



INZICHT IN WANDELEND NEDERLAND

NATIONALE WANDELMONITOR 2021

VOORWOORD

Voor u ligt de Nationale Wandelmonitor 2021. Met zo'n 1,8 miljard ommetjes en 1,1 miljoen Nederlanders die op wandelvakantie gaan, is wandelen in de volle breedte populair. Ongeveer tweederde van alle Nederlanders maakte afgelopen jaar een wandeling van tussen de 5 en 10 kilometer, gemiddeld 57 keer per jaar.

Helemaal nieuw is de populariteit van wandelen niet. Met de voorgaande Wandelmonitoren die Wandelnet uitgaf, was de omvang van de wandelmarkt al aantoonbaar groot. En toch is de editie van 2021 anders dan anders. De coronapandemie en bijbehorende maatregelen maakten dat Nederland massaal aan de wandel ging. Van de Nederlanders die meer zijn gaan wandelen, is zo'n 83% van plan om ook na de pandemie te blijven wandelen.

Daarmee zien we de toename van de populariteit van wandelen niet direct als een hype. Maar zien we wel als trend dat wandelen 'hip' is geworden. De opkomst van livetrackers, prestatie-apps en stappentellers, maar ook de outdoor-mode, coffee-to-go en fashion-rugzakken maken met name onder jongeren dat je als wandelaar gezien mag (en wilt) worden.

Met al die wandelaars werd het op sommige plaatsen wel heel druk. Lang niet altijd sluit de vraag van wandelaars aan bij het 'aanbod' van paden en wandelroutes. Daarom ziet Wandelnet het als een belangrijke missie om Nederland toegankelijker en aantrekkelijker te maken voor wandelaars. Niet alleen omdat wandelen leuk en gezond is, maar ook omdat wandelen bijdraagt aan economische ontwikkeling en een duurzame samenleving.

Basis voor deze Nationale Wandelmonitor is een uitgebreid onderzoek naar wandelen dat Wandelnet in 2021 heeft laten uitvoeren door Kien onderzoek. De uitkomsten van dit onderzoek zijn aangevuld met andere relevante cijfers uit verscheidene bronnen.

Toon Naber,
voorzitter Wandelnet

Amersfoort, november 2021

INHOUD

Samenvatting	5
H1 WANDELEN IN NEDERLAND	6
H2 WAAROM WANDELEN BELANGRIJK IS	10
Interview Erik Scherder – VU Amsterdam	12
Interview Wouter Veldhuis – Rijksadviseur	15
H3 WIE IS DE WANDELAAR?	16
Interview Sylvo Thijsen – Staatsbosbeheer	18
H4 WAAR EN HOE WANDELEN	21
Interview Mart Reiling – TRACK landscapes	23
H5 WANDELVAKANTIES	28
H6 WAAR WRINGT DE SCHOEN?	32
Interview Ankie van Dijk – Wandelnet	35

SAMENVATTING

Wandelen is populair, gezond voor lichaam en geest en goed voor de economie en een duurzame(re) samenleving. Onderzoek uitgevoerd in opdracht van Wandelnet toont aan dat 94% van de Nederlanders van 16 jaar en ouder wel eens wandelt, dit zijn 13,7 miljoen personen.

Het overgrote deel (84%) van de Nederlanders van 16 jaar en ouder maakt wel eens een ommetje en tweederde gaat wel eens een uur of langer op pad. Wandelen is één van de populairste vakantieactiviteiten. Tweederde van de Nederlanders wandelt tijdens de vakantie en 7% van de Nederlanders ondernam afgelopen twee jaar een specifieke wandelvakantie.

Tijdens de coronacrisis is zeven op de tien jongeren tot 30 jaar meer gaan wandelen. Van degenen die meer zijn gaan wandelen is het merendeel van plan dit te blijven doen. Nederlanders blijven tot op hoge leeftijd wandelen. Zo maakt ruim driekwart van de 60-plussers ommetjes. Nederlanders wandelen vaak met hun partner en/of met de kinderen, maar een deel van de wandelaars gaat ook graag alleen op pad.

Veel wandelingen – zeker de ommetjes – starten vanaf het huisadres. Maar daarnaast geldt: hoe langer de wandeling, hoe verder men bereid is voor deze wandeling te reizen. Zo wil de helft van de wandelaars niet meer dan 10 kilometer reizen voor een wandeling van 5 tot 10 km en is 5% van de wandelaars bereid hier meer dan 50 kilometer voor af te leggen. Voor wandelingen van 10 kilometer of meer is bijna een kwart bereid om meer dan 50 kilometer te reizen. Degenen die niet vanaf het huisadres starten, gebruiken meestal de auto om op het startpunt van de route te komen en in mindere mate de (brom)fiets of het OV.

Ontspanning, fit en gezond worden of blijven en 'er even tussenuit' zijn de belangrijkste wandelredenen. Het grootste deel van de wandelaars vindt de aanwezigheid van natuur of groen belangrijk of zeer belangrijk. Degenen die niet 'op de bonnefooi' wandelen, maken vaak gebruik van gemarkeerde routes in het veld, al dan niet in combinatie met een digitale routeplanner of wandel-app. Gelderland is de populairste wandelprovincie, gevolgd door Limburg en Drenthe.

Wandelen is goed voor de Nederlandse economie. De afgelopen twee jaar is er jaarlijks bijna 2,5 miljard euro uitgegeven aan wandelen en 788 miljoen aan wandelvakanties in eigen land. Wandelen heeft echter meer positieve effecten op de economie dan alleen de directe uitgaven door wandelaars. Als iedereen in Nederland voldoende zou bewegen – bijvoorbeeld door te wandelen – kan een totaal van 2,5 tot 7,3 miljard euro aan zorgkosten worden bespaard.

Op een aantal punten wringt de schoen. Zo zijn vraag en aanbod niet altijd in evenwicht, is het op sommige plekken erg druk, zorgen barrières voor extra hindernissen voor wandelaars en is er een flinke slag te slaan wat betreft de kwaliteit van de wandelinfrastructuur in met name de stadsrandzones.

H1

WANDELEN IN NEDERLAND

Wandelen is populair en wandelaars zijn er in allerlei soorten en maten. Van ommetjeslopers tot trektocht wandelaars en van mensen die wandelen voor de rust tot flinke doorstappers die voor de uitdaging gaan. Het grootste deel van de Nederlanders wandelt wel eens. Wandelen is de populairste actieve vrijetijdsbesteding.



Verschillende soorten wandelingen

Het grootste deel (94%) van de Nederlanders van 16 jaar en ouder heeft de afgelopen twee jaar wel eens gewandeld; dit zijn 13,7 miljoen personen. De wandeling kan een klein ommetje zijn, maar dus ook een langere (dag)wandeling of een wandelvakantie.

Wandelingen worden in deze monitor - waar mogelijk - onderverdeeld in:

- Ommetjes (tot maximaal 1 uur) - een wandeling van circa 20 minuten tot ongeveer een uur
- Wandelingen (5-10 km) - een wandeling van ongeveer 1 uur tot 2,5 uur
- Dagwandeling (>10 km) - een wandeling van 2,5 uur of meer

Participatie aan wandelen (Nederlanders 16+) - juli 2019-juli 2021

Een ommetje	Een wandeling	Een dagwandeling	Wandelvakantie
84%	66%	30%	7%

Het ommetje is de meest toegankelijke activiteit: 84% van de Nederlanders maakt wel eens zo'n korte wandeling. Tweederde (66%) van de Nederlanders (16+) gaat wel eens een uur of langer op pad en 7% van de Nederlanders heeft in de afgelopen twee jaar een wandelvakantie ondernomen. Met een wandelvakantie wordt een vakantie met minimaal één overnachting bedoeld, waarbij wandelen de belangrijkste activiteit is. Dit kan een trektocht zijn, maar ook een vakantie op één plek waarbij bijvoorbeeld dagelijks gewandeld wordt. Hoofdstuk 5 gaat uitgebreid in op wandelvakanties.

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

Aantal wandelingen (16+)

- Bijna 12,3 miljoen Nederlanders van 16 jaar en ouder maken jaarlijks in totaal ruim 1,8 miljard ommetjes. De Nederlanders die wel eens een ommetje lopen (84%) doen dit gemiddeld 151 keer per jaar. Circa 9,2 miljoen Nederlanders maken minimaal eens per week een ommetje.
- Zo'n 9,6 miljoen Nederlanders (16+) maakten afgelopen twee jaar wel eens een wandeling van 5 tot 10 kilometer. Gemiddeld gingen deze wandelaars 57 keer per jaar op pad, wat neerkomt op 543 miljoen wandelingen van 5-10 kilometer.
- Dagwandelingen van 2,5 uur of langer worden door 30% van de Nederlanders (16+) gemaakt. Dit zijn 4,3 miljoen personen, die in totaal 111 miljoen 'langere' wandelingen maken (gemiddeld 26 wandelingen per jaar). Circa 14% van de dagwandelaars loopt wekelijks, maar het grootste deel gaat 6 tot 11 keer per jaar op pad voor een langere wandeling.

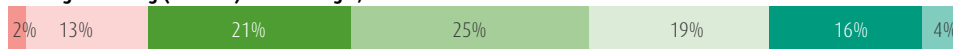
Een ommetje (tot max 1 uur) - wandeling van circa 20 minuten tot ongeveer 1 uur



Een wandeling (5-10 km) - wandeling van ongeveer 1 uur tot 2,5 uur



Een dagwandeling (> 10 km) - wandeling 2,5 uur of meer



■ 7x per week of vaker
 ■ 4-6 x per week
 ■ 1-3 x per week
 ■ 1-3 x per maand
 ■ 6-11 x per jaar
■ 3-5 x per jaar
■ 1-2 x per jaar
■ minder dan 1x per jaar

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021 – berekening frequentie De Afdeling Onderzoek.

Op basis van de cijfers met betrekking tot participatie en frequentie kan berekend worden dat Nederlanders (16+) jaarlijks circa 654 miljoen wandelingen maakten (543 miljoen van 5-10 km en 111 miljoen van >10 km). Daarnaast maken Nederlanders jaarlijks nog eens ruim 1,8 miljard ommetjes van 20 minuten tot een uur.

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021 – berekening totaal aantal wandelingen De Afdeling Onderzoek o.b.v. CBS, Bevolking 1 januari 2021 naar leeftijd



FOTO: ESTHER KUIJPERS

Wandelmotieven

Ontspanning, fit en gezond worden of blijven en 'er even tussenuit' worden zowel door de ommetjeslopers als door de (dag)wandelaars genoemd als belangrijke redenen om er te voet op uit te gaan.

		(dag)wandeling	ommetje
1	Ontspanning	68%	65%
2	Fit/gezond worden/blijven	62%	61%
3	Natuurbeleving	56%*	31%
4	Er even tussenuit	55%	51%
5	Omdat ik het leuk vind	51%*	39%
6	Frisse neus halen	48%	67%*
7	Bezinning/hoofd leegmaken	38%	42%
8	Gezelligheid	37%*	21%
9	Gevoel van vrijheid	33%*	21%
10	Hond uitlaten	17%	22%

* significant vaker genoemd

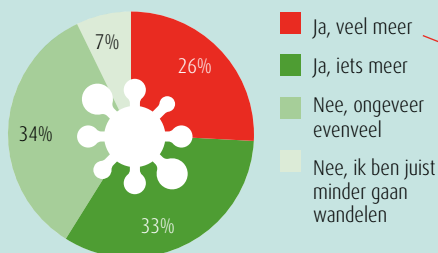
De wandelaars (>1 uur) wandelen significant vaker voor: natuurbeleving (56%), omdat ze het simpelweg leuk vinden (51%), voor de gezelligheid (37%) of om een gevoel van vrijheid te krijgen (33%). Een frisse neus halen wordt opvallend meer genoemd door de ommetjeslopers (67%).

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

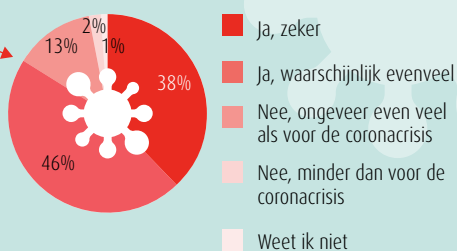
Invloed van coronacrisis op wandelgedrag

Nederlanders zijn tijdens de coronacrisis (vanaf maart 2020) meer gaan wandelen. Bijna 60% heeft meer of veel meer gewandeld sinds het begin van de coronacrisis terwijl een klein deel (7%) juist minder wandelde. Van degenen die meer zijn gaan wandelen verwacht 84% dit – ook na corona – te blijven doen.

Bent u sinds de coronacrisis meer gaan wandelen?



Bent u van plan om meer te gaan wandelen dan voor de coronacrisis?



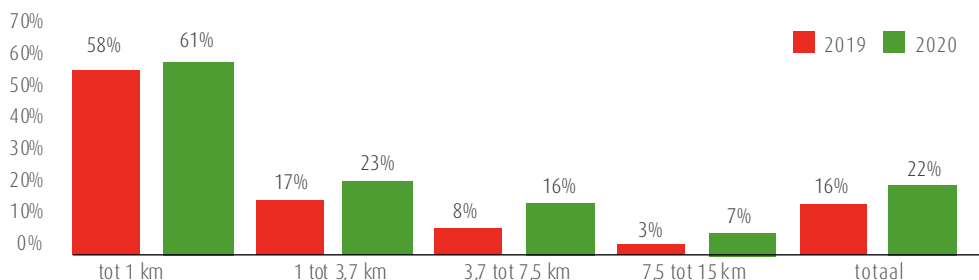
Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

Verplaatsingen te voet

Bron: CBS, Mobiliteit van personen, 2020 - De cijfers zijn berekend met het onderzoek Onderweg in Nederland (ODIN). Dat is de opvolger van het onderzoek Verplaatsingen in Nederland (OVIN; 2010-2017).

22 Procent van de verplaatsingen¹ van Nederlanders (6 jaar of ouder) vindt in 2020 volledig te voet plaats. Hoe korter de afstand van de verplaatsing is, hoe vaker men ervoor kiest te voet te gaan. 61 procent van de verplaatsingen tot 1 kilometer wordt lopend afgelegd; bij afstanden van 7,5 tot 15 kilometer ligt dit percentage op 7%.

Aandeel lopen op totaal aantal verplaatsingen (alle motieven) naar afgelegde afstand - 2019 en 2020



Het totaal aantal verplaatsingen (alle vervoerwijzen) nam in het coronajaar 2020 met 14% af ten opzichte van 2018-2019, maar Nederlanders zijn 20% meer gaan lopen. De groei is het sterkst bij de afstanden boven de 3,7 kilometer. Het aantal verplaatsingen tussen de 3,7 en 7,5 kilometer is fors toegenomen. Het aantal verplaatsingen van 7,5 tot 15 kilometer verdubbelde ongeveer.

Van degenen die zich lopend verplaatsen is in 2020 een ommetje maken of een rondje wandelen² veruit de belangrijkste reden om de deur uit te gaan. Zo'n 38% van de wandelingen die gemaakt worden heeft een recreatief motief. Lopend winkelen of boodschappen doen is goed voor 23% van de verplaatsingen en tijdens 15% van de verplaatsingen is men op weg naar een locatie om uit te gaan, te sporten of een hobby te beoefenen. Het aantal wandelingen met een recreatief motief is sterk gestegen (+67%) ten opzichte van 2019.

Lopende verplaatsingen naar motief 2019-2020



¹ Een verplaatsing is een reis of een gedeelte van een reis met één motief, waarbij het niet uitmaakt of van één of meerdere vervoerwijzen gebruik wordt gemaakt. Bron: CBS

² In het onderzoek wordt dit omschreven als toeren/wandelen.

H2

WAAROM WANDELEN BELANGRIJK IS

Wandelen is belangrijk. Wandelen heeft niet alleen positieve effecten op de lichamelijke en geestelijke gezondheid, maar draagt ook bij aan een duurzame(re) samenleving en de economie. Maar misschien wel het belangrijkste is dat een groot deel van de wandelaars zich positief en gelukkig voelt tijdens het wandelen.



Wandelen maakt gelukkig

Nederlanders wandelen graag, dit blijkt niet alleen uit het grote aandeel wandelaars op de Nederlandse bevolking, maar ook uit het onderzoek dat Wandelnet heeft laten uitvoeren onder de Nederlandse wandelaars. Bijna alle wandelaars voelen zich tijdens het wandelen ontspannen (90%) of positief (88%) en 80% voelt zich gelukkig¹. Ruim de helft van de Nederlanders vindt wandelen simpelweg leuk.

Structureel sporten en bewegen draagt bij aan persoonlijke ontwikkeling, vaardigheden en het ontmoeten van andere mensen. Voor veel mensen levert sporten plezier op. Mensen die voldoende sporten en bewegen ervaren over het algemeen een hogere kwaliteit van leven.

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021 en Ecorys, De sociaaleconomische waarde van sporten en bewegen, 2021

Wandelen is gezond

Dat wandelen gezond is, daar is geen discussie over mogelijk. De beweegrichtlijnen geven advies over de hoeveelheid lichaamsbeweging die nodig is voor een goede gezondheid. Voor volwassenen geldt dat geadviseerd wordt om per week – verspreid over meerdere dagen – 2,5 uur matig intensief te bewegen. Iemand die matig intensief beweegt heeft een verhoogde hartslag en iets versnelde ademhaling. Dat betekent voor de wandelaar dus: stevig doorwandelen.

Bron: <https://www.kenniscentrumsportenbewegen.nl/producten/beweegrichtlijnen/>

Sporten en bewegen heeft niet alleen een positief effect op de fysieke, maar ook op de geestelijke gezondheid van de Nederlanders. Wanneer een persoon voldoet aan de beweegrichtlijnen dan heeft hij of zij minder kans op onder andere overgewicht, hart- en vaatziekten, darm- en borstkanker, depressies of dementie. Het risico op blessures is bij wandelen relatief klein.

Bron: Ecorys, De sociaaleconomische waarde van sporten en bewegen, 2021.

¹ Percentage gebaseerd op het deel van de respondenten dat de mate waarin ze dit gevoel ervaren tijdens het wandelen, beoordelen met een rapportcijfer van 7 of hoger.



20 voordelen bij 30 minuten wandelen per dag

- 01** Minder risico op hart- en vaatziekten
- 02** Zorgt dat je op gewicht blijft
- 03** Minder stress
- 04** Meer energie
- 05** Zorgt voor een betere stemming
- 06** Laat je bloed stromen
- 07** Voorkomt obesitas
- 08** Kan angststoornissen verminderen
- 09** Verbetert de longfunctie
- 10** Meer vitamine D
- 11** Minder risico op kanker
- 12** Betere slaapkwaliteit
- 13** Geeft tijd om voor jezelf te zorgen
- 14** Betere coördinatie en balans
- 15** Verbetert kwaliteit van leven
- 16** Minder risico op diabetes
- 17** Ruimte voor creativiteit
- 18** Versterkt botten en spieren
- 19** Kan bloeddruk verbeteren
- 20** Versterkt je immuunsysteem



Bron: gebaseerd op: UK active - 20 benefits of walking 30 minutes a day



‘WANDELEN IS DE MEEST VOOR DE HAND LIGGENDE MANIER VAN BEWEGEN’



Het voorkomt overgewicht, bevordert productiviteit, verbetert creativiteit en vermindert somberheid. Hoogleraar klinische neuropsychologie Erik Scherder van de Vrije Universiteit in Amsterdam raakt niet snel uitgepraat over het positieve effect van wandelen. Dat de overheid geen doortastende maatregelen treft om ‘de bewegingsarmoede in Nederland’ te bestrijden, ergert hem mateloos. “Wandelen is de meest voor de hand liggende manier van bewegen en bij uitstek geschikt om de inactiviteitspandemie te bestrijden.”

Als neuropsycholoog weet Scherder glashelder uit te leggen wat wandelen met ons brein doet. “Het hart gaat er beter door werken en pompt meer bloed naar de hersenen. In het bloed zitten zuurstof en voedingsstoffen die essentieel zijn voor het brein. Je komt tot creatieve inzichten, terwijl negatieve gevoelens en stress verdwijnen.” Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat wandelen in de natuur het meest effectief is. “Je voelt de wind door je haren en ruikt de heide. Kortom, je brein wordt extra geactiveerd”, verklaart Scherder. “Elke stap is meegenomen, maar een dagelijks ommetje van een half uur aan één stuk maakt een groot verschil.” Wie denkt met hardlopen sneller hetzelfde effect te bereiken, komt bedrogen uit. “Flink doorwandelen is veel beter voor de stofwisseling en het afweersysteem. Bij te intensief bewegen, neemt de weerstand juist af.”

Niet verwonderlijk dat Scherder met lede ogen aanziet hoe aan zitten gerelateerde ziekten als obesitas, hart- en vaatziekten en diabetes type

2 verder toenemen. “Natuurlijk is het geweldig dat Nederlanders door de coronapandemie meer zijn gaan wandelen. Helaas is een ander gevolg dat mensen meer dan ooit thuiszitten en kinderen veel te weinig bewegen. De overheid zou de Arbo-wet moeten aanpassen en daarmee iedereen de mogelijkheid en ruimte moeten geven om te wandelen. Scholen zouden verplicht moeten worden kinderen dagelijks te laten wandelen.”

In samenwerking met de Hersenstichting ontwikkelde de hoogleraar de wandelapp Ommetje. “De app is al ruim anderhalf miljoen keer gedownload. Het succes zit vooral in het competitie-element. Je kunt andere mensen uitdagen om mee te wandelen. Ook als lid van de Nederlandse Sportraad blijf ik mij inzetten om iedereen aan het bewegen te krijgen. Dat hoeft echt geen sporten te zijn, maar ga alsjeblieft wandelen. Doe het!”

Wandelen is goed voor de economie

Uitgaven aan wandelen

Nederlanders gaven in 2018 in totaal 766 miljoen euro uit aan recreatieve wandelingen van een uur of langer (inclusief reistijd) en nog eens 197 miljoen euro aan wandelsportactiviteiten. Dit is exclusief de uitgaven aan vervoer (833 miljoen) en parkeren (259 miljoen). In 2015 (in 2018 is dit niet onderzocht) werd – naast de kosten die direct samenhangen met de wandelactiviteit – door recreatieve wandelaars nog 879 miljoen uitgegeven aan bijvoorbeeld wandelkleding of digitale hulpmiddelen en wandelvakanties.

	Toegangsprijzen	Consumpties	Winkels	Overige kosten	Totaal
Per recreatieve wandeling	 10 cent	 80 cent	 70 cent	 20 cent	 180 cent
Totaal	43 mln	340 mln	298 mln	85 mln	766 mln

Per recreatieve wandeling wordt in 2018 gemiddeld 1,80 euro uitgeven tijdens de wandeling zelf. Dit is inclusief de wandelingen waarbij men niets uitgeeft. Het grootste deel (44%) van de uitgaven gaat naar consumpties onderweg of wordt besteed in winkels (39%).

Bron: NBTC-NIPO, CVTO 2018.

Afgelopen 2 jaar (juli 2019-juli 2021) hebben Nederlanders per jaar gemiddeld 654 miljoen wandelingen van 5 km of meer gemaakt. Aangenomen dat de uitgaven aan wandelen vergelijkbaar zijn met die van 2018 (1,80 euro per wandeling), komt dat per jaar neer op een totaalbedrag van bijna 1,2 miljard euro aan de wandelingen zelf. En daarnaast wordt per jaar naar schatting nog zo'n 1,3 miljard euro uitgegeven aan vervoer en parkeren (1,97 euro per wandeling). Hierbij zijn de 1,8 miljard ommetjes/korte wandelingen van minder dan een uur nog buiten beschouwing gelaten. Bovendien wordt circa 788 miljoen euro uitgegeven aan wandelvakanties in eigen land.

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021 en NBTC-NIPO, CVTO 2018.

Overige positieve economische effecten wandelen

Wandelen heeft meer positieve effecten op de economie dan alleen de directe uitgaven door wandelaars. Sporten en bewegen hebben namelijk een positief effect op de lichamelijke en geestelijke gezondheid en daarmee op het zorggebruik en dus de zorgkosten. De kosten van eventuele blessures wegen hierbij niet op tegen de baten van meer bewegen. Als iedereen in Nederland voldoende zou bewegen, kan een totaal van 2,5 tot 7,3 miljard euro aan zorgkosten worden bespaard.

Bron: Ecorys, De sociaaleconomische waarde van sporten en bewegen, 2021 en Decisio, Fietsersbond en Wandelnet, Schatting monetaire waarde gezondheidseffecten van bewegen door werknemers, 2020.

Wandelen draagt bij aan een duurzame samenleving

Reizen (dagelijks vervoer en vakanties) is voor een belangrijk deel verantwoordelijk voor de CO2-uitstoot van de consumenten. Wandelen belast het milieu het minst - zeker wanneer je de auto laat staan - en is ook nog eens goed voor de gezondheid.

Qua actieve recreatie of sport is wandelen ook een duurzame keuze. Wandelen is voor bijna iedereen toegankelijk. Je hebt er in principe geen extra materiaal voor nodig (behalve goede schoenen en op sommige dagen een regenjas) en je doet het in de openlucht.

Bron: <https://www.milieucentraal.nl/duurzaam-vervoer/co2-uitstoot-fiets-ov-en-auto/>

Wandelen draagt bij aan een gezonde, leefbare woonomgeving

Een gezonde leefomgeving is een leefomgeving die als prettig wordt ervaren, die uitnodigt tot gezond gedrag en waar de druk op de gezondheid zo laag mogelijk is. Groen brengt ontspanning en koelte in de zomer en meer wandelpaden nodigen uit om te bewegen.

Bron: <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/kamerstukken/2021/04/16/kamerbrief-over-werken-vanuit-drie-randvoorwaarden-voor-het-programma-gezonde-groene-leefomgeving>





'WE MOETEN TERUG NAAR DE BASIS; DENKEN VANUIT DE VOETGANGER'

FOTO: ARENDA OOMEN



Als stedenbouwkundige, architect en Rijksadviseur is Wouter Veldhuis continu bezig met het ontwikkelen van een rechtvaardige leefomgeving. Wandelen en alles wat daarbij komt, heeft een vanzelfsprekende plaats in zijn werkzaamheden. "Tot tien jaar geleden ging het bij mobiliteitsvraagstukken altijd over de auto. Tegenwoordig krijgen andere manieren van verplaatsen voorrang. Wandelen kun je daarvan gerust de meest rechtvaardige noemen."

Naar de stellige mening van Veldhuis kan onze leefomgeving wandelbaar, aantrekkelijker en veiliger worden gemaakt door auto's aan de kant te doen. "Dat zijn de grootste ruimtevreter. We moeten af van autobezit en toe naar schoon deelfervoer. Dat klinkt utopisch, maar in wereldsteden als Londen, New York en Tokio heeft vrijwel niemand een eigen auto. Er is geen plek voor en te voet ben je er veel mobieler, zeker in combinatie met het openbaar vervoer. We moeten dus terug naar de basis; denken vanuit de voetganger."

Het minder aantrekkelijk maken van aankomstpunten voor auto's kan volgens Veldhuis een effectief middel zijn. "Zodat mensen bij vertrek al gestimuleerd worden te kiezen voor wandelen, fietsen of openbaar vervoer. Ga je met de auto naar Amsterdam, dan weet je dat parkeren lastig én duur wordt. Andersom kun je ook vertrekpunten aantrekkelijker maken, zodat mensen eerder geneigd zijn om te gaan wandelen. Het is een groot verschil of je bij vertrek een auto of een mooie, veilige wandelroute ziet."

De klimaatverandering leidt de komende jaren

tot grote ruimtelijke opgaven. Veldhuis ziet mogelijkheden. "Er zullen flinke geldstromen worden aangewend om de openbare ruimte te verbeteren. Een derde van de straten komt open te liggen, omdat er nieuwe energienetwerken worden aangelegd. Zo kan de leefruimte boven de grond ook opnieuw worden ingericht. Ditmaal met veel meer oog voor de voetganger."

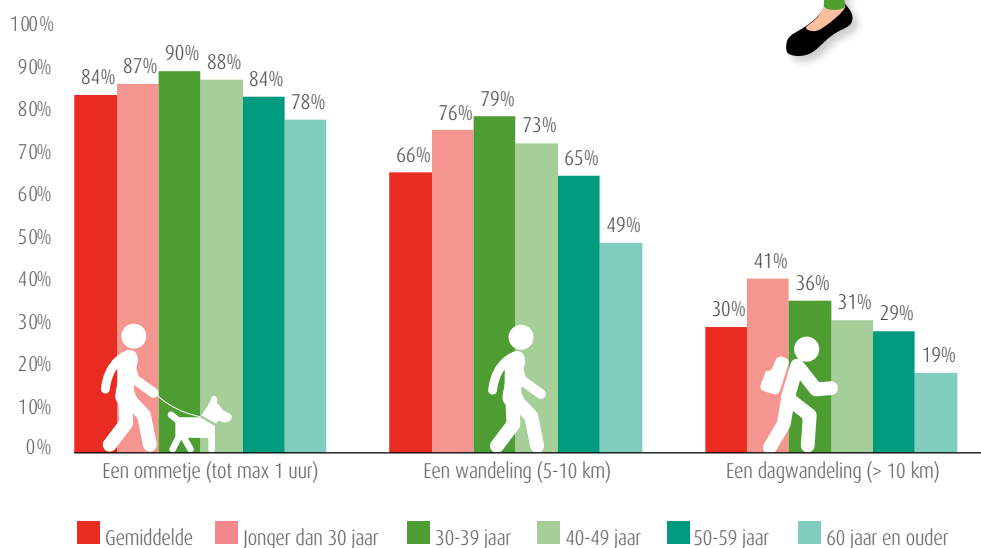
De Rijksadviseur vindt de nabijheid van aantrekkelijk groen van cruciaal belang voor iedereen. "Ik word vaak benaderd door bewonersgroepen, die zich boos maken over weilanden die zijn volgezet met zonnepanelen. Hun ommetje is aangetast." Hoewel er nog wat hobbels genomen moeten worden, noemt Veldhuis Nederland een ideaal land om te wandelen. "Pittoresk, gevarieerd en kleinschalig. Ik kan me voorstellen dat het geweldig is om een Amerikaanse staat als Texas met de auto te verkennen. Bij ons heeft wandelen absolute meerwaarde."

H3

WIE IS DE WANDELAAR?

Van jong tot oud; vrijwel iedereen wandelt wel eens. De ene wandelaar loopt het liefst meerdaagse wandelroutes, terwijl de ander liever meerdere keren een ommetje maakt. Er zijn wandelaars die wandelen omdat ze het leuk vinden, terwijl anderen het vooral doen om fit te blijven. Daarbij sluit het ene motief het andere uiteraard niet uit.

Leeftijd



Bijna alle (84%) Nederlanders (16+) maken wel eens een ommetje. Drie op de tien Nederlanders wandelen wel eens 10 kilometer of meer. Bovenstaande grafiek laat duidelijk zien dat in het algemeen geldt dat de participatie (het deel van de Nederlanders dat wandelt) afneemt naarmate men ouder is. Dit geldt zeker voor de langere wandelingen.

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

De wandelaar op leeftijd

Nederlanders blijven tot op hoge leeftijd wandelen, maar de participatie neemt wel af naarmate men ouder wordt. De participatie aan ommetjes van 20 minuten tot ongeveer een uur blijft echter hoog; 78% van de 60-plussers maakt wel eens een ommetje.

De redenen om te wandelen verschillen slechts beperkt per leeftijdsgroep. Naarmate de wandelaar ouder is, noemt hij vaker fit of gezond worden of blijven als reden om een ommetje of een wandeling te maken. Ontspanning is een andere belangrijke reden om te gaan wandelen. Verder maakt men een ommetje vaak ook om even een frisse neus te halen en is tijdens een (dag)wandeling natuurbeleving belangrijk.

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

Ruim de helft (53%) van de 60-plussers geeft aan dat de aanwezigheid van rustmogelijkheden (zoals bankjes of picknicktafels) (zeer) belangrijk is bij de keuze voor een bepaalde wandelbestemming. Gemiddeld geeft 45% van de wandelaars aan dit (zeer) belangrijk te vinden.

Bronnen: <https://www.wandel.nl/training/medisch/wandelen-op-latere-leeftijd-waar-moet-je-op-letten-.htm>, <https://www.kbo-pcob.nl/nieuws/kbo-pcob-wandelonderzoek-veel-senioren-aan-de-wandel/>, Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

De jongere wandelaar

Tijdens de coronacrisis is 70% van de jongeren tot 30 jaar meer gaan wandelen dan vóór de coronapandemie; 36% wandelde iets meer en 34% veel meer. Een groot deel van deze groep verwacht zeker (30%) of waarschijnlijk (49%) meer te blijven wandelen dan voor de coronacrisis. In vergelijking met de andere leeftijdsgroepen is een kleiner deel van de wandelaars tot 30 jaar er zeker van meer te blijven wandelen.

Mensen tussen de 25 en 34 jaar vormen qua vrijetijdsactiviteiten de actiefste groep van Nederland. Zij ondernamen (in 2018) bijna een kwart meer activiteiten dan de gemiddelde Nederlander. Wandelen moet voor deze groep dus concurreren met veel andere vrijetijdsactiviteiten.

Sommige aspecten zijn bij de jongere doelgroep belangrijker dan gemiddeld tijdens het wandelen. Deze hebben te maken met ontspanning en het zoeken naar gezelligheid (er even tussenuit, bezinning/hoofd leegmaken). Verder lijkt deze groep iets gevoeliger voor het bereiken van bepaalde doelen (aantal stappen, sneller rondje, etc.).

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021 en NBTC-NIPO, CVTO 2018.





‘HET MOOIE AAN NEDERLAND IS DAT JE VRIJWEL OVERAL SNEL IN EEN GROENE OMGEVING KUNT ZIJN’

FOTO: JEROEN DEN HARTOG



Staatsbosbeheer is de grootste landeigenaar van Nederland met 273.000 hectare natuurgebied. Directeur Sylvio Thijsen noemt het een kerntaak om alle Nederlanders de mogelijkheid te bieden hiervan te genieten. “Wandelen is daarvoor bij uitstek een geschikt middel. Wij beheren ongeveer 5000 kilometer aan wandelpaden, de aderen van het land.” Dat een aantal van deze ‘aderen’ door het groeiend aantal wandelaars verstopt dreigt te raken, baart hem vooralsnog geen zorgen. “Waar het drukker wordt, bewegen we mee.”

Volgens Thijsen moet er naast het beschermen van de natuur en het landschap altijd plaats zijn voor beleven en benutten. “Het mooie aan Nederland is dat je vrijwel overal snel in een groene omgeving kunt zijn. 95 procent van het land dat we beheren is opengesteld. Dat steeds meer wandelaars onze natuurgebieden verkennen, is fantastisch. Wij doen ons best om alles in goede banen te leiden.” Er wordt ingegrepen als flora en fauna dreigen te lijden onder de aanwezigheid van recreanten. “Om broedende vogels en dassenburchten te ontzien, passen we onze routes aan”, noemt Thijsen als voorbeeld. “Afsluiten is een allerlaatste redmiddel.”

De uitdijende groep wandelaars is naar de mening van Thijsen vooral gebaat bij een goede infrastructuur. “Dat begint al bij bewegwijzering en informatievoorziening. Zelf hebben we initiatieven, waarbij wandelaars samen met bos-

wachters op stap gaan.” Hoewel wandelaars de grootste groep recreanten vormen, trekken ook mountainbikers en ruiters er massaal op uit. “Zonering”, noemt Thijsen als manier om te voorkomen dat ze elkaar in de weg zitten. “Dat betekent dat je een natuurgebied inricht voor het gebruik van verschillende typen bezoekers. Soms kan er op hetzelfde pad prima worden gewandeld, gemountainbiket en paardgereden. De andere keer is het beter om hiervoor aparte paden te hebben.”

Thijsens toekomstvisie is gericht op kleinschaligheid en duurzaamheid. “Er zijn te veel auto’s, dus we moeten toe naar een deeleconomie en af van fossiele brandstoffen. Wandelen past perfect in dat plaatje. Nederland is een prachtig en gevarieerd wandelland. De kleuren, het licht, het landschap. Er liggen zoveel natuurgebieden te wachten om ontdekt te worden.”

Wandelgezelschap

Nederlanders ondernemen het grootste deel van de wandelingen met hun partner (39%), alleen (29%) of met de kinderen (21%). Verder wandelt 16% met de familie (anders dan partner en/of kinderen) en gaat 13% op stap met vrienden of kennissen.

Het wandelgezelschap bestaat gemiddeld uit 2,8 personen. Het grootste deel van de wandelaars (43%) gaat met twee personen op pad. Dit kan dus met de partner zijn, maar bijvoorbeeld ook met een vriend(in) of een familielid.

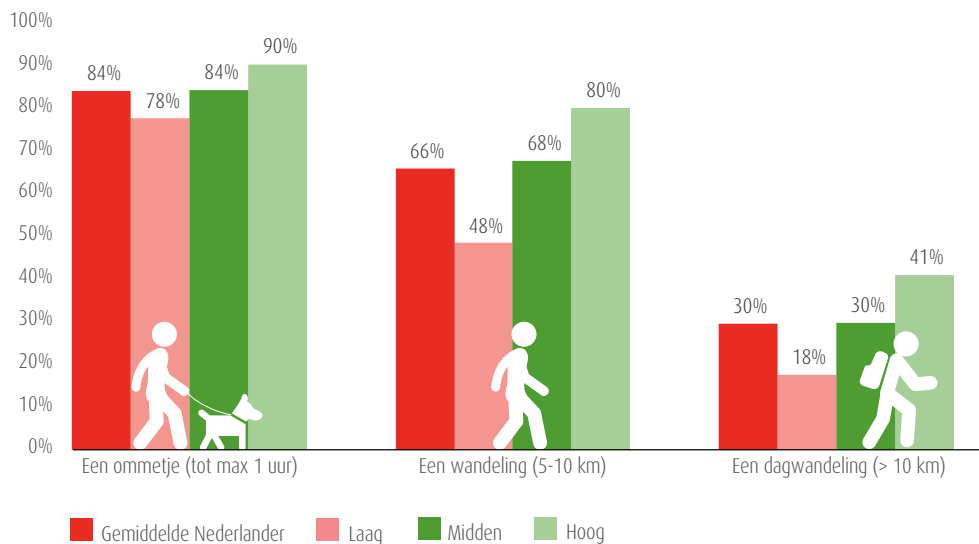
Bron: NBTC-NIPO, Continu Vrijtijdsonderzoek (CVTO) 2018.

Zo'n 9% van de Nederlanders die een wandelvakantie in eigen land ondernemen, gaat alleen op pad. De rest van de wandelaars wandelt op vakantie meestal met de partner (64%) en/of een vriend of vriendin (22%). Tijdens 11% van de wandelvakanties wordt ook met de kinderen gewandeld.

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021

Opleiding

Onderstaande grafiek laat zien dat naarmate het opleidingsniveau van de respondenten hoger is, de participatie aan wandelen toeneemt. Dit geldt zowel voor de ommetjes als voor de langere wandelingen. Het verschil is groter naarmate de wandelingen langer zijn.

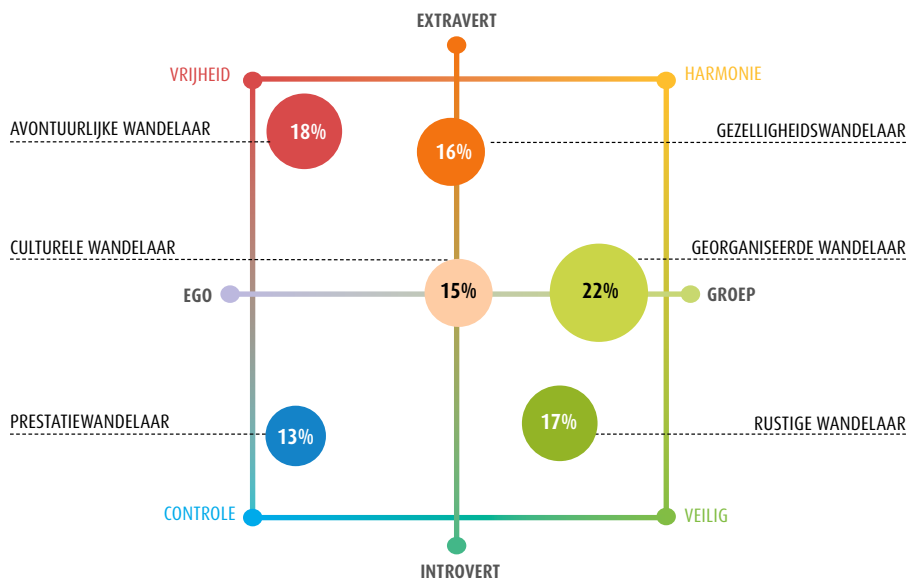


Opvallend is dat een relatief groot deel van de hoger opgeleiden dagwandelingen maakt (41%), maar dat ze gemiddeld minder (21 keer per jaar) dagwandelingen per jaar maken dan de Nederlanders met een middelbare of lagere opleiding (29 keer). Daarentegen maken de hoger opgeleiden juist vaker een ommetje (163 keer) dan de middelbaar (148 keer) of lager opgeleiden (139 keer).

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021 – berekening frequentie De Afdeling Onderzoek.

Wandelleefstijlen

In de vrijetijdssector wordt veel gewerkt met de Leisure Leefstijlen. Deze segmentatiemethode – op basis van het BSR-model – deelt de consumenten in op basis van hun vrijetijdsgedrag en de onderliggende drijfveren en motivaties. Op basis van dit model zijn voor Wandelnet de recreatieve wandelaars ingedeeld in zes hoofdtypen.



Avontuurlijke wandelaar (18%)

Wandelt graag buiten de gebaande paden en gaat alleen of met vrienden op pad. Wil graag nieuwe gebieden leren kennen, tot rust komen, mooie foto's maken of een bijzonder dier zien.

Gezelligheidswandelaar (16%)

De gezelligheidswandelaar kiest vaak voor een rondwandeling van 1-2 uur met het gezin of met vrienden. Hecht belang aan horeca onderweg en gezelligheid. Deze wandelaar zal niet snel in zijn eentje gaan wandelen.

Culturele wandelaar (15%)

Hecht belang aan een betrouwbare route en wandelt graag met vrienden of familie. Wil graag dat de route goed op orde en makkelijk bereikbaar is, vindt het wandelgezelschap belangrijk en combineert de wandeling graag met bijvoorbeeld museumbezoek.

Georganiseerde wandelaar (22%)

Wandelt het liefst met de partner of meerdere mensen. Voorkeur voor een georganiseerde wandeling of een gemarkeerde route. Makkelijk de weg kunnen vinden en goede rustpunten onderweg zijn belangrijk voor deze wandelaar.

Prestatiewandelaar (13%)

Zoekt sportieve uitdagingen en wandelt het liefst alleen of tijdens een evenement. Gebruikt vaak een app om de route te tracken en de prestatie te meten. Er moet voldoende te zien of te beleven zijn onderweg.

Rustige wandelaar (17%)

Volgt graag een uitgestippelde route en wandelt alleen of met een partner. Wandelt relatief vaak in de eigen omgeving. Goede bereikbaarheid van het startpunt en de mogelijkheid om onderweg mooie foto's te maken is belangrijk voor deze wandelaar.

H4

WAAR EN HOE WANDELEN

Veel wandelaars beginnen direct vanuit huis aan hun ommetje. Een deel maakt gebruik van de fiets of de auto om naar het beginpunt van een wandelroute gaan. Het liefst wandelt de Nederlander tijdens het weekend in het groen en door de natuur. Het wandelen van een rondje heeft de voorkeur. Of het wandelgebied met het openbaar vervoer bereikbaar is, wordt minder belangrijk gevonden.



Waar, wanneer en hoe komt men daar

Nederlanders die een ommetje lopen (van circa 20 minuten tot een uur) doen dat meestal direct vanuit huis of vanaf de werkplek. Negen Procent van de ommetjeslopers gaat meestal naar een andere locatie om daar een ommetje te maken.

Wandelaars zijn bereid verder te reizen voor langere wandelingen. 28 Procent van de wandelaars is bereid om voor een wandeling van 5 tot 10 kilometer maximaal 5 tot 10 kilometer te reizen. Ruim een derde wil niet (17%) of maximaal 5 kilometer reizen (20%). Voor wandelingen van 10 kilometer of meer is bijna een kwart (23%) bereid om meer dan 50 kilometer te reizen.

Reisbereidheid naar lengte wandeling

Een wandeling (5-10 km) - wandeling van ongeveer 1 uur tot 2,5 uur



Een dagwandeling (> 10 km) - wandeling van 2,5 uur of meer



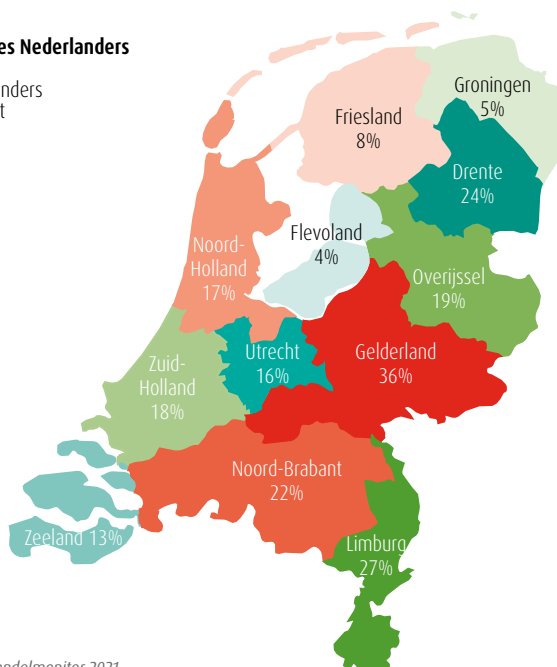
Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

Populaire wandelprovincies

Nederlanders noemen vaak hun eigen provincie als favoriete wandelprovincie of plaatsen hem in ieder geval in de top 3 van favoriete wandelbestemmingen. Voor alle ondervraagde Nederlanders is Gelderland de populairste wandelprovincie: 36% van de Nederlanders zet Gelderland in de top 3. Limburg (27%) en Drenthe (24%) staan op respectievelijk plek twee en drie.

Favoriete wandelprovincies Nederlanders

Deel ondervraagde Nederlanders dat provincie in de top 3 zet



Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

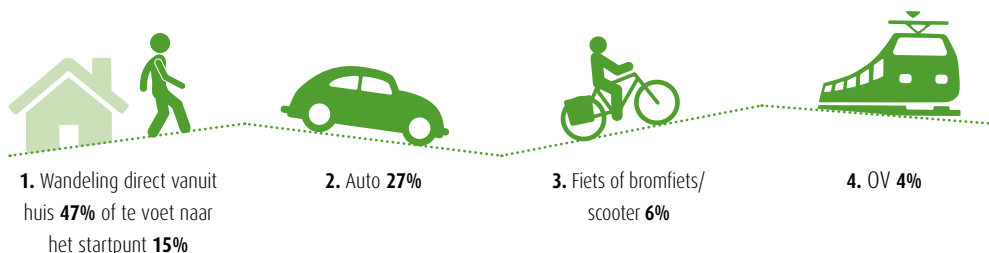
Dag en tijd

Het weekend - en dan met name de zondag - is voor Nederlanders het populairst voor een recreatieve wandeling. Een kwart van de wandelingen vindt op zondag plaats en 18% op zaterdag. Van de overige dagen van de week zijn de vrijdag en met name de woensdag iets meer dan gemiddeld in trek.

Wandelaars beginnen meestal 's ochtends (43%) of 's middags (45%) met wandelen. 11% gaat na het avondeten nog op pad.

Bron: NBTC-NIPO, Continu Vrijetijdsonderzoek (CVTO) 2018.

Vervoermiddel



Bij het grootste deel (62%) van de recreatieve wandelingen (>1 uur incl. reistijd) start de wandelaar direct vanaf het huisadres (47%), of gaat te voet naar het startpunt (15%). Voor 27% van de wandelingen wordt de auto gebruikt om bij het startpunt van de wandeling te komen. 6% gaat op de (brom)fiets of scooter naar het startpunt van de route. Het aandeel van het openbaar vervoer (OV) ligt op 4%.

Bron: NBTC-NIPO, Continu Vrijtijdsonderzoek (CVTO) 2018.

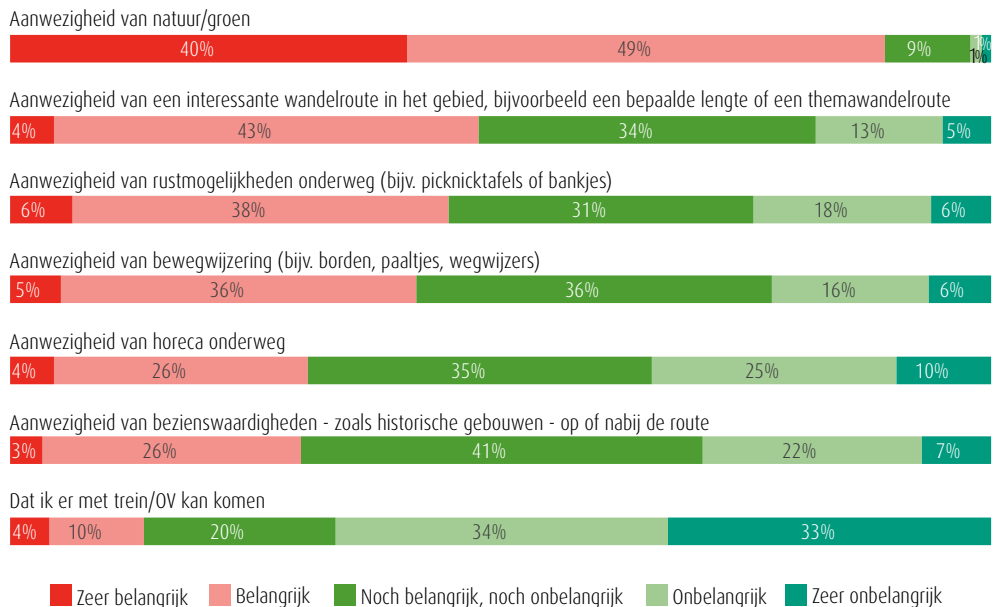
Voor het grootste deel (67%) van de wandelaars is bereikbaarheid met de trein of het OV niet zo belangrijk. Dit heeft er waarschijnlijk mee te maken dat slechts een klein deel (8,6%) van alle Nederlanders (6+) met het openbaar vervoer reist. Toch vindt 14% van de wandelaars het wél belangrijk dat een wandelbestemming met de trein of het OV te bereiken is.

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021 en CBS, Verkeersdeelname en OV 2019.

De wandeling en de route

Aan de wandelaars die wel eens een wandeling of een dagwandeling maken is gevraagd welke aspecten voor hen belangrijk zijn bij de keuze voor een bestemming. Het grootste deel van de (dag) wandelaars (89%) vindt de aanwezigheid van natuur of groen op de wandellocatie belangrijk of zeer belangrijk.

Mate waarin bepaalde aspecten belangrijk zijn bij de keuze voor een wandelbestemming



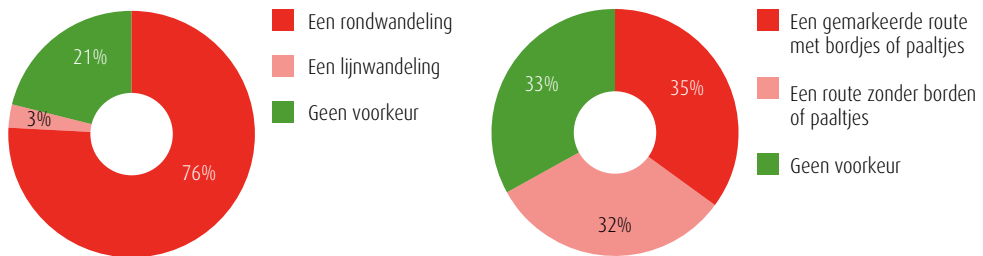
Andere (zeer) belangrijke aspecten zijn:

- de aanwezigheid van interessante wandelroutes in het gebied (47%);
- voldoende rustplekken onderweg (44%);
- bewegwijzering in het gebied (41%).

Er zijn enkele opvallende verschillen tussen de groepen wandelaars. Zo vinden vrouwen de aanwezigheid van rustplekken – en in mindere mate horecagelegenheden – belangrijker dan mannen. Hoogopgeleide wandelaars kiezen vaker voor een bestemming vanwege de aanwezigheid van een interessante route in het gebied. Daarnaast vinden zij de aanwezigheid van natuur of groen vaker zeer belangrijk. De jongste (< 30) en de oudste groep (60+) wandelaars maken meer dan de andere groepen gebruik van het OV.

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

Voorkeur type wandeling



Ruim driekwart van de wandelaars heeft de voorkeur voor een rondwandeling, waarbij je begint en eindigt op hetzelfde punt. Een klein deel wandelt liever een lijnwandeling waarbij je van A naar B gaat. 21% heeft geen voorkeur.

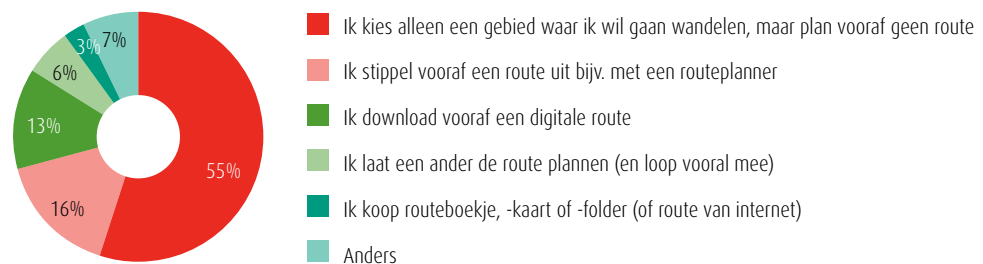
Er is een lichte voorkeur voor het wandelen van een gemarkeerde route (35%) met borden en paaltjes ten opzichte van een digitale route, een route op papier of een zelfbedachte route (32%). Een derde (33%) van de respondenten heeft geen voorkeur.

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

Vorbereiding op de wandeling

Ruim de helft (55%) plant meestal geen route voordat men op pad gaat, maar kiest alleen een gebied waar men wil wandelen. Zestien procent stippelt vooraf een route uit met bijvoorbeeld een routeplanner en 13% downloadt een digitale route.

Hoe plant men meestal de wandelroute (vooraf)



Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.



‘WANDELAARS HECHTEN VOORAL WAARDE AAN DE OMGEVING’



De wil om er wandelend, hardlopend of fietsend op uit te gaan en van de omgeving te genieten, is groter dan ooit. Daarmee neemt ook het belang toe van een omgeving die uitnodigt tot een actieve en gezonde leefstijl. Het bureau TRACK landscapes doet onderzoek naar gedrag en voorkeuren van de actieve gebruikers van het (stedelijk) landschap. “Dit land biedt zo veel mogelijkheden”, zegt mede-eigenaar en landschapsarchitect Mart Reiling. “Maar dan moeten ze wel goed worden gebruikt.”

TRACK landscapes werd in 2015 opgericht door toenmalig student Landschapsarchitectuur Reiling en zijn studiegenoot Thijs Dolders. “De gemeente Amsterdam vroeg ons in kaart te brengen hoe er in de stad werd hardgelopen. Zo is het balletje gaan rollen en zijn we ontwerpvoorstellen voor bewegende steden en landschappen gaan maken.” Hoewel ook het aantal hardlopers toeneemt, blijft wandelen de meest ondernomen vrijetijdsactiviteit. “Waar het hardlopers gaat om de kwaliteit en omvang van de routes, hechten wandelaars vooral waarde aan de omgeving”, verklaart Reiling, die vindt dat er te snel nieuwe wandelpaden worden aangelegd. “Het is zinvoller om bestaande padennetwerken fijnmaziger te maken en extra verbindingen en doorsteken te creëren.”

Reiling is ervan overtuigd dat het toegankelijk maken van aantrekkelijke wandelgebieden niet ten koste gaat van natuurwaarden. “Als wandelaars de natuur verstoren, doen ze dat vooral met de auto. Het blijft bijzonder dat er om te kunnen genieten van rust en natuur gebruik wordt

gemaakt van het voertuig dat de rust en natuur verstoort. De parkeerplaatsen bij de Posbank zijn al jaren overvol, terwijl station Rheden er letterlijk naast ligt. Wandelaars moeten gestimuleerd worden om gebruik te maken van het openbaar vervoer of de fiets als voor- en natransport. Zo maak je een inhaalslag op de auto.”

Verbondenheid is voor Reiling het kernwoord als het gaat om de ontwikkelkansen voor zowel natuur als recreatie. “Koppel fietsknooppunten aan wandelknooppunten. Zorg voor stallingen, horeca, sanitaire mogelijkheden en goede informatievoorziening. Het is zo simpel om op een fietssnelweg een strook voor wandelaars mee te nemen.” Als voorbeeld van het perfect bundelen van krachten noemt Reiling Het Lint in Leidsche Rijn. “Een acht kilometer lang en zes meter breed verhard pad door het Máximapark. Daar wordt veilig naast elkaar gewandeld, gerend, geskatet en gefietst. Auto’s zijn er niet welkom.”

Routeplanning

Tijdens (dag)wandelingen worden verschillende hulpmiddelen gebruikt voor het plannen van een route – soms tegelijkertijd. Daarbij wordt onderscheid gemaakt tussen gemarkeerde routes, digitale routes en routes op papier.

Gemarkeerde routes: 19% van de wandelaars gebruikt routes op een wandelnetwerk met knooppunten of keuzepunten en 43% gebruikt ook andere gemarkeerde routes.

Digitale routes: 31% van de wandelaars gebruikt een wandelapp of routeplanner en 16% maakt gebruik van een GPX-bestand/GPS-apparaat.

Routes op papier: 14% gebruikt een routekaart/regionale wandelkaart, 11% een routeboekje/-folder met kaart, achtergrondinfo en omschrijving en 9% een tekstuele routebeschrijving (dus zonder kaartje).

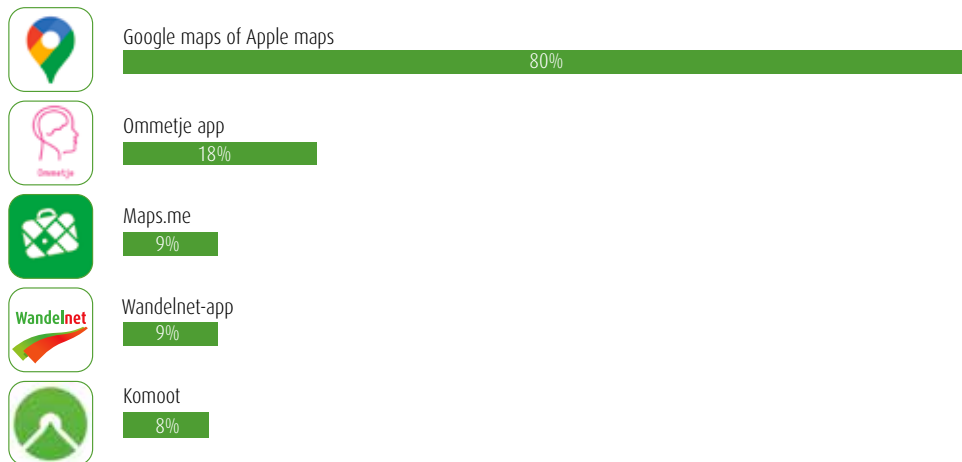
Routeplanning



Opvallende verschillen tussen verschillende groepen wandelaars:

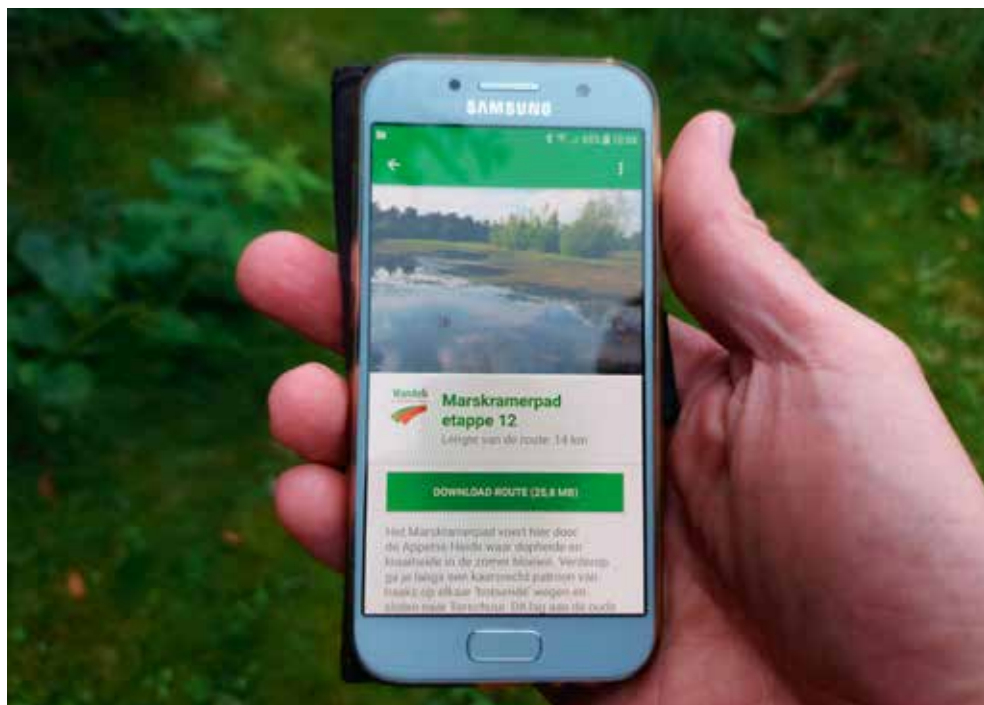
- Vrouwen hebben vaker een voorkeur voor gemarkeerde routes met borden of paaltjes. Mannen gebruiken vaker een GPX-bestand/GPS-apparaat.
- De populariteit van het gebruiken van een GPX-bestand/GPS-apparaat of een wandelapp of routeplanner neemt toe naarmate de wandelaar hoger opgeleid is.
- De jongste groep wandelaars (<30) maakt meer dan gemiddeld gebruik van wandelapps of routeplanners; de oudste groep (60+) minder.

Gebruikte apps en routeplanners



De (dag)wandelaars die aangeven een wandelapp of routeplanner te gebruiken (31% van de wandelaars), gebruiken meestal Google of Apple maps (80%). Daarnaast gebruikt zo'n 18% de Ommetje app. Daarna volgen Maps.me (9%), de Wandelnet-app (9%) en Komoot (8%). Uiteraard worden ook andere apps gebruikt, meest genoemde zijn: Route.nl (3%), Strava (2%), Klompenpaden (2%) en Afstandmeten.nl (2%).

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.



H5

WANDELVAKANTIES



Wandelen is één van de activiteiten die Nederlanders het meest doen tijdens een vakantie in eigen land. Bijna twee-derde van de Nederlanders maakt tijdens de vakantie één of meerdere keren een wandeling. Dat betekent dat er tijdens ruim 9 miljoen vakanties één of meer wandelingen gemaakt worden. Daarnaast bracht circa 7% van de Nederlanders (16+) de afgelopen twee jaar één of meerdere wandelvakanties door in eigen land. Populairste bestemmingen voor een wandelvakantie in eigen land zijn Gelderland, Limburg en Noord-Holland.

Bron: NBTC-NIPO, Continu Vakantieonderzoek (CVO) 2020 en Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

Soorten wandelvakanties

Met een wandelvakantie wordt een vakantie bedoeld waarbij wandelen voor de vakantieganger de belangrijkste activiteit is. Het gaat hierbij zowel om lange vakanties als om korte tripjes, zoals een weekendje weg. Er worden drie typen wandelvakanties onderscheiden:

Er worden drie typen wandelvakanties onderscheiden



Het grootste deel van de wandelvakanties (66%) bestaat uit verblijven waarbij men op één plek overnacht en vanaf daar dagwandelingen maakt. Tijdens bijna een kwart (23%) van de wandelvakanties wordt een trektocht gemaakt. 11 Procent kiest ervoor om tijdens één vakantie op meerdere plekken te overnachten en vanaf deze plekken dagwandelingen te maken.

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

Aantal wandelvakanties

In 2019/2020 heeft een kleine 1,1 miljoen Nederlanders (16+) per jaar zo'n 2,7 miljoen wandelvakanties in eigen land doorgebracht. Het grootste deel (65%) van de wandelvakanties is een korte vakantie van twee tot vier dagen. Tijdens 35% van de wandelvakanties is men vijf of meer dagen op pad.

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021, berekening De Afdeling Onderzoek.

Corona beïnvloedt vakantieplannen

Een onderzoek onder de achterban van Wandelnet (zomer 2020) toont aan dat voor veel mensen (71%) de coronacrisis invloed heeft gehad op de vakantieplannen.

Bijna de helft van de respondenten geeft bijvoorbeeld aan voor een (wandel)vakantie in Nederland in plaats van het buitenland te hebben gekozen.

Deel van respondenten dat het eens is met de stelling:

Door corona kies ik een (wandel)vakantie in Nederland i.p.v. in het buitenland

47%

Ik blijf vanwege de risico's liever thuis in de vakantieperiode.

28%

Ik heb besloten een (deel van een) lange afstandswandeling (LAW) in Nederland te gaan lopen

19%

Bron: Wandelnet, Onderzoek in tijden van corona, zomer 2020.

Gebruik routes tijdens de vakantie

Lange-Afstand-Wandelpaden (LAW) of Streekpaden

Ruim één op de drie Nederlanders gebruikte tijdens de laatste vakantie een Lange-Afstand-Wandelpad (LAW) of Streekpad. Ook voor dit type routes geldt dat ongeveer een derde van de ondervraagden ze wel ooit gebruikt heeft, maar niet tijdens de laatste vakanties. Circa één op de tien wandelvakantiegebruikers kent de LAW's of Streekpaden niet.

De LAW- of Streekpaden worden vaker dan gemiddeld gebruikt door trektochtwandelaars. Van deze groep gebruikte 46% een LAW-route of Streekpad tijdens de laatste wandelvakantie.

NS-wandelingen

Ongeveer één op de tien wandelaars maakte tijdens de laatste wandelvakantie een NS-wandeling. Ongeveer een kwart heeft ooit een NS-route gelopen, maar niet tijdens de laatste vakantie. Ruim één op de vijf wandelvakantiegeers is onbekend met de NS-wandelingen. Van de trektochtwandelaars gebruikte 18% een NS-route tijdens de laatste wandeling.

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

Wandelgezelschap

Wandelvakanties worden vooral ondernomen met de partner (ruim 60%) en/of een vriend of vriendin (22%). Tijdens ruim één op de tien wandelvakanties gaan er ook kinderen mee. Zo'n 10% van de wandelaars gaat alleen op vakantie. Trektochtwandelaars gaan minder vaak met hun partner op pad, maar wandelen vaker dan de gemiddelde wandelvakantiegeer in het gezelschap van een vriend of vriendin of juist alleen.

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

Logiesvormen

Een hotel, pension (43%) of een B&B (32%) zijn de populairste logiesvormen voor een wandelvakantie. Circa een kwart van de wandelvakantiegeers overnacht (ook) in een bungalow en 14% in een tent. Trektochtwandelaars kiezen vaker dan gemiddeld voor een B&B (46%) of een tent (22%).

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

Uitgaven wandelvakanties

Uitgaven per persoon per wandelvakantie

	2-4 dagen	5+ dagen
Totale uitgaven per vakantie	230 euro	391 euro
Overnachtingen	91 euro	154 euro
Horeca	58 euro	93 euro
Winkelen/boodschappen	31 euro	53 euro
Vervoer naar startpunt route	20 euro	34 euro
Entreegelden	9 euro	19 euro
Overige kosten	21 euro	39 euro
Gemiddelde verblijfsduur	2,3 nachten	6,4 nachten

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

Nederlanders gaven tijdens hun laatste binnenlandse wandelvakantie gemiddeld 230 euro uit aan een vakantie van twee tot vier dagen (gemiddelde verblijfsduur 2,3 nachten) en 391 euro aan een vakantie van vijf of meer nachten (gemiddelde verblijfsduur 6,4 nachten).

Dat betekent dat binnenlandse wandelvakanties naar schatting goed zijn voor circa 788 miljoen euro aan bestedingen (1,78 miljoen vakanties van twee tot vier dagen en 968.000 vakanties van vijf of meer dagen).

Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021, berekening De Afdeling Onderzoek.



FOTO: KARIN VAN DER LEE

H6

WAAR WRINGT DE SCHOEN?



Mensen wandelen graag en dat is goed voor gezondheid en economie. Toch wringt de schoen nog op een aantal punten. Zo zijn vraag en aanbod niet altijd in evenwicht en is het op sommige plekken erg druk. Verder zorgen verschillende soorten barrières ervoor dat het niet altijd eenvoudig is een aantrekkelijk ommetje te maken. Tot slot zijn er verschillen tussen de kwaliteit van de wandelinfrastructuur en ontbreekt het aan inzicht in de tevredenheid van de gebruikers van de wandelnetwerken.

Vraag en aanbod niet in evenwicht

Bewegvriendelijkheid per gemeente



Bewegvriendelijkheid per gemeente en bevolkingskernen



Hoeveelheid bewegvriendelijke omgeving per gemeente (indicator)

1-2 = veel minder dan gemiddeld

2-2,6 = minder dan gemiddeld

2.6-3 = iets boven gemiddeld

3-3,5 = boven gemiddeld

> 3,5 = ruim boven gemiddeld

Bevolkingskernen

Bron: Atlas Leefomgeving gegevens van het Mulier Instituut, 2017. Meer info over de methode om de bewegvriendelijkheid te bepalen op: <https://www.sportenbewegenincijfers.nl/methode#BewOmg>

De kaarten op de voorgaande pagina laten zien in hoeverre in de verschillende gemeenten de leefomgeving 'uitnodigt' om te bewegen. Hoe meer sporthallen, speeltuinen, bos, strand en fiets- en wandelpaden, hoe hoger de betreffende gemeente scoort. Hoe groener de gemeente op de kaart wordt weergegeven, hoe beweegvriendelijker de gemeente is. In de gele gebieden zijn per persoon minder mogelijkheden om te bewegen. Het aanbod van voorzieningen, groen of routes wordt daarbij afgezet tegen het aantal inwoners in het gebied. In feite zegt de kaart dus iets over de beweegvriendelijke omgeving per inwoner.

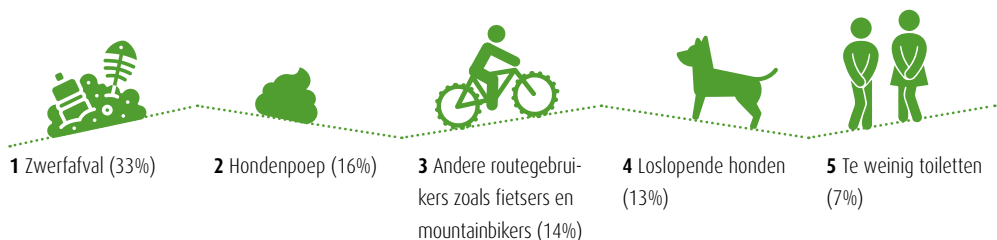
Recreatiedruk

Nederland is drukbevolkt en dat levert in sommige gebieden een grote recreatiedruk op. Recreatiedruk is het negatieve effect van recreatie en toerisme op de bevolking en omgeving van een gebied.

In 2020 ontstond – door de coronamaatregelen – grote druk op sommige natuur- en recreatiegebieden. Het tekort aan recreatieve ruimte speelt al veel langer, maar door de lockdown werd dit extra duidelijk zichtbaar. In 2020 werden op verscheidene plekken in Nederland zogenaamde druktemonitors ontwikkeld, waarmee op verschillende manieren de drukte gemeten of ingeschat werd. Sommige natuurgebieden werden zelfs tijdelijk afgesloten.

Hoewel de meeste mensen dus vooral blij en gelukkig worden van wandelen, is er ook een deel van de wandelaars dat zich wel eens ergert. De meest genoemde ergernissen hangen sterk samen met de recreatiedruk in de wandelgebieden en het gedrag van de mens.

Top 5 ergenissen



Bron: Kien, Onderzoek t.b.v. Wandelmonitor 2021.

Als een ommetje een omweg wordt

Een wandelaar loopt gemiddeld 4 tot 5 kilometer per uur. De bijbehorende actieradius maakt dat de benodigde wandelinfrastructuur fijnmazig moet zijn. Het is voor wandelaars belangrijk dat de maximale afstand tussen twee oversteekmogelijkheden niet te groot is. Verkeerskundigen en planologen gebruiken vaak de volgende richtwaarden¹:

Gebied	Gewenste maaswijdte
Binnen bebouwde kom	< 500 meter
Stads-/dorpsrand	< 1.000 meter
Buiten bebouwde kom	< 1.500 meter

¹ Barrièrewerking van lijninfrastructuur, CROW-publicatie 299, September 2011

Op veel plaatsen in Nederland zijn door snelwegen, het opheffen van spoorwegovergangen, de aanleg van rondwegen en het opwaarderen van provinciale wegen grote barrières ontstaan voor wandelaars.

Kwaliteit wandel-infrastructuur

Voor de ontwikkeling van Lange-Afstand-Wandelpaden en Streekpaden heeft Wandelnet criteria opgesteld. Deze hebben betrekking op de kwaliteit van de route (zoals onverharde paden en veilige oversteken op de weg), de kwaliteit van de voorzieningen (zoals rustplekken en bushaltes) en de kwaliteit van de omgeving (zoals de aantrekkelijkheid van het landschap).

In de meer dichtbebouwde omgeving en met name in de stadsrandzones laat de kwaliteit van de infrastructuur voor wandelaars regelmatig te wensen over.



FOTO: ESTHER KUIJPERS



'ELKE NEDERLANDER HEEFT RECHT OP EEN OMMETJE VANAF DE VOORDEUR'



FOTO: ERIK WARDEKER

Wandelen is uitgegroeid tot de grootste vrijetijdsbesteding van Nederland. Dit tot groot genoegen van Wandelnet-directeur Ankie van Dijk, die echter ook problemen ziet ontstaan. "Vraag en aanbod zijn niet altijd in evenwicht. Daarom is het onze missie Nederland toegankelijker en aantrekkelijker te maken voor wandelaars. Of ze nou een ommetje maken, op wandelvakantie gaan, een route met de kinderen wandelen, of zich wagen aan een stevige daghike."

Mensen hebben volgens Van Dijk drie hoofdmotieven om te gaan wandelen. "Voor het plezier, om zich van A naar B te verplaatsen, of omdat het gezond is. Bij Wandelnet werken we altijd vanuit de 'funfactor'. We vinden dat elke Nederlander recht heeft op een ommetje vanaf de voordeur. Dat vereist ook een goede infrastructuur vanaf de voordeur. Daar valt nog veel winst te behalen, want niet iedereen woont in een hutje op de hei. Wij hopen een bijdrage te leveren door het inzichtelijk en toegankelijk maken van routenetwerken. Dat geldt voor routes dichtbij huis, maar ook voor routes die heel Nederland doorkruisen, zoals Lange-Afstand-Wandelpaden en Streekpaden."

Wandelen is geen hype, maar wel hip

Geen geringe opgave in een land waar bij het begrip mobiliteit vooral aan de auto wordt gedacht. "Auto's zijn belastend voor het milieu en nemen veel ruimte in. Er worden volop nieuwe woningen gebouwd, maar er is simpelweg niet genoeg ruimte om die allemaal van een parkeerplaats te voorzien. Daarom moet er naar andere vormen van mobiliteit worden gezocht."

Wandelen is niet alleen gezond voor lichaam en geest, maar draagt ook bij aan een duurzamer en fijner Nederland."

Wandelen is ook nog eens goed voor de economie. "Veel wandelaars geven samen veel geld uit", stelt Van Dijk. "Ondernemers die langs wandelroutes gevestigd zijn, profiteren daarvan. Mensen die het Marskramerpad wandelen, genieten onderweg van koffie en appeltaart, maar moeten ook overnachten. Wandelaars geven geld uit aan goede schoenen, speciale kleding, hippe rugzakken en hulpmiddelen als wandelapps."

Een misvatting is dat er vooral door mensen van middelbare leeftijd en ouderen wordt gewandeld. "Jongeren noemen het misschien hiken, maar het komt op hetzelfde neer. Ze vormen een community van bloggers en vloggers en delen hun ervaringen op social media. Wandelen is geen hype, maar wel hip. Ook tijdens het werk, want je ziet steeds vaker dat mensen bijvoorbeeld wandelend overleg hebben."



Dit is een uitgave van Stichting Wandelnet, 2021.

Deze monitor is mede tot stand gekomen met financiële bijdragen van het Ministerie van Infrastructuur en Waterstaat en de provincies Groningen, Drenthe, Friesland, Flevoland, Noord-Holland, Zuid-Holland, Zeeland, Utrecht, Overijssel, Gelderland en Limburg.

Coördinatie: Monica Wagenaar, De Afdeling Onderzoek

Interviews en redactie: Bert Nijenhuis

Grafische vormgeving: Leonie Nennie, Buro 28

Illustraties: Macrovector/Freepik

Overname van gegevens uit deze publicatie is toegestaan, mits de bron wordt vermeld. Ondanks de zorgvuldigheid waarmee deze uitgave is samengesteld zijn Stichting Wandelnet en De Afdeling Onderzoek niet aansprakelijk voor fouten of onvolkomenheden en eventueel daaruit voortvloeiende schade. U kunt een digitale versie van deze uitgave gratis downloaden op: www.wandelnet.nl.

Vergelijking met voorgaande Nationale Wandelmonitors:

Wandelnet heeft ervoor gekozen voor deze Nationale Wandelmonitor zelf een onderzoek te laten uitvoeren naar het wandelgedrag van de Nederlanders. In het verleden is gebruik veel gebruik gemaakt van data uit landelijke vrijetijdsonderzoeken, zoals het Continu Vrijetijdsonderzoek (CVTO) en het Continu Vakantieonderzoek (CVO). Door het gebruik van andere bronnen zijn de verschillende monitors niet één op één te vergelijken.



