

Jämställdhetsrapport idrott 2026

Jämställdhetsrapport idrott 2026

Dnr: IDF 2026/460

Utgivare: Idrottsförvaltningen

Kontakt: idrott@stockholm.se

Innehåll

Innehåll.....	3
Om rapporten.....	4
Fysisk aktivitet.....	5
Deltagande i idrottsförening	9
Deltagande i olika idrotter	11
Föreningsliv och föreningsstöd	14
Medlemsaktivitetsstöd	16
Föreningsliv	17
Deltagande i friskvårdsverksamhet	20
Gym	20
Gruppträning	21
Kurser	22
Idrottsinvesteringar	24
Sammanfattande reflektioner.....	26

Om rapporten

Stockholm ska vara en stad där alla vill och kan röra på sig. I Stockholms stads *Budget 2026* står:

” Jämställda förutsättningar är centralt och nämnden ska årligen redovisa en analys om idrottande ur ett jämställdhetsperspektiv. I samband med detta ska också konkreta förslag presenteras som kan bidra till att fler flickor idrottar. ” (Budget, IdN:3)

Med detta som utgångspunkt har denna rapport tagits fram. Rapporten ska fungera som underlag för fortsatt planering och prioritering.

Rapporten beskriver nuläget gällande fysisk aktivitet och föreningsdeltagande, fördelning av föreningsstöd, deltagande i friskvårdsverksamhet vid stadens simhallar samt idrottsinvesteringar. Rapportens huvudfokus är jämställdhetsperspektivet och hur utbud och resurser nyttjas av/kommer flickor och pojkar, kvinnor och män till del. Rapporten beskriver även översiktligt föreningsutbudet i stadens stadsdelsnämndsområden, vilket kan komplettera bilden.

Rapporten fokuserar på barn och unga med ett särskilt fokus på de prioriterade grupperna enligt *Program för idrott, motion och friluftsliv 2024–2028* samt till viss del på seniorer.

Underlagen som presenteras redovisar olika delar av hur utbudet och deltagandet ser ut när det gäller idrott och motion i Stockholm. Idrottsförvaltningen har sammanställt den befintliga statistiken som finns tillgänglig. Tillsammans ger de presenterade underlagen en bild av situationen i Stockholm. Rapporten utgår till största del från statistik från föregående år, 2025, med undantag för statistik från det lokala aktivitetsstödet (LOK) från Riksidrottsförbundet (RF) samt stadens medlemsaktivitetsstöd (MAS) som baseras på inrapporterade aktivitetstillfällen från 2024. En del underlag är även hämtade från den senaste datainsamlingen gjord av Ung Livsstil, vilket är från 2022.

Fysisk aktivitet

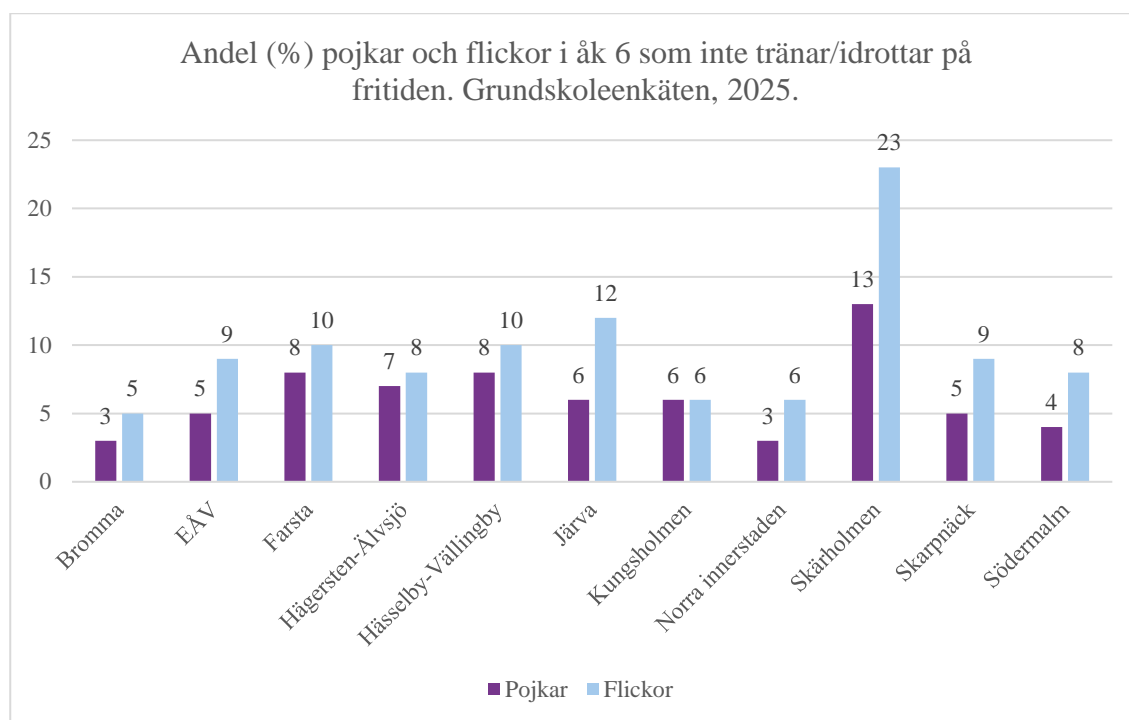
I detta avsnitt presenteras resultat från stadens grundskoleenkät som genomförs i årskurs 6 och årskurs 9 i både kommunala och fristående skolor i Stockholms stad. Enkäten genomfördes under hösten 2025. Resultaten som presenteras nedan kommer ifrån frågan *Hur ofta tränar/idrottar du på din fritid?*

Tabellen nedan visar hur stor andel som inte tränar/idrottar alls på fritiden samt hur stor andel som tränar eller idrottar inom olika intervall under veckan.

Andel (%) pojkar och flickor i åk 6 och åk 9 som tränar/idrottar på sin fritid. Grundskoleenkäten, 2025.				
	Åk 6		Åk 9	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Tränar/idrottar inte på fritiden	6	9	7	13
Tränar/idrottar en gång i veckan	9	17	7	16
Tränar/idrottar 2–3 ggr/vecka	39	44	30	41
Tränar 4 ggr eller mer/vecka	47	31	57	31

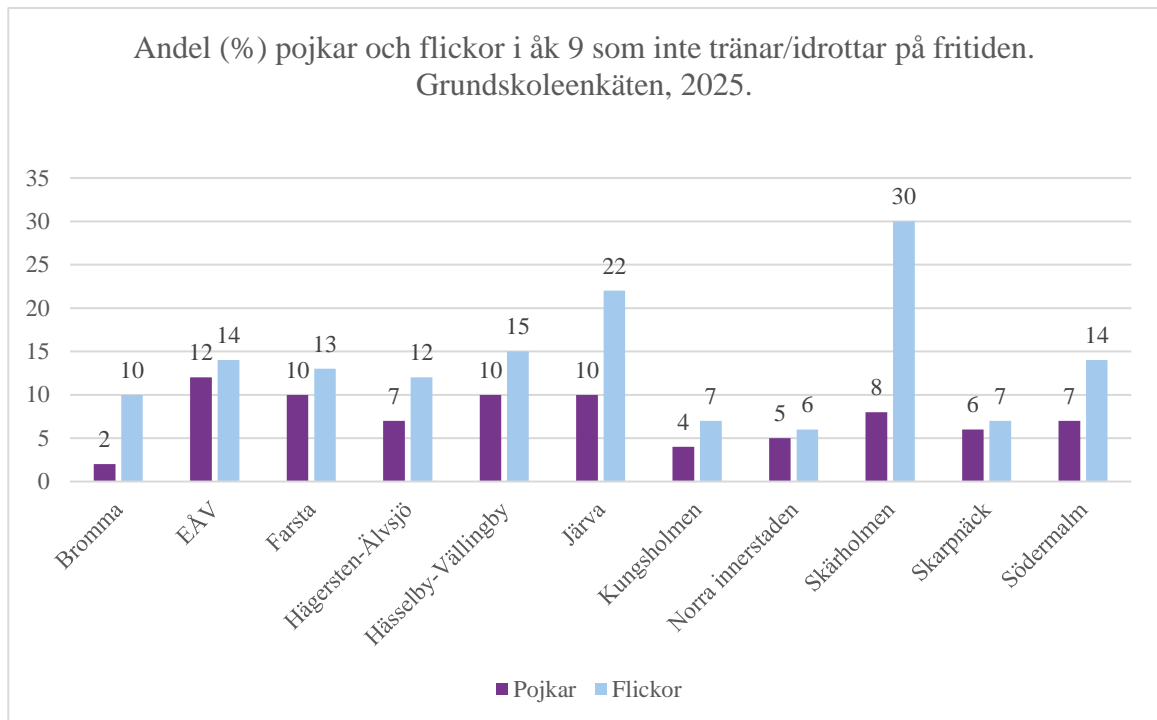
Tabellen visar att det är något fler pojkar än flickor i både årskurs 6 och årskurs 9 som är fysiskt aktiva minst en gång i veckan på fritiden. Det är klart fler pojkar än flickor i båda årskurserna som tränar ofta, det vill säga fyra gånger eller mer i veckan.

Diagrammet nedan visar hur stor andel pojkar respektive flickor i årskurs 6 som inte tränar/idrottar alls på sin fritid, uppdelat i stadens stadsdelsnämndsområden.



Diagrammet visar att det är klart flest inaktiva pojkar och flickor i årskurs 6 i Skärholmen. 13 procent av pojkarna och 23 procent av flickorna tränar eller idrottar inte alls på fritiden. I övriga stadsdelsnämndsområden är det mellan tre till åtta procent av pojkarna och fem till 12 procent av flickorna som inte tränar/idrottar minst en gång i veckan. I Kungsholmen är det lika många pojkar och flickor som är inaktiva, i övriga stadsdelsnämndsområden är det en större andel flickor än pojkar som inte tränar/idrottar alls.

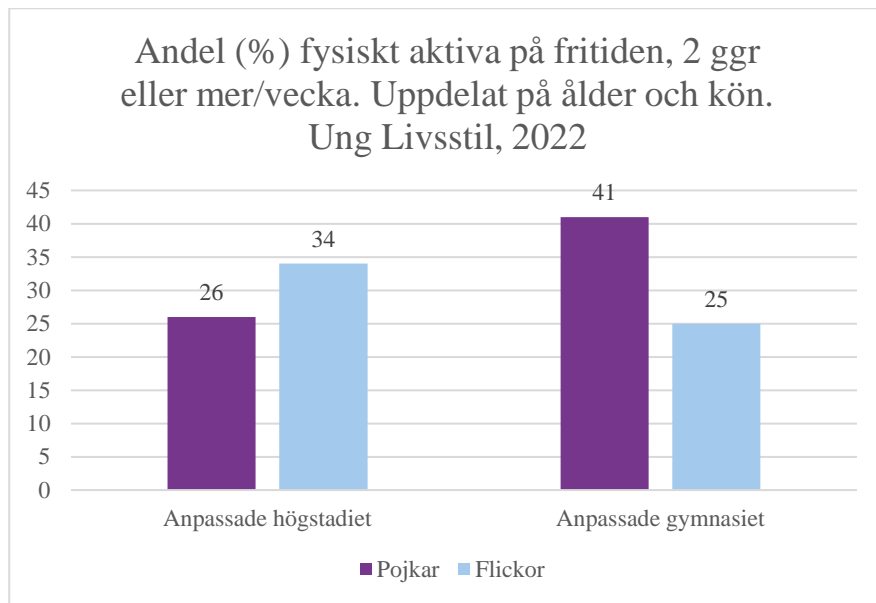
I diagrammet nedan visas motsvarande resultat för pojkar och flickor i årskurs 9.



Resultaten visar att det är klart flest inaktiva flickor i årskurs 9 i Skärholmen och Järva. I Skärholmen tränar eller idrottar inte 30 procent av flickorna och i Järva är motsvarande siffra 22 procent. I övriga stadsdelsnämndsområden varierar andelen mellan sex och 15 procent. I Bromma är klart minst andel pojkar inaktiva. I övriga områden varierar andelen pojkar som inte tränar/idrottar mellan fyra och 12 procent. I alla stadsdelsnämndsområden är det fler flickor än pojkar som inte tränar/idrottar minst en gång i veckan på fritiden.

När det kommer till fysisk aktivitet bland elever i anpassade grund- och gymnasieskolan finns ej årliga mätningar att tillgå i dagsläget. Diagrammet nedan bygger därför på statistik från den senaste studien från Ung Livsstil från 2022¹. Diagrammet visar andel som är fysiskt aktiva två gånger eller mer per vecka på sin fritid. Hit räknas fysisk aktivitet oavsett organisationsform och innefattar alltså rörelse inom idrottsförening, annan aktör eller träning på egen hand.

¹ För en mer detaljerad genomgång se rapporten *Levnadsvillkor, fritidsvanor, skolsituation och hälsa – En studie bland ungdomar i anpassad grund- och gymnasieskola i Stockholms stad* från forskningsgruppen Ung Livsstil

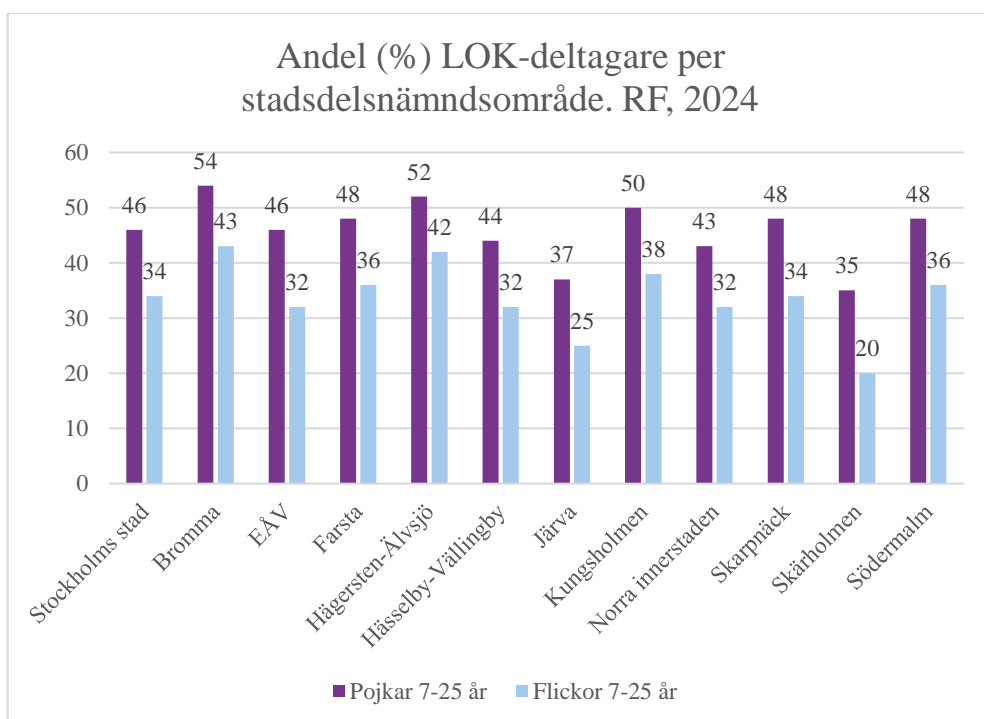


Diagrammet visar att 26 procent av pojkarna i anpassade högstadiet och 41 procent av pojkarna i anpassade gymnasiet uppger att de är aktiva minst två gånger i veckan. Motsvarande resultat för flickorna är 34 respektive 25 procent. Detta visar inte samma tydliga mönster gällande kön och ålder som när elever i ordinarie skolform studeras. Tydligt är dock att elever i anpassade skolan rör på sig i mycket mindre utsträckning jämfört med elever i övriga skolan i både högstadiet och gymnasiet.

Deltagande i idrottsförening

Med hjälp av statistik från det lokala aktivitetsstödet (LOK) från Riksidrottsförbundet (RF) kan andel medlemmar i idrottsförening studeras utifrån ett jämställdhetsperspektiv och uppdelat på stadens 11 stadsdelsnämndsområden². Statistiken bygger på unika individer från 2024 vilket innebär att varje individ endast kan räknas en gång, även om hen är medlem i flera föreningar. Statistiken är även uppdelad i regionala statistikområden (RegSO). Stockholms 127 RegSO-områden har sedan kombinerats ihop till stadens elva stadsdelsnämndsområden.

Diagrammet nedan visar andel LOK-deltagare 7–25 år för staden totalt samt för respektive stadsdelsnämndsområde uppdelat på kön.



Diagrammet visar att flickor är med i idrottsförening i lägre utsträckning än pojkar i alla stadsdelsnämndsområden. Skärholmen utmärker sig med mycket lägre resultat än staden i övrigt, särskilt i flickgruppen. Även Järva ligger lägre jämfört med andra områden. I Skärholmen är också könsskillnaderna som störst, 15 procentenheter. I Skarpnäck skiljer det 14 procentenheter mellan könen. I övriga stadsdelsnämndsområden är könsskillnaden 10–12 procentenheter.

² För mer information om LOK-stödet se [LOK-stöd - Riksidrottsförbundet](#)

Tabellen nedan visar andel LOK-deltagare per stadsdelsnämndsområde uppdelat på kön och ålder. Om resultatet i någon åldersgrupp bygger på 1-5 individer i ett RegSO-område har resultatet maskats för att skydda personuppgifter. I Stockholm gällde detta ett RegSO-område (Djurgården) vilket har uteslutits från statistiken i tabellen nedan.

Antal LOK-deltagare/100 invånare (2024)								
Stadsdelsnämndsområde	7-9 år		10-12 år		13-16 år		17-25 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
Stockholms stad ³	74	63	76	65	60	44	21	11
Bromma	85	74	83	75	69	55	25	15
EÅV	70	57	74	64	56	38	21	10
Farsta	77	69	75	64	59	42	21	10
Hägersten-Älvsjö	79	71	79	73	62	52	22	13
Hässelby-Vällingby	67	56	68	55	54	38	20	10
Järva	59	48	66	48	51	35	17	8
Kungsholmen	81	75	83	76	64	56	24	13
Norra innerstaden ⁴	80	70	82	74	66	50	21	12
Skarpnäck	79	64	77	64	56	41	21	10
Skärholmen	47	35	60	42	50	24	17	5
Södermalm	80	69	81	71	57	48	22	12

Tabellen visar att pojkar är medlemmar i idrottsförening i större utsträckning än flickor i alla stadsdelsnämndsområden och i alla åldersgrupper. Generellt är könsskillnaderna som störst i åldersgruppen 13-16 år, även om stora skillnader förekommer även i andra åldersgrupper för vissa stadsdelsnämndsområden.

Andel som är medlem i en idrottsförening är som lägst i Skärholmen och Järva bland både flickor och pojkar och i alla åldersgrupper. Allra lägst andel medlemmar finns i Skärholmen och

³ RegSO-område Djurgården ej medräknat i ålderskategori 17–25 år. I Djurgården bor 71 personer 17–25 år.

⁴ RegSO-område Djurgården ej medräknat i ålderskategori 17–25 år. I Djurgården bor 71 personer 17–25 år.

det är också den stadsdel där skillnaden mellan könen är som störst. Bland 13-16 åringar är exempelvis endast 24 procent av flickorna i Skärholmen medlem i en idrottsförening, jämfört med 50 procent av pojkarna, en skillnad på 26 procentenheter.

De stadsdelsnämndsområden som generellt sett har högst andel föreningsmedlemmar bland både flickor och pojkar är Bromma, Hägersten-Älvsjö, Kungsholmen, Norra innerstaden och Södermalm.

Deltagande i olika idrotter

I detta avsnitt studeras deltagande i olika idrotter för flickor respektive pojkar. Statistiken kommer både från Ung Livsstils senaste undersökning från 2022 och från LOK-stödet som baseras på aktiviteter under 2024.

I tabellerna nedan presenteras de sex vanligaste idrotterna som pojkar respektive flickor i både mellan- och högstadieåldrarna har angett att de ägnar sig åt⁵.

Tabellen nedan visar de vanligaste idrotterna bland pojkar i Stockholm.

Andel (%) pojkar som är medlemmar i de mest förekommande idrotterna bland pojkar. Ung Livsstil, 2022.					
Mellanstadiet			Högstadiet		
Placering	Idrott	Andel (%)	Placering	Idrott	Andel (%)
1	Fotboll	40	1	Fotboll	24
2	Basket	8	2	Basket	5
3	Innebandy	5	3	Budo	4
3	Ishockey	5	3	Innebandy	4
3	Simning	5	3	Tennis	4
3	Tennis	5	6	Badminton	3

Bland pojkar i både mellan- och högstadieåldrarna är fotboll den klart vanligaste idrotten. Andelen deltagare i fotboll är fem gånger

⁵ För en mer detaljerad genomgång av deltagande i olika idrotter se rapporten *Hur stor andel av barn och ungdomar i Stockholms stad är med i olika specialidrotter? - En resultatredovisning bland barn och ungdomar i mellanstadie- och högstadieåldrarna i Stockholms stad* från forskningsgruppen Ung Livsstil.

fler än den näst största idrotten basket både bland mellan- och högstadiepojkar. Andelen fotbollsutövare är 16 procentenheter mindre i högstadiet jämfört med mellanstadiet.

Tabellen nedan visar de vanligaste idrotterna bland flickor i Stockholm.

Andel (%) flickor som är medlemmar i de mest förekommande idrotterna bland flickor. Ung Livsstil, 2022.					
Mellanstadiet			Högstadiet		
Placering	Idrott	Andel (%)	Placering	Idrott	Andel (%)
1	Fotboll	19	1	Fotboll	11
2	Gymnastik	11	2	Ridsport	6
2	Ridsport	11	3	Basket	5
4	Basket	9	3	Gymnastik	5
5	Simning	7	5	Friidrott	3
6	Tennis	5	5	Tennis	3

Även bland flickor i båda åldersgrupperna är fotboll den klart vanligaste idrotten. I mellanstadiet är gymnastik och ridsport de näst största idrotterna, båda når 11 procent av flickorna. I högstadiet är ridsport den näst största idrotten bland flickorna.

Fotboll är den idrott som högst andel pojkar och flickor deltar i, både i mellanstadiet och i högstadiet. Dock når fotbollen många fler pojkar, det skiljer 21 procentenheter mellan könen i mellanstadiet och 13 procentenheter i högstadiet. Basket och tennis når ungefär lika stor andel flickor och pojkar i båda stadierna. Även simning kommer med på topplistan hos både flickor och pojkar i mellanstadiet.

Gymnastik, ridsport och friidrott är idrotter som kommer med på flickornas topplista men inte på pojkarnas, medan innebandy, ishockey, budo och badminton finns med på pojkarnas topplista men inte på flickornas.

Med utgångspunkt från de vanligaste idrotterna som presenterats ovan från Ung Livsstil har könsfördelningen för deltagartillfällen studerats inom ett antal idrotter med LOK-statistik som underlag. Tabellen nedan är sorterad efter antal deltagartillfällen och visar antal deltagartillfällen inom respektive idrott samt hur dessa fördelar sig mellan flickor och pojkar.

Könsfördelning (% pojkar respektive flickor) inom respektive idrott baserat på deltagartillfällen, RF, 2024			
Idrott	Antal deltagartillfällen	Andel pojkar 7–25 år	Andel flickor 7–25 år
Fotboll	2 290 799	75	25
Basket	688 132	51	49
Gymnastik	366 692	19	81
Simidrott	233 235	46	54
Ishockey	225 898	85	15
Handboll	203 585	51	49
Budo & Kampsport	196 443	71	29
Innebandy	178 327	64	36
Tennis	129 223	62	38
Friidrott	106 096	52	48
Bordtennis	103 950	91	9
Konståkning	54 587	2	98
Badminton	45 951	64	36
Ridsport	31 825	2	98

Basket, simidrott, handboll och friidrott är de idrotter med jämnast könsfördelning av de idrotter som har studerats här. De idrotter som har högst andel pojkar är bordtennis och ishockey där pojkar genererat 91 respektive 85 procent av deltagartillfällena. Idrotter med högst andel flickor är konståkning och ridsport där flickor genererat 98 procent av deltagartillfällena samt gymnastik där 81 procent av deltagartillfällena har genererats av flickor.

Fotboll är den idrott som genererar överlägset flest antal deltagartillfällen, både bland pojkar och flickor. Dock står pojkarna för 75 procent av deltagartillfällena vilket motsvarar 1 716 441 deltagartillfällen, jämfört med flickorna som står för 574 358 deltagartillfällen. Fotbollen har en mycket tydlig särställning bland pojkar då den genererar fler deltagartillfällen än alla de andra idrotterna i tabellen tillsammans. Samma tydliga särställning finns inte på flicksidan, även om det är den vanligaste idrotten även där. När deltagartillfällen från de två idrotter som genererar flest deltagartillfällen på flicksidan efter fotbollen, basket och gymnastik, slås samman genererar de fler deltagartillfällen än fotbollen.

Föreningsliv och föreningsstöd

Idrottsförvaltningen fördelar medlemsaktivitetsstöd (MAS) till bidragsberättigade föreningar för den verksamhet de haft föregående år. Stödet är av generell karaktär och baseras på antal deltagartillfällen per medlem. Stöd beviljas för barn och unga 7–20 år samt för personer med funktionsnedsättning 21 år och äldre⁶. Medlemsaktivitetsstöd fördelas även till föreningar med verksamhet för personer över 65 år (MAS 65+)⁷. De siffror som redovisas i rapporten baseras på de deltagartillfällen som föreningarna har redovisat från 2024, för utbetalning 2025. Totalt beviljades 289 föreningar MAS och 24 föreningar MAS 65+ år 2025.

Tabellen nedan visar antal medlemskap, för de föreningar som beviljats stöd, uppdelat på ålder samt könsfördelningen i respektive åldersgrupp. Observera att det inte är unika individer, en person kan ha medlemskap i flera föreningar. Medlemskapen gäller olika typer av ideella föreningar som exempelvis idrotts-, friluftslivs- och kulturföreningar. Idrottsförening är den överlägset vanligaste föreningstypen, cirka 85 procent.

Antal medlemskap i MAS-föreningar samt könsfördelning (%) inom olika åldersgrupper.			
	Medlemskap (n)	Andel pojkar/ män (%)	Andel flickor/ kvinnor (%)
7–12 år	55 016	58	42
13–16 år	23 705	60	40
17–20 år	8 693	64	36
Personer med funktionsnedsättning 21 år och äldre	865	62	38
65 år och äldre	540	70	30
Totalt	88 819	59	41

Pojkar/män står för 59 procent av medlemskapen totalt sett och flickor/kvinnor för 41 procent, precis som föregående år. Det är

⁶ För mer information se [Medlemsaktivitetsstöd - Stockholms stad](#)

⁷ För mer information se [Medlemsaktivitetsstöd för personer över 65 år - Stockholms stad](#)

relativt små skillnader i könsfördelningen mellan de olika åldersgrupperna även om pojkarna står för en något större andel av medlemskapen ju äldre ungdomarna blir. Även i gruppen personer med funktionsnedsättning 21 år och äldre står män för majoriteten av medlemskapen, 62 procent, jämfört med kvinnorna som står för 38 procent. Största könsskillnaden finns i gruppen 65 år och äldre där män står för 70 procent av medlemskapen och kvinnor för 30 procent.

Det är små eller inga förändringar inom de olika åldersgrupperna jämfört med föregående år.

Tabellen nedan visar antal deltagartillfällen uppdelat på ålder samt könsfördelningen i respektive åldersgrupp.

Antal deltagartillfällen i MAS-föreningar samt könsfördelning (%) inom olika åldersgrupper.			
	Deltagartillfällen (n)	Andel pojkar/ män (%)	Andel flickor/ kvinnor (%)
7–12 år	1 959 118	61	39
13–16 år	1 653 102	61	39
17–20 år	549 709	64	36
Personer med funktionsnedsättning 21 år och äldre	27 457	81	19
65 år och äldre	20 640	59	41
Totalt	4 210 026	61	39

Pojkar står för 61 procent av deltagartillfällena totalt sett och flickor för 39 procent, precis som föregående år. Det är små skillnader i könsfördelningen mellan de olika åldersgrupperna även om pojkarna står för en något större andel av deltagartillfällena i åldersgrupp 17–20 år. I gruppen personer med funktionsnedsättning 21 år och äldre finns stora skillnader mellan könen. Där står män för 81 procent av deltagartillfällena, jämfört med kvinnorna som står för 19 procent. Detta är en skillnad jämfört med föregående år då könsfördelningen för personer med funktionsnedsättning var 64/36.

Pojkar har något fler deltagartillfällen än flickor jämfört med hur medlemskapen fördelar sig i alla grupper förutom i gruppen ungdomar 17–20 år. I seniorgruppen 65 år och äldre har kvinnorna genererat högre andel av deltagartillfällena jämfört med hur medlemskapen fördelar sig.

Könsfördelningen gällande deltagartillfällena från MAS ligger i linje med könsfördelningen för deltagartillfällena från LOK-stödet.

Medlemsaktivitetsstöd

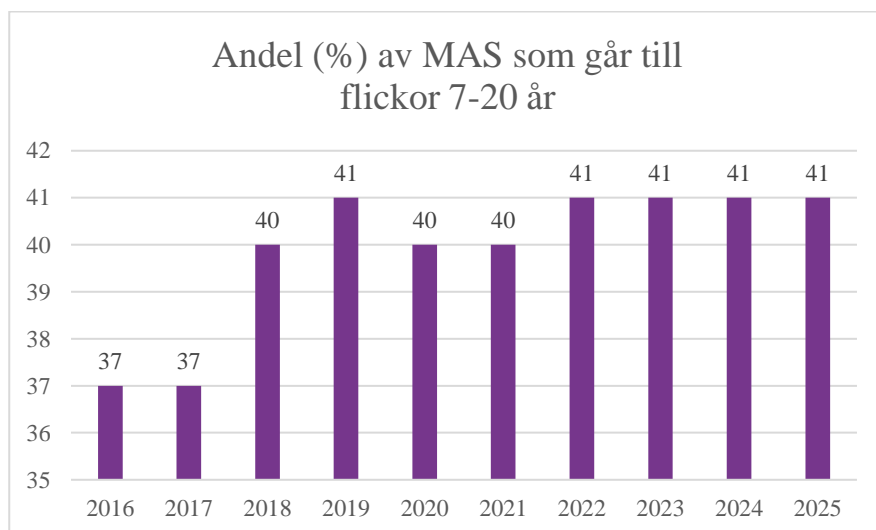
Under nämndmål *Föreningslivet har goda förutsättningar att verka i Stockholm* följer idrottsnämnden indikatorn *Andel av medlemsaktivitetsstödet som går till flickor 7–20 år* med ett årsmål på 40 procent.

Tabellen nedan visar hur många aktiviteter per medlem som en förening kan få stöd för per år samt hur stort stödet är per aktivitet för respektive åldersgrupp.

Åldersgrupp	Max antal stödgrundande aktiviteter per år och medlem	Stödbelopp per medlemsaktivitet
7–12 år	40 aktiviteter	3 kr
13–20 år	120 aktiviteter	12 kr

Beräkningarna till indikatorn baseras på deltagartillfällen som genererats av pojkar respektive flickor enligt ovan. 2025 blev utfallet 41 procent, vilket betyder att flickorna genererade deltagartillfällen som stod för 41 procent av medlemsaktivitetsstödet som tilldelades föreningarna. Stödet är av generell karaktär och föreningen bestämmer själv hur stödet används.

Diagrammet nedan visar utfallet över tid. Resultatet är avrundat till heltal.



Variationen i fördelningen är på kort sikt mycket liten. Utfallet speglar i stort könsfördelningen inom föreningsmedlemskapen.

Föreningsliv

Tabellen nedan visar hur de 289 föreningar som tilldelats MAS för barn- och ungdomsverksamhet samt verksamhet för personer med funktionsnedsättning 21 år och äldre fördelar sig geografiskt över staden samt vilken typ av verksamhet de bedriver.

Stadsdel	Antal föreningar med MAS	Varav antal idrottsföreningar	Varav antal föreningar inom övrigt föreningsliv	Antal idrotter	Befolkningsstorlek 7–20 år, 2024
Bromma	30	26	4	16	13 702
EÅV	33	28	5	16	16 182
Farsta	20	19	1	15	10 265
Hägersten-Älvsjö	40	35	5	15	19 974
Hässelby-Vällingby	19	13	6	11	14 195
Järva	24	19	5	10	17 552
Kungsholmen	14	11	3	6	7 113
Norra innerstaden	44	37	7	16	16 831
Skarpnäck	12	10	2	7	7 130
Skärholmen	8	7	1	4	6 772
Södermalm	38	34	4	17	15 416
Annan kommun	1	1	0	1	***
Verkar i flera stadsdelar	6	6	0	8	***
Totalt	289	246	43	33	145 132

Antal föreningar varierar mellan åtta och 44 stycken per stadsdelsnämndsområde. Vad gäller idrottsföreningar varierar det

från sju till 37 per område där Skärholmen, Skarpnäck och Kungsholmen har minst antal idrottsföreningar. Norra innerstaden, Hägersten-Älvsjö och Södermalm har högst antal.

Antal idrotter varierar från fyra till 17 idrotter per stadsdelsnämndsområde där Skärholmen, Kungsholmen och Skarpnäck är de stadsdelsnämndsområden med minsta antal idrotter. Resterande områden har mellan 10–17 idrotter där det vanligaste är 15–16 idrotter.

Av de 246 idrottsföreningarna är det fem stycken som är klassade som parasport/dövidrottsföreningar. Fler föreningar kan dock ha verksamhet för personer med funktionsnedsättning i sitt verksamhetsutbud.

Stadsdelsnämndsområdets geografiska storlek samt befolkningsstorlek är två faktorer som kan spela in när det kommer till antal föreningar i respektive stadsdelsnämndsområde. Ett stort antal föreningar i sig behöver inte vara bättre då utbudet även påverkas av föreningens storlek, stabilitet och antal sektioner. Enskede-Årsta-Vantör och Norra innerstaden har exempelvis ungefär lika stor befolkningsstorlek 7–20 år. Norra innerstaden har dock nio fler idrottsföreningar men bara två fler idrotter jämfört med Enskede-Årsta-Vantör.

Tabellen nedan visar hur de 24 föreningar som tilldelats MAS för verksamhet för personer 65 år och äldre fördelar sig geografiskt över staden samt vilken typ av verksamhet de bedriver.

Stadsdel	Antal föreningar med MAS 65 +	Varav antal idrottsföreningar	Varav antal föreningar inom övrigt föreningsliv	Antal idrotter	Befolkningsstorlek 65 år och äldre, 2024
Bromma	1	0	1	2	13 161
EÅV	4	3	1	3	13 893
Farsta	0	0	0	0	10 128
Hägersten-Älvsjö	8	5	3	6	18 397
Hässelby-Vällingby	2	2	0	2	11 754
Järva	0	0	0	0	12 182
Kungsholmen	0	0	0	0	13 268
Norra innerstaden	7	7	0	6	30 066
Skarpnäck	0	0	0	0	7 116
Skärholmen	1	1	0	1	5 446
Södermalm	1	1	0	1	27 218
Totalt	24	19	5	9	162 629

Antal föreningar varierar mellan noll och åtta stycken per stadsdelsnämndsområde. Vad gäller idrottsföreningar varierar det från noll till sju per område.

Antal idrotter varierar från noll till sex idrotter per stadsdelsnämndsområde.

Deltagande i friskvårdsverksamhet

I stadens simhallar bedrivs friskvårdsverksamhet för allmänheten i form av bad, gym, gruppträning och kurser. Utbudet ska komplettera övrigt utbud som står att finna i Stockholm med fokus på låga trösklar och att nå inaktiva stockholmare och stadens prioriterade grupper. Simhallarna har cirka tre miljoner besök årligen. I detta avsnitt studeras deltagande i olika delar av friskvårdsverksamheten utifrån kön och ålder samt målgrupperna seniorer och personer med funktionsnedsättning.

Gym

För att studera köns- och åldersfördelningen på besökarna i stadens gym genomfördes en observationsstudie på 13 anläggningar under hösten 2025. Observationerna genomfördes måndag-söndag mellan den 1 och 7 september vid fem ungefärliga klockslag (kl. 07, 10, 12, 16 och 19). Totalt genomfördes 302 observationer och 3 865 personer observerades.

Tabellen nedan visar könsfördelningen på besökarna i stadens gym totalt samt i olika åldersgrupper.

Könsfördelning (%) för besökare i stadens gym fördelat på ålder. 2025.		
	Andel pojkar/män (%)	Andel flickor/kvinnor (%)
11–14 år	72	28
15–19 år	56	44
20–39 år	61	39
40–64 år	65	35
65 år och äldre	63	37
Totalt	63	37

Tabellen visar att 63 procent av besökarna i stadens gym är pojkar/män och 37 procent är flickor/kvinnor. Bland vuxna är variationerna mellan olika åldersgrupper små. För barn och unga 11–14 år är könsskillnaderna något större där 72 procent är pojkar och 28 procent flickor. Den något jämnare könsfördelningen i åldersgruppen 15–19 år kan delvis bero på att skolklasser förlagt idrottslektioner för tonårsflickor i ett av gymmen vid fyra observationstillfällen. Skulle dessa besök räknas bort blir könsfördelningen istället 71 procent pojkar och 29 procent flickor.

Tabellen nedan visar åldersfördelningen på besökarna i stadens gym uppdelat på kön.

Åldersfördelning för män respektive kvinnor bland besökare i stadens gym. Andel (%). 2025.					
	Andel 11–14 år	Andel 15–19 år	Andel 20–39 år	Andel 40–64 år	Andel 65 år och äldre
Pojkar/ män	1	9	26	45	18
Flickor/ kvinnor	1	12	28	41	18

Tabellen visar att barn och unga utgör en liten del av besöken i gymmen. Högst andel av gymbesöken står 40–64 åringarna för, både bland kvinnor och män. Det finns inga större skillnader gällande åldersfördelning mellan kvinnor och män.

Resultaten bygger på samma observationsstudie som redovisades i rapporten föregående år, en jämförelse är därför inte möjlig.

Gruppträning

Tabellen nedan visar antal deltagartillfällen i stadens gruppträningsverksamhet totalt sett samt uppdelat på ålder och kön.

Deltagartillfällen i stadens gruppträning fördelat på ålder och kön. 2025			
	Deltagar- tillfällen (n)	Andel pojkar/män (%)	Andel flickor/ kvinnor (%)
11–13 år	206	34	66
14–19 år	904	29	71
20–54 år	94 143	10	90
55–64 år	78 098	13	87
65 år och äldre	110 529	14	86
Total	283 880	12	88
Ospecificerade besök	10 572		
Totalt antal deltagartillfällen	294 452		

Tabellen visar att flickor/kvinnor är i klar majoritet i alla åldersgrupper. Fördelningen mellan könen är dock något jämnare i barn- och ungdomsgruppen, jämfört med vuxna.

Barn och unga 11–19 år har genererat 1 110 deltagartillfällen vilket är 0,4 procent av alla deltagartillfällen i gruppträningen. En del av de ospecificerade besöken är prova-på besök som hör till ungdomsgruppen men barn och unga utgör ändå en mycket liten del av besöken. När deltagartillfällena slås ut över årets veckor rör det sig om mycket få besök per vecka och anläggning.

Åldersgrupperna har justerats jämfört med föregående år men könsfördelningen på totalen är i stort sett densamma som föregående år.

Kurser

Vid stadens simhallar erbjuds kurser av olika slag för barn, ungdomar, personer med funktionsnedsättning och seniorer. Tabellen nedan visar antal kurser som erbjudits under året, antal deltagare samt hur deltagandet fördelar sig mellan könen.

	Antal kurser	Antal (n)/andel (%) deltagare				
		Totalt	Pojkar/män		Flickor/kvinnor	
	n	n	n	%	n	%
Totalt	207	977	495	51	482	49
varav barnkurser	75	508	207	41	301	59
varav ungdomskurser	44	112	82	73	30	27
varav kurser för barn med funktionsnedsättning	33	161	141	88	20	12
varav kurser för ungdom/vuxen med funktionsnedsättning	17	42	34	81	8	19
varav seniorkurser	38	154	31	20	123	80

Tabellen visar att könsfördelningen vad gäller kurser totalt sett är jämn, 51 procent pojkar/män och 49 procent flickor/kvinnor.

I barnkurserna är könsfördelningen 41 procent pojkar och 59 procent tjejer, och i ungdomskurserna 73 procent pojkar och 23

procent flickor. En möjlig förklaring till det skulle kunna vara att över hälften av alla barnkurser är dans, cirkus och yoga, aktiviteter som kan locka fler flickor medan ungdomskurserna nästan uteslutande består av styrkekurser. Även om gymträning efterfrågas av både flickor och pojkar nyttjas gymmen i högre utsträckning av pojkar.

I kurserna för personer med funktionsnedsättning är deltagandet mycket ojämnt fördelat mellan könen. I barnkurserna är endast 12 procent flickor och i ungdoms/vuxenkurserna 19 procent. Utbudet som erbjuds är träningsklubb och styrkekurser. I barnutbudet är alla kurser riktade till målgruppen barn med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) medan utbudet för ungdoms/vuxengruppen till största del riktar sig till en bredare grupp av personer med funktionsnedsättning. Det är vanligare att pojkar har diagnostiserad NPF jämfört med flickor, vilken då kan vara en delförklaring till den ojämna könsfördelningen i barnkurserna, tillsammans med utbudet.

I kurserna för seniorer är 80 procent kvinnor och 20 procent män. Utbudet består av gym- och träningsklubbar.

Idrottsinvesteringar

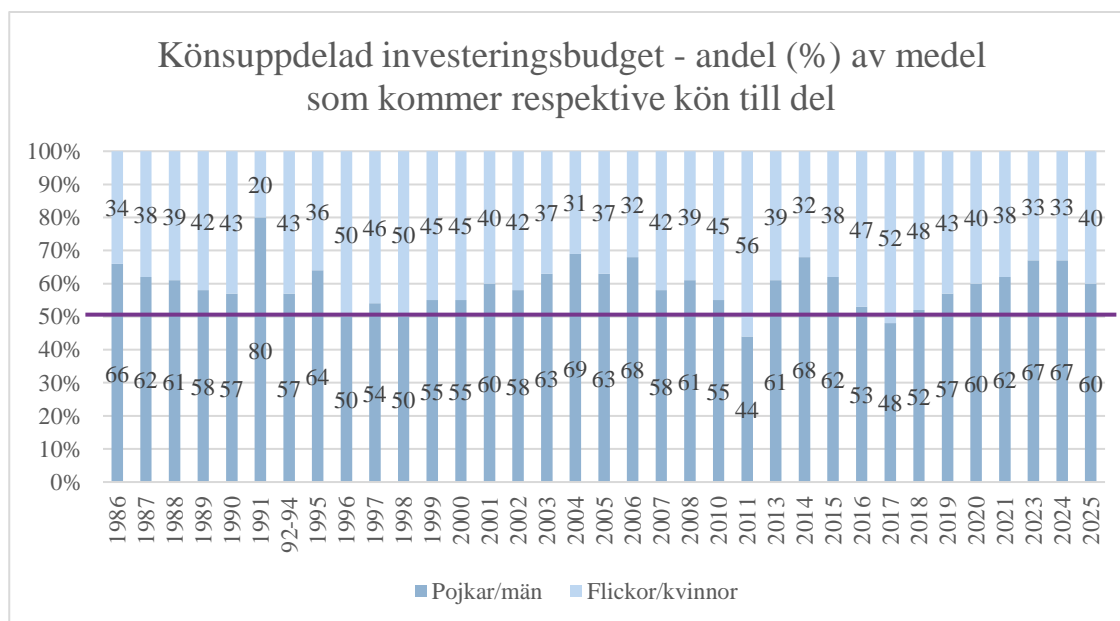
Anläggningar för idrott, motion och friluftsliv är viktiga för att inspirera till och möjliggöra fysisk aktivitet för stockholmarna och Stockholms föreningsliv.

Idrottsförvaltningen har sedan flera år tillbaka gjort beräkningar på hur nyinvesteringar inom fastighetsnämndens budget för idrottsinvesteringar kommer flickor/kvinnor respektive pojkar/män till del.

Den modell som används för att mäta hur planerade och genomförda investeringar i idrottsanläggningar fördelas mellan könen baseras på undersökningar om hur stor andel flickor/kvinnor respektive pojkar/män som nyttjar de olika verksamhetsytorna inom förvaltningens anläggningar. Detta innebär, förenklat, att respektive anläggningstyp har en könsfördelning utifrån nyttjande som sedan överförs till hur investeringsmedlen kommer pojkar/män respektive flickor/kvinnor till del.

För 2025 landade fördelningen för nyinvesteringar på 60 procent pojkar/män och 40 procent flickor/kvinnor. En betydande andel av projekten har varit fotbolls-/idrottsplatsprojekt. Det kan noteras att projektet Ulvsunda idrottscentrum inte finns med i beräkningen då detta inte är ett projekt inom fastighetsnämndens budget.

Diagrammet nedan visar den könsuppdelade investeringsbudgeten över tid, från 1986–2025. Statistik saknas för tre år.



Diagrammet visar att idrottsinvesteringarna har kommit flickor till störst del vid två tillfällen, två år har investeringsbudgeten fördelats 50/50 och övriga drygt 30 år har investeringsbudgeten i störst utsträckning kommit pojkar/män till del.

För mer detaljer kring anläggningstillgång hänvisas till *Behov av och planerade idrottsanläggningar 2026–2045*.

Sammanfattande reflektioner

Rapporten visar att färre flickor än pojkar utövar idrott/motion och bland de som är aktiva tränar pojkarna mer. Könsskillnaderna ökar dessutom med åldern.

Vi ser även stora skillnader mellan olika stadsdelsnämndsområden både vad gäller fysisk aktivitet generellt och föreningsdeltagande, vilket till stor del hänger ihop med områdets socioekonomiska status. Det är angeläget att rikta mer insatser och resurser till Skärholmen, men även till Järva och Hässelby-Vällingby, särskilt vad gäller tonårsflickor.

Störst hälsovinst får vi när de som inte rör på sig alls börjar röra på sig litegrann, fokus bör därför riktas mot de mest inaktiva. Resultaten från grundskoleenkäten visade på stora skillnader mellan stadsdelsnämndsområdena där Skärholmen särskilt utmärkte sig med 30 procent av flickorna i årskurs 9 som uppgav att de inte tränar/idrottar alls på sin fritid. Det stärker ytterligare behovet av att prioritera tonårsflickor i Skärholmen.

Att idrottsinvesteringar och generellt föreningsstöd som MAS kommer pojkar till del i högre utsträckning än flickor speglar den könsfördelning som länge funnits inom idrottsrörelsen. Idrottsrörelsen aktiverar pojkar i högre utsträckning vilket medför att pojkarna genererar fler deltagartillfällen och nyttjar stadens anläggningar i högre utsträckning. För att kompensera för detta och för att stimulera fler flickor till fysisk aktivitet behövs riktade verksamhetsmässiga insatser och prioriteringar där flickors efterfrågan både vad gäller verksamhet och anläggningar tillgodoses.

Verksamhet behövs i olika organisationsformer och aktiviteter i egen regi behöver öka. Att utveckla arbetet med aktiviteter i anslutning till skoldagens slut för högstadie- och gymnasieflickor är ett konkret exempel. I samverkan med kulturnämnden bör även frågan om hur flickors efterfrågan på dans kan tillgodoses i högre utsträckning utredas. Även friskvårdsverksamheten vid stadens simhallar behöver utvecklas för att möta tonårsflickors preferenser i högre utsträckning, till exempel genom att se över kursutbudet.

För att nå de som inte deltar i idrottsrörelsens aktiviteter bör nämnden även initiera och utveckla samverkan med andra aktörer inom civilsamhället, till exempel rörelsefrämjande organisationer som arbetar för hälsa och rörelse utan samma strikta krav på medlemskap och med fokus på deltagande snarare än prestation och tävlingsidrott. Dessa kan ha förmågan att aktivera de prioriterade grupperna som står långt ifrån idrott/motion i högre utsträckning och särskilt bidra till positiva effekter inom stadens fokusområden.

För att lyckas med att aktivera tonårsflickor i högre utsträckning behöver flickors önskemål och preferenser tillgodoses i högre utsträckning. Det behövs även verksamhet riktad enbart till flickor, särskilt i pojkdominerade aktiviteter, samt ledare som kan fånga målgruppen. Uppsökande arbete, lotsning och andra kommunikationsinsatser är av stor vikt. Nämnden behöver även ta höjd för att det krävs mer resurser för att aktivera dessa grupper och täcka kostnader för till exempel uppsökande arbete eller extra personal i anslutning till aktiviteterna, oavsett om aktiviteterna sker i egen regi eller i samverkan med civilsamhället.

Då vi ser stora skillnader både vad gäller föreningsdeltagande och utbud av idrottsföreningar mellan olika stadsdelsnämndsområden finns även behov av olika insatser för att stärka föreningslivet, särskilt i socioekonomiskt mer utsatta områden. I samverkan med RF-SISU Stockholm skulle idrottsnämnden även kunna genomföra insatser för att få flickor att stanna längre inom idrottsrörelsen.

När det gäller barn, ungdomar och vuxna med funktionsnedsättning finns det ett fortsatt behov av förstärkta insatser. Dessa omfattar både en breddning av verksamhetsutbudet, riktade kommunikationsåtgärder för att öka deltagandet samt kompetenshöjande insatser hos arrangörer och ledare med avseende på målgruppens behov. Även för denna målgrupp behövs verksamhet i olika organisationsformer och aktiviteter i egen regi behöver öka med ett breddat utbud. Det är även viktigt att jämställdhetsperspektivet finns med tydligare i planering och genomförande av aktiviteter för personer med funktionsnedsättning så att de inte ses som en homogen grupp.