

*Rapport om*

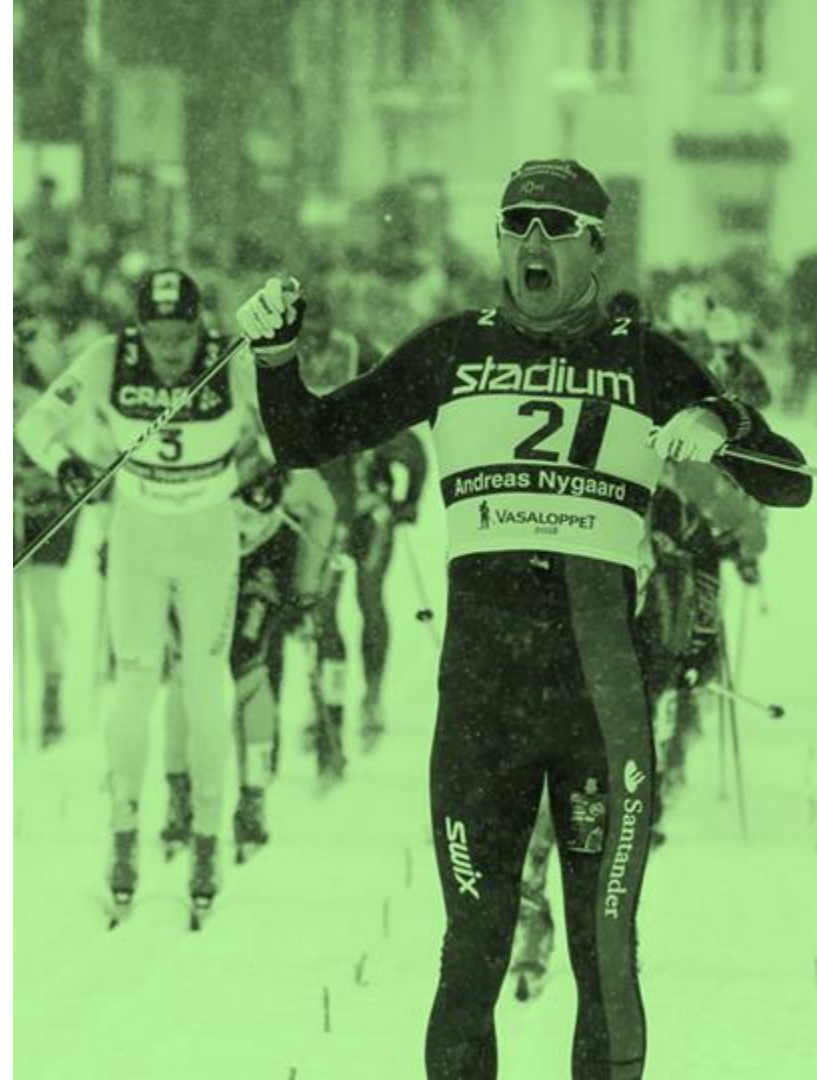
# Folkhälsoeffekterna av Svenska Motionslopp



## Om rapporten

**Rapporten om effekterna** av Svenska Motionslopp analyserar hur motionsloppen bidrar till förbättrad folkhälsa och ekonomiska vinster för samhället. Huvudsyftet med rapporten är att belysa de folkhälsoekonomiska effekterna av motionsloppen i Sverige. Mätningarna är utförda på följande lopparrangörer och avser 2024: Göteborgsvarvet, Marathongruppen (Stockholm Marathon och Tjejmilen), Lidingöloppet, Vasaloppet, Blodomloppet, Engelbrektsloppet, Midnattsloppet, O-ringen, Vansbrosimningen, Vätternrundan, Kalvinknatet/Malmömilen, Stockholm Triathlon och Lundaloppet.

Idrottsekoniskt Centrum (IEC) har på uppdrag av Svenska Motionslopp sammanställt denna rapport under 2024. Författaren Björn Anders Larsson har under 45 års forskning verkat som analytiker och utvärderare kring hur medborgarna i samhället, kommunen och staden formar sport och fritid som processer och strukturer.



## Bakgrund, metod och avgränsningar

**Svenska Motionslopp** har lång och gedigen tradition av att arrangera motionslopp och är en central del av det svenska idrottslivet, men sett till forskning saknas analys av de samhällsekonomiska vinsterna av denna typ av aktiviteter. I samband med pandemin 2021 uppmärksammades motionsloppens betydelse för folkhälsan, och behovet av att göra loppet och deras ekonomiska effekter mer synliga.

**För att beräkna** folkhälsoeffekterna har IEC använt hälsoekonomiska modeller som tar hänsyn till både direkta och indirekta kostnadsminskningar. Direkta effekter inkluderar minskade sjukvårdskostnader och minskad sjukfrånvaro, medan indirekta effekter avser ökad produktivitet och bidrag till BNP.

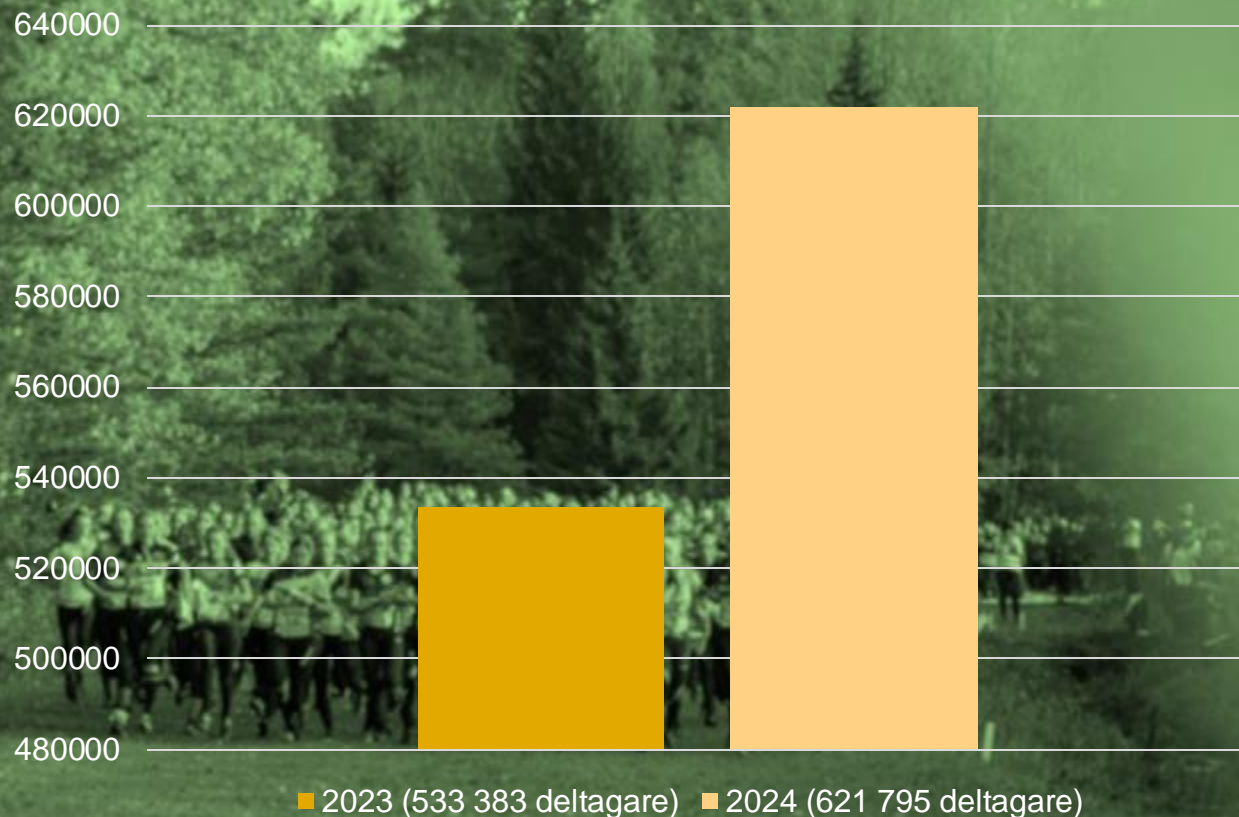
**Rapporten tar fram** flera nyckeltal som visar på de samhällsekonomiska vinsterna. Beräkningarna baseras på ett stort antal datakällor, inklusive tidigare studier om idrottsekonomi och folkhälsa, samt data från arrangörer. Modellerna tar också hänsyn till deltagarnas hälsolivåer, deras sjukfrånvaro, och arbetsförmåga, vilket gör att resultaten anses vara tillförlitliga även om vissa osäkerheter förekommer.



## Data

Mätningarna är utförda på följande lopp och avser 2024:

- Göteborgsvarvet
- Marathongruppen
- Lidingöloppet
- Vätternrundan
- Vasaloppet
- Engelbrektsloppet
- O-ringen
- Vansbrosimningen
- Blodomloppet
- Midnattsloppet
- Kalvinknatet/Malmömilan
- Stockholm Triathlon
- Lundaloppet



A cyclist is riding away from the viewer on a paved road that curves to the right. The cyclist is wearing a dark jersey and shorts, and is in a low, aerodynamic position. The background consists of rolling hills and sparse trees under a clear sky. The entire image has a uniform green color cast. The word "RESULTAT" is overlaid in the center in a white, bold, sans-serif font.

**RESULTAT**

## Direkta folkhälsoekonomiska effekter

### Startande deltagare

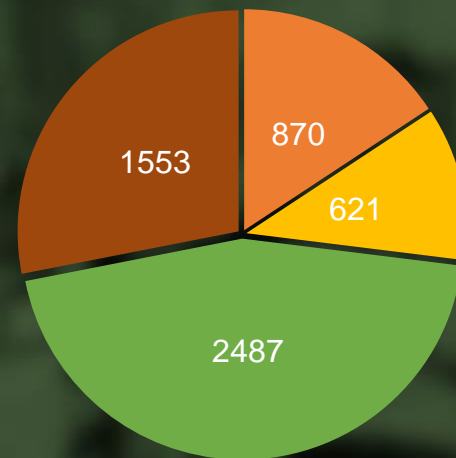
Rapporten visar att motionsloppen har stora positiva effekter på folkhälsan, år efter år. År 2024 deltog 621 795 personer i de analyserade motionsloppen, och dessa bidrog till folkhälsoekonomiska vinster på totalt 5,53 miljarder kronor.

Dessa individer är den primära målgruppen, och de uppnår de mest omfattande hälsofördelarna. De förbättrar sin kardiovaskulära hälsa, mentala hälsa och arbetskapacitet genom regelbunden fysisk aktivitet och de mentala fördelar som motionsloppen innebär.

Resultatet inkluderar minskade sjukvårdskostnader, minskade kostnader för Försäkringskassan och en ökad BNP till följd av minskad frånvaro från arbete och ökad produktivitet.

Den genomsnittliga folkhälsoekonomiska nyttan per deltagare landar på 12 500 kronor per individ.

*Tabellen sammanfattar de direkta folkhälsoekonomiska effekterna från alla deltagande hos de tretton analyserade motionsloppsarrangörerna 2024. Värdet anges i miljoner kronor.*



- Minskade sjukvårdskostnader
- Minskade kostnader Försäkringskassan
- Ökad BNP genom minskad frånvaro i arbete
- Ökad produktivitet genom individens ökade BNP

**Summa: 5,53 miljarder kronor.**

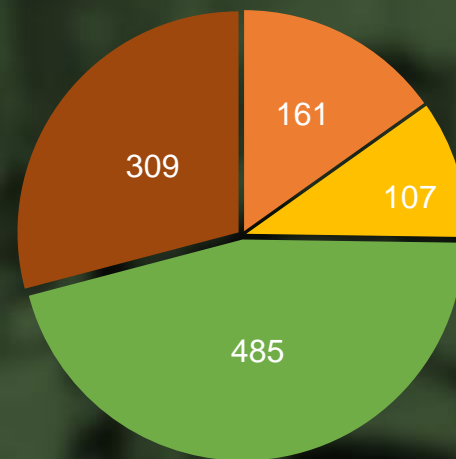
## Indirekta folkhälsoekonomiska effekter

### Anmälda, ej startande deltagare

En annan viktig grupp motionärer är de 124 359 personer som var anmälda men som av olika anledningar inte startade i de olika motionsloppen 2024. Denna grupp har tränat och förberett sig, säkerligen under lång tid, vilket minskar deras sjukvårdskostnader, kostnader för Försäkringskassan och ger en ökad BNP till följd av minskad frånvaro från arbete och ökad produktivitet.

Sammanlagt har denna grupp bidragit till folkhälsoekonomiska vinster på totalt 1,06 miljarder kronor.

*Tabellen sammanfattar de indirekta folkhälsoekonomiska effekterna från alla deltagande hos de tretton analyserade motionsloppsarrangörerna 2024. Värdet anges i miljoner kronor.*



- Minskade sjukvårdskostnader
- Minskade kostnader Försäkringskassan
- Ökad BNP genom minskad frånvaro i arbete
- Ökad produktivitet genom individens ökade BNP

**Summa: 1,06 miljarder kronor.**

## Indirekta folkhälsoekonomiska effekter

### Publik, vänner, anhöriga, ledare, media

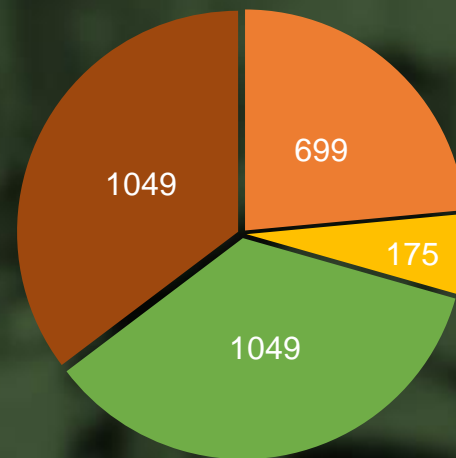
Det finns en tredje, vidare grupp som bör lyftas fram när det gäller folkhälsoekonomiska effekter och det är alla de som finns runt loppen och deltagarna. Rapporten visar att effekterna inte stannar vid deltagarna själva, utan även når ut till en bredare krets av anhöriga, vänner och den publik som följer loppen.

Enligt rapportens analyser skapas indirekta folkhälsoeffekter genom att dessa grupper inspireras till att förbättra sina egna motionsvanor och livsstil.

Även massmedial uppmärksamhet och social påverkan spelar en central roll för att sprida dessa positiva effekter i samhället.

*Tabellen sammanfattar de indirekta folkhälsoekonomiska effekterna hos publik, vänner, anhöriga, ledare och media*

*Tabellen sammanfattar de direkta folkhälsoekonomiska effekterna från alla deltagande hos de tretton analyserade motionsloppsarrangörerna 2024. Värdet anges i miljoner kronor.*



- Minskade sjukvårdskostnader
- Minskade kostnader Försäkringskassan
- Ökad BNP genom minskad frånvaro i arbete
- Ökad produktivitet genom individens ökade BNP

**Summa: 2,97 miljarder kronor.**

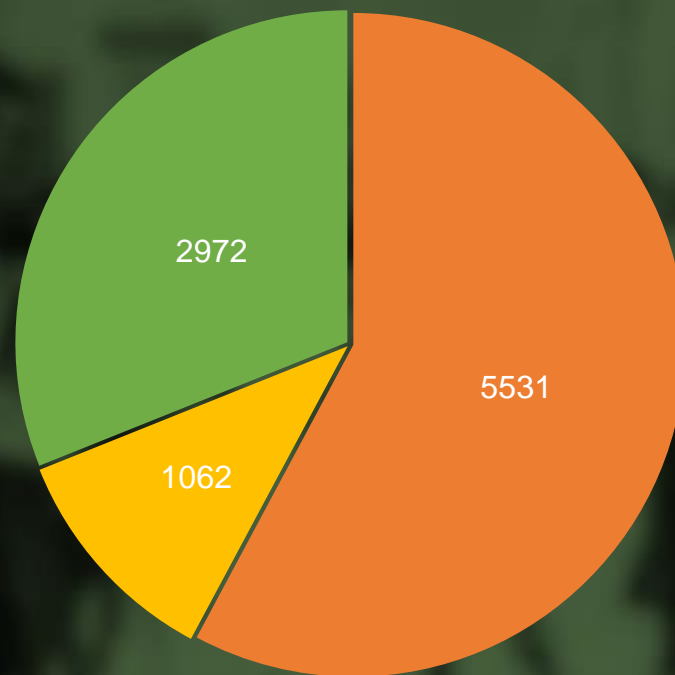


## Folkhälsoekonomiska effekter (totalt)

**Summa: 9,56 miljarder kronor.**

*Tabellen sammanfattar den totala folkhälsoekonomiska effekten kring de 13 undersökta motionsloppen 2024 i målgrupperna: Deltagare, Anmälda men ej startade samt Publik, vänner, anhöriga, ledare, media.*

*Värdet anges i miljoner kronor.*



- Deltagarna som fullföljde loppet
- Anmälda men ej startade
- Publik, vänner, anhöriga, ledare, media

*Investeringar för folkhälsan (kronor)*

**Ca 10 milj.**

Årliga offentliga satsningar  
på idrott, sport och fritid

**9,5 milj.**

Folkhälsoekonomiska vinster  
från Svenska Motionslopp



## Sammanfattning

**Rapporten Folkhälsoeffekterna av Svenska Motionslopp visar** att motionsloppen har en betydande positiv effekt på både folkhälsan och samhällsekonomin.

Genom att minska sjukvårdskostnader, öka arbetsnärvaron och produktiviteten samt sprida positiva hälsoeffekter till anhöriga och samhället i stort, genererar Svenska motionslopp folkhälsoekonomiska vinster på cirka 9,5 miljarder kronor per år.

Dessa resultat stärker argumenten för att fortsätta investera i och utveckla motionslopp i Sverige som en strategi för att förbättra folkhälsan, minska sjukkostnaderna och öka den ekonomiska produktiviteten.

## Om Svenska Motionslopp

**Svenska Motionslopp** är en branschorganisation för motionslopp och idrottsevenemang i Sverige. Evenemangen är en del av den svenska idrottsstrukturen och ägs av idrottsrörelsen själva genom idrottsföreningar och specialidrottsförbund. Allt ekonomiskt överskottet, nya erfarenheter och insikter återförs till svensk idrott.

**Svenska Motionslopp** har ungefär 1,3 miljon deltagare årligen. Organisationen är strukturerad så att de större arrangörerna är direktmedlemmar och mindre arrangörer är med via specialidrottsförbund.

**Vi arbetar med** att stimulera svenska folket till ett aktivt och hälsosamt liv genom att initiera och samordna högklassiga motions- och idrottsupplevelser, delge kunskap och aktivt driva våra viktiga frågor via opinionsbildare och i media. Vi är även en trovärdig och aktiv aktör inom turism- och destinationsfrågor, och ska verka för att synliggöra motionsevenemangens betydelse för såväl inhemsk som internationell turism och destinationsutveckling.

**Föreningen bedriver aktivt** arbete med målet att idrottandet och motionerandet i Sverige ska öka och att förutsättningarna för idrott och motion i ett bredare perspektiv ska förbättras. Vår ambition är att politiker, beslutsfattare och tjänsteman ska vända sig till oss för fakta och statistik rörande motionslopp/ idrottsevenemang och dess förutsättningar. För närvarande leder vi det koordinerade arbetet med att skapa förutsättningar för en återstart för alla motionslopp.

## Referensförteckning

- Statens stöd till idrotten uppföljningar åren 2021, 2022, 2023 , Centrum för Idrottsforskning.
- American College of Sports Medicine (1998). Position Stand: exercise and physical activity for olderadults. Med Sci Sports, 30, 992–1008.
- Barry, B. K. (2004). The consequences of resistance training for movement and control in olderadults. J Gerontol A Biol Sci Med Sci, 59, 730–754.
- Bauman, A. E., Reis, R. S., Sallis, J. F., Wells, J. C., Loos, R. J., & Martin, B. W. (2012). Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? Lancet, 380(9838),258–271. doi: 10.1016/s0140-6736(12)60735-1
- Caspersen, Powell, & Christensson, 1985, p. 126 – Physical exercise is a subset of PA and can be defined as “planned, structured, and repetitive bodily movements done to improve or maintain one or more components of physical fitness”

## Bilaga

Beräkningarna av de olika effekterna per individ bygger på följande antaganden:

### Minskade sjukvårdskostnader

Sjukvården i Sverige beräknas kosta 710 miljarder kr per år (se litteraturförteckning) vilket ger 70 000 kr per invånare och vi vet att motion och idrott minskar denna kostnad. Träning för och deltagande i motionslopp görs av den stora deltagargruppen 2–3 ggr per år. Vi bedömer försiktigt sänkningen från deras genomsnittskostnader för sjukvård till 3 %. De som förberetts sig men inte kom till start sänks med 2,6 %. Publiken med anhöriga och intresserade och övriga sänker sina kostnader med 0,2 %.

### Minskade kostnader, Försäkringskassan

Försäkringskassan beräknas kosta ca 70 miljarder kr per år (se litteraturförteckning) vilket innebär ca 1000 kr per dag och i snitt 7 dagar per år. Vi bedömer frånvaron som låg hos de deltagande och bedömer minskningen till ca en dag hos deltagarna och de icke-startande. Publiken (med majoritet av genomsnittligt sportintresserade) bedöms minska sin sjukskrivning med 2–3 %, dvs 100–200 kr.

### Ökad BNP genom minskad frånvaro i arbete

Värdet för landets sammanlagda BNP är 4 600 miljarder kr. Dividerat med samtliga helårsarbeten får vi en summa på 960 000 kr per person vilket gör att 1 dag motsvarar ca 4000 kr. Deltagarna i motionsloppen bedöms förbättra sin BNP-effekt inklusive arbetsnärvaro med nära en dag 4000 kr per år dvs 0,25 %.

### Ökad produktivitet genom individens ökade BNP

Totalt skapar idrotten globalt 12 000 miljarder kr i partiell sportbruttonationalprodukt (BNP) för alla länder varje år, vilket är ca 1,6 % av världens totala BNP. De stora ekonomiska effekterna uppstår av medborgarnas konsumtion av varor och tjänster inom sport och fritid men även köp inom tex media. Sverige utgör ca 1 % av den globala sportnäringen, dvs 120 miljarder kr.