

Inriktning för fortsatt planering av utegym, 2022

PM

Datum:
2022-09-08

Inledning

I möjligheternas Stockholm har alla goda möjligheter till motion, idrott och friluftsliv oavsett bakgrund och funktionsförmåga. Stadens idrottsanläggningar ska finnas till för alla och tillgodose olika behov, i syfte att få fler invånare i rörelse. Ytor för spontanidrott finns runt om i staden för att ge stockholmarna möjlighet att idrotta gratis och när det passar dem. Utegymmen är en uppskattad och efterfrågad form av spontanidrott och erbjuder varierande träningsmöjligheter och ett ökat folkliv.

Stockholms stad ska arbeta för ett jämställt och jämlikt nyttjande av utegym och andra idrottsanläggningar. Att arbeta för att alla stockholmare ska ha möjlighet att nyttja utegym innebär att det måste finnas god tillgång på utegym samt att de är kvalitativa och ändamålsenliga.

Bakgrund

I stadens strategi för idrottsanläggningar 2022-2026 redovisas bedömt behov av idrottsanläggningar fram till 2030 och 2040. I strategin presenteras bland annat nyckeltal och lämpliga avstånd från bostad till olika anläggningstyper. Anläggningsstrategin hanterar dock inte avståndsrekommendationer eller nyckeltal för utegym eller annan spontanidrott. Utegym anläggs ofta i parker, intill motionsspår och vid idrottsanläggningar där aktuell stadsdelsförvaltning eller idrottsförvaltningen ser ett behov och möjlighet till spontanidrott, ökad mänsklig närvaro eller där efterfrågan finns.

Nyttjandet av stadens spontanidrottsytor är idag inte jämställt. Fler pojkar/män än flickor/kvinnor tränar på spontanidrottsytorna, såsom utegym. Idrottsnämnden fick därför i 2021 års budget uppdraget att i samråd med berörda nämnder ta fram en strategi för stadens spontanidrottsytor som ökar antalet deltagande från de prioriterade grupperna och skapar en mångfald av ytor för olika idrotter.

Vidare fick idrottsnämnden och stadsdelsnämnderna i 2022 års budget uppdraget att utreda var i staden det finns behov av och förutsättningar för att skapa en mer levande stad genom utegym samt att anlägga utegym i enlighet med utredningens slutsatser. Detta PM svarar mot första delen av uppdraget. Delen som berör anläggande av nya utegym är ämnat att genomföras i kommande löpande planering av stadsdelsförvaltningarna och idrottsförvaltningen, med detta PM som underlag.

Idrottsförvaltningen har samordnat uppdraget i syfte hålla samman arbetet att då det berör både idrotts- och stadsdelsförvaltningarna. Bromma, Spånga-Tensta, Kungsholmen, Norrmalm och Östermalm har deltagit. Dessa stadsdelsförvaltningar har valts ut för att skapa representation från olika delar av staden.

En styrgrupp har medverkat som representerats av idrottsdirektören, enhetschefer på idrottsförvaltningen, representant från fastighetskontoret samt representant från stadsledningskontoret.

Utredningens syfte och mål

Syftet med utredningen är att svara mot budgetuppdraget:

Idrottsnämnden ska i samarbete med stadsdelsnämnderna utreda var i staden det finns behov av och förutsättningar för att skapa en mer levande stad genom utegym samt anlägga utegym i enlighet med utredningens slutsatser.

I denna utredning har ett nyckeltal för rimligt avstånd mellan bostad och utegym formulerats. Baserat på det har en färdvägsanalys för gång och cykel gjorts för att se var i staden det finns behov av fler utegym. Analysen tar hänsyn till befolkningstäthet. Utredningens mål är att klargöra var det finns behov av nya utegym i staden samt vilka kvaliteter och egenskaper som bör eftersträvas vid uppförande av nya utegym. Detta PM kan användas som underlag för kommande planering av nya utegym i staden.

Styrdokument och riktlinjer

Strategin för idrottsanläggningar 2022-2026 lyfter att det finns ett stort behov av möjlighet till spontant idrottande, det vill säga idrottande som inte förutsätter medlemskap i en förening eller annan organisation. En

utgångspunkt för spontanidrottsytor såsom utegym är att de ska vara fritt tillgängliga, att aktivitet ska kunna utövas närhelst det passar den enskilda utövaren och fungera i samklang med lokalsamhället. I strategin för idrottsanläggningar anges riktvärden för avstånd och rimliga restider med kollektivtrafik som ett stöd likväl som nyckeltal för behov av anläggningar. Inga riktvärden eller nyckeltal anges för utegym.

Ett förslag till strategi för ett mer jämställt och jämlikt nyttjande av spontanidrottsytorna godkändes i idrottsnämnden i april 2022 och förväntas bli beslutat i kommunfullmäktige under hösten 2022.

I strategin för idrottsanläggningar lyfts att planering av nya anläggningar ska ha en geografisk spridning och att ett jämlikt utbud ska eftersträvas. Därtill ska platserna och anläggningarna genomsyras av trygghets-, tillgänglighets- och jämställdhetsperspektiv. Mer om detta går att läsa i *Strategi för ett mer jämställt och jämlikt nyttjande av spontanidrottsytorna*.

Vid utveckling och utformning av utegym ska särskild tonvikt läggas vid att planera och tillskapa ytor och miljöer som lockar fler utövare från de prioriterade grupperna i det idrottspolitiska programmet, vilka är:

- Ungdomar 13-20, särskilt flickor
- Flickor 10-20 år med utländsk bakgrund
- Personer med funktionsnedsättning från 7 år
- Barn och ungdomar 10-20 år med låg socio-ekonomisk bakgrund.

För att utforma utegym som möter målgruppens efterfrågan och behov kan undersökningar eller uppsökande dialog vara nödvändigt för att tillsammans med målgruppen hitta lämplig utformning av utegymmet, såväl som dess omgivning och tillgänglighet.

Lokalisering av nya anläggningar görs utifrån förutsättningar för respektive plats. Det är av stor vikt att tröskeln till fysisk aktivitet görs så låg som möjligt för att locka barn och unga såväl som vuxna till fysisk aktivitet. Platser med flera funktioner och aktivitetsmöjligheter skapar synergieffekter, exempelvis utegym i anslutning till en lekplats där föräldrar har möjlighet att motionera samtidigt som barnet leker. En annan synergieffekt som kan nås genom samlokalisering av olika typer av idrottsanläggningar är möjlighet att prova olika typer av aktiviteter, i synnerhet i ung ålder. Utegym kan vara lämpliga i närheten av målpunkter såsom skola, stor arbetsplats, fritidsgård, motionsspår eller idrottsanläggning. Utegym kan ha trygghetsskapande effekt genom att platser aktiveras

och en målpunkt skapas. Samlokalisering kan också underlätta för skötsel och drift.

Behovet av spontanidrottsytor identifieras genom samverkan mellan stadens olika nämnder och bolag. Nya utegym anläggs med fördel i befolkade områden som saknar ett utegym eller där befintliga utegym är högt belastade. Invånarnas önskemål om nya och utvecklade anläggningar och ytor har också stor betydelse för vilka anläggningar staden ska satsa på.

För att locka olika grupper av människor till rörelse och nyttjande av utegym är det av stor vikt att det i varje stadsdelsområde finns en variation av typer av utegym för att erbjuda en mångfald av träningsmöjligheter för stadens invånare. Anläggningarna bör erbjuda olika typer av utformning och gestaltning, övningar, omgivningar, flexibilitet, tillgänglighet och anpassning till särskilda grupper. Det bör finnas utegym som erbjuder styrke- likväl som konditionsövningar, kroppsviktsövningar, fria vikter och maskininspirerade övningar. Ökad jämställdhet och användarvänlighet kan ske exempelvis genom variation i handtagens bredd, tjocklek och placering likväl som tillgång till varierande vikt och belastning. Ur tillgänglighetssynpunkt är det av vikt att medvetet välja underlag och att så många stationer som möjligt är universellt utformade.

Exempel på utegym som finns i stadens utbud idag är trä/stock- och metallgym, stads- och skogsnära gym. Det finns även utegym som är särskilt anpassade för seniorer och för personer med funktionsnedsättning.

Stadsdelsförvaltningarna ansvarar för utegym som finns inom parkmark och idrottsförvaltningar ansvarar för de utegym som finns inom idrottsplatser/idrottsmark samt i friluftsområden utanför kommunens gränser.

Nya utegym 2022

Nedan presenteras en lista på en del av de utegym som färdigställts eller planeras under 2022.

- Hagsätra IP, Enskede-Årsta-Vantör
- Hjulsta bollplan, Spånga-Tensta
- Knutby bollplan, Rinkeby-Kista
- Gubbängen bollplan, Farsta
- Stieg Trenters torg, Farsta
- Spångavägen 277, Bromma
- Tranebergsvägen 14, Bromma
- Broparken, Stora Essingen, Kungsholmen
- Blackeberg, Bromma

Nulägesanalys och erfarenheter

Det finns totalt cirka 100 utegym i staden och dessa är till största del placerade på parkytor, i anslutning till idrottsplatser eller motionsspår. Utegymmen förvaltas och underhålls av stadsdelsförvaltningarna och idrottsförvaltningen beroende på vilken typ av yta de ligger på. Utegymmens utformning är varierande och erbjuder olika typer av aktiviteter. I områden intill motionsspår och idrottsanläggningar finns ofta stock-gym med rörlig utrustning och viktbelastning. På urbana platser såsom torg och stadsnära parker förekommer främst stål-gym med färre rörliga delar där fokus ligger på kroppsviktsträning.

Stadsdelsförvaltningarna som deltagit i budgetuppdraget, se rapporteringsmall i bilaga 3, har uppgett att de placeringar av befintliga utegym som fungerar bäst är de som kan nyttjas av flest människor vilket gör det möjligt för så många människor som möjligt att motionera. Dessa platser är ofta längs eller i närheten av etablerade promenad- och motionsstråk och i anslutning till andra aktivitetsytor. Stadsdelsförvaltningarna uppger även att utegym bör ligga där andra människor rör sig och på platser som är tillgängliga och väl synliga.

Utegymmens kvaliteter och egenskaper är viktiga att beakta för att skapa en ändamålsenlig plats för spontanidrott samt för att sänka tröskeln för personer som inte redan är aktiva. Det är av stor betydelse att det finns en tydlighet i hur utrustningen kan användas. Detta kan jämföras med redskap eller anläggningar som utformats som konstverk där oklarhet kan finnas i hur platsen nyttjas. Det är positivt om det finns en igenkänning mellan utegymmens redskap och de som finns på inomhusgym.

Alla spontanidrottsytor ska utformas för att skapa förutsättningar för ett jämlikt, jämställt och tryggt nyttjande. Utegym kan fungera som en inkörsport till annan träning och idrott för unga liksom för äldre. Specifika egenskaper och kvaliteter som är viktiga för utegym är trygghet, belysning, instruktioner för utegymmet och varierande gymredskap såsom olika vikter, höjder och bredder på handtag och dylikt samt yta för stretch och vila. Därtill är det viktigt med god tillgänglighet, närhet till egna boendet och närhet till andra aktiviteter och människor.

För att skapa utegym som möter behov och önskemål behöver avvägningar göras mellan en mängd olika intressen och värden. Denna avvägning innebär att utegym kan hamna på platser som är lite avlägsna och inte optimala ur trygghetssynpunkt, även om utegymmet i sig kan göra en plats tryggare och mer befolkad.

Avvägningar kan också innebära att utegym placeras på platser med begränsad yta vilket påverkar möjligt utbud och typ av redskap. Vid utformning av utegym behöver hänsyn tas till kommande behov av underhåll, enligt erfarenhet går redskap med många rörliga delar sönder oftare än de utan rörliga delar.

Kungsholmens stadsdelsförvaltning genomförde 2021 en omfattande medborgardialog inför ett nytt utegym på Stora Essingen. Stadsdelsförvaltningen tog in önskemål om placering och utformning och kan konstatera att behov och önskemål är personberoende och påverkas bland annat av träningsvana. En slutsats efter medborgardialogen är att det finns ett behov av flexibla utegym som är användbara för många olika målgrupper samt att det är positivt om det i staden finns olika typer av utegym.

Stadsdelsförvaltningarna menar att en större variation av redskap ökar möjligheten till att flera grupper kan ta del av anläggningen. Exempelvis redskap med anpassningar för flera åldersgrupper så att familjer kan träna tillsammans.

Utegym för en mer levande stad

Stadsdelsförvaltningarna har angett vad de anser bör beaktas vid planering och utformning av nya utegym för att bidra till en mer levande stad.

- Hitta nya och kreativa platser för placering. Exempelvis på torg, intill gator, på vatten och tak med tillgång för allmänheten.
- Testa nya former av utegym vad gäller redskap och gestaltning. Hämta inspiration från andra städer och länder.
- Flexibelt nyttjande av utegym. Redskap bör kunna användas för flera övningar, variation av belastning, grepp och handtag.
- Planera för olika typer av utegym i varje stadsdelsområde.
- Information om hur utegymmet och redskapen används samt tips på övningar som kan göras på kringtytor. Sådan information kan finnas på fysiska skyltar, digitalt med QR-kod, på sociala medier eller med innovativ teknik.
- Ta till vara på olika platserns särskilda kvaliteter. Exempel på detta är löpintervaller i en naturlig backe. Ett annat exempel är att ta tillvara på idrottsplatser som i regel är tillgänglighetsanpassade och har allmän toalett till skillnad mot parker och motionsspår.
- Studera synergieffekter för att skapa mervärde och sänkt tröskel till aktivitet. Exempelvis kan nyttjare av utegym på idrottsplatserna bli lockade till organiserad idrott. Ett annat exempel är placering av utegym intill lekplatser eller större arbetsplatser. (Det behöver finnas tydlighet i vad som är lekplats och utegym).

- Säkerställ god annonsering, tillgänglighet, trygghet och närhet till bostäder.

Inriktning för kommande planering av utegym

Nyckeltal

I samband med att idrottsförvaltningen tog fram den tidigare långsiktiga investeringsplanen genomfördes en utredning kring rimliga avstånd till olika typer av idrottsanläggningar. Riktvärden för avstånden till dessa anläggningstyper redovisas i *Strategi för idrottsanläggningar 2022-2026*. I utredningen inkluderades inte rimliga avstånd till utegym eller annan spontanidrott. Utifrån den tidigare utredningen bedömer förvaltningen att ett rimligt maximalt avstånd från hemmet till ett utegym är 1500 meter via gång eller cykel. Avståndet är satt utifrån att det är en rimlig och överkomlig sträcka för de flesta att promenera/löpa/cykla och som kan inkluderas i en uppvärmning inför träning på utegymmet. Förvaltningen bedömer att avståndet inte bör vara längre då det kan upplevas som en oöverkomlig sträcka att transportera sig för att träna för den som är ovan eller mindre motiverad.

Områden med behov av nya utegym

Idrottsförvaltningen har låtit Sweco göra en kartering som visar var det finns behov av nya utegym baserat på nyckeltalet 1500 meter mellan bostad och utegym. Karteringen visar även hur god tillgång det finns till utegym i staden. Kartbilderna tar hänsyn till befolkningstäthet och de utegym som finns våren 2022. Den kunskap kartorna ger kommer förändras över tid, exempelvis om nya utegym kommer till eller om ett nytt bostadsområde uppförs där många i en viss åldersgrupp flyttar in. Nedan presenteras karteringen för Stockholms stad i stort, exklusive befolkningstäthet, samt kartering för respektive stadsdelsområde med befolkningstäthet i bivariata kartor. Kartorna kan användas för kommande planering av nya utegym. Kartorna ger en bild av om det i ett särskilt område, där utegym saknas, är en jämn åldersfördelning eller om det bor exempelvis många äldre i området. På så sätt skapas kunskap om vilket typ av utegym som kan vara aktuellt i området.

Det är framförallt två aspekter som kartorna inte visar men där lokal kännedom om respektive område och utegym väger upp. Den ena aspekten är hur stor användningsfrekvensen av utegymmet är. Variationen mellan hur mycket människor som tränar på stadens utegym samtidigt varierar stort. På vissa av gymmen är det väldigt högt tryck under de mest populära tiderna. På dessa platser bör markägaren utreda huruvida utegymmet kan byggas ut eller kompletteras med ytterligare gym i närområdet för att avlasta. Den

andra aspekten är kvaliteten och tillgängligheten på utegymmet. Staden bör eftersträva att en så stor del som möjligt av utegymmen är tillgänglighetsanpassade för att skapa förutsättningar för ett jämlikt nyttjande.

Kartering över upptagningsområden för samtliga utegym i Stockholms stad, våren 2022, har tagit fram för att visa på spridning och tillgång på utegym. Tröskelvärdena för avstånd mellan utegym och bostad som använts är 500, 1000 och 1500 meter. Kartbilden över hela staden visar att det är relativt god tillgång på utegym i Stockholm. Majoriteten av stadens invånare når ett utegym inom 1500 meter via gång eller cykel från sin bostad. Kartan samt beskrivning av dess resultat finns i bilaga 1.1.

Den stadsövergripande kartan visar att det finns tre seniorgym i staden som är särskilt utformade för seniorer. Övriga utegym kan ha anpassningar och vara lämpliga för seniorer även om de inte är specifika seniorgym. I varje stadsdelsområde bör det finnas ett utegym som är lämpligt för äldre och för personer med funktionsnedsättning, alternativt bra kommunikation till ett sådant utegym.

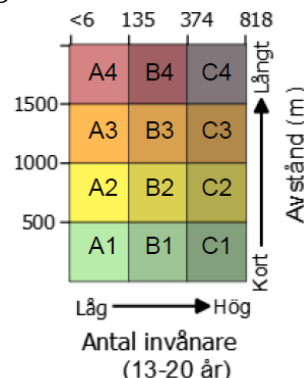
För ökad förståelse för varje stadsdels förutsättningar och befolkningstäthet hänvisas till de bivariata kartorna per stadsdelsförvaltning. Kartorna för respektive stadsdelsområde fungerar som underlag för stadsdelsförvaltningarna och idrottsförvaltningen i kommande planering av nya utegym. Kartorna behöver kompletteras med lokalkännedom om platser och annan utveckling som sker i staden.

För respektive stadsdelsområde har karteringar tagits fram som visar avstånd till utegym med tröskelvärdena 500, 1000 och 1500 meter via gång- och cykelvägnätet kombinerat med befolkningstäthet per basområde. Kartbilderna tydliggör inom vilka områden det potentiellt finns behov av nya utegym. Det finns totalt fyra karteringar per stadsdelsförvaltning, en för samtliga åldrar och en per ålderskategorierna 13-20, 21-64 och 65 år och uppåt. I bilagorna 1.2 – 1.14 finns Under kommande rubrik *Kartering oberoende ålder* finns en kartbild per stadsdel som visar potentiellt behov av nya utegym oberoende ålder. För samtliga karteringar per stadsdel i högupplöst kvalitet se bilaga 1.2 – 1.14.

Inom respektive stadsdelsförvaltning är det intressant att se efter områden med långt avstånd till utegym, i synnerhet de som är tätbefolkade. Som exempel indikerar den mörkare färgen ett längre avstånd än 1500 meter och en hög befolkningstäthet. De mörka

färgerna utgör därmed platser med det potentiellt största behovet av nya utegym.

Karteringarna redovisas som bivariata kartor, vilka slår ihop två variabler som presenteras samtidigt. Teckenförklaringen i de bivariata kartorna har en X- och Y-axel med ett färgschema som visar olika relationer mellan avstånd till ett utegym och befolkningstäthet. X- axeln visar befolkningstäthet och Y-axeln avstånd till utegym. De områden som ligger utanför gränsvärdet på 1500 m och är tätbefolkat visas med färgen inom C4. De områden som når ett utegym inom 500 meter och är tätbefolkade visas med färgen C1. De områden som är färglagda med C4 har alltså behov av nya utegym medan de som är färglagda med C1 har väldigt god tillgång på utegym.



Karteringen tar inte hänsyn till särskilda förutsättningar eller behov. Det finns exempelvis utegym som har större upptagningsområde än 1500 meter. Detta gäller bland annat utegym i stadsnära parker eller vid idrottsplatser som nyttjas av fler än de som bor i närheten.

Utförlig metodbeskrivning finns i bilaga 2.

Hänvisning till bilagor med kartering

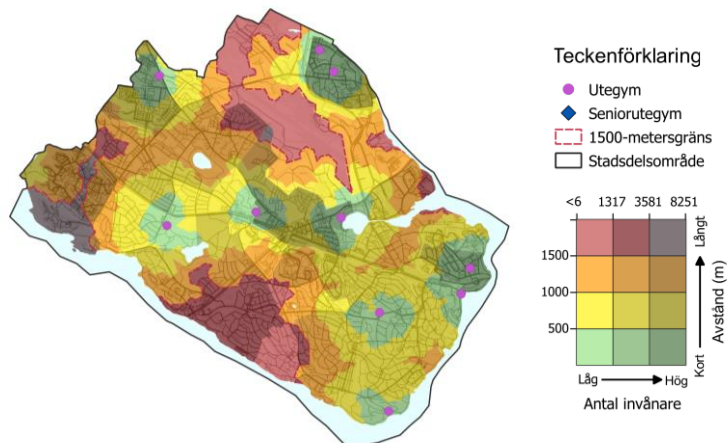
1.1 Stockholm	1.2 Bromma
1.3 Enskede-Årsta-Vantör	1.4 Farsta
1.5 Hägersten-Ålvsjö	1.6 Hässelby-Vällingby
1.7 Kungsholmen	1.8 Norrmalm
1.9 Rinkeby-Kista	1:10 Skarpnäck
1:11 Skärholmen	1:12 Spånga-Tensta
1:13 Södermalm	1:14 Östermalm

Förslag på fortsatt utredning gällande utegym

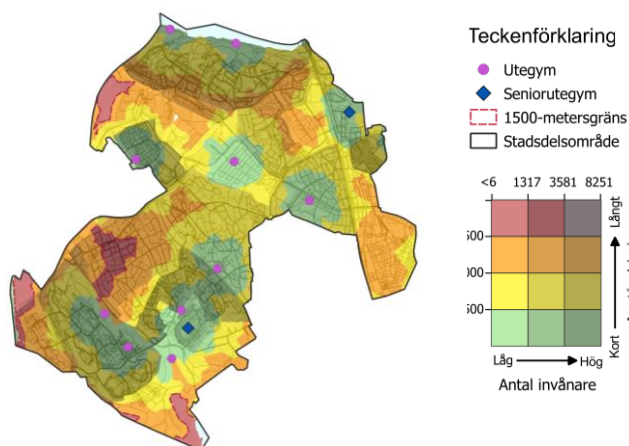
Vidare utredning i syfte att anlägga utegym för en levande stad och göra fler stockholmare fysiskt aktiva bör fokusera på aspekterna nyttjande och utformning. Detta bör konkretiseras för bland annat olika målgrupper, olika tider på dygnet samt säsong, typer av redskap och utegymsutformning. Utredning kan göras genom exempelvis observationer, dialog och samverkan med stadens verksamheter.

Kartering oberoende ålder

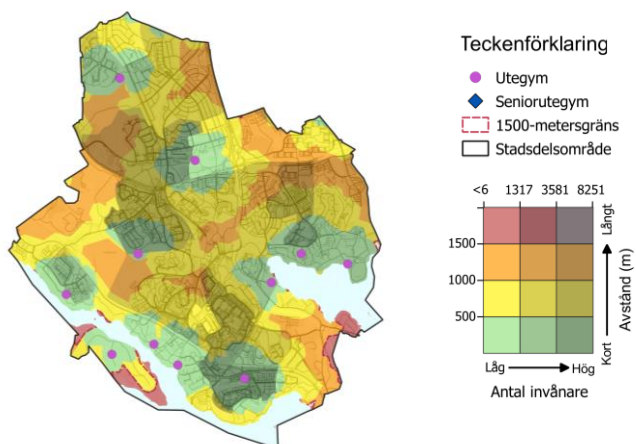
Bromma



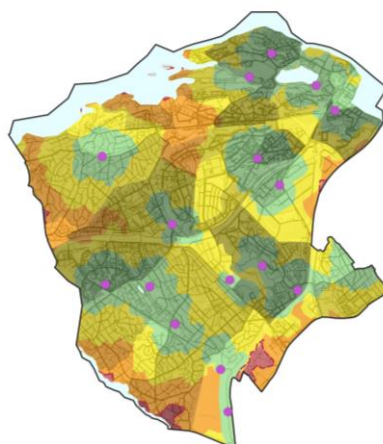
Enskede – Årsta – Vantör



Farsta

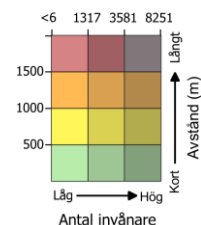


Hägersten – Älvsjö

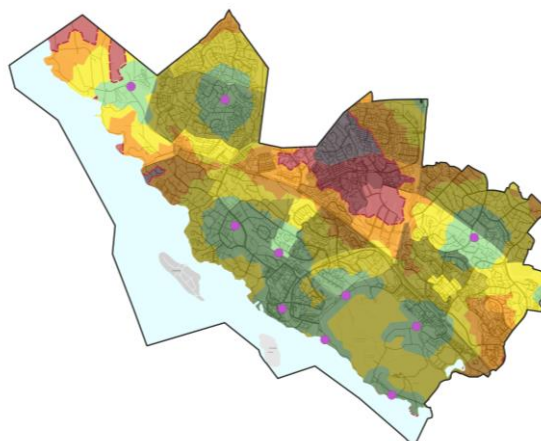


Teckenförklaring

- Utegym
- ◆ Seniorutegym
- 1500-metersgräns
- Stadsdelsområde

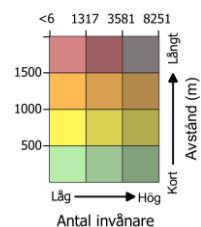


Hässelby – Vällingby

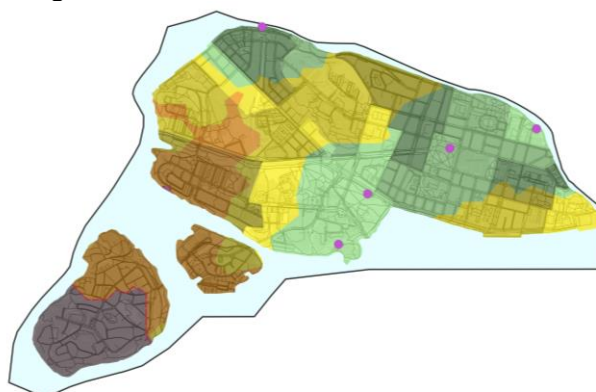


Teckenförklaring

- Utegym
- ◆ Seniorutegym
- 1500-metersgräns
- Stadsdelsområde

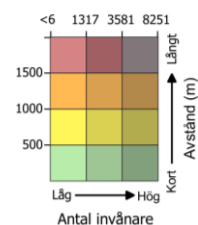


Kungsholmen

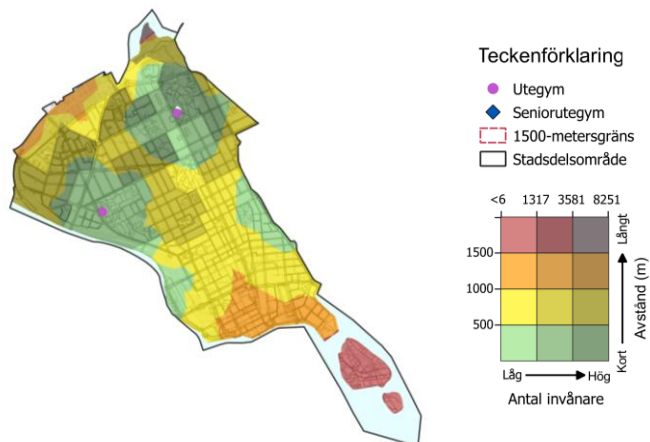


Teckenförklaring

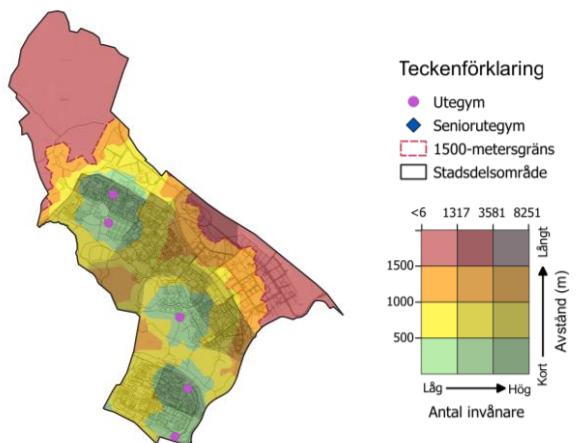
- Utegym
- ◆ Seniorutegym
- 1500-metersgräns
- Stadsdelsområde



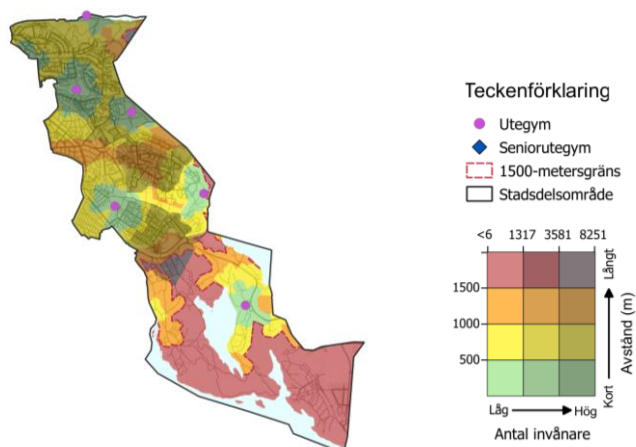
Norrmalm



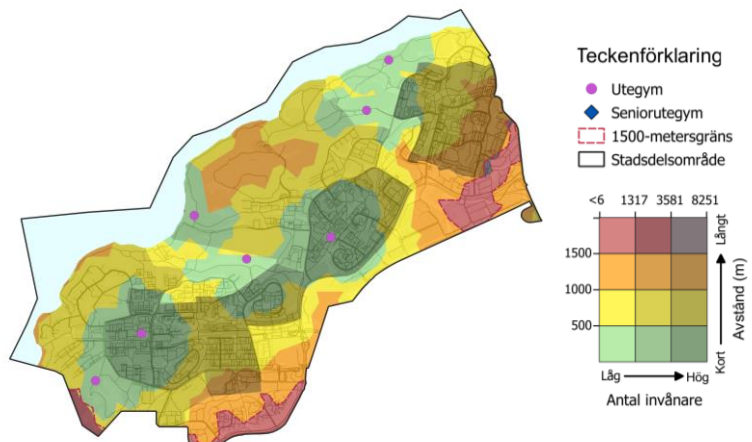
Rinkeby – Kista



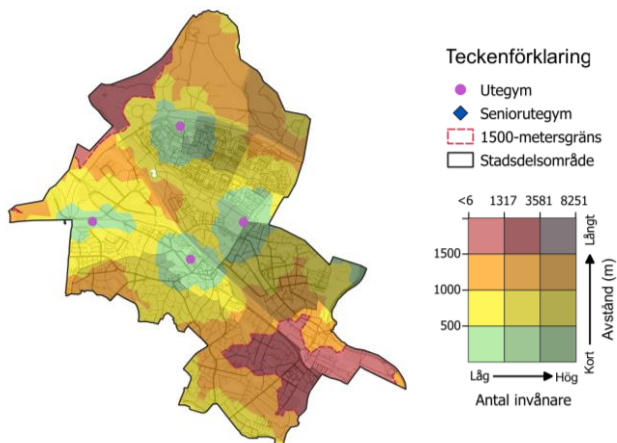
Skarpnäck



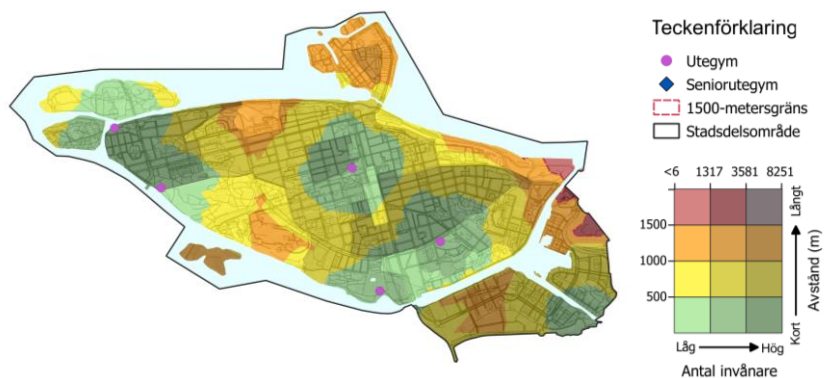
Skärholmen



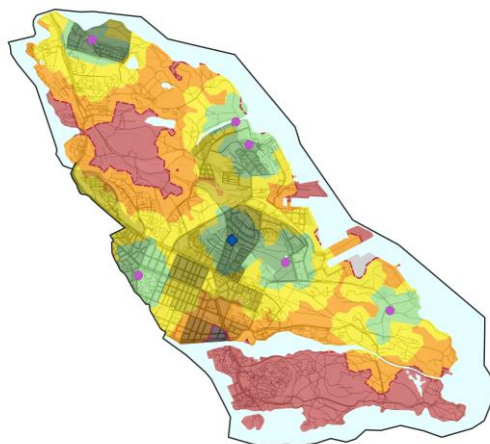
Spånga – Tensta



Södermalm



Östermalm



Teckenförklaring

- Utegym
- ◆ Seniorutegym
- 1500-metersgräns
- Stadsdelsområde

