

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

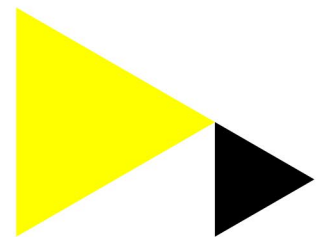
License

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.

Waarom hardlopers geen app meer gebruiken?

en wat zijn de kenmerken van deze groep?



Onderzoek

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

Ex-app gebruikers

6% heeft in het verleden een sport-app gebruikt.

Zijn vaker vrouw, hebben vaker overgewicht, zijn relatief vaker de 5 km lopers, hebben vaker een trainingsfrequentie van 1 keer of minder per week, zijn minder gemotiveerd om hard te lopen en willen vaker en/of meer kilometers lopen dan ze nu doen.

Ze kunnen vaker geen sport-app vinden die aan hun verwachtingen voldoet.

Reden(en) om geen app meer te gebruiken



Meest genoemde reden om geen app meer te gebruiken is dat lopen met een smartphone als vervelend ervaren wordt.

Ex-app gebruikers vinden vaker dat een sport-app geen toegevoegde waarde heeft.

Waarom ooit deze app? Omdat....

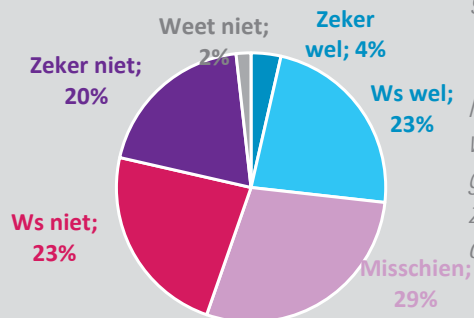
- Familieleden / vrienden deze sport-app al gebruikten (45%)
- Het een gratis app is (32%)
- Deze populair/bekend is (25%)
- Deze gekoppeld is met sporthorloge, activity tracker of smart watch (17%)

Gebruik App

Meesten hebben de sport-app maar kort gebruikt: 33% minder dan 3 maanden en 36% 3-12 maanden. Veel korter dan huidige app gebruikers.

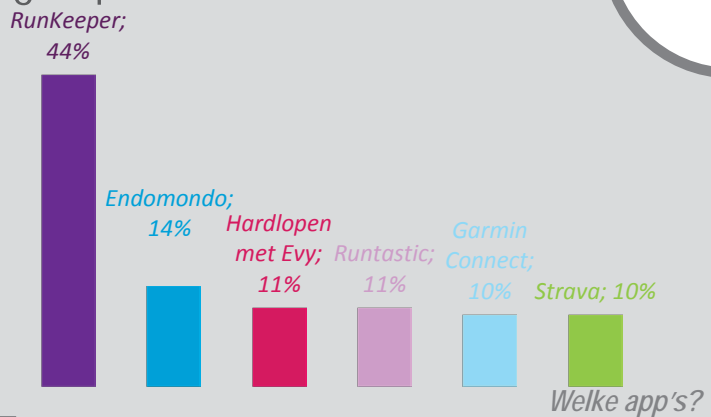
App werd ook minder frequent gebruikt tijdens de trainingen vergeleken met huidige gebruikers: 28% gebruikte de app bij alle of het merendeel van de trainingen, 33% bij enkele trainingen.

Opnieuw sport-app gebruiken



Meerderheid overweegt om weer sport-app te gaan gebruiken tegen 43% die dit zeker/waarschijnlijk niet overweegt.

APP'S



Ook RunKeeper was bij deze groep de meest gebruikte app, gevolgd door Endomondo, hardlopen met Evy en Runtastic.

Strava en TomTom My Sport zijn minder populair dan bij de huidige gebruikers van sport-apps

Belangrijkste doel van app

Bijhouden/inzicht prestaties	80%
Ondersteuning tijdens trainen	39%
Werkt motiverend	11%
Maakt sporten/bewegen leuker	7%

Vooraf de motiverende werking en dat een app het sporten leuker maakt, is lager dan bij huidige gebruikers

Tevredenheid app

Ondanks dat de tevredenheid over de sport-app lager ligt dan bij de huidige gebruikers, is het opvallend dat alsnog 63% (heel) tevreden is over de sport-app (4% heel tevreden). Het lijkt erop dat het niet zozeer de ontevredenheid met de sport-app de oorzaak is geweest, waardoor ze gestopt zijn.



SiA



inholland hogeschool

