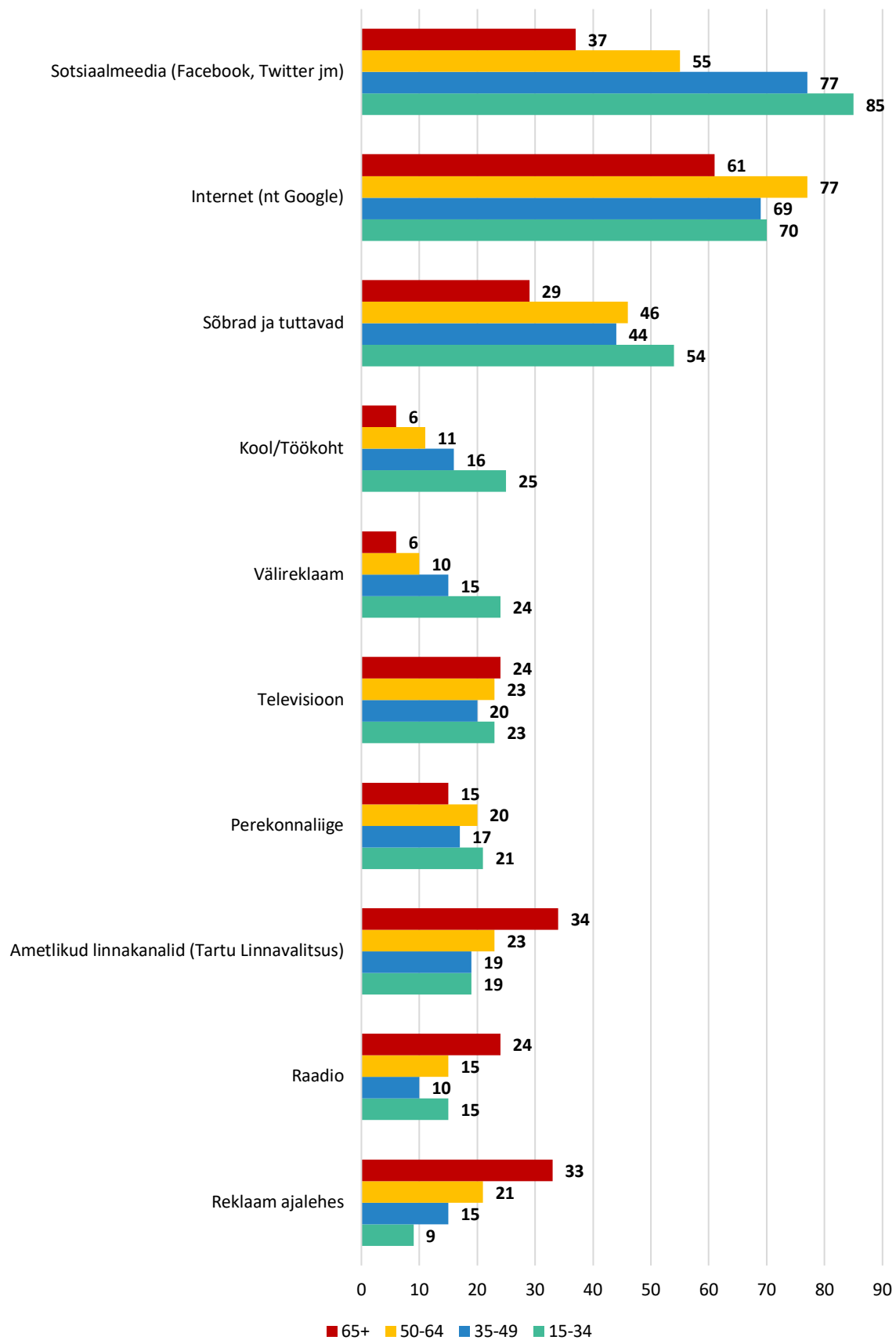
Viimase olulisus näitab, et inimesed on aktiivsed info levitajad ning jagavad omavahel kogemusi ja soovitusi paikade, ürituste ja tegevuste osas. Hea kogemuse või mulje korral on tõenäoline, et seda soovitatakse ka oma sõpradele, perele või tuttavatele. Suhteliselt populaarne on info saamine ka kooli/töökoha kaudu, kuid siinkohal olid tartlased vastupidisel arvamusel ning pidasid seda vähemoluliseks kui teistes uuringutes. Ka televisiooni ja raadio kaudu info saamine (eesti keskmine vastavalt 37% ja 22%) on tartlaste seas madalam. Seda võib põhjendada küsitluse metoodika erinevus ning asjaolu, et käesoleva spordiuuringu raames keskenduti levitamisele just veebikanalite kaudu, mis paratamatult eelistab neid, kes kasutavad aktiivselt internetti.



Joonis 45. Millistest infokanalitest saate infot tervisespordi ürituste, võimaluste jms tegevuste kohta? (% , n= 1437)

Allpool olevalt jooniselt on näha, et infoallikad varieeruvad vanuserühma järgi päris palju. Üldiselt on internet kõigi jaoks sarnaselt oluline, kuid sotsiaalmeediat kasutavad valdavalt nooremad tartlased. Samas on huvitav, et internetist hangivad infot ka päris paljud vanemaealised, seda paljuski ametlike linnakanalite kaudu.

Kuigi sotsiaalmeedia kasutamine väheneb vanuse kasvades jõudsalt, jääb see siiski ka vanima vanuserühma jaoks üheks peamiseks infoallikaks. Vanim vanuserühm toetubki lisaks internetile üsna võrdselt sotsiaalmeediale, linna ametlikele kanalitele, reklaamidele ajalehes ja sõpradele-tuttavatele. Nooremate vanuserühmade seas eristuvad selgelt sotsiaalmeedia, internet ja sõbrad-tuttavad, kuid ka välireklaami panevad nooremad rohkem tähele. Rohkem infot saavad nooremad ka töölt või koolist.



Joonis 46. Infokanalite kasutamine vanuserühma järgi („Millistest infokanalitest saate infot tervisespordi ürituste, võimaluste jms tegevuste kohta?") (% , n= 1437)

KOKKUVÕTE

Tartu tervisespordi uuring oli esimene tartlastele suunatud liikumisuuring, millest võttis osa pea 1/95 kõikidest linna elanikest. Suurem osa vastajatest olid naised ja kõrgharidusega, mis on tavaline suundumus küsitlusuuringute puhul. Andmeid kaaluti soo, vanuse ja linnaosade järgi.

Pea kõik uuringule vastanutest inimestest peavad tervisesporti ja sellega tegelemist oluliseks. Selle põhjal võib öelda, et kogutud andmed esindavad pigem inimesi, kes on aktiivsed spordiharrastajad ning kes liiguvadki rohkem kui keskmine inimene. Küll aga tasub mõõnda, et tervisesport on lai mõiste ja sellega tegelemine ei nõua suurt organiseerimist. Seda näitab ka asjaolu, et kõige populaarsemaks tervisespordi liigiks, mida vastajad märkisid, osutus kõnd, seega käsitleb uuring tervisespordi mõistet väga laiahaardeliselt, mille järgi võibki igat liikuvat inimest pidada tervisespordi harrastajaks.

Üldises võtmes on tartlased rahul oma elu ja tervise, liiguvad palju ja arvavad, et nende liikumise maht on piisav. Kõik need näitajad on Eesti keskmisest kõrgemad. Kõige suuremateks takistusteks liikumisel olid ajapuudus, piirangud, ilmastikuolud ja sportimisvõimaluste puudumine. Oma liikumiskäitumist on COVID-19 pandeemia valguses kõige rohkem muutnud just naised, muust rahvusest elanikud ja vanemad tartlased. Peamine põhjus, miks muutus inimeste spordi harrastamise koht ja ala, oli tingitud sellest, et meelepärased trennid ei toimunud ja tööle sõitma/kõndima ei pidanud: oldi kodukontoris.

Kõige rohkem eelistavad tartlased tegeleda kõndimise ja matkamisega, jalgrattasõidu, jooksmise, suusatamise ja võimlemise/vesivõimlemisega. Tasub mainida, et suur huvi suusatamise jm talisportide vastu on eeldatavasti tingitud sellest, et tegemist oli lumise talvega ning küsitlus toimus jaanuaris, mil inimesed tegelesid aktiivselt taliharrastustega. Tervisesporti tehakse eelkõige hea enesetunde ja tervise pärast ning vormis püsimiseks. Kolmandik kõigist tartlastest on osalenud mõnel tervisespordi üritustel viimasel aastal.

Kõige enam soovitakse, et Tartus oleks rohkem matkaradu, jalgratta- ja kergliiklusteid. Samuti sooviti ujulat, aga ka väliujulat, jooksuradu ja välijõusaale. Üritustest soovitakse enam tervele perele ja seenioritele mõeldud ettevõtmisi. Täpsemalt eelistatakse linnas orienteerumist, matkamist, tantsimist, jooksu- ja õhtuseid üritusi. Toodi välja ka, et üritused võiksid olla tasuta ja suunatud neile, kes pigem harrastavad sporti, mitte ei tegele sellega intensiivselt. Peamine allikas, mille kaudu saavad tartlased ürituste ja liikumise kohta infot, on internet ja sotsiaalmeedia. Ka vanemate inimeste seas on sotsiaalmeedia küllaltki levinud, palju jälgitakse muu seas ka Tartu Linnavalitsuse ametlikke meediakanaleid.

Selle uuringu puhul pakkusid head võrdlusmomenti nii üleriiklik kui ka piirkondlikud uuringud (kaasa arvatud just valminud Ida-Virumaa liikumisuuring). Siinkohal võiks tulevastest

uuringutes, mis puudutavad tartlasi, kaardistada ka seda, kas tegeletakse liikumisega sise- või välitingimustes, luua harrastaja/mitteharrastaja profiil ning analüüsida, kuidas nad teineteisest erinevad. Seeläbi tekib parem võrdlus ka teiste olemasolevate uuringutega.

Soovitused ja ettepanekud

- Lisaks kergliiklus-, matka- ja rattateede täiendavale rajamisele mõelda ka nende paremale omavahelisele ühendusele, et siduda erinevad olemasolevad (ning uued) rajad ühtseks võrgustikuks. Võimaluse korral kaaluda teede rajamist linna kõrvale (nt "tervisering" ümber Tartu).
- Leevendamaks spordisaalide ning -ruumide koormust (eriti õhtuti), tasub luua lisavõimalusi sportimiseks vabas õhus. Eriti nõutud on mh väliujula, võrkpalli- või korvpalliväljakud, rulapark ja võimlemisalad.
- Luua täiendavaid (universaalseid) harrastusvõimalusi, mis oleksid sobivad erinevas vanuses ja erineva profiiliga tartlastele. Suur nõudlus, sõltumata vanusest ja piirkonnast, on näiteks välialade (sh alad peredele) ja jõulinnakute järgi. Laialt kasutatavad tingimused/võimalused (nt valgustatud terviserajad, jõulinnakud) võiksid olla saadaval kõikides linnaosades. Samuti tasub uurida võimalusi rajada Ropka-Ropka tööstusrajooni ja Tartu linna maapiirkonda jalgratta-, kergliiklusteid ja matkaradasid, kuna nendes piirkondades tuntakse nende järele eriti suurt vajadust.
- Kaaluda võimalust Tartu lähiümbruses golfiväljaku või -platsi loomiseks. Läbivalt tuntakse puudust ka *discgolfi* väljakutest.
- Tervisespordi atraktiivsuse tõstmiseks luua lisaks sobivatele tingimustele ka motiveerivaid üritusi. Ürituste osas kaaluda erinevatele sihtrühmadele suunatud tegevusi. Noortele tasub pakkuda aktiivseid tegevusi (nt jooksuüritused), kusjuures kasuks tuleb noorte seas populaarsete tehnoloogiavõimaluste ärakasutamine (nt linnaorienteerumine nutiseadmete abil). Keskealistele inimeste jaoks tasub mõelda kogupereürituste korraldamist (nt tegevusi lastega peredele, õhtujooks, orienteerumine, matk perele). Eakamate puhul on lisaks uutele võimaluste eriti nõutud ka organiseeritud gruppide tegevused, kus oleksid inimesed, kes nendega tegeleksid (mh sooviti tantsuüritusi, võimlemist ja ka populaarseks osutunud kõnniringide jätkumist).
- Jätkata spordipaikade ja -väljakute rajamisega koolide ümbruses (nt jalgpalli jm pallimängude väljakud), et arendada sportimisvõimaluste kättesaadavust nooremate seas ning tõsta tervisespordi atraktiivsust võimalikult varajases eas.
- Arendada looduses ajaveetmise ja matkamise võimalusi linna sees ning ümbruses. Muuseas kaaluda koostöö tegemist kõrvalvaldadega (nt Vooremägi, Kastre vald), et võimaldada matkaradade ja matkamisvõimaluste arendust linna läheduses.
- Kasutada maksimaalselt linnas olevaid võimalusi tervisespordipaikade ja -võimaluste edendamiseks (nt tervise- või matkaraja ehitamist mööda Kvissentali suunas mineva Emajõe kallast, väikesed sportimisplatsid ja ajaveetmise võimalused kesklinnas Emajõe ümbruses, Ropka park ja selle ümbrus ning Ihaste park-metsa liikumisrajad). Samuti pöörata tähelepanu olemasolevate tingimuste kvaliteedi parandamisele (nt Jänese matkarada).

- Linna ja uute ehitiste planeerimisel on otstarbekas ära kasutada maksimaalselt tekkivaid võimalusi ning edendada sportimist ja ajaveetmist ümbruses (nt sportimisväljak, trenažöörid või rajatised hoone sees või väljas). Sellega leevendatakse sportimisvõimaluste puudumist, parandatakse nende kättesaadavust ning muudetakse ehitisi või planeeringuid elanikesõbralikumaks ja multifunktsionaalsemaks.

Lisa 1. Millise harrastusega soovitakse täiendavalt tegeleda linnaosade lõikes (%)

	Annelinn, Jaama-mõisa, Ihaste	Kesklinn, Karlova, Vaksali	Supilinn, Tähtvere	Ülejõe, Raadi-Kruusamäe	Ropka, Ropka tööstusrj.	Tamme-linn, Variku, Ränilinn	Maarja-mõisa, Veeriku	Tartu linna maapiirkond	Tartust väljas
Ujumine	29	31	29	31	27	40	24	23	33
Jalgrattasõit	18	21	19	17	21	21	13	18	23
Suusatamine, rullsuusatamine	17	12	16	14	22	22	20	19	19
Tants	13	15	13	13	25	16	14	7	20
Võimlemine/vesivõimlemine	14	12	16	14	16	12	13	9	13
Jooksmine	13	16	9	15	5	14	11	16	14
Kõnd, matkamine	14	13	19	8	18	12	14	9	13
Tennis	11	12	11	14	13	13	9	21	18
Rulluisutamine, uisutamine	12	11	16	8	16	4	6	11	15
Kulturism, jõutreeningud	11	8	7	9	6	10	11	23	12
Võrkpall	6	4	3	8	4	7	6	7	8
Lauatennis	4	4	6	4	10	7	4	11	10
Poks, karate, maadlus, võitluskunstid	6	7	3	5	1	6	8	5	6
Korvpall	3	2	1	4	1	1	4	5	7
Jalgpall	2	2	3	4	0	4	4	0	5
Rula/BMX ja muu ekstreemsport	1	1	1	1	0	4	0	5	2
Muu	12	11	15	16	1	4	5	9	7
Ei soovi	12	16	13	12	12	11	18	23	13

Lisa 2. Täiendavate spordialadega tegelemine harrastavate spordialade järgi

Tabelis on harrastavate spordialade lõikes (inimesed, kes täitsid küsitlust antud spordialade kohta) esitatud ka teised harrastatavad spordialad ning millega soovitakse (täiendavalt) tegeleda. Kohati on spordialad lisamata, kuna kindlat eristuvat spordiala(-sid) antud lõigus ei olnud.

Harrastatav spordiala	Teised harrastatavad spordialad (sulgudes alad, millega kõige vähem tegeletakse)	Spordialad, mida soovitakse (täiendavalt) harrastada
Jooksmine:	orienteerumine, kulturism, suusatamine	Tennis, korvpall, jalgpall, kulturism, poks, võrkpall, jalgratas, suusatamine
Ujumine:	-	Kõnd, jalgratas, suusatamine, tants, võimlemine
Jalgrattasõit:	suusatavad	Suusatamine, ujumine, uisutamine, rula/BMX
Kõnd, matkamine:	võimleavad	Võimlemine, tants
Kulturism, jõutreening:	poks, jooksmine, korvpall, jalgpall, frisbee	Poks, korvpall, võrkpall, jooksmine, tennis, kulturism
Võimlemine/vesivõimlemine:	kõnd	Tants, kõnd, võimlemine
Suusatamine/rullsuusatamine:	orienteerumine, jooksmine, jalgratas	-
Tants:	-	võimlemine
Tennis:	golf, korvpall	-
Lauatennis:	golf, sõudmine	kulturism
Poks, karate jms:	kulturism	Poks , kulturism, võrkpall, jooksmine, rula/BMX, tants, korvpall, uisutamine
Uisutamine/rulluisutamine:	jooga	tants
Jalgpall:	kulturism, <i>discgolf</i>	Jalgpall , võrkpall, korvpall, rula/BMX
Võrkpall:	<i>discgolf</i>	Võrkpall , jooksmine, tennis
Korvpall:	tennis, kulturism, frisbee	Tennis, korvpall , võrkpall, jooksmine, ujumine, jalgpall, lauatennis, kulturism
Rula/BMX jm ekstreemsport:	sõudmine, jooga	rula/BMX
Golf:	tennis, lauatennis	-
Discgolf:	võrkpall	Jalgpall, võrkpall, korvpall
Frisbee:	kulturism, korvpall	võrkpall
Orienteerumine:	suusatamine, jooksmine	-
Sõudmine:	lauatennis, rula/BMX, suusatamine	Jalgratas, suusatamine
Jooga:	rula/BMX	-
Ratsutamine:	kõnd, golf	rula/BMX
Sulgpall:	-	Jalgpall, jooksmine
Kaljuronimine:	-	-

Lisa 3. Liikumisharrastuste kohad, rajatised ja võimalused, millest piirkonniti kõige rohkem puudust tuntakse (%)

	Annelinn Jaama- mõisa, Ihaste	Kesklinn Karlova, Vaksali	Supilinn, Tähtvere	Ülejõe, Raadi- Kruusamäe	Ropka, Ropka tööstusrj.	Tamme- linn, Variku, Ränilinn	Maarja- mõisa, Veeriku	Tartu linna maapiir- kond	Tartust väljas
Jalgrattateed	25	44	38	41	29	41	37	37	35
Matkarajad	36	38	35	39	37	25	35	30	32
Valgustatud kergliiklusteed	26	39	39	31	30	29	41	43	29
Jooksurajad	21	28	22	24	14	23	19	16	24
Väliujula	18	22	21	24	33	21	20	30	16
Suusarajad	21	14	11	16	20	24	24	16	18
Välivõimlemis- ala	17	16	15	14	16	13	14	32	15
Siseujula	14	14	11	14	11	13	13	23	18
Discgolfiala	9	5	4	8	6	10	5	0	4
Välistaadion	8	7	4	9	1	7	6	0	7
Lasketiir	6	4	6	4	5	6	6	2	1
Tenniseväljak	4	3	9	6	7	4	4	0	6
Sisejääväli	5	4	3	4	2	3	3	2	5
Sisejalgpalli- väljak	4	4	3	1	4	6	1	0	2
Sisestaadion	3	2	4	3	2	3	0	0	7
Sisepalliväljak	3	1	3	2	0	1	1	0	0
Välirulapark	2	2	0	1	1	2	0	11	1
Siserulapark	2	2	0	1	1	2	3	9	1
Motospordipaik	2	0	1	4	1	1	0	5	2
Ratsaspordipaik	1	1	4	2	2	1	0	2	0
Muu	16	16	16	15	13	19	13	9	19