

NFIFs MOSJONSLØP- STATISTIKK

2019

**TALL
UTVIKLING
TRENDER**

NFIFs MOSJONSLØP- STATISTIKK

2019

TALL UTVIKLING TRENDER

Innholdsfortegnelse

Kommentarer og presiseringer	5
2019 oppsummert	6
Distanser og avstander	11
Løpskategorier	15
Påmeldingssystem	17
Trender	19

**Oppdatert 22. mai 2020*

- NKS Jentebølgen Trondheim er kommet med i begge oversikter over de største løpene*
- 3-sjøersløpet er kommet med i oversikten over Norges største arrangement*

Kommentarer og presiseringer

Denne statistikken tar kun utgangspunkt i data hentet fra løp som er registrert på NFIFs terminliste (<https://mosjon.friidrett.no/terminliste>) og som er avholdt i kalenderåret 2019. Datagrunnlaget er tatt ut manuelt fra de ulike påmeldingssystemer som er brukt, samt fra resultat- og eller startlister i de tilfeller der data fra påmeldingssystemer ikke har vært å oppdrive. Statistikken tar kun for seg fullførende startende deltakere. Den omfatter altså ikke startende deltakere som ikke fullførte (DNF), eller deltakere som var påmeldt uten å ha startet (DNS). Det er flere grunner til at vi har valgt denne løsningen. For det første har vi vært opptatt av å være konsekvente, noe som ga oss lite muligheter da resultatsystemet *Ultimate Sport System* kun opererer med fullførende starter. Vi ser for øvrig at blant annet *Kondis* også opererer med dette. Det gjøres også oppmerksom på at én deltaker i denne statistikken kan telles opptil flere ganger, da vedkommende kan ha deltatt i flere ulike løp. Datagrunnlaget gir oss med andre ord ikke noen form for personlig statistikk, annet enn kjønn. Som en konsekvens av dette sitter vi ikke på kunnskap om den enkelte deltaker, noe som gjør at vi mangler en del vesentlig og spennende informasjon, for eksempel om deltakeren er en ny eller eksisterende deltaker eller innsikt i ulike aldersgrupper. Slike data ville gitt oss et enda bedre grunnlag for å konkludere rundt utvikling, frafall og trender. Det må også nevnes at vi i vårt register sitter på 117 løp som vi ikke finner resultat for. Selv om vi sitter på annen kunnskap om disse løpene (lengde, kategori etc.) har vi valgt å holde disse utenfor statistikken, slik at vi hele tiden kun snakker om de løpene med fullstendig statistikk. Barneløp er for øvrig også utelatt denne statistikken. I de tilfeller der kjønn ikke er oppgitt, er antallet fullførende starter fordelt likt.

Vi ønsker også å redegjøre kort for de ulike løpslistene og datagrunnlaget vi benytter, samt noe av kompleksiteten rundt hvordan vi har valgt å telle ett løp.

Vi opererer med to lister: *NFIFs terminliste 2019* og *Løpsoversikten 2019*. NFIFs terminliste inneholder alle registrerte løp gjort av klubber, og er delt inn i ytterligere to lister: «unike løp» og «m/karuseller». Unike løp er rene enkeltløp som avholdes én gang i året, for eksempel *Kolsåstoppen Opp*. Karusell-løp er løp som inngår i en serie av konkurranser innenfor samme sesong, for eksempel *KIFs mosjonskarusell*. I terminlisten kalt «unike løp», vil både de unike løpene og karusell-løpene telles som ett løp, uavhengig av hvor mange løp sistnevnte innehar. I terminlisten kalt «m/karusell», vil de unike løpene telles én gang, mens karusell-løpene tall vil representere antall løp i serien det gjeldende året.

Litt av utfordringen med terminlisten, er hvordan et løp registreres. *Oslo Maraton*, for eksempel, er i realiteten fem ulike løp (*10 for Grete*, *Halvmaraton*, *Maraton*, *Racing rullestol*, og *Trippel*), men blir på terminlisten kun registrert som ett løp. På bakgrunn av dette har vi derfor *Løpsoversikten 2019*, der vi bryter ned hvert enkelt arrangement til enkeltløp og samler det.

Når det gjelder konseptløp, som *BDO-mila*, *Jentebølgen* eller *Rosa-sløyfe-løpene*, der løpene gjerne avholdes på forskjellige plasser men under samme navn, har vi valgt å telle disse som enkeltløp hver for seg i alle oversikter.

Helt til slutt vil vi presisere at det må tas høyde for at det kan forekomme feil i eller mangler i dette dokumentet. Det kan også hende at det som er publisert inneholder uklar eller manglende tekst, slik at det misforstås av brukerne, uten at tallene eller teksten i seg selv er feil.

Vi håper uansett at du som leser setter pris på dokumentet, og får utbytte av det.

- Norges Friidrettsforbund, mai 2020 -



2019 oppsummert

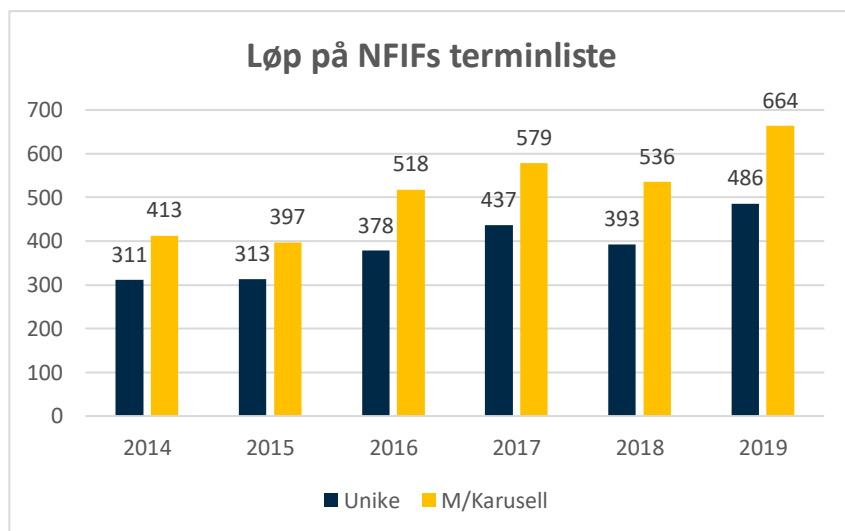
2019 var et godt år for mosjonsløp i Norge. Over hele linja ser vi en solid økning både i antall arrangement og antall deltakere. Det være seg på NFIFs terminliste, men også andre terminlister og oversikter som finnes tilgjengelig for hele landet.

Løp på terminlista:

På NFIFs terminliste for 2019 finner vi 486 unike løp og 664 løp m/karuseller.

Fra 2018 og til 2019 ser vi en økning på 93 løp på den unike løpslista (23,66%), og på 128 løp (23,88%) på lista med karuseller.

Fra NFIF innførte terminlisten i 2014, har økningen vært på 175 løp (56,27%) på den unike løpslista, og på 251 løp (60,77%) på lista som inkluderer karuseller.



Registrerte løp og deltakere:

Av alle de løpene som var registrert på NFIFs terminliste i 2019, utgjorde dette til sammen 973 enkeltløp med 1 eller flere fullførte startende, og tilsammen 277 603 fullførte startende. I 2018 var det 644 løp og 191 608 fullførte startende på tilsvarende liste.

Dette medfører en økning på 329 (51%) løp, og 85 995 fullførte startende (45%). Det dukker altså opp flere enkeltløp totalt enn deltakere totalt.

Kjønn:

Av de 277 603 fullførte startende i 2019, var 151 854 (55%) menn og 125 749 (%) kvinner. Til sammenligning var det i 2018, 106 332 (55%) som var menn, og 85 276 (45%) som var kvinner.

Kjønnsfordelingen forholder seg med andre ord helt likt som fra 2018.





STØRRELSE OG OPPSLUTNING

Størrelser og oppslutning

Mosjonsløp i Norge kommer i alle former og størrelser. Fra de store gateløpene til de mindre motbakkeløpene, fra de korte til de lange. Løpsarrangører i Norge kan by på det meste.

De største løpene i Norge:

Når vi prater om de største løpene i Norge, mener vi flest antall deltagere som fullførte. Vi deler dessuten oversikten i to kategorier: Største arrangement (f.eks alle løp under *Oslo Maraton* eller *Sentrumsløpet*s paraply) og største enkeltløp (f.eks maratondistansen i *Oslo Maraton* eller 10 kilometeren i *Fornebuløpet*).

De 20 største løpsarrangementene i Norge:

Under følger liste med de 20 største løpsarrangementene i Norge. Markert i rødt er løp som ikke var på terminlisten i 2018. Merk at løpskaruseller ikke er tatt med i beregningen:

	Arrangement	2019	2018	Endring
1	Holmenkollstafetten (stafett)	51855	44175	7680
2	Oslo Maraton	17858	14457	3401
3	Sentrumsløpet	9954	8954	1000
4	Bergen City Marathon	9903	9135	768
5	St. Olavsløppet (stafett)	7763	0	Ikke på listen
6	Birken	6426	6161	265

7	Trondheim Maraton	5731	0	Ikke på listen
8	Ryfastløpet	5330	0	Ikke på listen
9	Stoltzekleiven Opp	5002	4904	98
10	KK-mila	4516	3837	679
11	Midnight Sun Marathon	3905	4024	-119
12	Fornebuløpet	3508	3664	-156
13	Hytteplanmila	3221	0	Ikke på listen
14	FjordViking - Knarvik	2856	3298	-442
15	Oslos Bratteste	2716	3356	-640
16	NKS Jentebølgen Trondheim *	2449*	0	Ikke på listen
17	Rosa sløyfe-løpet Oslo	2438	1524	914
18	Bergen Fjellmaraton	2355	2072	283
19	3-Sjøersløpet	2237	2366	-129
20	Mørketidsløpet	2177	0	Ikke på listen

De 20 største enkeltløpene i Norge:

På listen over enkeltløp ser vi at samtlige løp, bortsett fra *3-sjøersløpet* og *Midnight Sun Maratons* 10 kilometer, har hatt økning fra 2018.

	Løp	2019	2018	Endring
1	Holmenkollstafetten (stafett)	51 855	44 175	+7680
2	Oslo Maraton - Halvmaraton	9592	7861	+1731
3	Sentrumsløpet - 10 km	8620	7838	+782
4	St. Olavsloppet (stafett)	7763	0	Ikke på listen
5	Oslo Maraton - 10 for Grete	5332	4297	+1035
6	Ryfastløpet - Halvmaraton	5330	0	Ikke på listen
7	Stoltzekleiven Opp	5002	4904	+98
8	Bergen City Marathon - Halvmaraton	4514	4285	+229
9	Birken - Birkebeinerløpet	4422	4199	+223
10	Bergen City Marathon - Stafett (stafett)	3483	3194	+289
11	Hytteplanmila	3221	0	Ikke på listen
12	Oslo Maraton - Maraton	2833	2235	+598
13	KK-mila - 5 km	2535	2070	+465
14	NKS Jentebølgen Trondheim *	2449*	0	Ikke på listen
15	Trondheim Maraton - Halvmaraton	2347	0	Ikke på listen
16	3-Sjøersløpet	2237	2366	-129
17	KK-mila - 10 km	1981	1767	+214
18	Fornebuløpet - 10 km	1976	1656	+320
19	Rosa sløyfe-løpet Bergen - Lang løype	1868	1443	+425

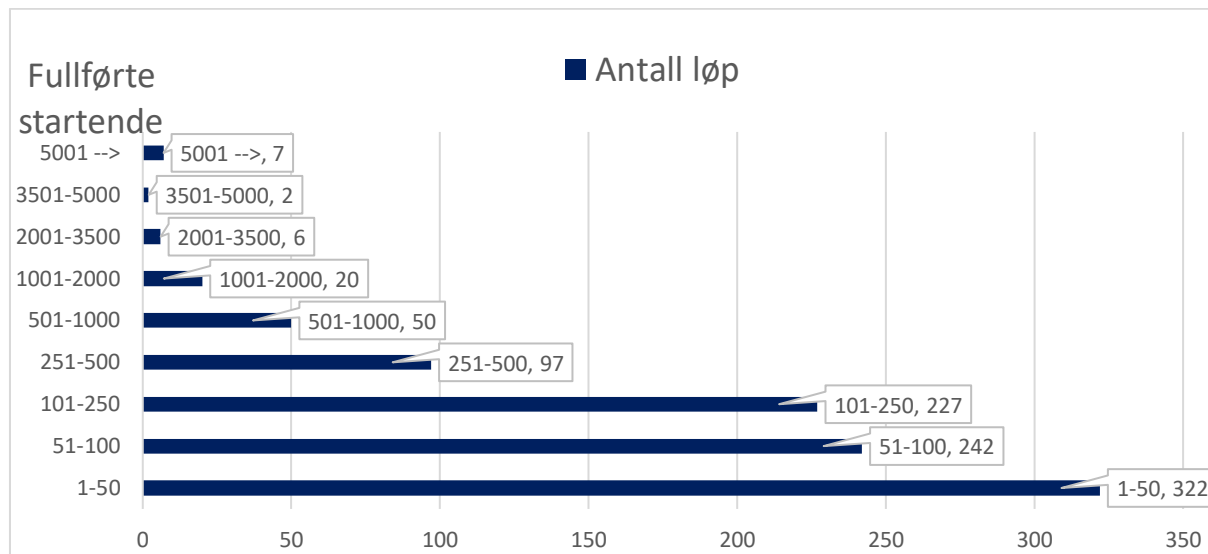
20	Midnight Sun Marathon - 10 km	1605	1720	-115
----	-------------------------------	------	------	------

Oppslutning:

I denne oversikten har vi valgt å se på oppslutningen rundt enkeltløpene i Norge.

Gjennomsnittsoppslutningen for et mosjonsløp i Norge er 285 fullførte startende. Majoriteten (91%) av løpene i Norge har under 500 fullførte startende, og kun 15 løp (1,5%) har over 2000 fullførte startende.

Sammenlignet med 2018, ser vi ingen store forskjeller.



* For NKS Jentebølgen Trondheim har det ikke lyktes oss å finne antallet fullførte startende. Vi opererer derfor kun med startende deltagere i dette tilfellet

3

DISTANSER OG AVSTANDER

Distanser og avstander

Blant de 973 løpene vi opererer med, finner vi alle type distanser fra de korteste trappeløpene til de lengste ultraløpene og 24-timersløpene.

Det har vært utfordrende å definere avstand på stafetter og 24-timersløp. På stafetter har vi delt totallengden på løpet med antall etapper, mens i 24-timersløpene har vi satt 120 kilometer som vi mener er et greit gjennomsnittsanslag. Ulike trippler eller kombinasjoner av flere løp er holdt utenfor denne statistikken.

De korteste og lengste løpene:

Norges korteste løp i 2019 er *Barcode Challenge*, i regi av Idrettsklubben Tjalve. Det er et trappeløp på 303 trappetrinn og 110 meter. Det var også det korteste løpet i 2018.

Norges lengste løp i 2019 er *Bislett-24-timers*, i regi av Romerike Ultraløperklubb. I 2019 løp svenske Torbjörn Gyllebring lengst av alle innenfor de 24 timene han hadde på seg, og nådde en distanse på 246,227 kilometer.

Norges lengste løp i 2019 med fastsatt distanse, var *Brekkeløypa Ultra*, i regi av FIL AKS-77. Løypa var 80,4 kilometer lang.



BISLETT-24-TIMERS
246 km
LENGSTE LØP



BREKKELØYPA ULTRA
80,4 km
LENGSTE LØP – FASTSATT DISTANSE



BARCODE CHALLENGE
110 m
KORTESTE LØP

De 14 lengste løpene:

I oversikten under har vi for 6-timersløpet *Meldal 6-timers* og 24-timersløpet *Bislett-24-timer*, satt lengde utfra vinnerdistansen.

Grunnen til at vi har plukket ut 14 løp, er at de neste på listen er maratondistanser.

	Løp	Distanse
1	Bislett 24t	246 km
2	BrekkeløypaUltra	80,4 km
3	Meldal 6-timers	80,2 km
4	Høyjord Rundt og Rundt	80 km
5	Hornindal Rundt	75 km
6	KRSUltra	60 km
7	MoonValleyLakeRun	58,9 km
8	Tromsø Skyrace - Hamperokken Skyrace	57 km
9	Løpevennene i Harstad Ultraintervall	50,4 km
10	Romeriksåsen på langs	50 km
11	Bislett 50km	50 km
12	Tromsø Mountain Challenge - Ultra	50 km
13	Molde 7 topper - Ultra	50 km
14	Verdens Ende	50 km

De 11 korteste løpene:

Som presisert innledningsvis, er barneløp utelatt fra statistikken. For tabellen under er også stafetter utelatt.

Grunnen til at vi har plukket ut 11 løp, er at de neste på listen er 1-kilometersløp.

	Løp	Distanse
1	Barcode Challenge	110 m
2	Kollentrappa	Ca. 500 m
3	Hanatrappene Opp	Ca. 500 m
4	Russarstegen Opp	566 m
5	Trappeløpet - Høyanger	570 m
6	Tour of Mjøsa - Trappeløpet Prolog	Ca. 600 m
7	iDrift Challenge: Fossatrappo Opp	800 m
8	Kanonløpet	800 m
9	Fløibanen Opp	820 m
10	Oppstemten - Konkurransen med tid	900 m
11	Stoltzekleiven Opp	910 m

Distanser:

Som vi har sett over, strekker distansene i Norge seg fra litt over 100 meter til nesten 25 mil på det lengste. Den gjennomsnittlige distansen for alle løp i Norge er 9,9 kilometer. I 2018 var den på 10,5 kilometer.

Den totale samlede lengden på alle løp i Norge utgjør 9688 kilometer, noe som omtrent tilsvarer avstanden mellom *Nordkapp* og *Abuja* i *Nigeria*. I 2018 var lengden 6091 kilometer.



Dersom man multipliserer antall fullførte startende (277 603) med den gjennomsnittlige løpelengden i Norge (9,9 km), ender vi på 2 748 270 kilometer. Dette tilsvarer at alle deltagere samlet har løpt jorda rundt mer enn 68 ganger.

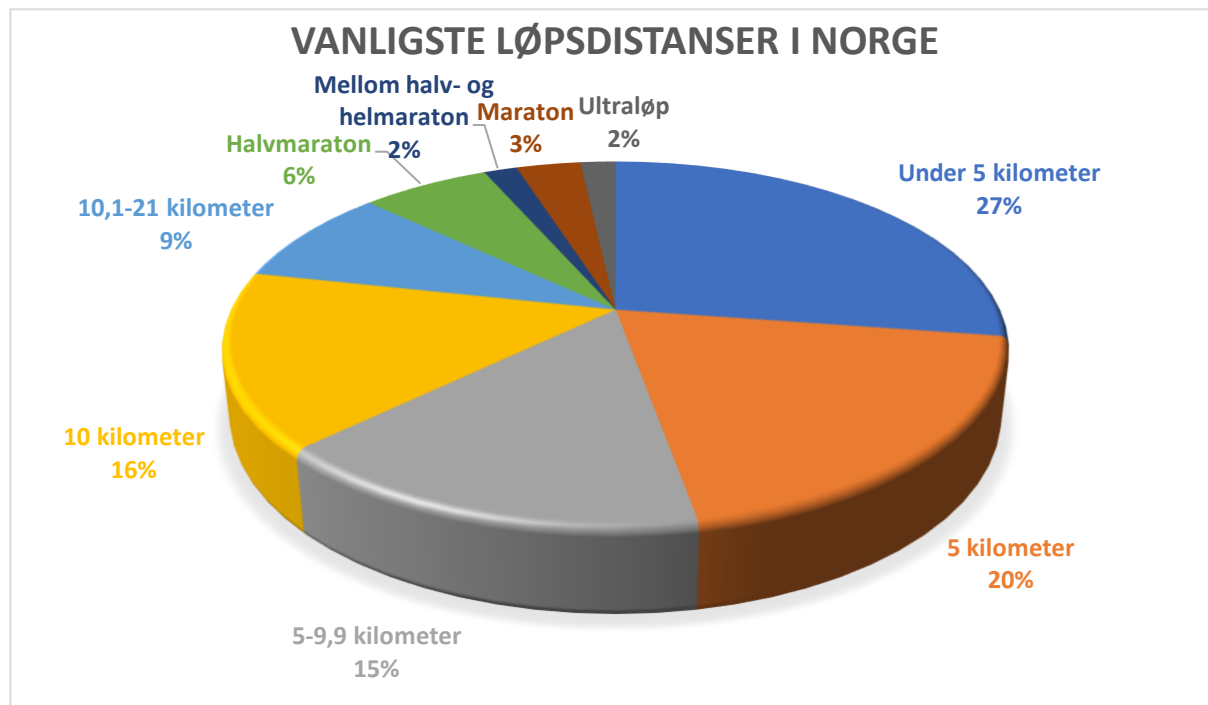
For å få en oversikt over hvilke distanser som er de mest vanlige, har vi delt avstandene inn i ulike grupper. Vi har forsøkt å fordele de gradvis, samtidig som vi har ønsket å beholde de rene distansene 5km, 10km, halvmaraton og maraton. Inndelingen er som følger:

- | | |
|------------------------------|---------|
| • Under 5 kilometer | 266 løp |
| • 5 kilometer | 193 løp |
| • 5-9,9 kilometer | 152 løp |
| • 10 kilometer | 152 løp |
| • 10,1-21 kilometer | 84 løp |
| • Halvmaraton | 62 løp |
| • Mellom halv- og helmaraton | 16 løp |
| • Maraton | 31 løp |
| • Ultraløp | 17 løp |

Det vi umiddelbart ser, er at det er de korte løpene som er de mest populære. Nesten halvparten av Norges løp er 5 kilometer eller kortere (47%). 29% er løp mellom 5 og 10

kilometer, 15% er løp over 10 kilometer og opp til og med halvmaraton, og løp lengre enn halvmaraton utgjør kun 7% i Norge.

Tar vi for oss hoveddistansene ser vi at 5 kilometeren er vanligst (20%), med 10 kilometeren (16%), halvmaraton (6%), maraton (3%) og ultraløp (2%) i rekkefølge etter.



Sammenligner vi med 2018 er tallene nesten identiske. Den merkbare forskjellen er at 5 kilometerløp har økt fra 15% til 20%.



LØPSKATEGORIER

Løpskategorier

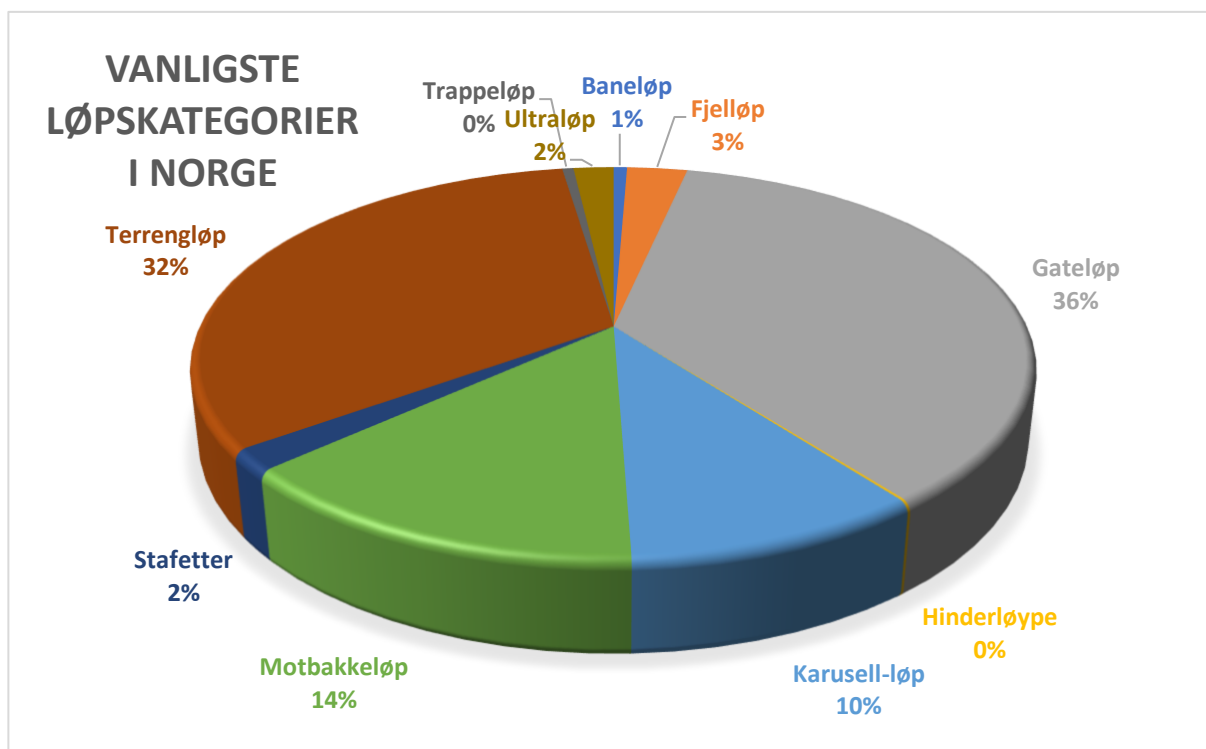
Det finnes en rekke ulike typer løp i Norge. Disse defineres gjerne ut fra en rekke forskjellige faktorer som underlag, omgivelser, geografi, utfordringer, deltakere, lengde, former osv. Av disse igjen er det flere som går litt i hverandre, og mange løp kombinerer dessuten flere aspekter i ett og samme løp. Det er derfor litt utfordrende å kategorisere hvert enkelt løp, og det har også vært utfordrende å definere hvilke løpskategorier som treffer alle. Det siste er nok umulig, men vi har forsøkt å operere med følgende løpskategorier:

- | | |
|--|---------|
| • Baneløp (for eksempel <i>Stadionmila</i> i Kristiansand) | 6 stk |
| • Fjelløp | 27 stk |
| • Gateløp | 352 stk |
| • Hinderløype | 1 stk |
| • Karusell-løp | 95 stk |
| • Motbakkeløp | 135 stk |
| • Stafetter | 17 stk |
| • Terrengrløp | 317 stk |
| • Trappeløp | 5 stk |
| • Ultraløp | 18 stk |

De vanligste løpskategoriene:

Det kommer helt tydelig frem at terrengløp og gateløp er den type løp det fantes mest av i Norge i 2019. Disse to alene står for 68% av alle løp. Motbakkeløp har også en sterk posisjon i Norge, som den tredje største løpskategorien (14%), og også karusell-løp (10%) er populært.

Igjen er det viktig å påpeke at kategoriseringen er utfordrende. Mange karusell-løp kan defineres som både baneløp, terrengløp og gateløp. Det samme med stafetter. Enkelte terrengløp er dessuten innom fjellpartier, og noen av gateløpstraséene i Norge forflytter seg over til terreng.



Sammenligner vi 2019-tallene med 2018, ser vi en nedgang i antall gateløp fra 48% til 36%. Vi er usikre på hva dette skyldes, da vi ikke ser noen klare årsaker i dataene våre. Det er uansett ingen tvil om at kategoriseringen i 2019 er bedre og mer riktig enn den var i 2018, og dette kan ha noe med forklaringen å gjøre.



PÅMELDINGSSYSTEM

Påmeldingssystem

I løpet av de siste tiårene har det vært en rask utvikling innen nettbaserte systemer for registrering av deltakere og påmelding online. Kun et fåtall arrangører og løp opererer fortsatt med fysisk oppmøte og registrering som i gamle dager.

I denne oversikten har vi tatt en titt på hvilke påmeldingssystemer som er mest brukt.

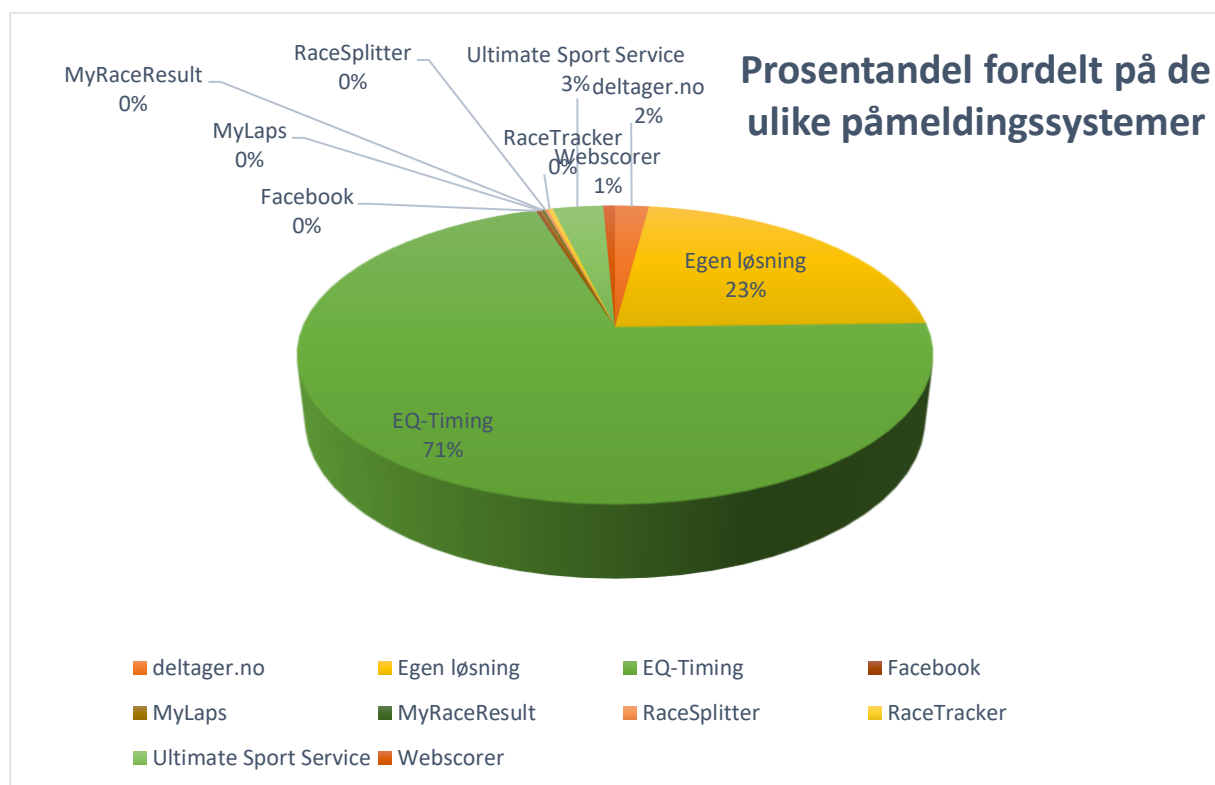
Alternativer:

I vår oversikt finnes 9 ulike påmeldingssystemer i tillegg til det vi har valgt å kalle «egen løsning». I de tilfeller der «egen løsning» er valgt, har vi ikke lyktes i å finne ut nøyaktig system eller leverandør.

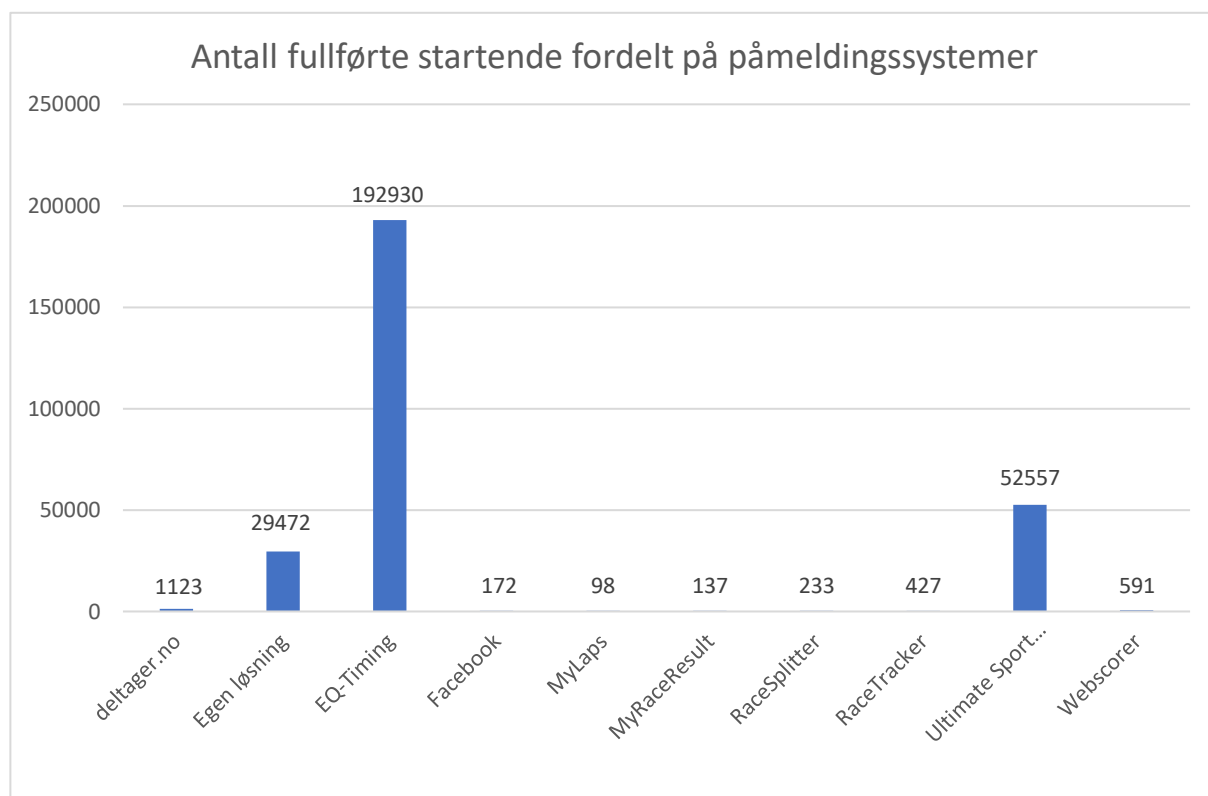
De 10 ulike påmeldingssystem som brukes for løp i Norge er:

Deltager.no	20	MyRaceResult	1
Egen løsning	219	RaceSplitter	2
EQ-Timing	687	RaceTracker	3
Facebook	2	Ultimate Sport Service	30
MyLaps	2	Webscorer	7

Vi ser ingen åpenbare trender eller sammenhenger i hvilke løp som bruker hvilket system, annet enn at de aller største arrangørene bruker *Ultimate Sport Service*.



Sorterer man derimot etter antall fullførte startende, så får vi et annet bilde:

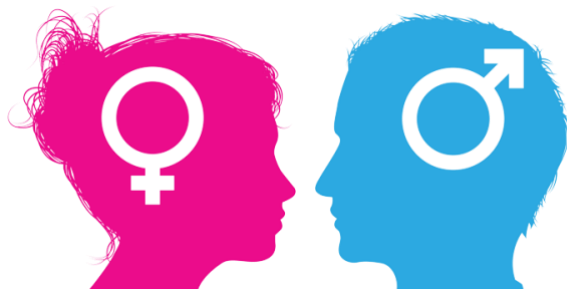




Trender

Trender forklares gjerne som tidstendenser. Det tar ofte for seg det som er populært og trendy til enhver tid, og det som ser ut til å bli det i tiden fremover. Trenden betegner gjerne hovedretningen i en statistisk tidsrekke, som vedvarer tvers gjennom sykliske eller uregelmessige korttidssvingninger.

Det er vanskelig for oss å spå eller se inn i fremtiden, men på bakgrunn av de dataene og den statistikken vi sitter på, vil vi her forsøke å vise til noen tendenser og utviklinger vi mener å se.



Kjønn:

Blant de som løper mosjonsløp i Norge, har andelen ligget tilnærmet lik i to år på rad. Menn utgjør 55%, mens kvinner utgjør 45%. Vi ser også fra annen statistikk at dette er en fordeling som har vært uendret i lang tid, og tror at dette vil forholde seg likt også i tiden fremover.

Andel løp og deltakere:

Vi ser en helt tydelig tendens i at antall løp og deltakere øker og øker for hvert eneste år. I skrivende stund, er hele verden preget av korona-epidemien og for 2020 vil vi mest sannsynlig oppleve en nedgang på dette punktet. Vi er allikevel av den oppfatning at pila normalt ville peket oppover, og at den mest sannsynlig kommer til å gjøre det igjen når pandemien er over.

Vi mener også å se at antall løp vil øke raskere enn antall deltakere, noe som betyr at løperen må prioritere mer blant løp enn tidligere.

De store:

På samme måte som antall løp og antall deltakere vil øke, tror vi også at antallet deltagere hos de største løpene vil fortsette å vokse. Vi finner for øvrig ikke noen sammenheng i at en økning hos de store løpene går utover de små løpene.

Byløping:

Av de 20 største arrangementene i Norge, holdt 7 løp til i Oslo og Bærum, 5 løp i Bergen, og resten i store byer som Trondheim, Tromsø og Kristiansand. Kun Birkebeineren, Ryfastløpet og Hytteplanmila representerte andre steder. De fleste av løpene var dessuten gateløp, og vår teori er at store byer med gateløp over tid vil lokke til seg de store massene. Det er allikevel viktig å huske på at majoriteten av løp i Norge (91%) har under 500 deltagere, og slik er vi overbevist om at det kommer til å fortsette å være.



Virtuelle løp:

Som en følge av koronasituasjonen og myndighetenes restriksjoner for kultur- og idrettsarrangement, har det vært en oppblomstring av virtuelle løp. Denne type arrangement er et godt supplement for klubber og arrangører av mosjonsløp, og en fin måte for klubben å skaffe inntekter på samtidig som man opprettholder sitt aktivitetstilbud. Vi tror at mengden virtuelle løp kommer til å øke i tiden fremover, uavhengig av når pandemiene starter/slutter.



Distanser:

Vi ser at det er de korte distansene som er de mest populære i Norge. Nesten halvparten av alle løp er 5 kilometer eller kortere, og ytterligere 29% er løp mellom 5 og 10 kilometer. Slik tror vi at det kommer til å være fremover også. Samtidig tror vi at løperne ønsker å utfordre seg i stadig større grad, og at arrangørene vil ta mer originale og ukonvensjonelle grep. På bakgrunn av dette antar vi at vi vil se flere løpsvarianter i ultra-kategorien når det kommer til lengder. Vi tror også at de rene 5- og 10-kilometerne fortsatt vil være de som står sterkest, etterfulgt av halvmaraton og maraton.

Løpskategorier:

Gateløp hadde en nedgang på 12% fra 2018 og til 2019. Vi tror at dette først og fremst kommer av at kategoriseringen av årets data har vært bedre og mer konsekvente enn i fjor.

Vi tror derfor ikke at interessen og deltagelsen i gateløp kommer til å minske. Tvert imot, gateløpene er de som ser ut til å trekke de store massene. Ellers tror vi at terrengløp vil fortsette å være blant favoritten, mens motbakkeløpene fortsetter sin høye prosentandel mye på grunn av den posisjonen den har opparbeidet seg i Norge, men også på grunn av Norges geografiske form og landskap.



Gjensidige

