



Ervaren winst en (belemmeringen/drijfveren van) sportparticipatie na de HandbikeBattle

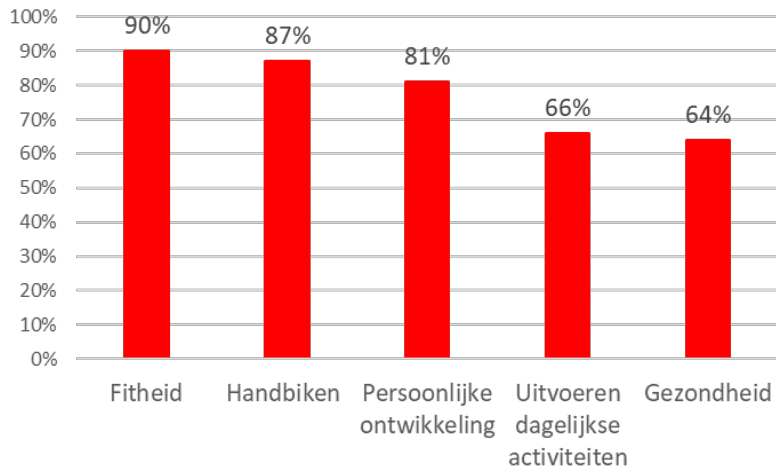


- Wat zijn de langetermijneffecten van deelname aan de HandbikeBattle?
- Zijn oud-deelnemers 1,5-5,5 jaar later nog aan het sporten?
- Wat zijn ervaren belemmeringen en drijfveren voor sportparticipatie?



96 deelnemers vulden vragenlijsten in 1,5-5,5 jaar na hun eerste deelname aan de HandbikeBattle.

- Gemiddeld werd er nu **5 uur/week** gesport.
- **Winst** werd ervaren in:



Belemmeringen: tijdgebrek (31%), beperking (17%), transport naar sportcentrum (19%), gebrek aan medesporters (16%), pijn (15%).

Drijfveren: verbeteren gezondheid en fitheid (92%), leuk en/of ontspannend (85%), sterker worden (80%).

Boodschap

Een grote meerderheid heeft winst ervaren na deelname aan de HandbikeBattle en is nog steeds aan het sporten. De belangrijkste drijfveren om te sporten waren: goed voor gezondheid en fitheid, leuk en ontspannend.

Door: Sonja de Groot, Ingrid Kouwizer, Linda Valent, Mechteld Hagoort, Abel ten Hoorn, Lucas van der Woude, Marcel Post

Sport participation after the HandbikeBattle: benefits, barriers, facilitators from the event - a follow-up survey

/r. Spinal Cord Series & Cases, 2020; 6(1): 54.

