

Egy aktívabb, fittebb, egészségesebb Magyarországért

Dr. habil. Budai Balázs Phd.

Ügyvezető-tulajdonos - Újpalota Fitnesz Centrum

balazs@budaib.hu

+36-20-966-0454



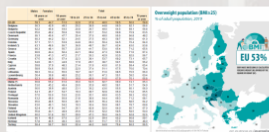
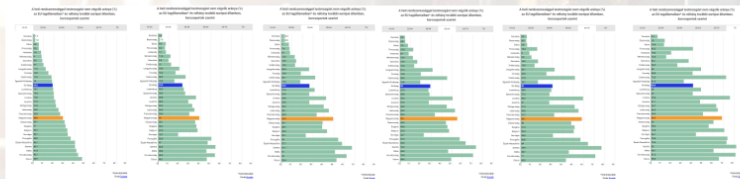
Problémafelvetés

**Megoldási
javaslatok**

Célközönség állapota

Nem sportolók kimagasló aránya (sum: 50%-körül)

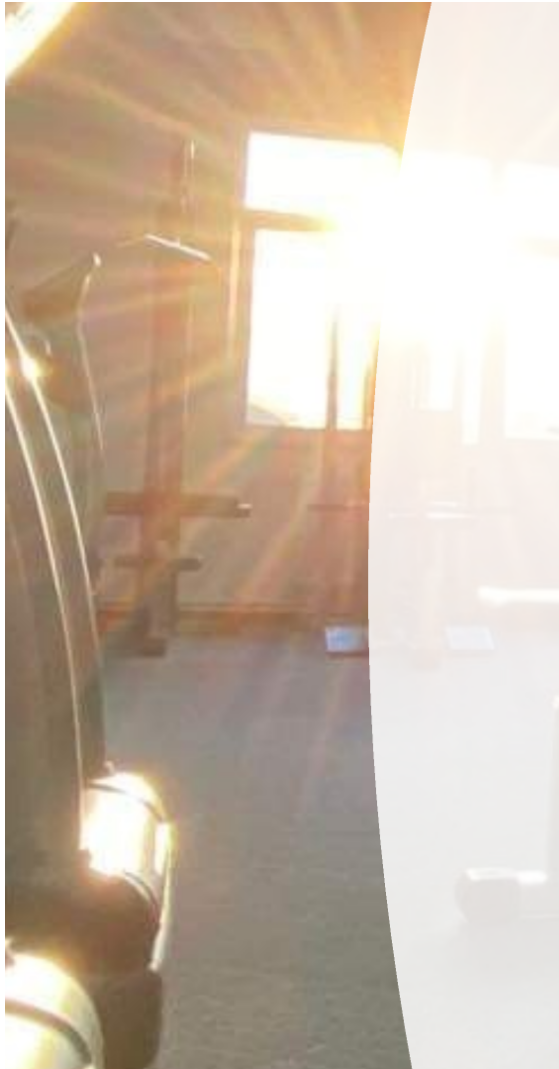
- egyre rosszabb egészségügyi állapot
- rövidülő várható életkor
- rövidülő egészségben eltölthető időskor



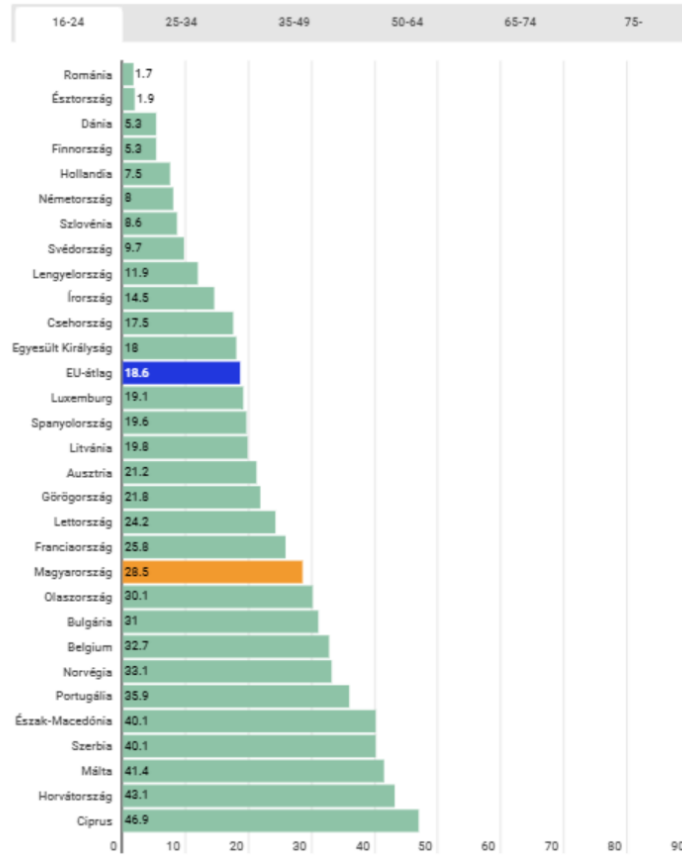
Okok

- A sport soha nem volt élete része (oktatás!)
- Egzisztenciális okok
- Egészségügyi állapotuk (betegségük) korlátozza, nem teszi lehetővé a sportot.

Infrastruktúra és
szolgáltatások
állapota

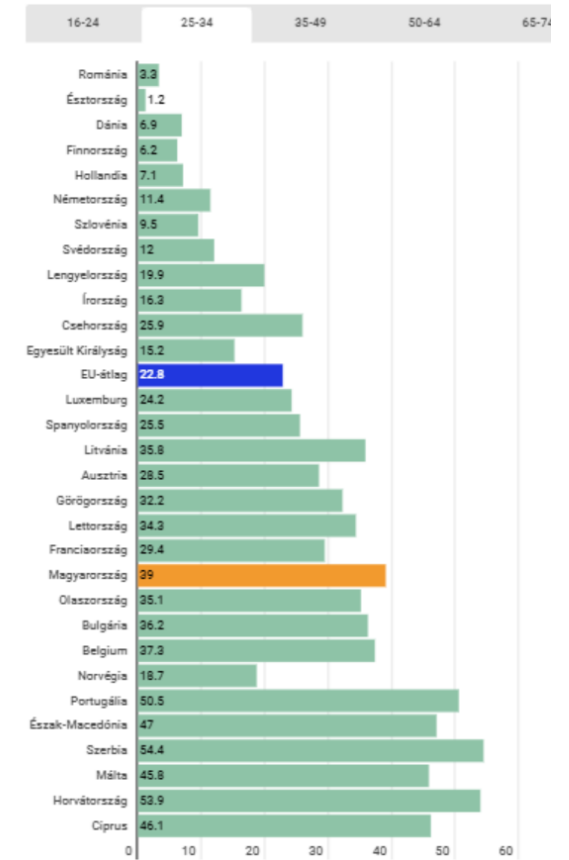


A heti rendszerességgel testmozgást nem végzők aránya (%)
az EU tagállamaiban* és néhány további európai államban,
korcsoportok szerint

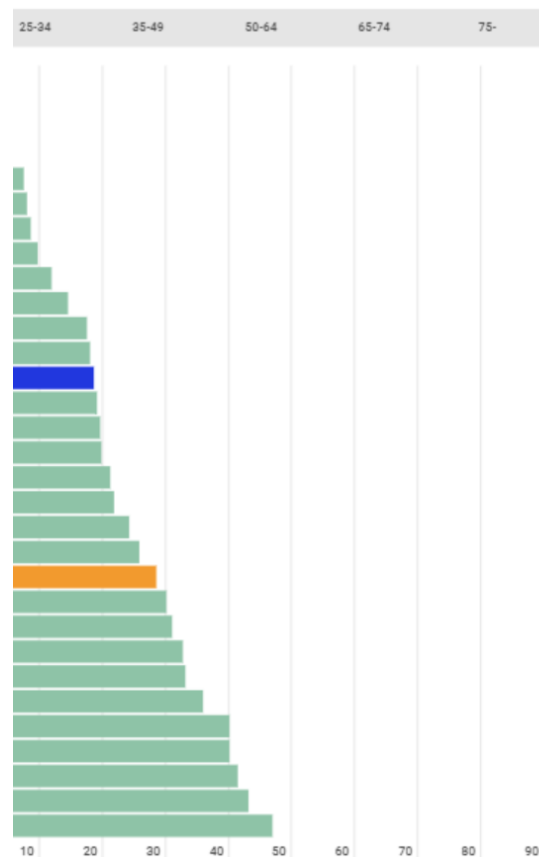


* Kivéve Szlovákiát
Forrás: Eurostat

A heti rendszerességgel testmozgást nem végzők
az EU tagállamaiban* és néhány további európai
korcsoportok szerint

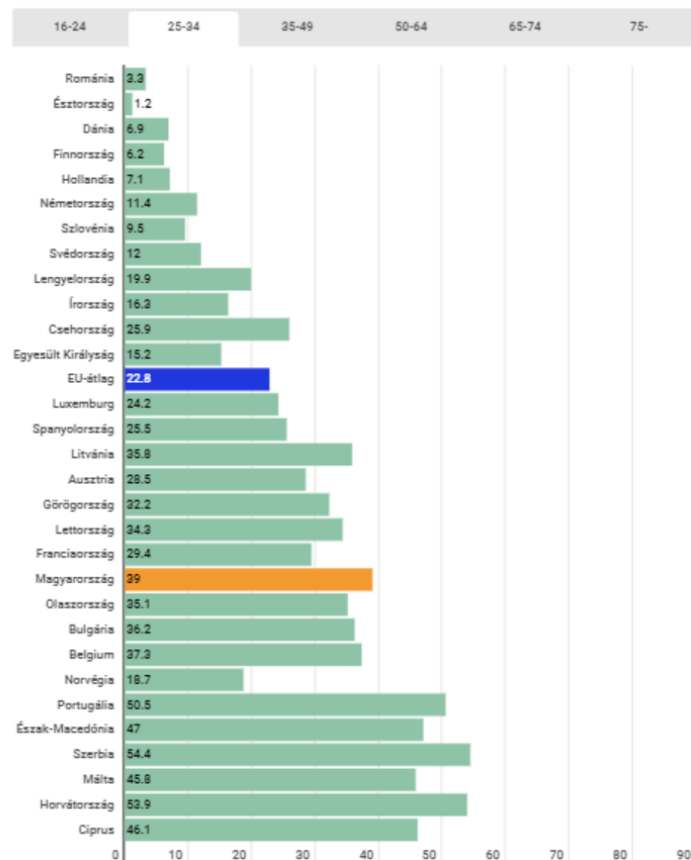


i rendszerességgel testmozgást nem végzők aránya (%)
U tagállamaiban* és néhány további európai államban,
korcsoportok szerint



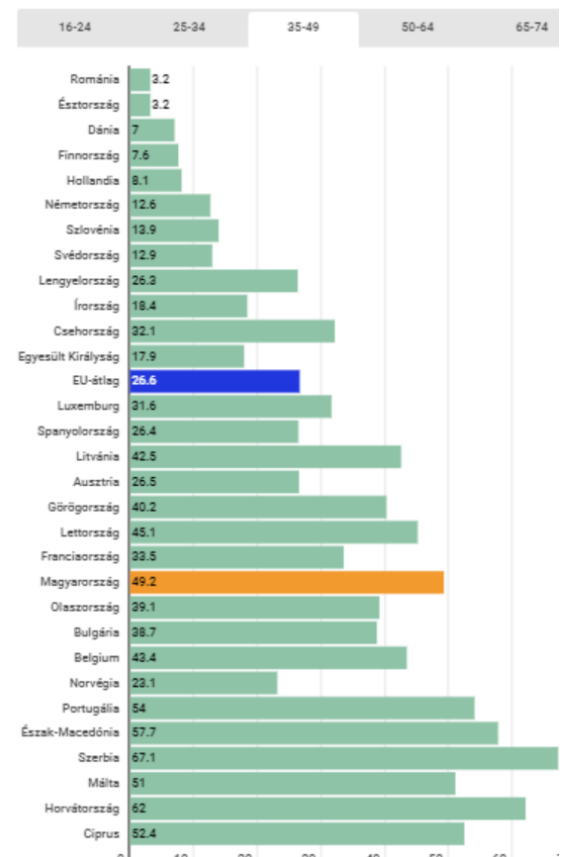
* Kivéve Szlovákiát
Forrás: [Eurostat](#)

A heti rendszerességgel testmozgást nem végzők aránya (%)
az EU tagállamaiban* és néhány további európai államban,
korcsoportok szerint

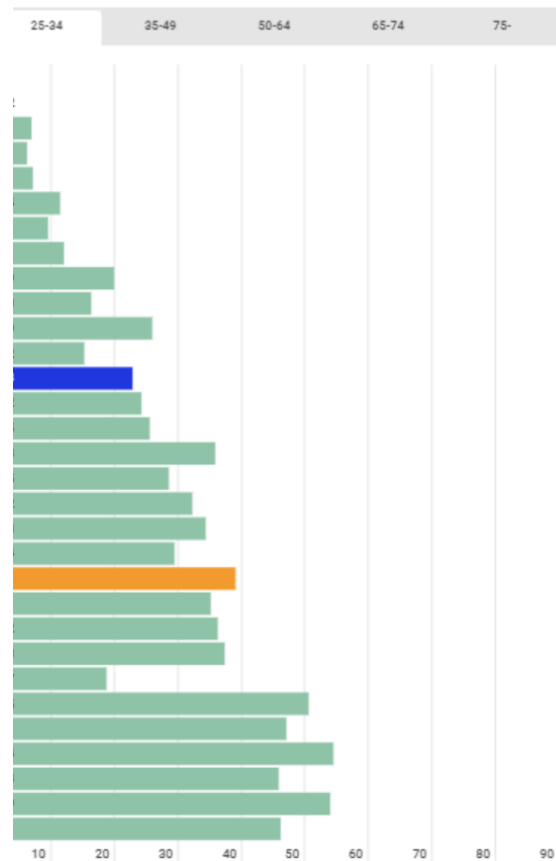


* Kivéve Szlovákiát
Forrás: [Eurostat](#)

A heti rendszerességgel testmozgást nem végzők aránya (%)
az EU tagállamaiban* és néhány további európai á
korcsoportok szerint

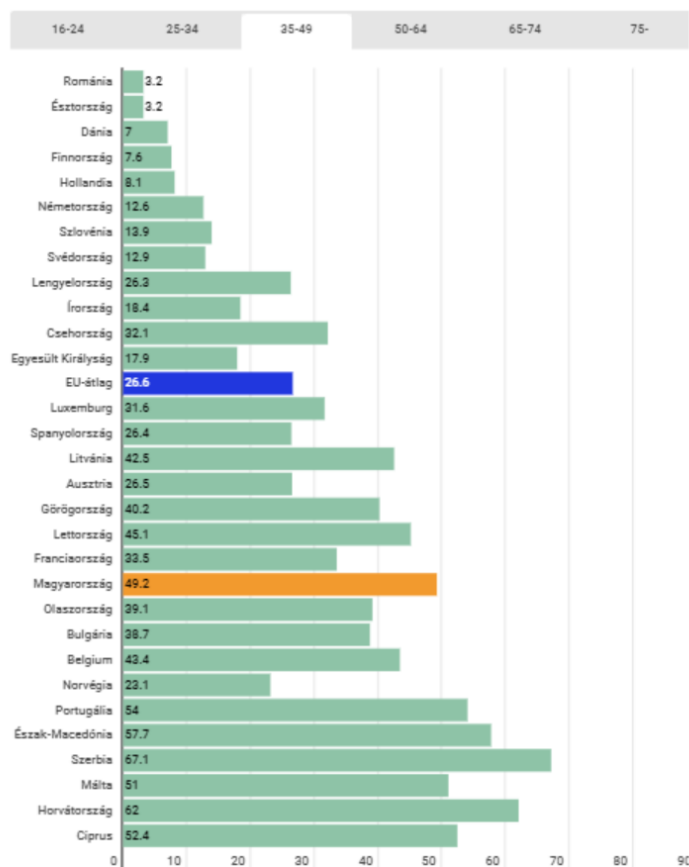


iti rendszerességgel testmozgást nem végzők aránya (%)
EU tagállamaiban* és néhány további európai államban,
korcsoportok szerint



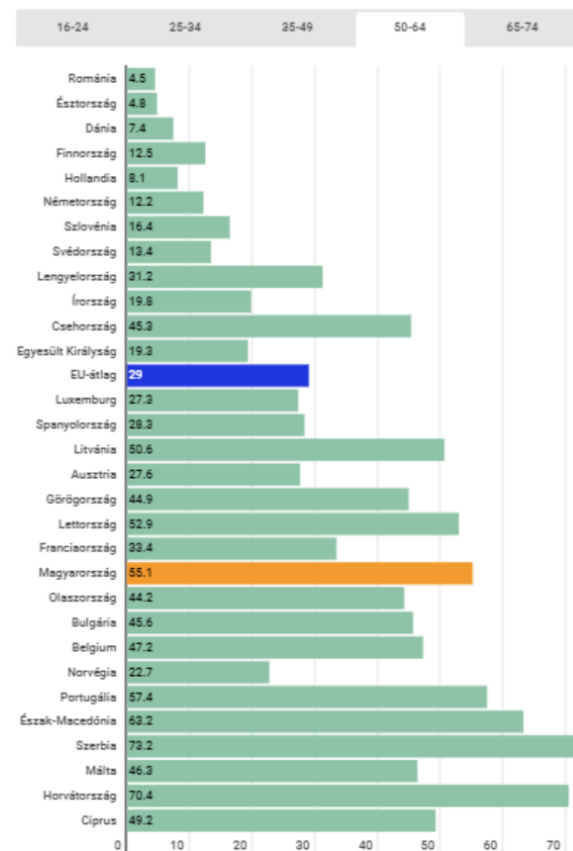
* Kivéve Szlovákiát
Forrás: [Eurostat](#)

A heti rendszerességgel testmozgást nem végzők aránya (%)
az EU tagállamaiban* és néhány további európai államban,
korcsoportok szerint

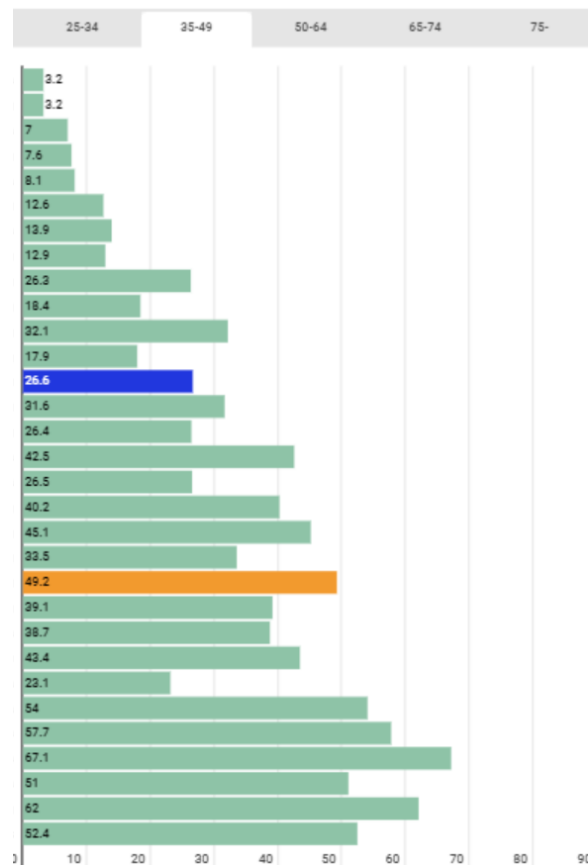


* Kivéve Szlovákiát
Forrás: [Eurostat](#)

A heti rendszerességgel testmozgást nem végzők arány
az EU tagállamaiban* és néhány további európai állam
korcsoportok szerint

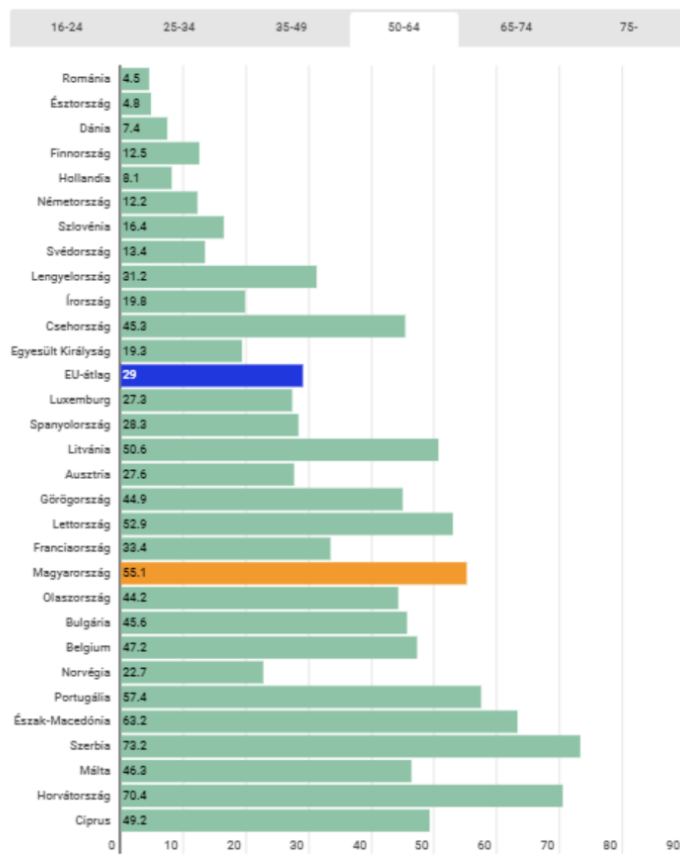


A heti rendszerességgel testmozgást nem végzők aránya (%) az EU tagállamaiban* és néhány további európai államban, korcsoportok szerint



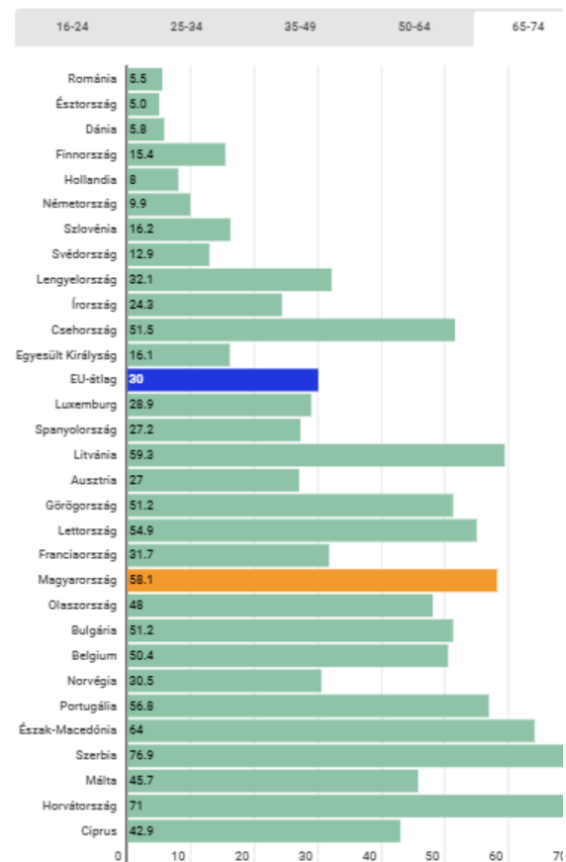
*Kivéve Szlováki
Forrás: [Eurostat](#)

A heti rendszerességgel testmozgást nem végzők aránya (%) az EU tagállamaiban* és néhány további európai államban, korcsoportok szerint

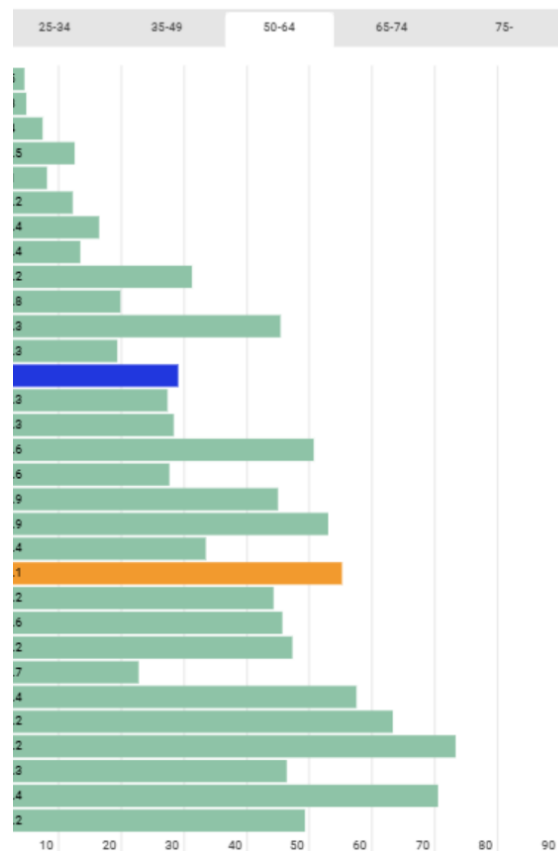


*Kivéve Szlovákiát
Forrás: [Eurostat](#)

A heti rendszerességgel testmozgást nem végzők aránya (%) az EU tagállamaiban* és néhány további európai államban, korcsoportok szerint

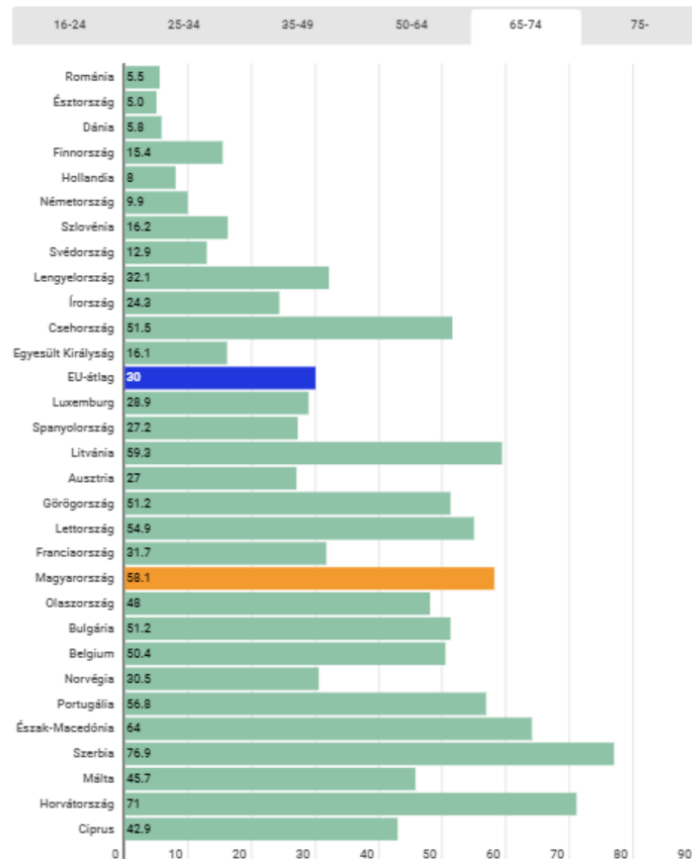


eti rendszerességgel testmozgást nem végzők aránya (%)
z EU tagállamaiban* és néhány további európai államban,
korcsoportok szerint



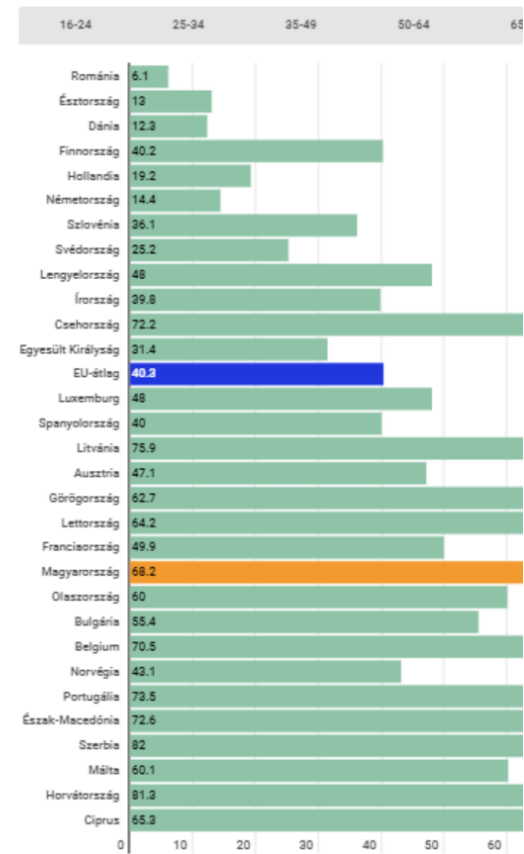
* Kivéve Szlovákiát
Forrás: [Eurostat](#)

A heti rendszerességgel testmozgást nem végzők aránya (%)
az EU tagállamaiban* és néhány további európai államban,
korcsoportok szerint

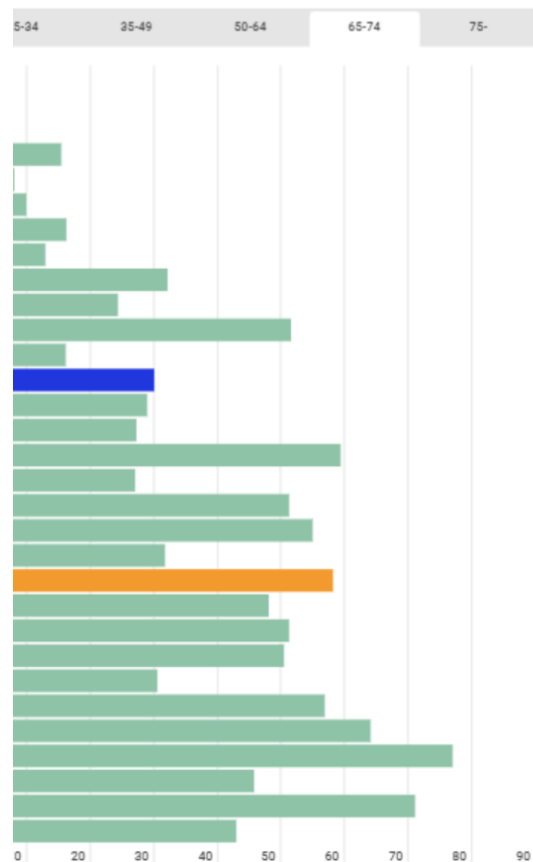


* Kivéve Szlovákiát
Forrás: [Eurostat](#)

A heti rendszerességgel testmozgást nem végzők aránya (%)
az EU tagállamaiban* és néhány további európai államban,
korcsoportok szerint

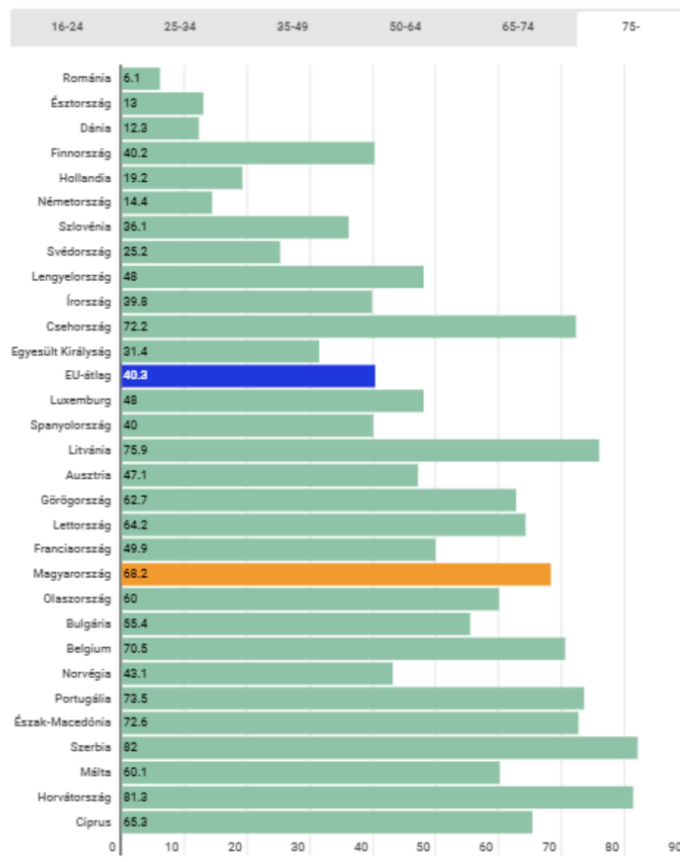


rendszerességgel testmozgást nem végzők aránya (%)
tagállamaiban* és néhány további európai államban,
korcsoportok szerint

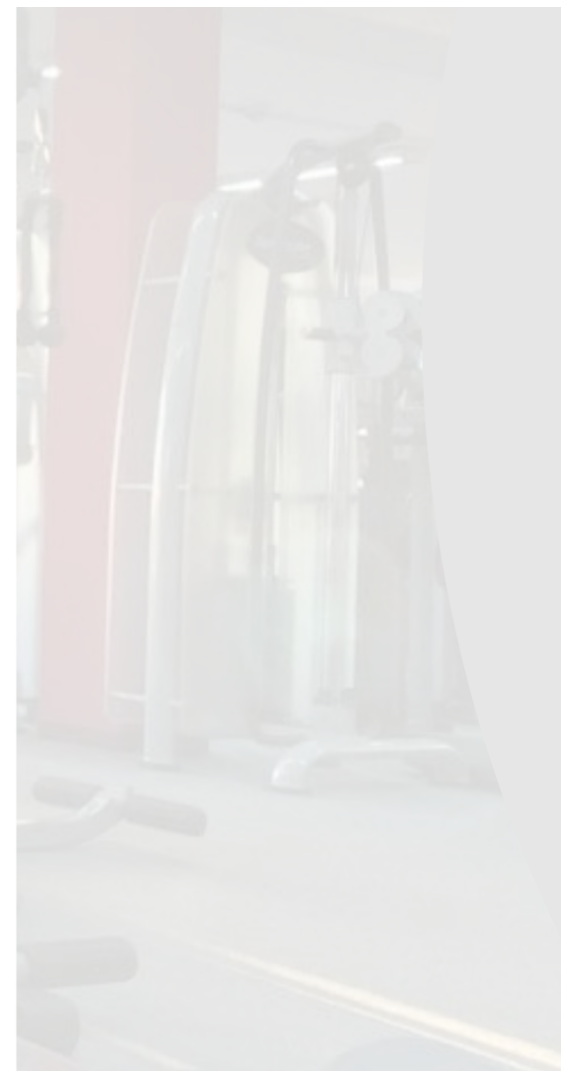


*Kivéve Szlovákiát
Forrás: [Eurostat](#)

A heti rendszerességgel testmozgást nem végzők aránya (%)
az EU tagállamaiban* és néhány további európai államban,
korcsoportok szerint

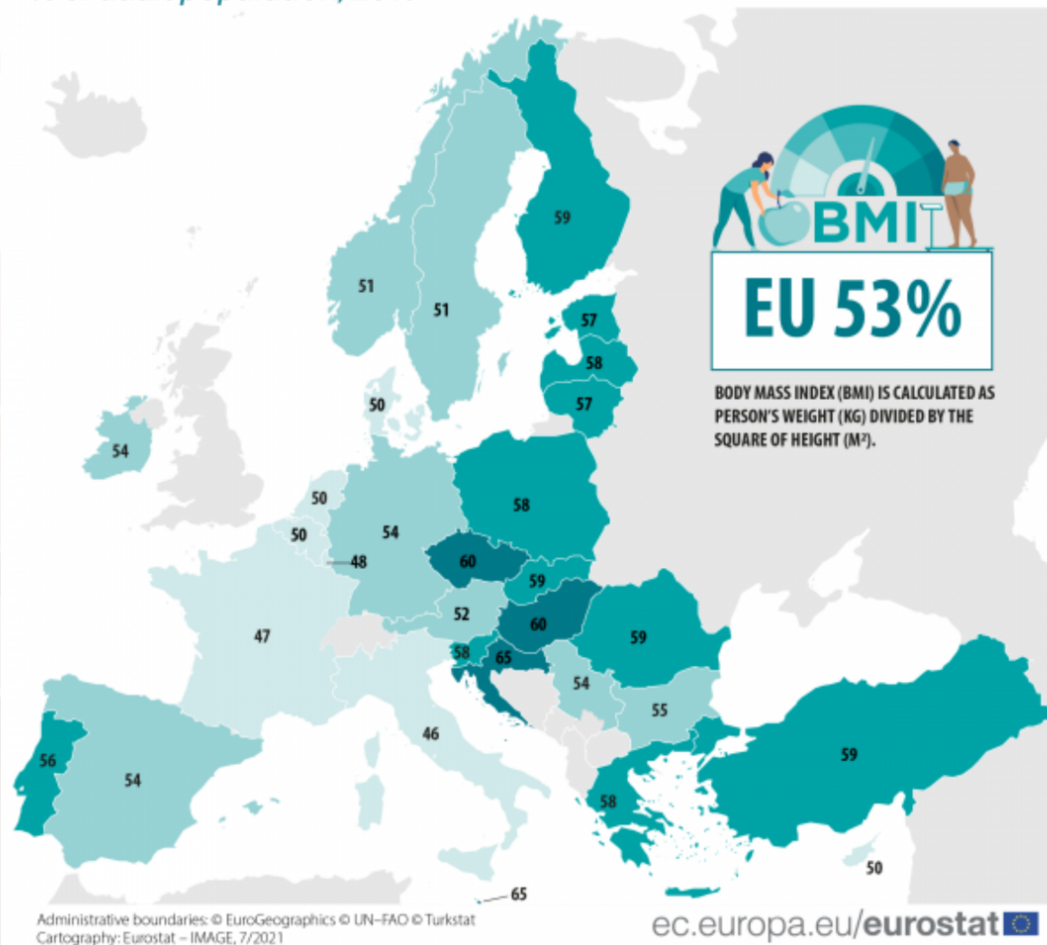


*Kivéve Szlovákiát
Forrás: [Eurostat](#)



total	15 to 44	45 to 64	65 to 74	75 years or over
48.6	59.6	66.0	58.8	
44.8	56.0	62.1	56.6	
49.0	64.5	69.1	56.8	
53.2	69.8	76.9	63.6	
49.0	55.5	56.8	48.2	
49.3	58.7	66.0	61.0	
50.4	64.5	70.4	64.0	
55.7	62.4	63.0	53.8	
53.0	65.4	71.2	65.6	
47.3	59.6	71.0	67.4	
42.9	53.5	62.5	56.7	
53.7	69.2	73.1	65.7	
38.7	50.1	59.6	55.2	
43.0	61.6	69.4	65.4	
51.1	67.5	76.0	70.4	
51.0	68.5	76.5	66.0	
47.3	56.1	59.5	60.4	
51.5	67.9	76.1	55.8	
62.7	69.0	74.1	65.3	
49.5	58.1	61.7	54.9	
43.6	55.5	65.1	56.0	
52.8	66.0	73.2	65.5	
49.9	63.5	69.3	60.2	
54.4	69.3	71.2	58.1	
56.4	66.3	68.5	64.2	
50.9	68.1	78.7	69.8	
52.0	64.0	65.7	57.0	
52.2	59.5	59.5	50.0	
56.0	64.0	62.8	52.6	
59.4	65.2	66.8	59.1	
51.7	57.6	56.6	48.0	
64.9	75.4	66.2	56.5	

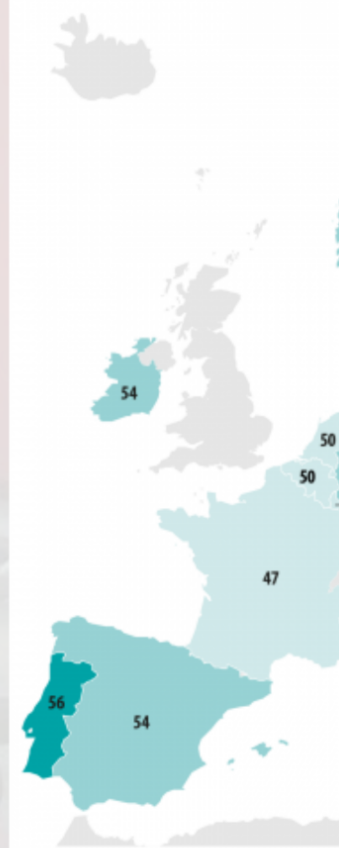
Overweight population (BMI≥25) % of adult population, 2019



	Males	Females	Total						
	18 years or over		18 years or over	18 to 24	25 to 34	35 to 44	45 to 64	65 to 74	75 years or over
EU-28	59.1	44.7	51.6	22.8	37.8	48.6	59.6	66.0	58.8
Belgium	56.3	42.9	49.3	20.2	38.9	44.8	56.0	62.1	56.6
Bulgaria	62.2	46.8	54.0	20.8	36.7	49.0	64.5	69.1	56.8
Czech Republic	65.0	49.2	56.8	19.9	35.7	53.2	69.8	76.9	63.6
Denmark	55.1	40.6	47.7	25.4	37.5	49.0	55.5	56.8	48.2
Germany	60.3	44.2	52.1	24.5	37.5	49.3	58.7	66.0	61.0
Estonia	57.1	51.1	53.9	24.8	36.3	50.4	64.5	70.4	64.0
Ireland (*)	63.1	48.5	55.7	36.9	49.7	55.7	62.4	63.0	53.8
Greece	66.3	48.1	56.7	23.9	41.7	53.0	65.4	71.2	65.6
Spain	60.6	44.4	52.4	24.1	38.2	47.3	59.6	71.0	67.4
France	53.8	41.3	47.2	21.7	35.3	42.9	53.5	62.5	56.7
Croatia	67.5	48.3	57.4	22.3	38.1	53.7	69.2	73.1	65.7
Italy	54.6	36.1	44.9	17.9	29.1	38.7	50.1	59.6	55.2
Cyprus	59.8	37.9	48.3	21.4	31.9	43.0	61.6	69.4	65.4
Latvia	58.9	54.6	56.5	22.0	37.4	51.1	67.5	76.0	70.4
Lithuania	58.3	53.4	55.6	19.7	34.7	51.0	68.5	76.5	66.0
Luxembourg	56.4	39.8	48.0	25.2	36.1	47.3	56.1	59.5	60.4
Hungary	62.3	48.9	55.2	19.0	40.0	51.5	67.9	76.1	55.8
Malta (*)	66.8	55.2	61.0	36.0	52.5	62.7	69.0	74.1	65.3
Netherlands	53.6	45.2	49.4	20.6	35.9	49.5	58.1	61.7	54.9
Austria	56.5	39.9	48.0	23.1	36.2	43.6	55.5	65.1	56.0
Poland	64.1	46.7	54.7	19.3	38.7	52.8	66.0	73.2	65.5
Portugal	57.6	50.0	53.6	23.6	35.1	49.9	63.5	69.3	60.2
Romania	63.2	49.0	55.8	21.8	38.6	54.4	69.3	71.2	58.1
Slovenia	65.0	48.5	56.6	28.1	38.5	56.4	66.3	68.5	64.2
Slovakia	63.0	46.1	54.2	19.3	36.4	50.9	68.1	78.7	69.8
Finland	62.4	47.8	54.7	26.1	42.8	52.0	64.0	65.7	57.0
Sweden	55.8	44.1	49.9	25.6	35.0	52.2	59.5	59.5	50.0
United Kingdom	60.2	51.8	55.7	29.0	47.3	56.0	64.0	62.8	52.6
Iceland	66.1	48.9	57.6	33.7	52.9	59.4	65.2	66.8	59.1
Norway	57.8	40.5	49.3	30.6	39.1	51.7	57.6	56.6	48.0
Turkey	56.4	56.7	56.5	22.4	44.2	64.9	75.4	66.2	56.5

Grafika: Eurostat

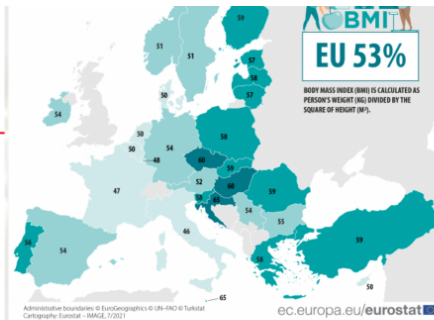
Overweight population % of adult population,



Administrative boundaries: © EuroGeographics
Cartography: Eurostat - IMAGE, 7/2021

Ireland (*)	63.1	48.5	55.7	36.9	49.7	55.7	62.4	63.0	53.8
Greece	66.3	48.1	56.7	23.9	41.7	53.0	65.4	71.2	65.6
Spain	60.6	44.4	52.4	24.1	38.2	47.3	59.6	71.0	67.4
France	53.8	41.3	47.2	21.7	35.3	42.9	53.5	62.5	56.7
Croatia	67.5	48.3	57.4	22.3	38.1	53.7	69.2	73.1	65.7
Italy	54.6	36.1	44.9	17.9	29.1	38.7	50.1	59.6	55.2
Cyprus	59.8	37.9	48.3	21.4	31.9	43.0	61.6	69.4	65.4
Latvia	58.9	54.6	56.5	22.0	37.4	51.1	67.5	76.0	70.4
Lithuania	58.3	53.4	55.6	19.7	34.7	51.0	68.5	76.5	66.0
Luxembourg	56.4	39.8	48.0	25.2	36.1	47.3	56.1	59.5	60.4
Hungary	62.3	49.9	55.2	19.0	40.0	51.5	67.9	76.1	55.8
Malta (*)	66.8	55.2	61.0	36.0	52.5	62.7	69.0	74.1	65.3
Netherlands	53.6	45.2	49.4	20.6	35.9	49.5	58.1	61.7	54.9
Austria	56.5	39.9	48.0	23.1	36.2	43.6	55.5	65.1	56.0
Poland	64.1	46.7	54.7	19.3	38.7	52.8	66.0	73.2	65.5
Portugal	57.6	50.0	53.6	23.6	35.1	49.9	63.5	69.3	60.2
Romania	63.2	49.0	55.8	21.8	38.6	54.4	69.3	71.2	58.1
Slovenia	65.0	48.5	56.6	28.1	38.5	56.4	66.3	68.5	64.2
Slovakia	63.0	46.1	54.2	19.3	36.4	50.9	68.1	78.7	69.8
Finland	62.4	47.8	54.7	26.1	42.8	52.0	64.0	65.7	57.0
Sweden	55.8	44.1	49.9	25.6	35.0	52.2	59.5	59.5	50.0
United Kingdom	60.2	51.8	55.7	29.0	47.3	56.0	64.0	62.8	52.6
Iceland	66.1	48.9	57.6	33.7	52.9	59.4	65.2	66.8	59.1
Norway	57.8	40.5	49.3	30.6	39.1	51.7	57.6	56.6	48.0
Turkey	56.4	55.7	56.5	22.4	44.2	64.9	75.4	66.2	56.5

Grafika: Eurostat



Okok

- A sport soha nem volt élete része (oktatás!)
- Egzisztenciális okok
- Egészségügyi állapotuk (betegségük) korlátozza, nem teszi lehetővé a sportot.



Infrastruktúra és szolgáltatások állapota

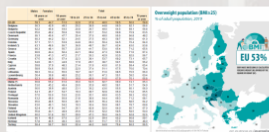
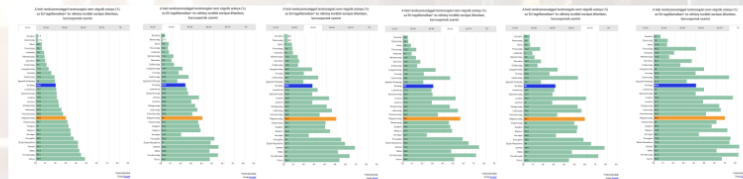
- Energiadíjak emelkedése
 - Szolgáltatás-korlátozás (pl. szauna, nyitvatartási idő csökkentése)
 - Személyzet csökkentés
 - Kétszer annyi fitnesszterem **csődjét** prognosztizálják a Covid-időszakhoz képest!
- A sport-eszközök amortizációjából fakadó - elkerülhetetlen - cserék halasztása: **eszközhány és funkcionalitás-csökkenés.**
- **Funkcionalitás bővítést** (fejlesztést) célzó - halasztható - cserék (pl. integrált kardió-gépek) **halasztása.**
- **Pályavonzó képesség csökkenése** (továbbképzések támogatásának elmaradása, motivációs keretek csökkentése, kiürülése, pályastabilitás csökkenése stb.)

A támogatásokból általában KMO kimarad, az EU támogatási logika miatt!

Célközönség állapota

Nem sportolók kimagasló aránya (sum: 50%-körül)

- egyre rosszabb egészségügyi állapot
- rövidülő várható életkor
- rövidülő egészségben eltölthető időskor



Okok

- A sport soha nem volt élete része (oktatás!)
- Egzisztenciális okok
- Egészségügyi állapotuk (betegségük) korlátozza, nem teszi lehetővé a sportot.

**Infrastruktúra és
szolgáltatások
állapota**

Egy aktívabb, fittebb, egészségesebb Magyarországért

Dr. habil. Budai Balázs Phd.

Ügyvezető-tulajdonos - Újpalota Fitnesz Centrum

balazs@budaib.hu

+36-20-966-0454



Problémafelvetés

**Megoldási
javaslatok**

Megoldási javaslatok

Preventív egészségfejlesztési (egészségügyi) szolgáltatásként kezelni a szabadidősporttal összefüggő tevékenységeket!

Célközönség

- **Megszólítani a nem sportolókat** (start-kampányok, kedvezménycsomagok)
 - **Primer** prevenció: a **szomatikus ellenálló képesség, a mentális jólét** fejlesztése
 - **Szekunder** prevenció: **szűrővizsgálatok, mérések**
 - **Tercier** prevenció: **rehabilitáció** (a súlyosbodás kivédése)
 - **Quaterner** prevenció: **szükségtelen beavatkozások csökkentése** - tájékoztatással!
- **Áthidalni az egzisztenciális akadályokat** (aktivitás-támogatási programok) (20-30%-os Jegy-támogatás helyett ingyenes jegy / bérlet voucher)
TB-alapú támogatások?
- **Célzott, integrált programok indítása**, közösségépítéssel. (pl.: jelenleg mozgásszegény, túlsúlyos, magasvérnyomásos, ízületi bántalmas, idős (**kortalan?**), újrakezdő, sérülésből felépülő stb-stb.)
 - Toborzó rendezvényekkel
 - Programokkal
 - Szabadidős versenyekkel
 - Húzónevekkel, celebekkel.

Infrastruktúra és szolgáltatások fejlesztése

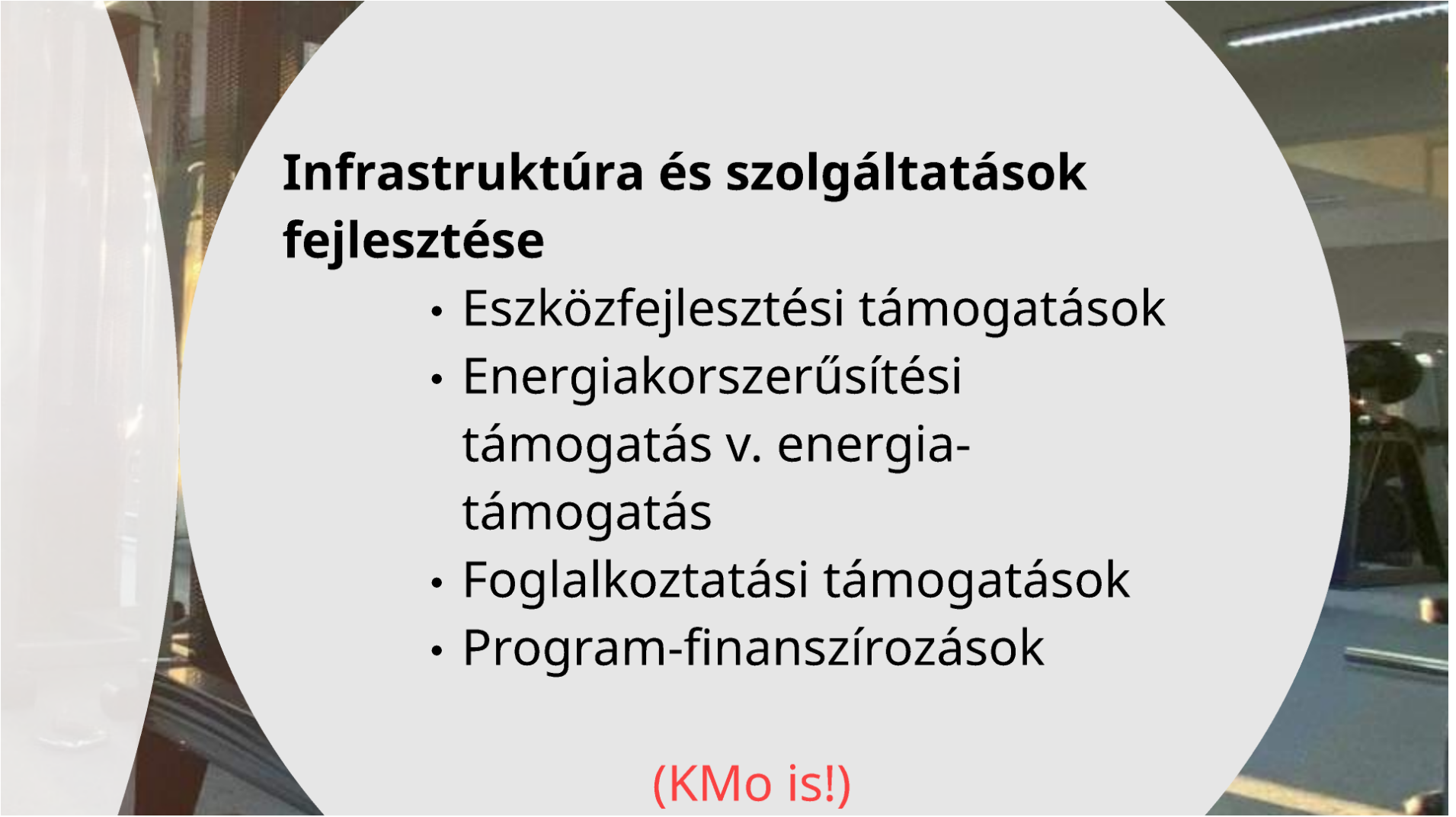
- Eszközfejlesztési támogatások
- Energiakorszerűsítési támogatás v. energia-támogatás
- Foglalkoztatási támogatások
- Program-finanszírozások

(KMo is!)

Preventív egészségfejlesztési (egészségügyi) szolgáltatásként kezelni a szabadidősporttal összefüggő tevékenységeket!

Célközönség

- **Megszólítani a nem sportolókat** (start-kampányok, kedvezménycsomagok)
 - **Primer** prevenció: a **szomatikus ellenálló képesség**, a **mentális jólét** fejlesztése
 - **Szekunder** prevenció: **szűrővizsgálatok**, mérések
 - **Tercier** prevenció: **rehabilitáció** (a súlyosbodás kivédése)
 - **Quaterner** prevenció: **szükségtelen beavatkozások csökkentése** - tájékoztatással!
- **Áthidalni az egzisztenciális akadályokat** (aktivitás-támogatási programok) (20-30%-os Jegy-támogatás helyett ingyenes jegy / bérlet voucher)
TB-alapú támogatások?
- **Célzott, integrált programok indítása**, közösségépítéssel. (pl.: jelenleg mozgásszegény, túlsúlyos, magasvérnyomásos, ízületi bántalmas, idős **(kortalan?)**, újrakezdő, sérülésből felépülő stb-stb.)
 - Toborzó rendezvényekkel
 - Programokkal
 - Szabadidős versenyekkel
 - Húzónevekkel, celebekkel.



Infrastruktúra és szolgáltatások fejlesztése

- Eszközfejlesztési támogatások
- Energiakorszerűsítési támogatás v. energia-támogatás
- Foglalkoztatási támogatások
- Program-finanszírozások

(KMo is!)

Egy aktívabb, fittebb, egészségesebb Magyarországért

Dr. habil. Budai Balázs Phd.

Ügyvezető-tulajdonos - Újpalota Fitnesz Centrum

balazs@budaib.hu

+36-20-966-0454

