

Factsheets Dam tot Damloop / Damloop by Night - Voor iedereen een app

Author(s)

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

Publication date

2018

Document Version

Final published version

License

CC BY-SA

[Link to publication](#)

Citation for published version (APA):

Goudsmit, A., van der Werf, J., Dallinga, J., & Deutekom, M. (2018). Factsheets Dam tot Damloop / Damloop by Night - Voor iedereen een app. 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?



App-gebruik

Driekwart van de deelnemers maakt tijdens hardlopen gebruik van een sport-app. Hiervan gebruikt 49% een sport-app gekoppeld aan een sporthorloge.

Type loper

Sport-appgebruikers zijn jonger dan niet sport-appgebruikers, hebben vaker deelgenomen aan de 16 km, hebben relatief vaker een trainingsfrequentie van 3 keer per week.

Perceptie app

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

Gebruik App

44% gebruikt de sport-apps tussen de 1 en 3 jaar.

77% gebruikt de app tijdens alle trainingen, 17% bij het merendeel en 6% bij de helft of enkele trainingen.

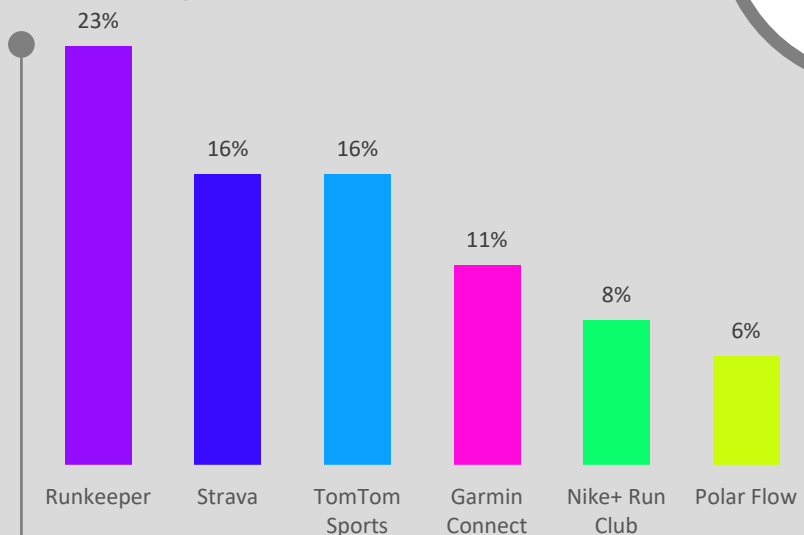
Ideale functies app

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



Welke app's?

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



Waarom deze app? Omdat...

- Familieleden / vrienden deze app al gebruikten (36%)
- Het een gratis app is (31%)
- Deze populair/bekend is (28%)

Belangrijkste doel van app

Bijhouden/inzicht prestaties	95%
Ondersteuning tijdens trainen	49%
Maakt sporten/bewegen leuker	27%
Werkt motiverend	20%

Tevredenheid app

De tevredenheid met de app is groot (92% (zeer) tevreden), omdat de app overzichtelijk, gebruiksvriendelijk en betrouwbaar is.

"Voldoet precies aan de functies die ik nodig heb: bijhouden van afstand en tijd, en geeft inzicht in mijn verschillende sportprestaties"

"Eenvoudig, leesbaar, gebruiksvriendelijk, heeft alles wat je wilt weten"

Ontevredenheid app

Ontevredenheid komt doordat de app onnauwkeurig is, vooral met betrekking tot de GPS, of doordat de gratis versies van sport-apps beperkt zijn in hun functies.



Waarom hardlopers geen app meer gebruiken? en wat zijn de kenmerken van deze groep?



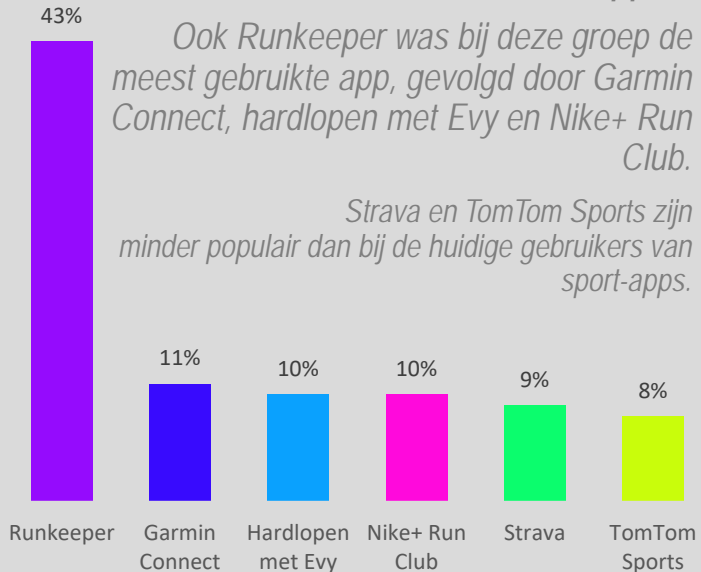
Onderzoek

Online enquête onder de deelnemers van de Dam tot Damloop en Damloop by Night (16 en 8 km) 2017 (n= 6019).

Welke app's?

Ook Runkeeper was bij deze groep de meest gebruikte app, gevolgd door Garmin Connect, hardlopen met Evy en Nike+ Run Club.

Strava en TomTom Sports zijn minder populair dan bij de huidige gebruikers van sport-apps.



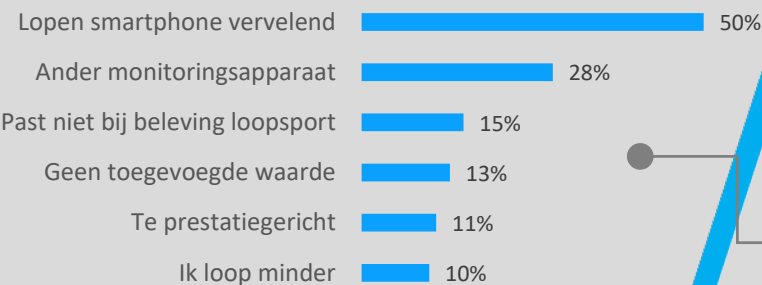
Ex-app gebruikers

5% heeft in het verleden een sport-app gebruikt.

Hebben vaker overgewicht, trainen vaker het hele jaar door, hebben vaker een sportfrequentie van 2 keer per week, 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 redenen om geen app meer te gebruiken zijn dat:

- Lopen met een smartphone als vervelend ervaren wordt.
- De ex-sport-appgebruikers gebruik maakt van een ander monitorings - apparaat.

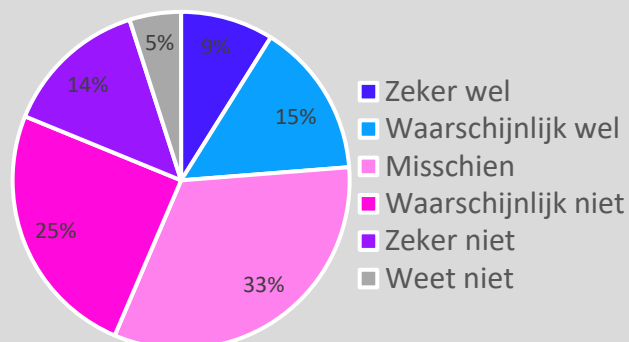
Waarom ooit deze app gekozen? Omdat....

- Familieleden / vrienden deze sport-app al gebruikten (39%)
- Het een gratis app is (32%)
- Deze populair/bekend is (29%)

Gebruik App

De meesten hebben de sport-app maar kort gebruikt: 25% minder dan 3 maanden gebruikt, 19% 3-6 maanden en 16% 7-12 maanden gebruikt. Veel korter dan huidige app gebruikers .

App werd ook minder frequent gebruikt tijdens de trainingen vergeleken met huidige gebruikers: 64% gebruikte de app bij alle of het merendeel van de trainingen, 25% bij enkele trainingen.



Opnieuw sport-app gebruiken

De meerderheid overweegt om weer sport-app te gaan gebruiken tegen 39% die dit zeker/waarschijnlijk niet overweegt.

Belangrijkste doel van app

Bijhouden/inzicht prestaties	80%
Ondersteuning tijdens trainen	39%
Werkt motiverend	14%
Maakt sporten/bewegen leuker	13%
Ter voorbereiding evenement	12%

Het bijhouden en inzicht krijgen in prestaties werd vaker aangegeven 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 70% (heel tevreden) is over de sport-app (9% heel tevreden). Het lijkt erop dat het niet zozeer de ontevredenheid met de sport-app de oorzaak is geweest, waardoor ze gestopt zijn.

SiA

le Champion

inholland hogeschool

Hogeschool van Amsterdam

Waarom gebruiken hardlopers geen app's

en wat zijn de kenmerken van deze groep?



Onderzoek

Online enquête onder de deelnemers van de Dam tot Damloop en Damloop by Night (16 en 8 km) 2017 (n= 6019).

Niet-app gebruikers

16% gebruikt geen sport-apps en 4% kent geen apps.

Vinden ze het moeilijker om te begrijpen hoe sport-apps werken en kunnen vaker geen sport-app vinden die aan hun verwachtingen voldoet.

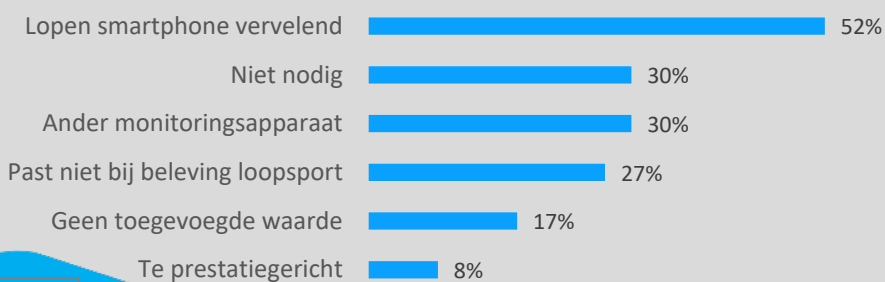
Sport-app kenners, maar geen gebruikers

Zijn vaker man, hebben een hoger BMI en vinden vaker dat sport-apps hun niet helpen om actiever te leven.

Geen sport-app kenners

Zijn vaker vrouw, vaker ouder, hebben een lager BMI en minder vaak overgewicht, hebben vaker een aparte trainingsperiode, hebben vaker een trainingsfrequentie van minder dan 1 keer per week tot 1 keer per week en willen relatief minder vaak/meer kilometers lopen dan ze nu doen.

Reden(en) om geen app te gebruiken



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

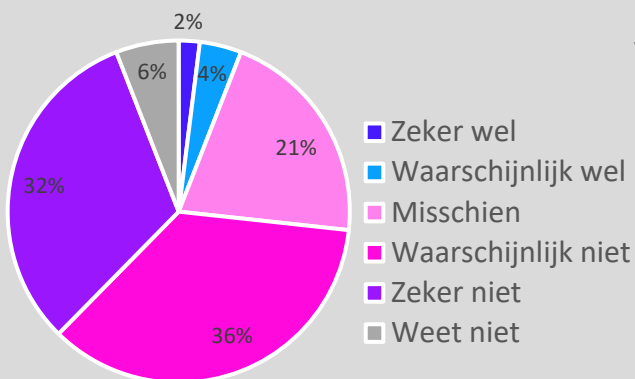
Ook vindt 30% dat een app niet nodig is of dat ze gebruik maken van een ander monitoringsapparaat.

Niet-appgebruikers vinden vaker dan ex-appgebruikers lopen met een smartphone vervelend, vinden vaker dat sport-apps niet nodig zijn, niet passen bij hun beleving van de loopsport en gebruiken vaker een ander monitoringsapparaat.

Sport-app gaan gebruiken

Weinig deelnemers overwegen een app te gaan gebruiken, meerderheid (68%) waarschijnlijk/zeker niet.

Niet-appgebruikers overwegen veel minder vaak dan ex-appgebruikers om sport-app te gaan gebruiken.



Informatievoorziening



Onderzoek

Online enquête onder de deelnemers van de Dam tot Damloop en Damloop by Night (16 en 8 km) 2017 (n= 6019).



Tevredenheid informatievoorziening

81% van de deelnemers is (zeer) tevreden over het huidige informatieaanbod van Le Champion.



Dam tot Damloop 2017 App



Tevredenheid app

85% van de appgebruikers geeft aan (zeer) tevreden te zijn over de app.

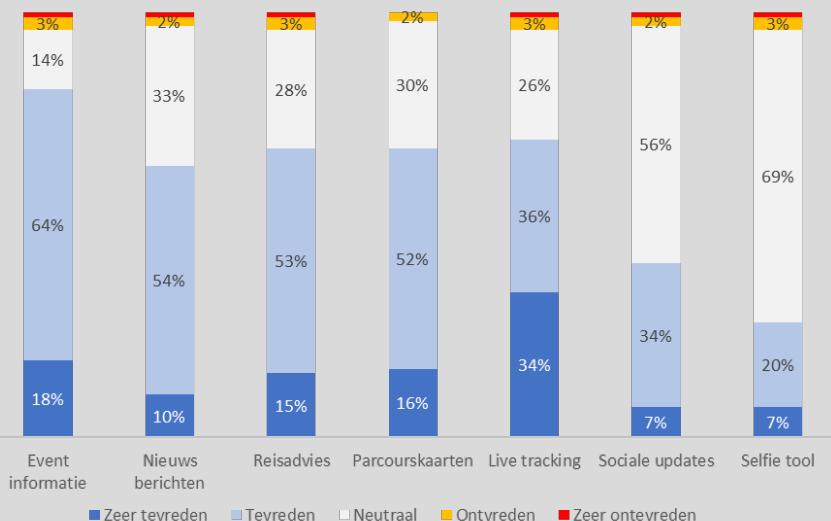
Reden(en) om de app niet te gebruiken

Wist niet van bestaan af	36%
Geen behoefte aan	35%
Ontvang al voldoende info	30%

Tevredenheid functies

De functie waarover deelnemers het meest tevreden zijn, is de event informatie.

Functies waarover deelnemers minder vaak tevreden zijn, zijn sociale updates en de selfie tool.



42% van de deelnemers van de Damloop by night geven aan de app niet te hebben gebruikt. Als voornaamste reden wordt genoemd dat er weinig tot geen informatie te vinden is over de Damloop by night.

SiA

