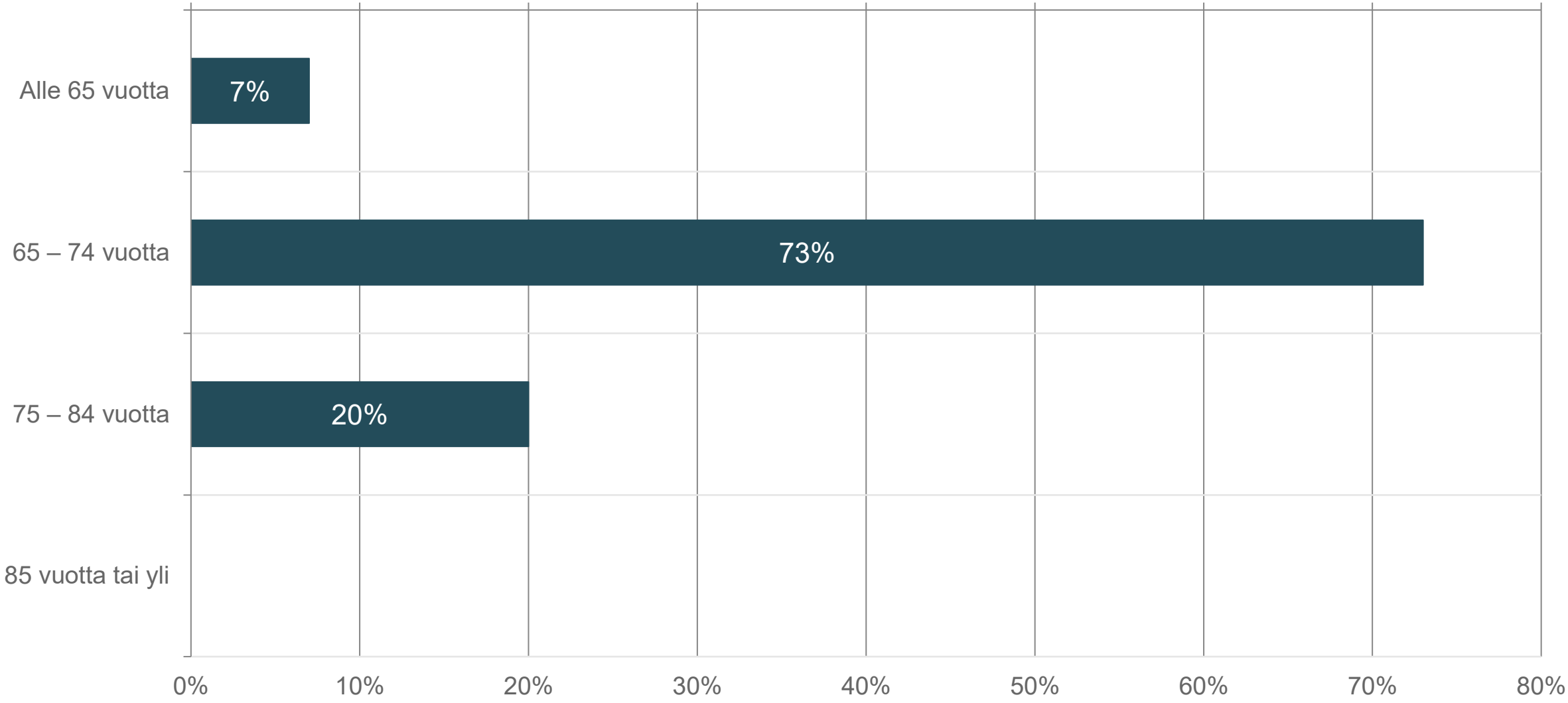
Perusraportti
Liikuntakysely ikäihmisille

Vastaajien kokonaismäärä: 30

Minkä ikäinen olet?

Minkä ikäinen olet?

Vastaajien määrä: 30



Minkä ikäinen olet?

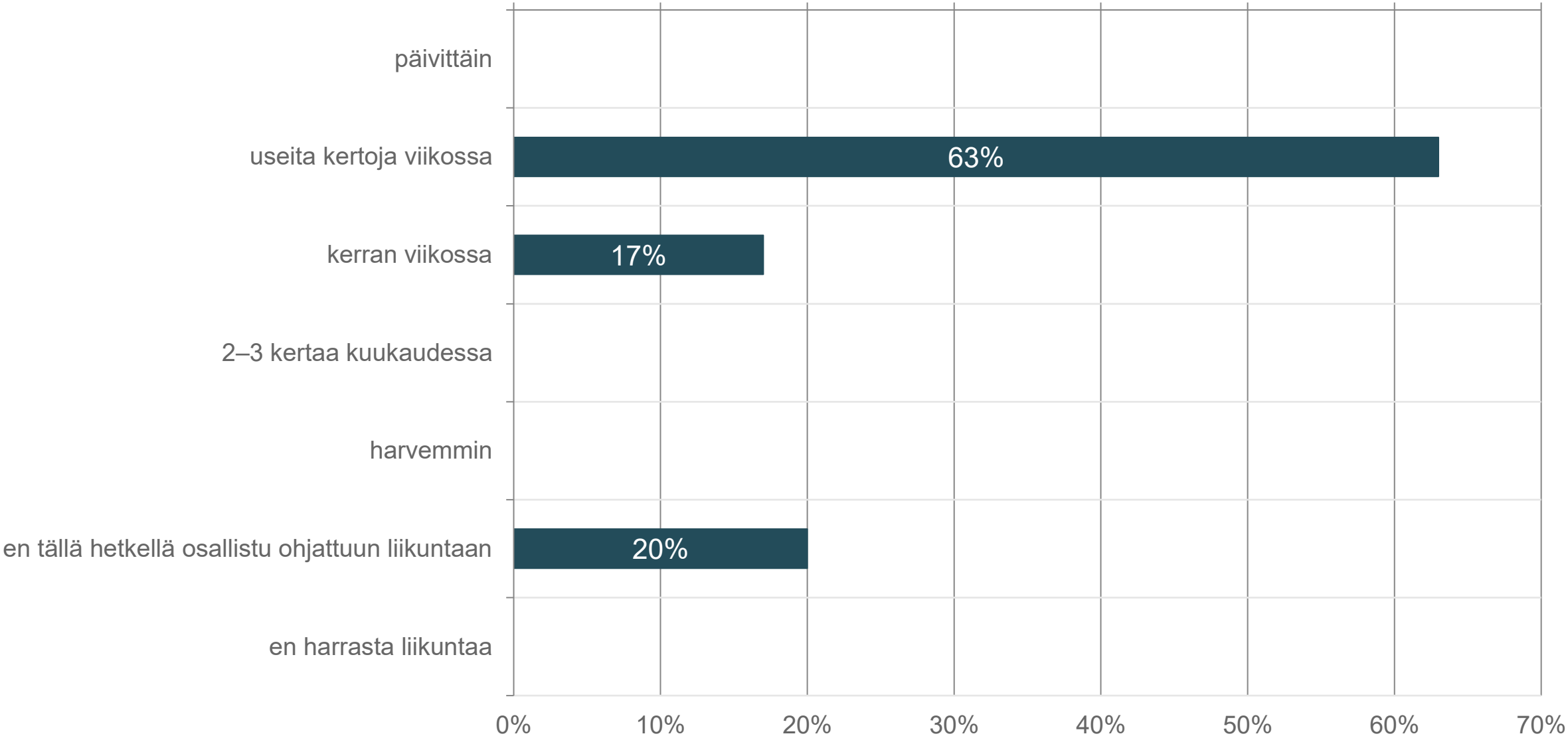
Minkä ikäinen olet?

Vastaajien määrä: 30

	n	Prosentti
Alle 65 vuotta	2	6,7%
65 – 74 vuotta	22	73,3%
75 – 84 vuotta	6	20,0%
85 vuotta tai yli	0	0,0%

Kuinka usein osallistut ohjattuun liikuntaan?

Vastaajien määrä: 30



Kuinka usein osallistut ohjattuun liikuntaan?

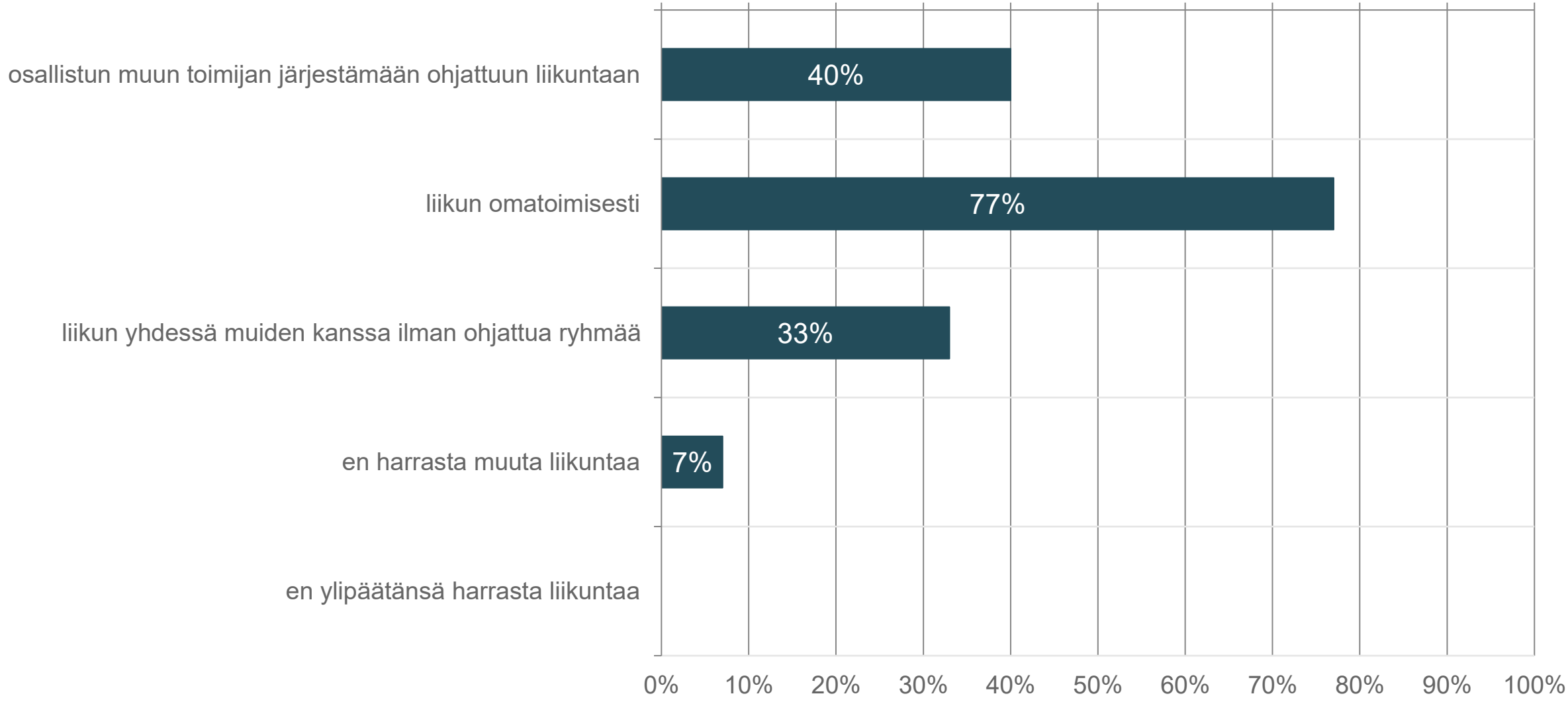
Vastaajien määrä: 30

	n	Prosentti
päivittäin	0	0,0%
useita kertoja viikossa	19	63,3%
kerran viikossa	5	16,7%
2–3 kertaa kuukaudessa	0	0,0%
harvemmin	0	0,0%
en tällä hetkellä osallistu ohjattuun liikuntaan	6	20,0%
en harrasta liikuntaa	0	0,0%

Liikutko Ruskon kunnan liikuntaryhmien lisäksi muulla tavalla?

Voit valita useita.

Vastaajien määrä: 30, valittujen vastausten lukumäärä: 47



Liikutko Ruskon kunnan liikuntaryhmien lisäksi muulla tavalla?

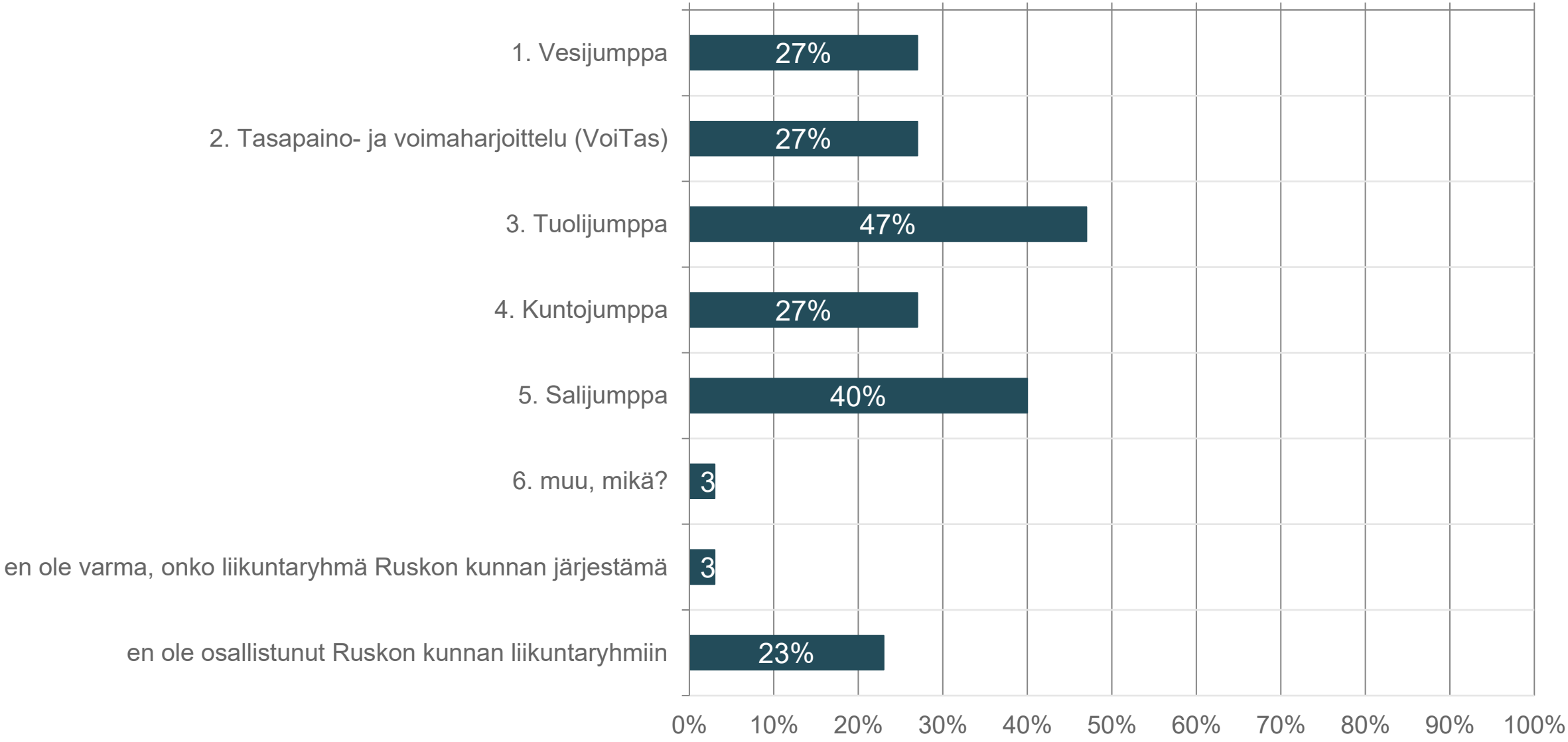
Voit valita useita.

Vastaajien määrä: 30, valittujen vastausten lukumäärä: 47

	n	Prosentti
osallistun muun toimijan järjestämään ohjattuun liikuntaan	12	40,0%
liikun omatoimisesti	23	76,7%
liikun yhdessä muiden kanssa ilman ohjattua ryhmää	10	33,3%
en harrasta muuta liikuntaa	2	6,7%
en ylipäätänsä harrasta liikuntaa	0	0,0%

Mihin seuraavista Ruskon kunnan liikuntaryhmistä osallistut tai olet osallistunut viimeisen vuoden aikana?

Vastaajien määrä: 30, valittujen vastausten lukumäärä: 59



Mihin seuraavista Ruskon kunnan liikuntaryhmistä osallistut tai olet osallistunut viimeisen vuoden aikana?

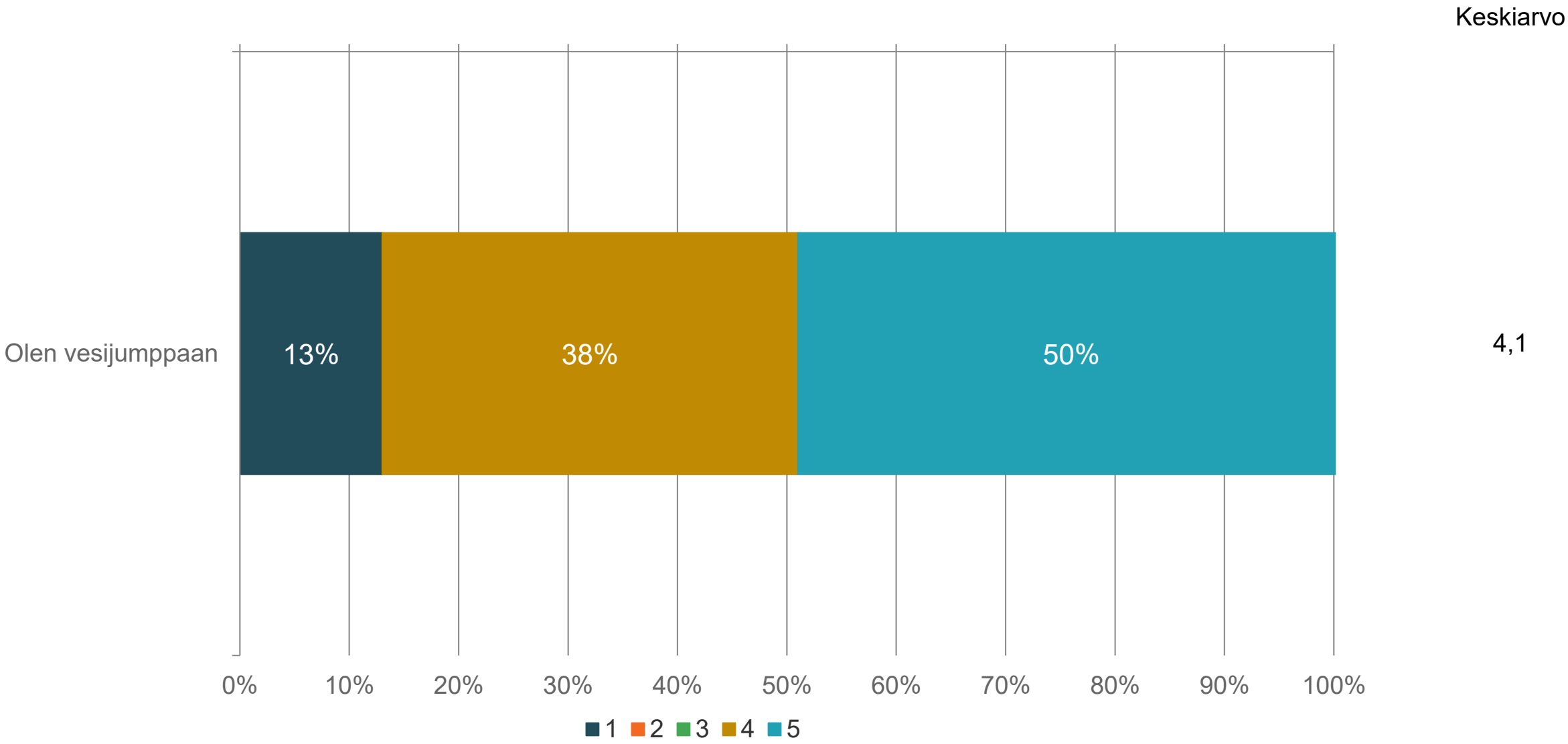
Vastaajien määrä: 30, valittujen vastausten lukumäärä: 59

	n	Prosentti
1. Vesijumppa	8	26,7%
2. Tasapaino- ja voimaharjoittelu (VoiTas)	8	26,7%
3. Tuolijumppa	14	46,7%
4. Kuntojumppa	8	26,7%
5. Salijumppa	12	40,0%
6. muu, mikä?	1	3,3%
en ole varma, onko liikuntaryhmä Ruskon kunnan järjestämä	1	3,3%
en ole osallistunut Ruskon kunnan liikuntaryhmiin	7	23,3%

1.1 Vesijumppaan tyytyväisyys kokonaisuutena?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

Vastaajien määrä: 8



1.1 Vesijumppaan tyytyväisyys kokonaisuutena?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

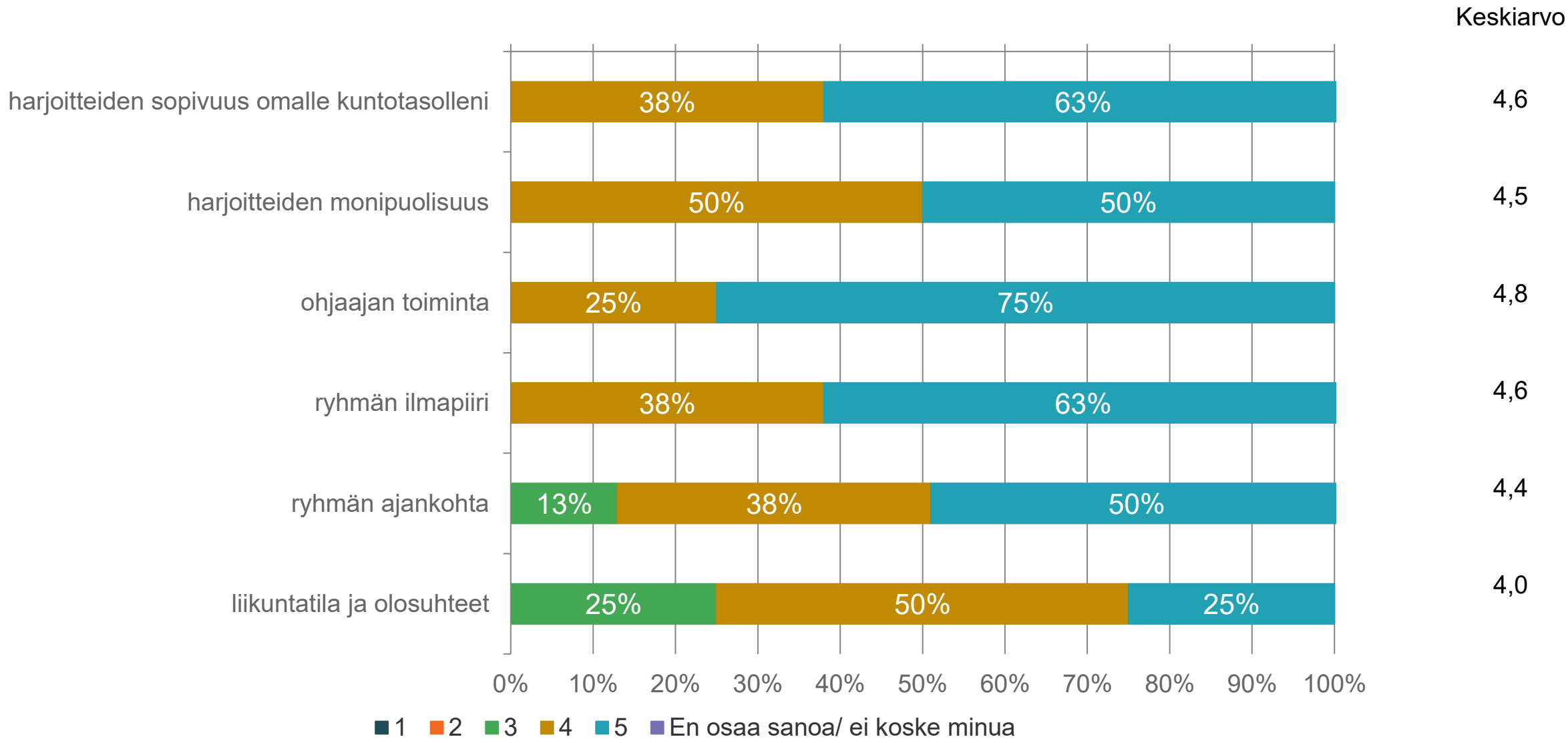
Vastaajien määrä: 8

	1	2	3	4	5	Keskiarvo	Mediaani
Olen vesijumppaan	12,5%	0,0%	0,0%	37,5%	50,0%	4,1	4,5

1.3 Miten vesijumpassa arvioisit seuraavia?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

Vastaajien määrä: 8



1.3 Miten vesijumpassa arvioisit seuraavia?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

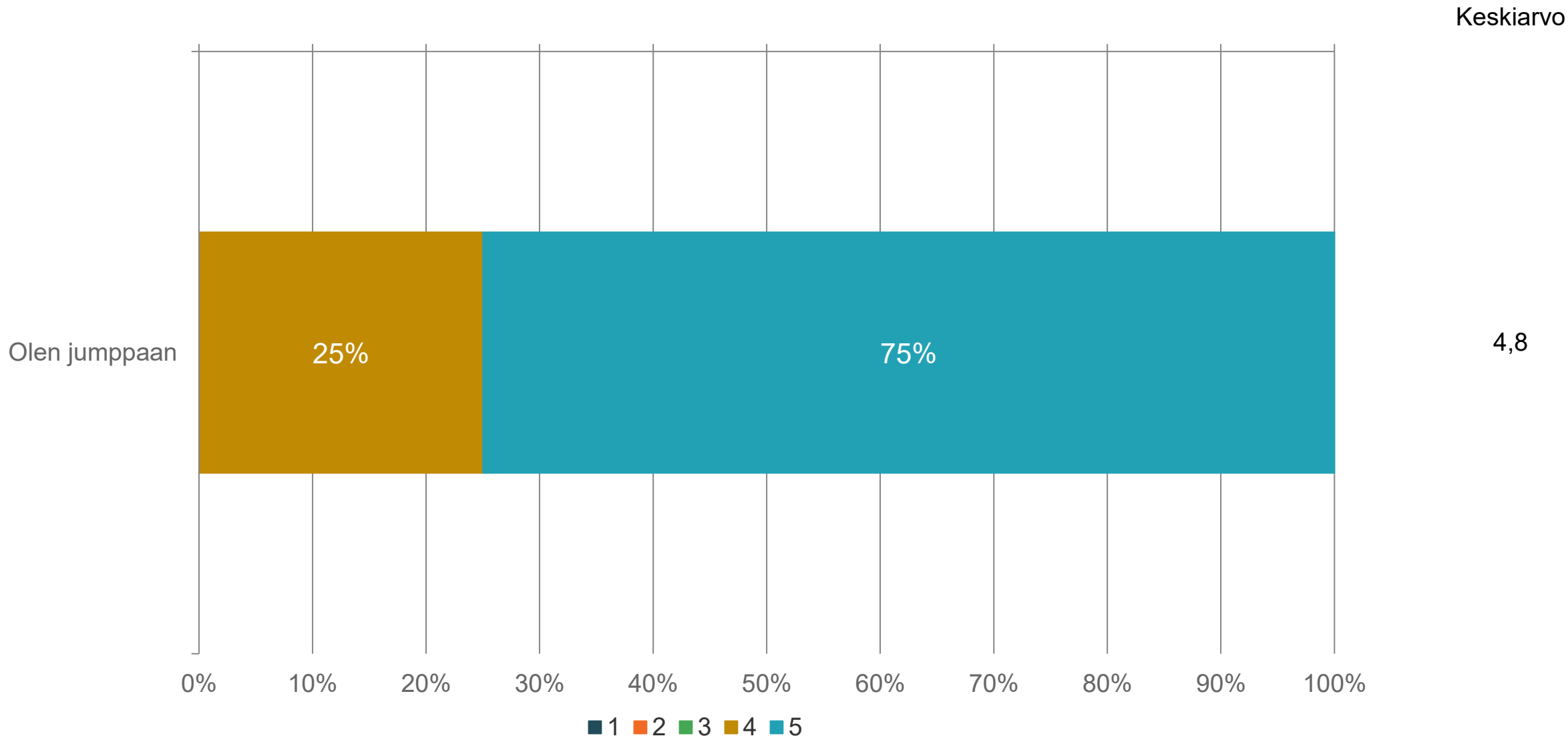
Vastaajien määrä: 8

	1	2	3	4	5	En osaa sanoa/ ei koske minua	Keskiarvo	Mediaani
harjoitteiden sopivuus omalle kuntotasolleni	0,0%	0,0%	0,0%	37,5%	62,5%	0,0%	4,6	5,0
harjoitteiden monipuolisuus	0,0%	0,0%	0,0%	50,0%	50,0%	0,0%	4,5	4,5
ohjaajan toiminta	0,0%	0,0%	0,0%	25,0%	75,0%	0,0%	4,8	5,0
ryhmän ilmapiiri	0,0%	0,0%	0,0%	37,5%	62,5%	0,0%	4,6	5,0
ryhmän ajankohta	0,0%	0,0%	12,5%	37,5%	50,0%	0,0%	4,4	4,5
liikuntatila ja olosuhteet	0,0%	0,0%	25,0%	50,0%	25,0%	0,0%	4,0	4,0
Yhteensä	**0,0%**	**0,0%**	**6,3%**	**39,6%**	**54,2%**	**0,0%**	**4,5**	**5,0**

2.1 Voima ja tasapaino-jumppaan tyytyväisyys kokonaisuutena?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

Vastaajien määrä: 8



2.1 Voima ja tasapaino-jumppaan tyytyväisyys kokonaisuutena?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

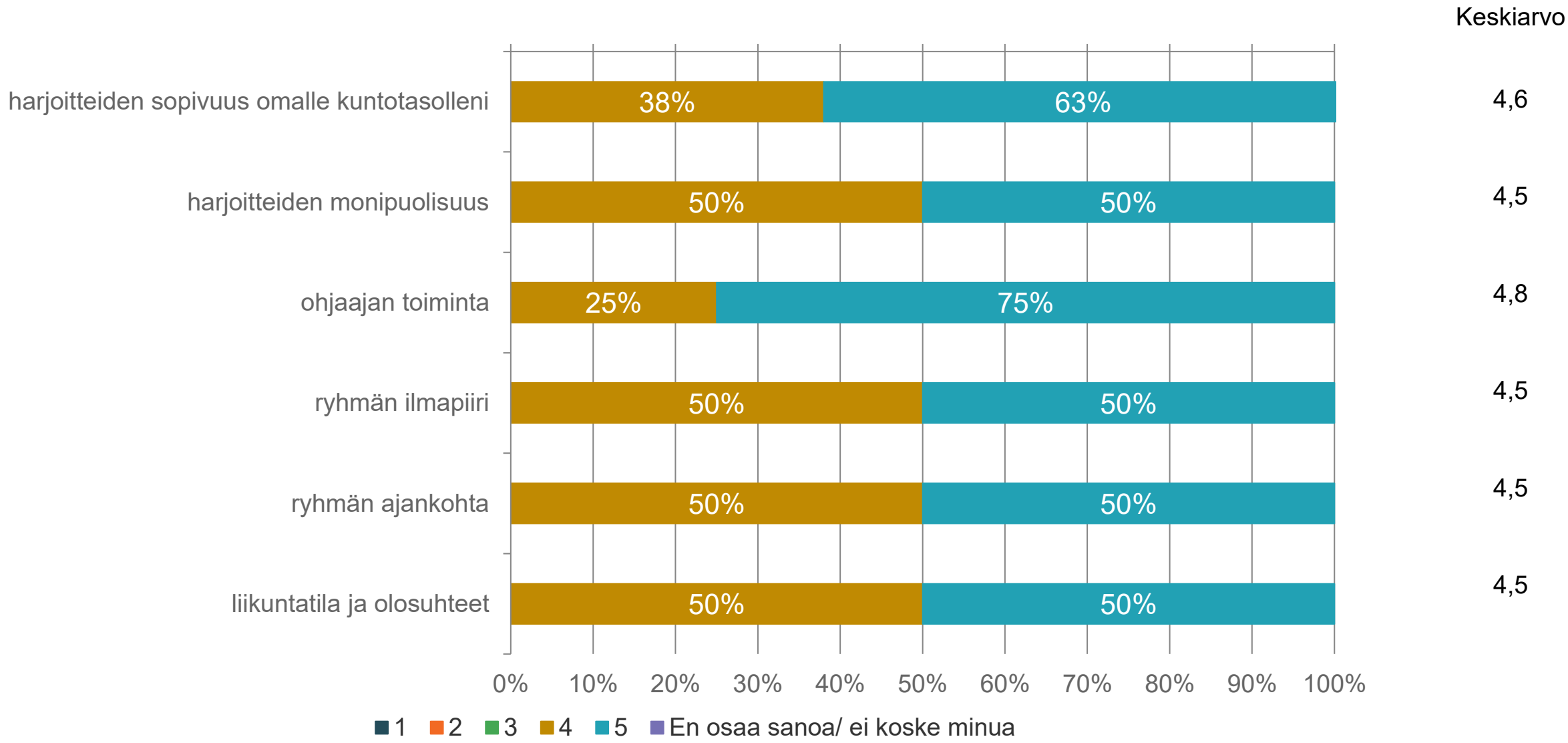
Vastaajien määrä: 8

	1	2	3	4	5	Keskiarvo	Mediaani
Olen jumppaan	0,0%	0,0%	0,0%	25,0%	75,0%	4,8	5,0

2.3 Miten VoiTas-jumpassa arvioisit seuraavia?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

Vastaajien määrä: 8



2.3 Miten VoiTas-jumpassa arvioisit seuraavia?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

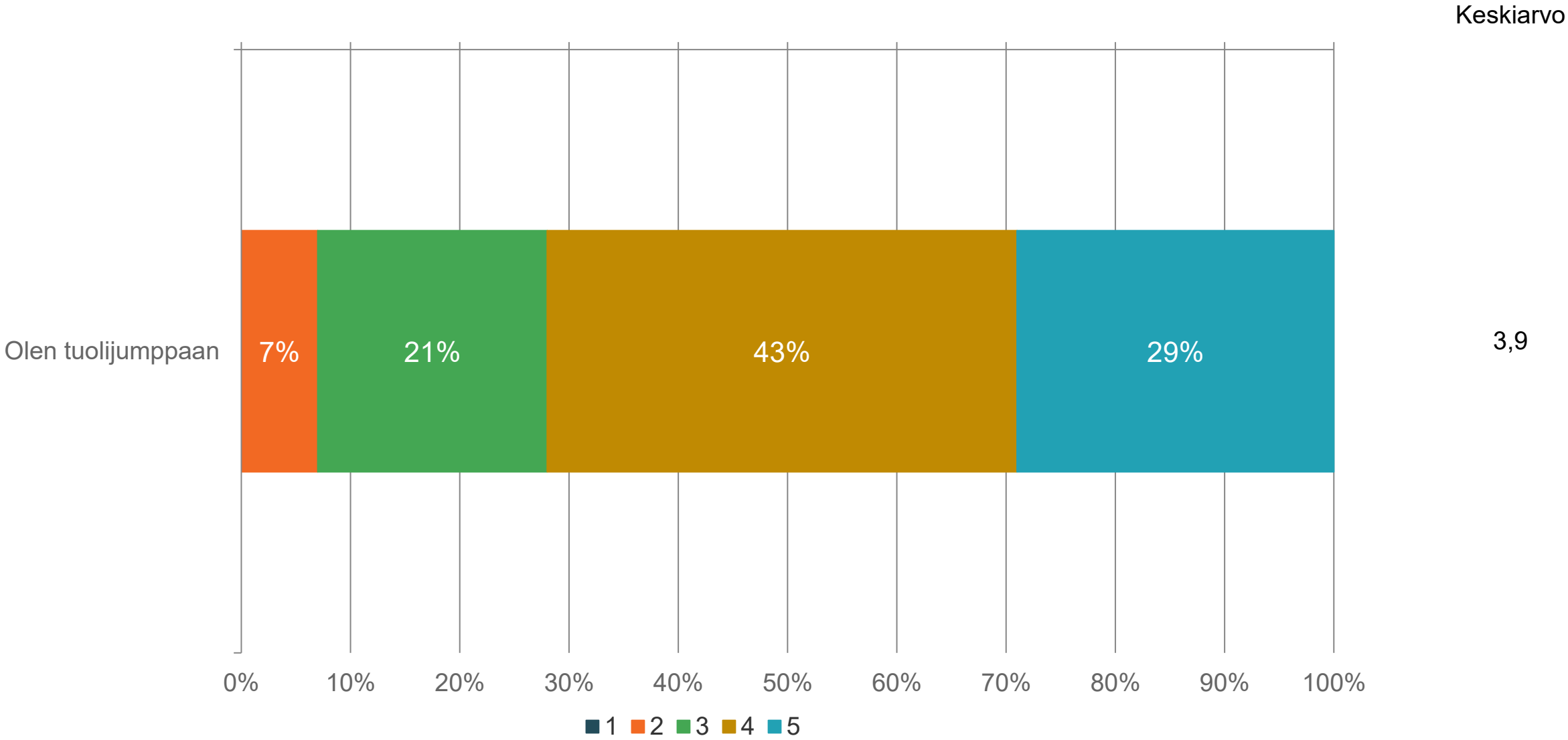
Vastaajien määrä: 8

	1	2	3	4	5	En osaa sanoa/ ei koske minua	Keskiarvo	Mediaani
harjoitteiden sopivuus omalle kuntotasolleni	0,0%	0,0%	0,0%	37,5%	62,5%	0,0%	4,6	5,0
harjoitteiden monipuolisuus	0,0%	0,0%	0,0%	50,0%	50,0%	0,0%	4,5	4,5
ohjaajan toiminta	0,0%	0,0%	0,0%	25,0%	75,0%	0,0%	4,8	5,0
ryhmän ilmapiiri	0,0%	0,0%	0,0%	50,0%	50,0%	0,0%	4,5	4,5
ryhmän ajankohta	0,0%	0,0%	0,0%	50,0%	50,0%	0,0%	4,5	4,5
liikuntatila ja olosuhteet	0,0%	0,0%	0,0%	50,0%	50,0%	0,0%	4,5	4,5
Yhteensä	**0,0%**	**0,0%**	**0,0%**	**43,8%**	**56,3%**	**0,0%**	**4,6**	**5,0**

3.1 Tuolijumppaan tyytyväisyys kokonaisuutena?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

Vastaajien määrä: 14



3.1 Tuolijumppaan tyytyväisyys kokonaisuutena?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

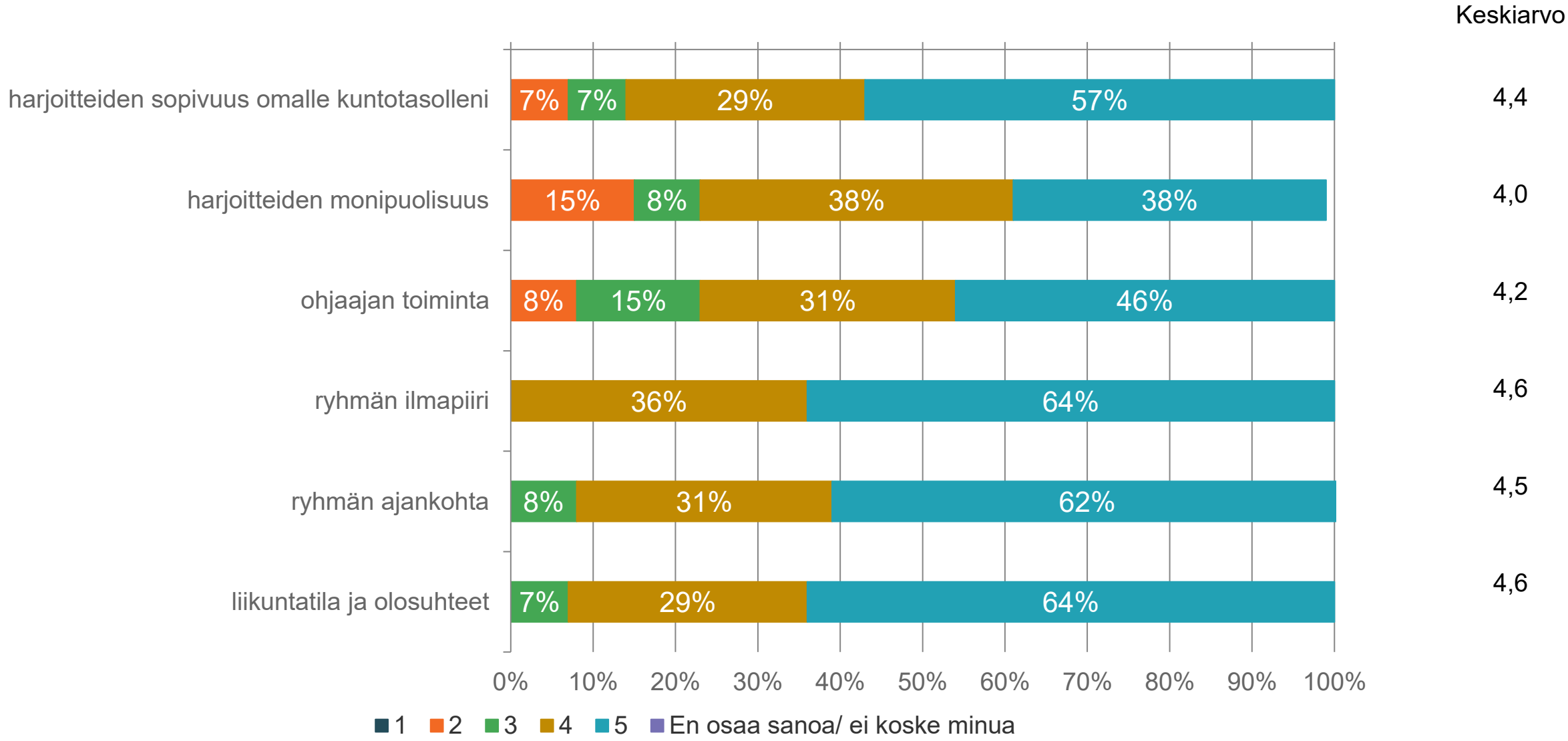
Vastaajien määrä: 14

	1	2	3	4	5	Keskiarvo	Mediaani
Olen tuolijumppaan	0,0%	7,1%	21,4%	42,9%	28,6%	3,9	4,0

3.3 Miten tuolijumpassa arvioisit seuraavia?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

Vastaajien määrä: 14



3.3 Miten tuolijumpassa arvioisit seuraavia?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

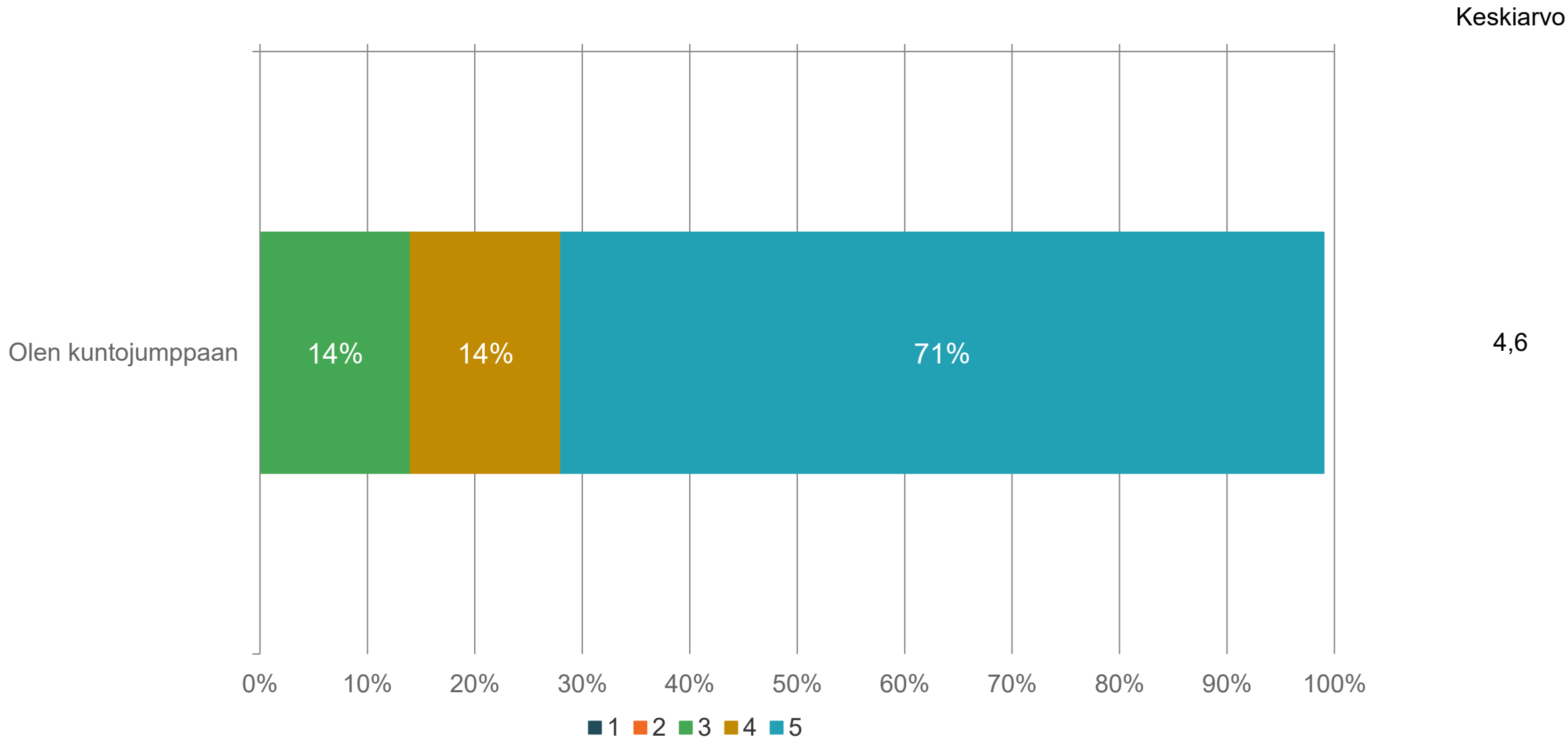
Vastaajien määrä: 14

	1	2	3	4	5	En osaa sanoa/ ei koske minua	Keskiarvo	Mediaani
harjoitteiden sopivuus omalle kuntotasolleni	0,0%	7,1%	7,1%	28,6%	57,1%	0,0%	4,4	5,0
harjoitteiden monipuolisuus	0,0%	15,4%	7,7%	38,5%	38,5%	0,0%	4,0	4,0
ohjaajan toiminta	0,0%	7,7%	15,4%	30,8%	46,2%	0,0%	4,2	4,0
ryhmän ilmapiiri	0,0%	0,0%	0,0%	35,7%	64,3%	0,0%	4,6	5,0
ryhmän ajankohta	0,0%	0,0%	7,7%	30,8%	61,5%	0,0%	4,5	5,0
liikuntatila ja olosuhteet	0,0%	0,0%	7,1%	28,6%	64,3%	0,0%	4,6	5,0
Yhteensä	**0,0%**	**5,0%**	**7,5%**	**32,2%**	**55,3%**	**0,0%**	**4,4**	**5,0**

4.1 Kuntojumppaan tyytyväisyys?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

Vastaajien määrä: 7



4.1 Kuntojumppaan tyytyväisyys?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

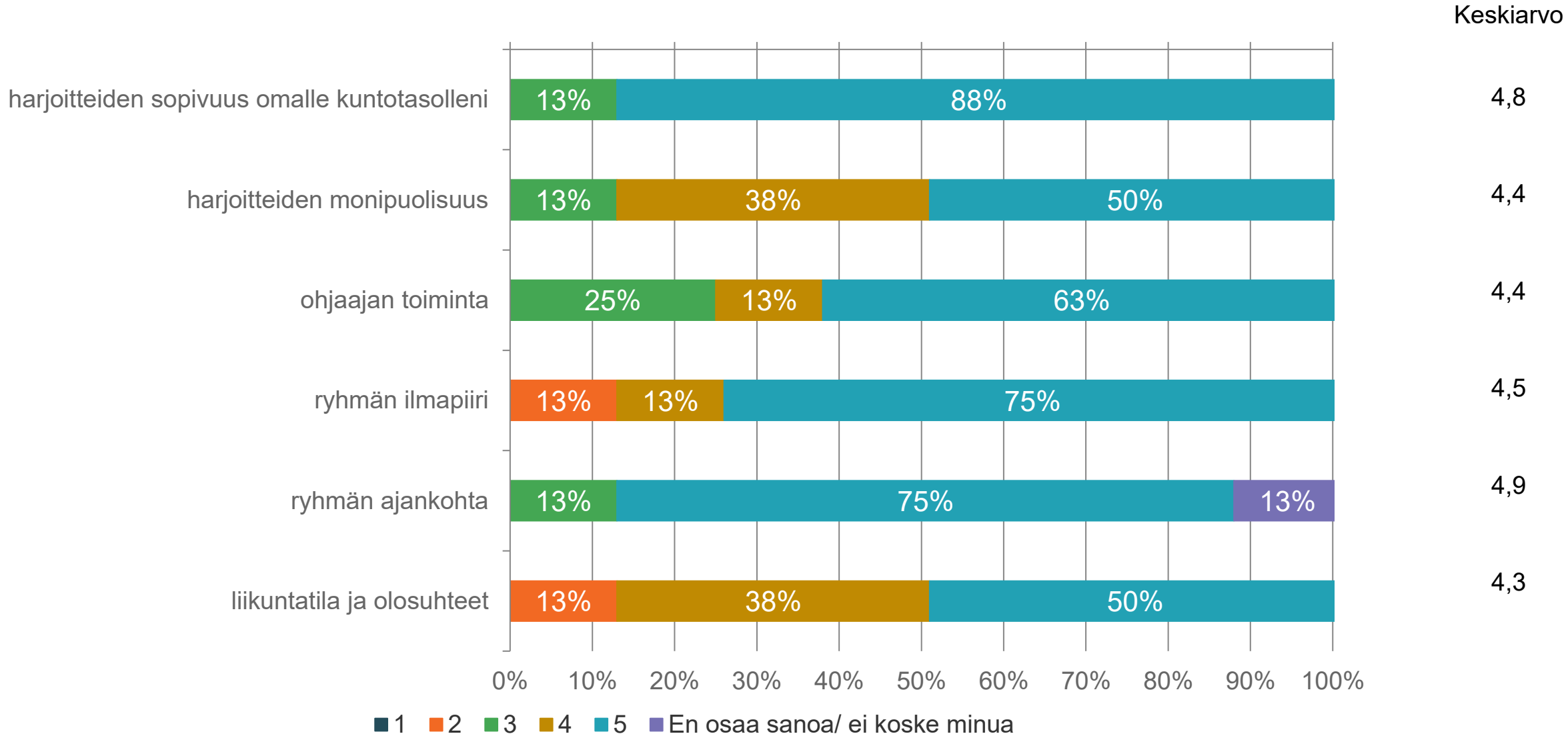
Vastaajien määrä: 7

	1	2	3	4	5	Keskiarvo	Mediaani
Olen kuntojumppaan	0,0%	0,0%	14,3%	14,3%	71,4%	4,6	5,0

4.3 Miten kuntojumpassa arvioisit seuraavia?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

Vastaajien määrä: 8



4.3 Miten kuntojumpassa arvioisit seuraavia?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

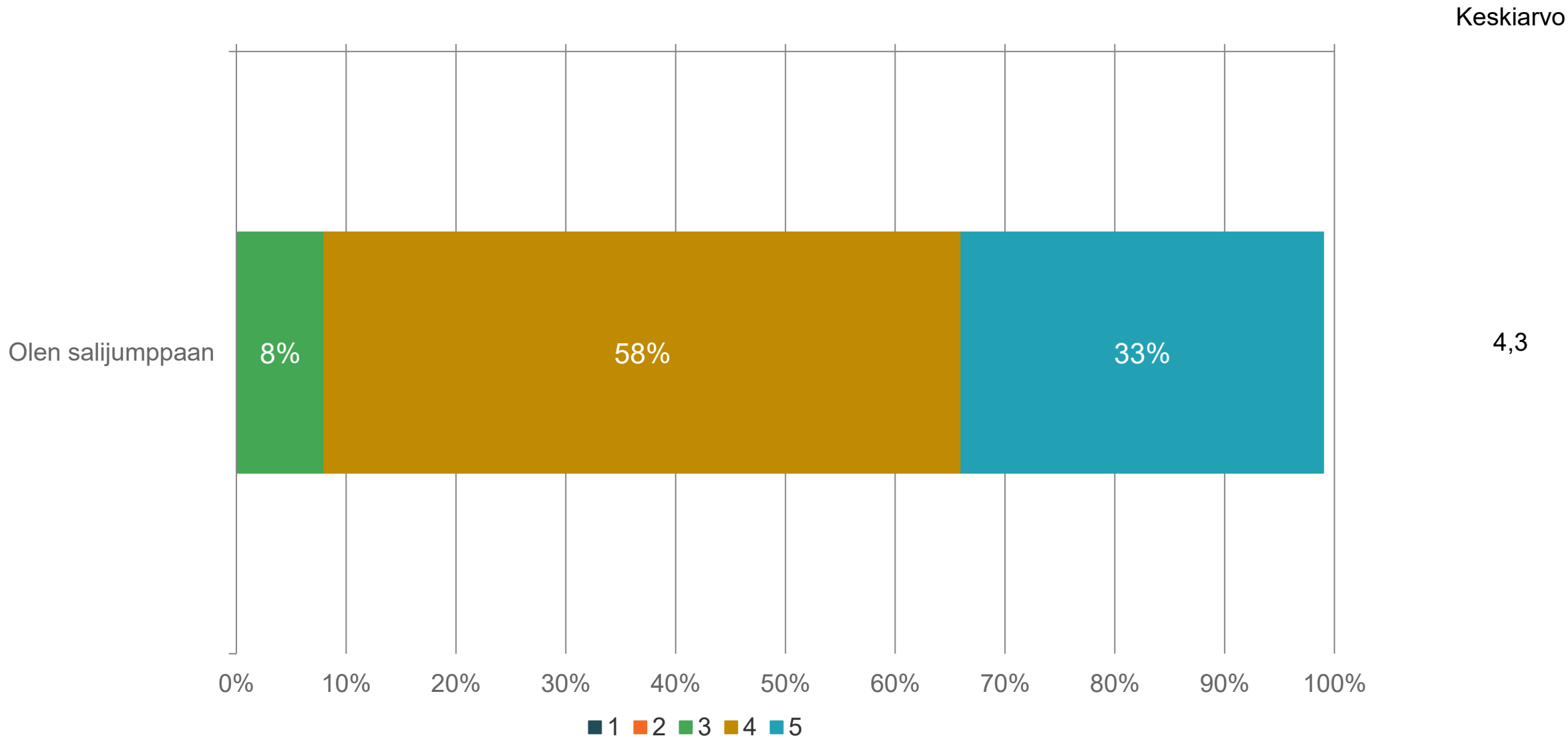
Vastaajien määrä: 8

	1	2	3	4	5	En osaa sanoa/ ei koske minua	Keskiarvo	Mediaani
harjoitteiden sopivuus omalle kuntotasolleni	0,0%	0,0%	12,5%	0,0%	87,5%	0,0%	4,8	5,0
harjoitteiden monipuolisuus	0,0%	0,0%	12,5%	37,5%	50,0%	0,0%	4,4	4,5
ohjaajan toiminta	0,0%	0,0%	25,0%	12,5%	62,5%	0,0%	4,4	5,0
ryhmän ilmapiiri	0,0%	12,5%	0,0%	12,5%	75,0%	0,0%	4,5	5,0
ryhmän ajankohta	0,0%	0,0%	12,5%	0,0%	75,0%	12,5%	4,9	5,0
liikuntatila ja olosuhteet	0,0%	12,5%	0,0%	37,5%	50,0%	0,0%	4,3	4,5
Yhteensä	**0,0%**	**4,2%**	**10,4%**	**16,7%**	**66,7%**	**2,1%**	**4,5**	**5,0**

5.1 Miten tyytyväinen olet salijumppaan?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

Vastaajien määrä: 12



5.1 Miten tyytyväinen olet salijumppaan?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

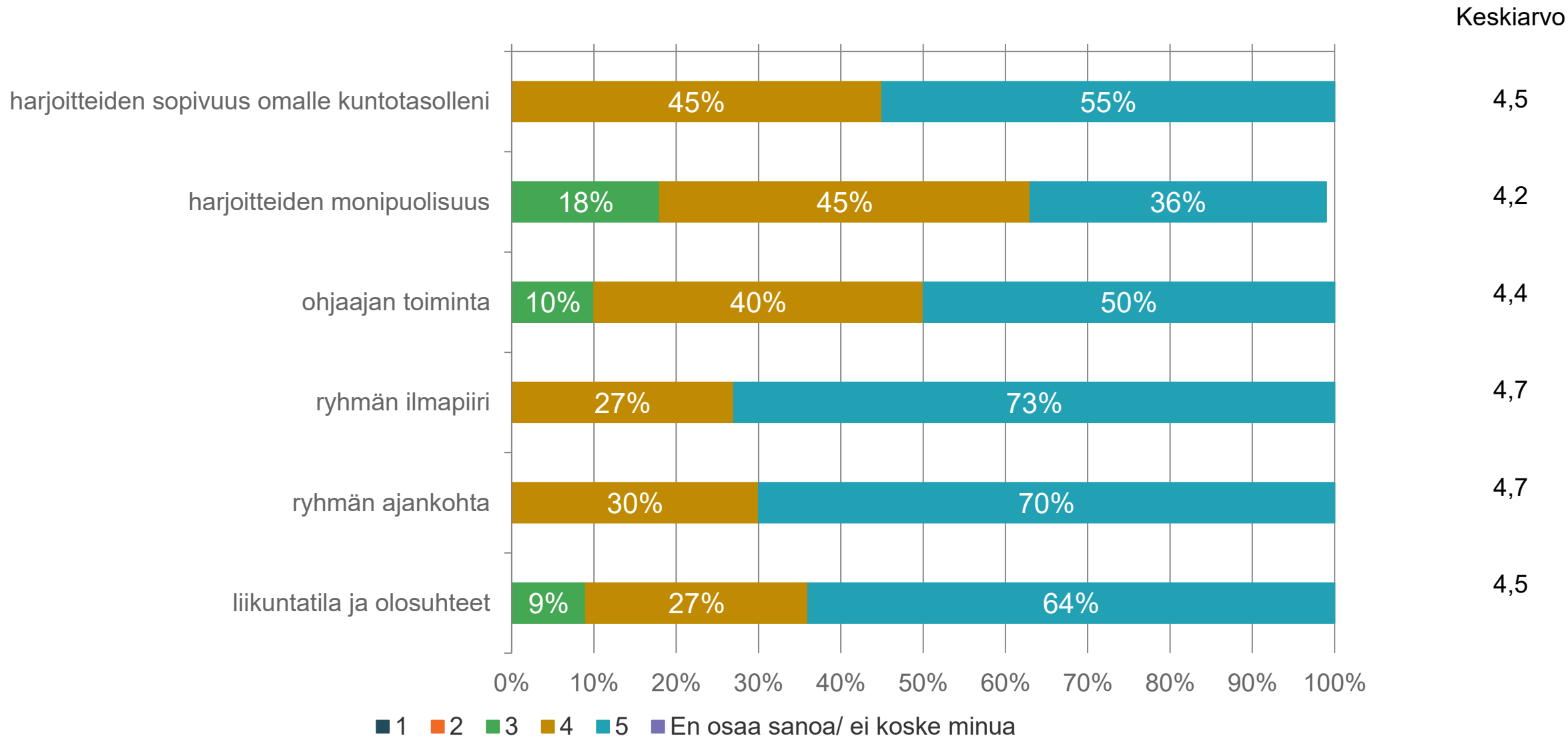
Vastaajien määrä: 12

	1	2	3	4	5	Keskiarvo	Mediaani
Olen salijumppaan	0,0%	0,0%	8,3%	58,3%	33,3%	4,3	4,0

5.3 Miten salijumpassa arvioisit seuraavia?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

Vastaajien määrä: 11



5.3 Miten salijumpassa arvioisit seuraavia?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

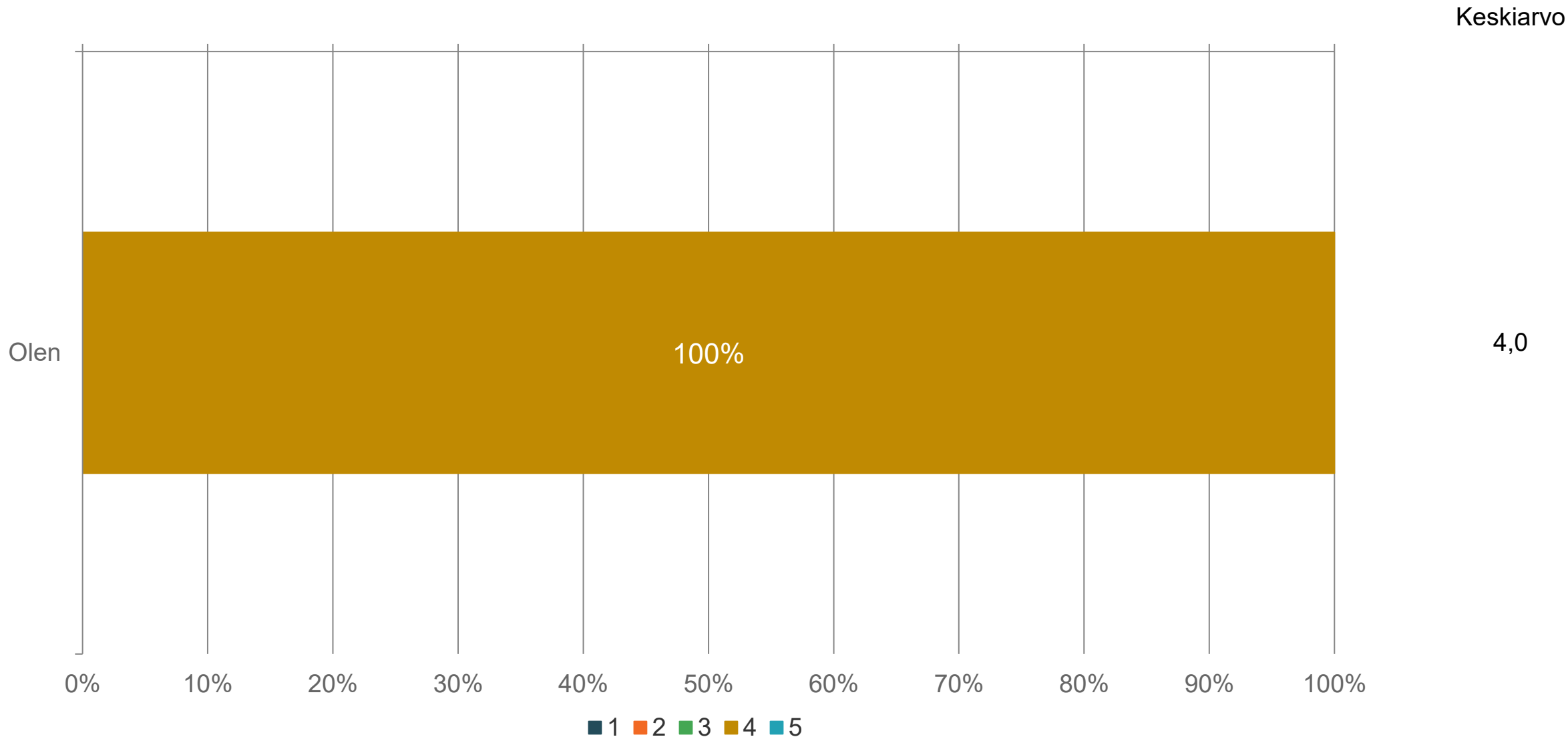
Vastaajien määrä: 11

	1	2	3	4	5	En osaa sanoa/ ei koske minua	Keskiarvo	Mediaani
harjoitteiden sopivuus omalle kuntotasolleni	0,0%	0,0%	0,0%	45,5%	54,5%	0,0%	4,5	5,0
harjoitteiden monipuolisuus	0,0%	0,0%	18,2%	45,5%	36,4%	0,0%	4,2	4,0
ohjaajan toiminta	0,0%	0,0%	10,0%	40,0%	50,0%	0,0%	4,4	4,5
ryhmän ilmapiiri	0,0%	0,0%	0,0%	27,3%	72,7%	0,0%	4,7	5,0
ryhmän ajankohta	0,0%	0,0%	0,0%	30,0%	70,0%	0,0%	4,7	5,0
liikuntatila ja olosuhteet	0,0%	0,0%	9,1%	27,3%	63,6%	0,0%	4,5	5,0
Yhteensä	**0,0%**	**0,0%**	**6,2%**	**35,9%**	**57,9%**	**0,0%**	**4,5**	**5,0**

6.1 Tyytyväisyys?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

Vastaajien määrä: 1



6.1 Tyytyväisyys?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

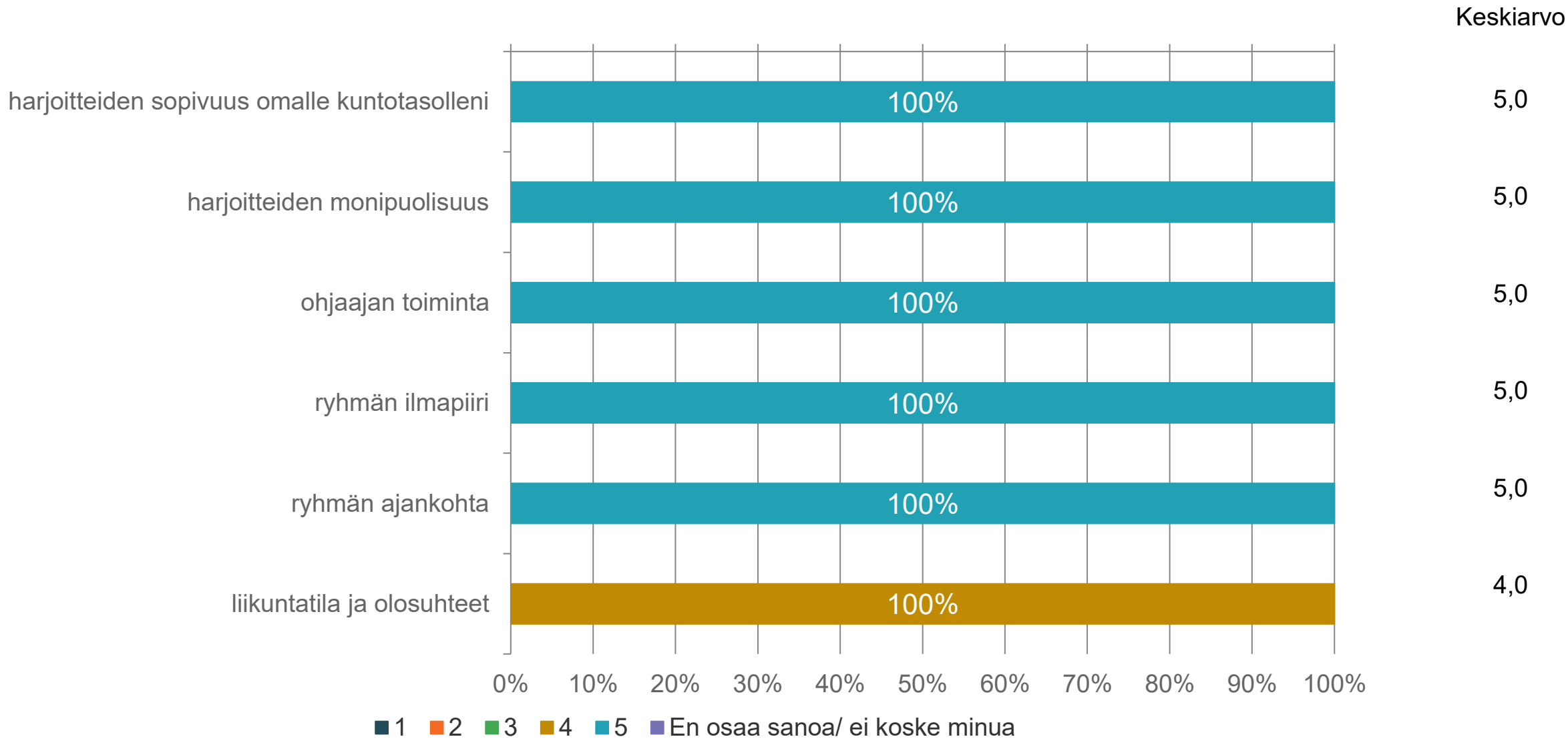
Vastaajien määrä: 1

	1	2	3	4	5	Keskiarvo	Mediaani
Olen	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%	0,0%	4,0	4,0

6.3 Miten arvioisit seuraavia?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

Vastaajien määrä: 1



6.3 Miten arvioisit seuraavia?

1= erittäin tyytymätön, 2= tyytymätön, 3= en tyytyväinen enkä tyytymätön, 4= tyytyväinen, 5= erittäin tyytyväinen

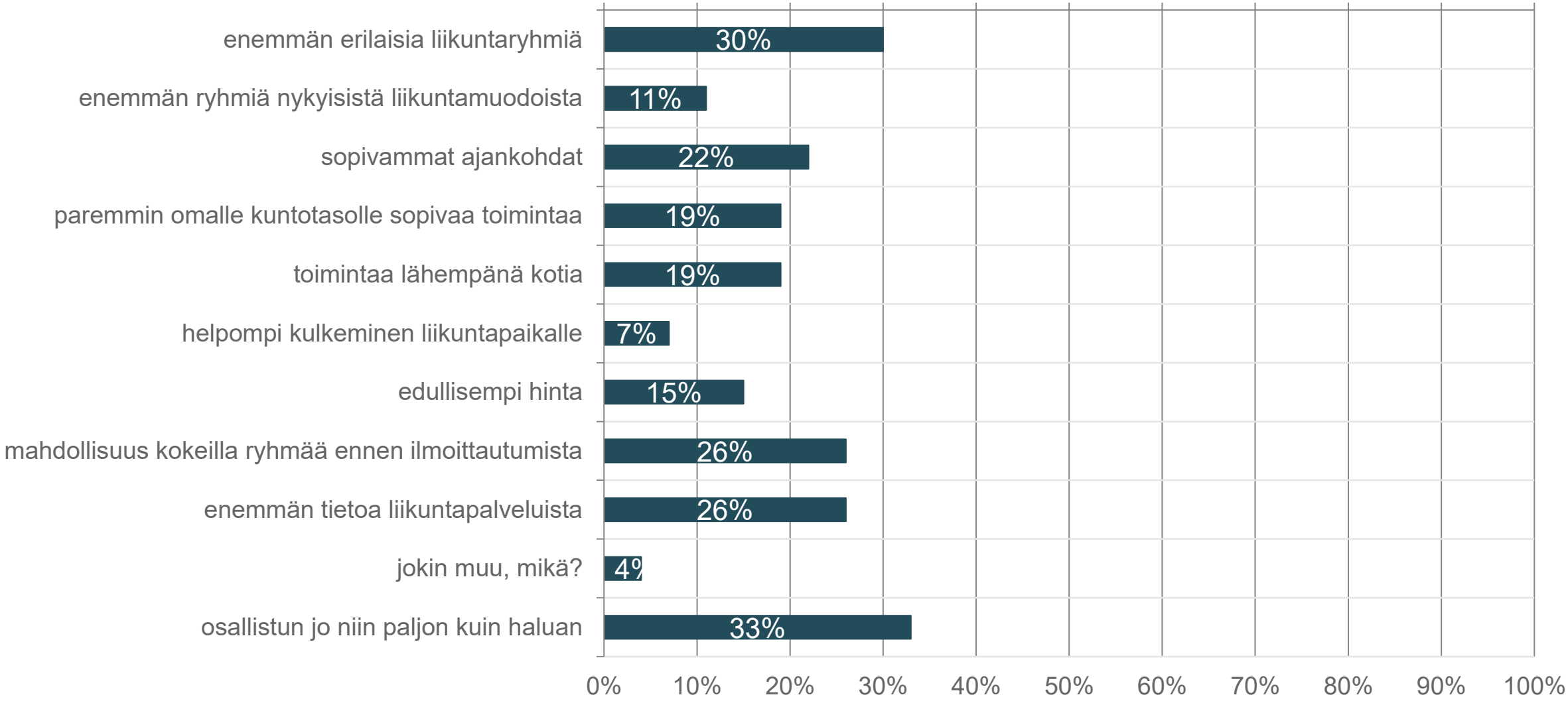
Vastaajien määrä: 1

	1	2	3	4	5	En osaa sanoa/ ei koske minua	Keskiarvo	Mediaani
harjoitteiden sopivuus omalle kuntotasolleni	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%	0,0%	5,0	5,0
harjoitteiden monipuolisuus	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%	0,0%	5,0	5,0
ohjaajan toiminta	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%	0,0%	5,0	5,0
ryhmän ilmapiiri	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%	0,0%	5,0	5,0
ryhmän ajankohta	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%	0,0%	5,0	5,0
liikuntatila ja olosuhteet	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%	0,0%	0,0%	4,0	4,0
Yhteensä	**0,0%**	**0,0%**	**0,0%**	**16,7%**	**83,3%**	**0,0%**	**4,8**	**5,0**

Mikä auttaisi sinua osallistumaan Ruskon kunnan liikuntapalveluihin nykyistä useammin?

Voit valita useita

Vastaajien määrä: 27, valittujen vastausten lukumäärä: 57



Mikä auttaisi sinua osallistumaan Ruskon kunnan liikuntapalveluihin nykyistä useammin?

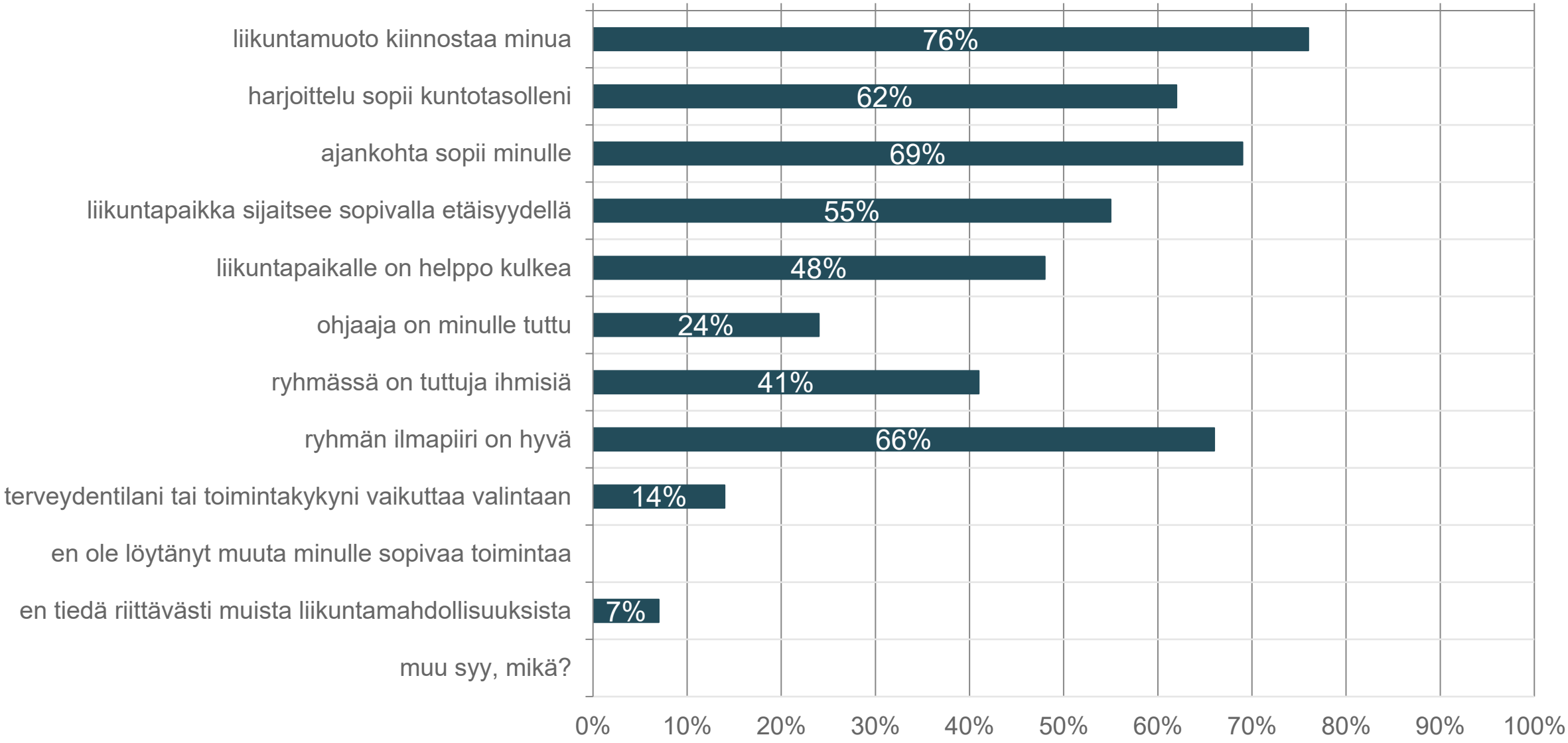
Voit valita useita

Vastaajien määrä: 27, valittujen vastausten lukumäärä: 57

	n	Prosentti
enemmän erilaisia liikuntaryhmiä	8	29,6%
enemmän ryhmiä nykyisistä liikuntamuodoista	3	11,1%
sopivammat ajankohdat	6	22,2%
paremmin omalle kuntotasolle sopivaa toimintaa	5	18,5%
toimintaa lähempänä kotia	5	18,5%
helpompi kulkeminen liikuntapaikalle	2	7,4%
edullisempi hinta	4	14,8%
mahdollisuus kokeilla ryhmää ennen ilmoittautumista	7	25,9%
enemmän tietoa liikuntapalveluista	7	25,9%
jokin muu, mikä?	1	3,7%
osallistun jo niin paljon kuin haluan	9	33,3%

Mitkä asiat vaikuttavat siihen, mihin liikuntaryhmiin osallistut?

Vastaajien määrä: 29, valittujen vastausten lukumäärä: 134



Mitkä asiat vaikuttavat siihen, mihin liikuntaryhmiin osallistut?

Vastaajien määrä: 29, valittujen vastausten lukumäärä: 134

	n	Prosentti
liikuntamuoto kiinnostaa minua	22	75,9%
harjoittelu sopii kuntotasolleni	18	62,1%
ajankohta sopii minulle	20	69,0%
liikuntapaikka sijaitsee sopivalla etäisyydellä	16	55,2%
liikuntapaikalle on helppo kulkea	14	48,3%
ohjaaja on minulle tuttu	7	24,1%
ryhmässä on tuttuja ihmisiä	12	41,4%
ryhmän ilmapiiri on hyvä	19	65,5%
terveydentilani tai toimintakykyni vaikuttaa valintaan	4	13,8%
en ole löytänyt muuta minulle sopivaa toimintaa	0	0,0%
en tiedä riittävästi muista liikuntamahdollisuuksista	2	6,9%
muu syy, mikä?	0	0,0%