

Factsheets Alkmaar City Run by Night - Voor iedereen een app?1

Author(s)

van der Werf, Jet; Dallinga, Joan; Deutekom, Marije

Publication date

2017

Document Version

Final published version

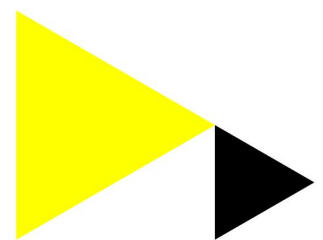
License

CC BY-SA

[Link to publication](#)

Citation for published version (APA):

van der Werf, J., Dallinga, J., & Deutekom, M. (2017). Factsheets Alkmaar City Run by Night - Voor iedereen een app?1. Hogeschool van Amsterdam, Lectoraat Kracht van Sport.

**General rights**

It is not permitted to download or to forward/distribute the text or part of it without the consent of the author(s) and/or copyright holder(s), other than for strictly personal, individual use, unless the work is under an open content license (like Creative Commons).

Disclaimer/Complaints regulations

If you believe that digital publication of certain material infringes any of your rights or (privacy) interests, please let the Library know, stating your reasons. In case of a legitimate complaint, the Library will make the material inaccessible and/or remove it from the website. Please contact the library: <https://www.amsterdamuas.com/library/contact/questions>, or send a letter to: University Library (Library of the University of Amsterdam and Amsterdam University of Applied Sciences), Secretariat, Singel 425, 1012 WP Amsterdam, The Netherlands. You will be contacted as soon as possible.

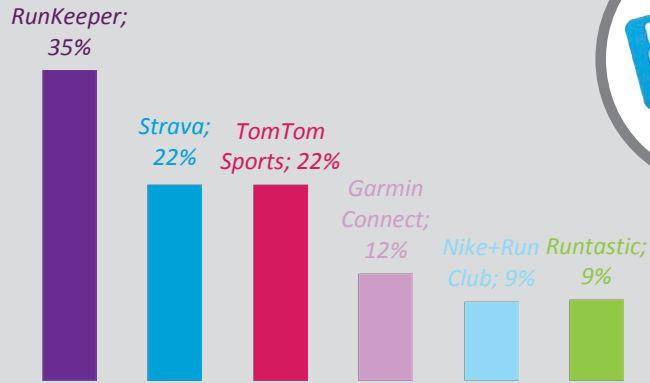
Welke app gebruiken hardlopers en waarom?



Onderzoek

Online enquête onder de deelnemers van de Alkmaar City Run by Night (5 en 10 km) 2017 (n=1.458).

APP'S



Welke app's?

App-gebruik

Driekwart van de deelnemers (76%) maakt tijdens hardlopen gebruik van een sport-app. Een losstaande sport-app (48%) en/of een sport-app gekoppeld aan een sporthorloge (44%) worden het meest gebruikt.

Type loper

App-gebruikers zijn jonger, hebben vaker overgewicht, hebben vaker een specifieke trainingsperiode en willen vaker en/of meer kilometers lopen dan ze nu doen.

Perceptie app

App-gebruikers vinden het makkelijker om te begrijpen hoe apps werken, denken dat apps hun helpen om actiever te leven en apps voldoen vaker aan hun verwachtingen.

Gebruik App

48% gebruikt de app tussen de 1 en 3 jaar.

10 km lopers gebruiken de app significant langer dan 5 km lopers.

78% gebruikt de app tijdens alle trainingen, 17% bij het merendeel en 5% bij de helft of enkele trainingen.

Ideale functies app

Belangrijkste functies van een ideale app zijn snelheid, tijd, afstand etc. bijhouden, eigen progressie bijhouden en terugkijken van de route.



Runkeeper is de meest gebruikte app, op afstand gevolgd door Strava en TomTom Sports.

Tom Tom Sports, Garmin Connect en Nike + Run Club worden significant vaker door 10 km lopers gebruikt, Runkeeper, Hardlopen met Evy en Start to Run vaker door 5 km lopers.

Waarom deze app? Omdat...

- Familieleden / vrienden deze app al gebruikten (38%)
- Het een gratis app is (32%)
- Deze populair/bekend is (27%)
- Deze gekoppeld is met sporthorloge, activity tracker of smart watch (14%)

Belangrijkste doel van app

- Bijhouden/inzicht prestaties 95%
- Ondersteuning tijdens trainen 47%
- Maakt sporten/bewegen leuker 28%

Tevredenheid app

Tevredenheid met de app is groot (92% (heel zeer) tevreden), omdat de app overzichtelijk, compleet qua functies, accuraat en betrouwbaar is.

"Alles in 1, handig, gebruiksvriendelijk, meerdere sporten te gebruiken"

"De app doet wat ik ervan verwacht, route, afstand aantal stappen, hoogteverschillen en tijd bijhouden"

10 km lopers lijken iets meer tevreden te zijn over de app dan 5 km lopers.

Ontevredenheid app

Ontevredenheid komt doordat de app beperktere mogelijkheden heeft, niet altijd goed werkt of onnauwkeurig is.

SiA



inholland hogeschool



Hogeschool van Amsterdam