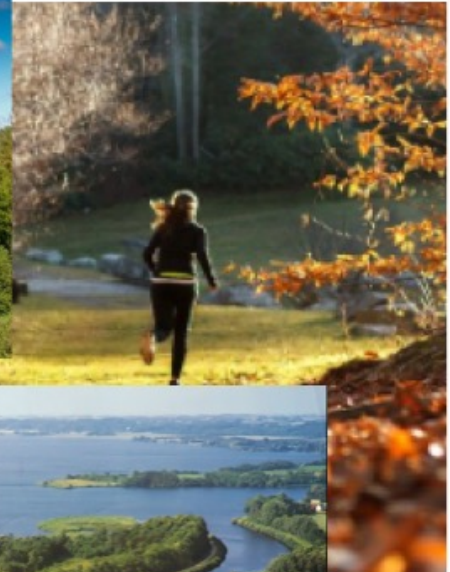


OUTDOOR IDRÆT



Nye idrætstrends

Måden vi dyrker idræt, sport og leger er konstant under forandring.

[DIF har et trendforum med nye idrætstendenser og sportsgrene](#)

DIF skriver om outdoor idræt:

”Den stigende interesse afspejler sig ved at flere og flere dyrker idræt og motion i naturen og for voksenmålgruppen er det den fortrukne arena for idræt”.

”Fysisk aktivitet som vandreture, løb, jogging, vandsport, stavgang, golf, cykling/MTB, crossfit, sejlads kano/kajak og visse former for livsstilsidrætter som rulleskøjtøb og skateboard er eksempler på idrætsaktiviteter der er stigende i popularitet blandt danskerne”.

”Ens for ovennævnte er at disse idrætsaktiviteter ikke udfolder på traditionelle idrætsanlæg, men i stedet kræver adgang til skov, vand, parker og byrum”.

Outdoor Bjerringbro er totalt med på denne trend - og går vildt Xterra

Outdoor

DIF og DGI gør en stor indsats for outdoor aktiviteter

[DIF og outdoor](#)

[DGI og outdoor](#) og MTB er blevet stort, [Mountainbike](#).

Viborg kommune

[Viborg Trail Arena](#) - Mountainbike ruter i lokalområdet

[Outdoor Arena](#) - "Alletiders legeplads"

[Ud i naturen](#) - Utallige muligheder for fantastiske naturoplevelser

[Idræt og motion](#) - Måske faciliteter for fritidsaktiviteter

Viborg elite

[Viborg Elite](#)



Viborg idrætsråd

Viborg Elite



OM ▾ 🔍



Bredde

Foreningssamarbejde og aktiviteter for at få flere med i idrætten



Elite

Viborg er Team Danmark eliteidrætskommune med særlig talentindsats



Forening

Foreningsservice & vejledning til frivillige ledere i Viborg Kommune



Events

Festivals, landskampe og oplevelsesplatforme hvor idrætten viser sig frem



Politik

Om bestyrelsen, analyser og politisk arbejde for idrætten i kommunen



DIF visioner

At udvikle en facilitet, der bliver det naturlige fælles mødested for alle brugere af stier og ruter i naturen, og dermed opnå mere socialt samvær og en bedre gensidig forståelse på tværs af de forskellige brugergrupper og heraf færre konflikter mellem brugergrupperne.

At udvikle en facilitet, der imødekommer mange forskellige brugergruppers behov for servicefunktioner ved at samle alle relevante servicefunktioner på én lokalitet.

At bidrage til at flere danskere bliver idræts- og motionsaktive ved at inspirere til at dyrke motion i naturen samt at gøre det lettere, mere socialt, mere hyggeligt, mere bekvemt og mere "trygt" at tage en gå-, løbe-, cykel- eller rulletur i naturen.

At gøre idrætsudøvere, motionister og friluftsfolk mere opmærksomme på og mere interesseret i den natur og det landskab, der udgør rammen for deres aktiviteter.

At inspirere andre til at etablere trailcentre i høj kvalitet med afsæt i ovenstående formål.

DGI visioner

Naturen holder åbent året rundt. Vi hjælper foreninger, fællesskaber og kommuner med at skabe outdoor arenaer og -aktiviteter.

Vi arbejder med at gøre det let for alle danskere at få adgang til og være aktive i naturen.

Vi er med fra begyndelsen til at iværksætte og ideudvikle. Vi hjælper jer med at se mulighederne og aktivere relevante netværk, så I kan tage græsarealer, molen, sandet, træstubbe, store sten og trapper i brug.

Det kan eksempelvis være inden for gang, trailløb, skovfitness, mountainbike, klatring, SUP, kano og kajak kombineret med mad over bål og overnatning i det fri.

[DGI arbejder for mere aktivitet i naturen](#)

Den danske natur som ramme for idræt og motion

Danskerne er blevet mere aktive i naturen.

Andelen af voksne borgere, der dyrker idræt og motion i naturen er steget fra 36 procent i 2011 til 44 % i 2016 og hele 74% i 2021, samtidig ses en tydelig tendens til, at flere og flere dyrker idræt og motion uden for idrætsforeningerne, hvor motion dyrkes på hold og faste tidspunkter.

Danskerne foretrækker i stigende grad at dyrke idræt alene eller i mindre grupper på selvvalgte tidspunkter.

Her spiller naturen en vigtig rolle, hvor blandt andet løb, mountainbike, sejlads og kajak er særligt populært, og i takt med ændringerne i vores motionsvaner efterspørger flere danskere muligheden for idræt i naturen.