

Status og potensial for 60+ aktivitetstilbud i norske idrettslag (2025)

Sammendrag

I 2025 er det omlag 200 000 registrerte og derav 100 000 aktive medlemmer mellom 60 – 90 år i norsk idrett¹. Aktive medlemmer kan være styremedlemmer og/eller aktive i noen type fysisk aktivitet. Denne rapporten fager opp selvrapporterte tilrettelagt fysisk aktivitet for eldre (60+) fra omlag 10% av idrettslagene i Norge. Kartleggingen viser et betydelig uutnyttet potensial.

Per 2025 rapporterer 570 idrettslag nasjonalt (utenom Oslo) at de har egne 60+-tilbud, mens ytterligere 134 klubber oppgir at de kunne tenke seg å starte slike tilbud dersom de får nødvendig støtte. Totalt deltar om lag 24 338 personer over 60 år per år i disse aktivitetene i dag, og klubbene estimerer at rundt 3 832 flere kunne bli med årlig om nye tilbud etableres. Det innebærer at idrettslagene antar at ca 15% flere kan bli aktive i idretten gitt det finnes insentiver for det. Gitt en sannsynlig stort mørkertall eker dette på et betydelig potensial for å øke antallet fysisk aktive i idretten over 60 år.

Undersøkelsen avdekker også at idrettslagene i snitt estimerer at de trenger ca. 1 600 kroner i offentlig tilskudd per deltaker per år for å opprettholde et godt 60+-tilbud (ekskludert noen få ekstreme utgiftstall).

Disse funnene understøtter at etterspørselen er høy – en nasjonal befolkningsundersøkelse fant at 59 % av eldre 60+ ønsker eller kunne tenke seg å være fysisk aktive gjennom et idrettslag gitt et relevant tilbud². Å legge til rette for “Aktiv hele livet” vil ikke bare møte idrettslagenes og de eldres ønsker, men også gi folkehelsegevinster og styrke lokalmiljøene gjennom sosialt felleskap og frivillighet.

Underlaget til denne spørreundersøkelsen gikk ut til samtlige idrettslagene via e-post fra respektive idrettskrets én gang. Det gjennomførtes ikke purringer. Svarsprosenten er derfor relativt lav.

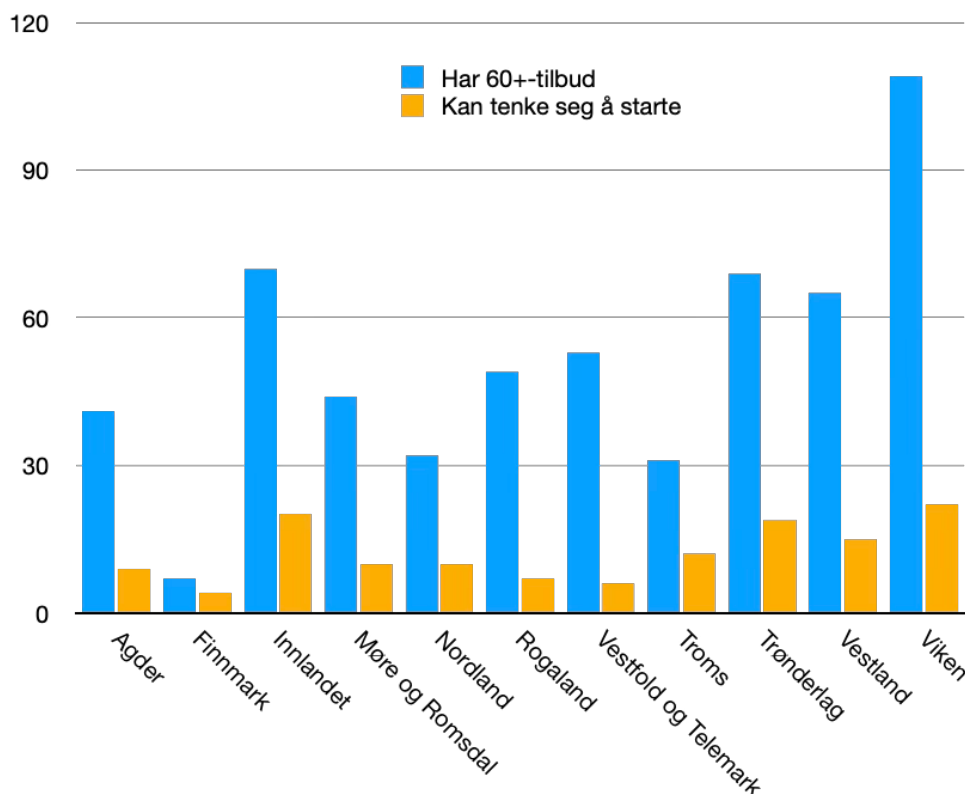
Nasjonal oversikt

Antall tilbud og interesse: Av totalt 744 idrettslag som svarte på spørreundersøkelsen (alle fylker unntatt Oslo), har 570 lag (77 %) allerede et aktivitetstilbud for personer over 60 år. Ytterligere 134 lag (18 %) uten eksisterende tilbud svarte at de *kunne tenke seg* å etablere et 60+-tilbud dersom forholdene legges til rette med støtte. Kun 40 klubber (omlag 5 % av

¹ I medlemsregisteret til Norges idrettsforbund for 2025, er det registrert 206 147 individuelle medlemmer og derav er 98 682 registrert som aktive mellom 60 og 90 år.

² <https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/viken/nyheter/2025/flertallet-av-eldre-kan-tenke-seg-a-vare-aktive-i-idrettslag2/#:~:text=En%20ny%20nasjonal%20undersøkelse%20gjennomført,tilgjengelig%20og%20tilpas set%20deres%20behov>

respondentene) sa klart nei til å starte slike senioraktiviteter. Det betyr at over **94 % av idrettslagene i undersøkelsen enten allerede driver 60+-idrett eller er positive til å komme i gang**. Andelen aktive tilbud varierer mellom fylkene: Viken topper med 109 idrettslag som har 60+ aktivitet, fulgt av Innlandet med 70 idrettslag, fulgt av Trøndelag (69) og Vestland (65). I motsatt ende ligger Finnmark med kun 7 idrettslag som tilbyr aktivitet for eldre, samt Østfold og Buskerud (henholdsvis 22 og 23 lag). Samtidig finnes det interesse for å starte opp nye tilbud i alle fylker – fra bare 1 klubb i Telemark til 20 klubber i Innlandet som potensielt vil i gang. I de fleste fylker er det bare 0–2 klubber som uttrykkelig ikke ønsker et 60+-tilbud, noe som indikerer en gjennomgående positiv holdning i hele landet til å inkludere eldre i idrettslagene.



Figur 1: Antall idrettslag per idrettskrets som allerede har 60+-tilbud (blå søyler) versus antall idrettslag som kunne tenke seg å starte slike tilbud (oransje søyler). Grafen illustrerer at idrettskretser som Viken, Innlandet, Trøndelag og Vestland har flest aktive tilbud, mens Finnmark har færrest. I alle fylker er det noen klubber som ønsker å etablere nye tilbud, selv om antallet typisk er lavere enn antall eksisterende tilbud.

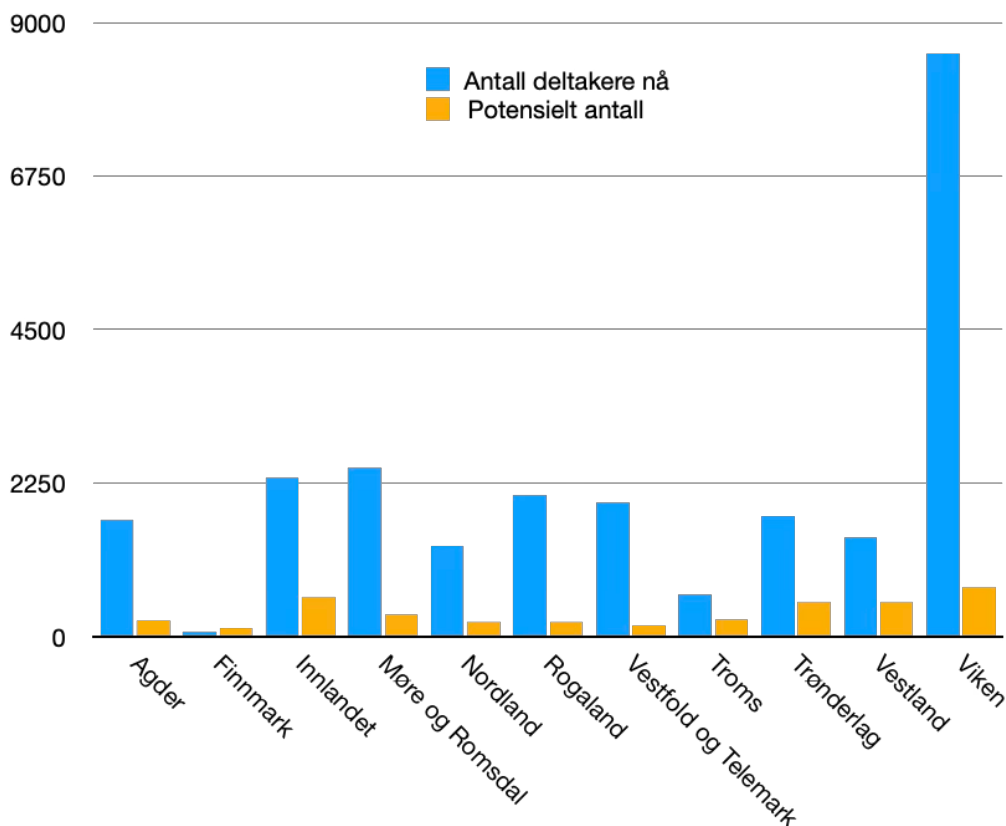
Som figur 1 viser, har de mest idrettskretsene i de mest folkerike fylkene flest idrettslag med etablert 60+-aktivitetstilbud. Likevel er ikke mønsteret utelukkende befolkningsstyrt – for eksempel har Buskerud kun 23 aktive klubber med 60+-tilbud, men et høyt deltakertall (se neste avsnitt), noe som tyder på at enkelte Buskerud-klubber har svært store seniorgrupper. På den andre siden har Finnmark få tilbud og naturlig nok få deltakere per i dag, men relativt mange av de øvrige klubbene (4 stk) er interessert i å starte opp dersom de får støtte. Generelt tyder tallene på at det finnes et tydelig behov i hele landet: selv i fylker der mange allerede er i gang, finnes det flere klubber som står klare til å inkludere eldre hvis rammevilkårene forbedres. Den brede interessen blant idrettslagene danner et solid grunnlag for å skalere opp 60+-satsingen nasjonalt.

Deltakere i dag og potensial: Per i dag er det til sammen ca. **24 338 personer over 60 år** som deltar årlig i idrettslagenes organiserte 60+-aktiviteter på landsbasis (basert på idrettslagenes egne anslag i denne undersøkelsen). Dette tilsvarer i snitt rundt 43 deltakere per klubb blant de 570 klubbene som har slike tilbud, men med betydelige variasjoner:

Samtidig viser Idrettsforbundets register at det er betydelig flere registrerte medlemmer mellom 60 – 90 år. For 2025 er det registrert 206 147 individuelle medlemmer og derav er 98 682 registrert som aktive mellom 60 og 90 år.

Noen klubber driver små grupper, mens andre har flere hundre eldre med på aktivitet. Fordelt på fylker ser vi at Buskerud skiller seg ut med hele 3 463 60+-deltakere per år – høyest i landet – til tross for et relativt lavt antall klubber med tilbud. Dette antyder at Buskerud har enkelte svært store og populære tilbud for seniorer. I Drammen og Kongsberg samarbeider idrettsråd, idrettslag og Pensjonistforbundet tett i Aktive lokalsamfunn og Generasjonslekene.

Men idrettslagene har også jevnlig aktivitet for målgruppen gjennom året. Akershus og Østfold har også høye deltakertall (hhv. 3 236 og 1 850 per år). I kontrast er **Finnmark** lavest med kun 74 årlige deltakere fordelt på sine 7 klubber, noe som reflekterer et begrenset tilbud så langt. Ser vi på potensialet fremover, anslår de 134 interesserte idrettslagene at totalt **omlag 3 832 nye 60+-deltakere** realistisk sett kunne delta hvert år dersom deres planlagte tilbud blir realisert. Legger man dette til dagens nivå, indikerer det et potensial på rundt **28 170 aktive eldre** i idrettslag per år på landsbasis – en økning på ca. 16 %. Potensialet for økning er særlig stort i fylker der nåværende tilbud dekker få personer: I Finnmark kan antallet aktive 60+-deltakere mer enn dobles (økning +120 på dagens 74) om de nye tilbudene igangsettes. Også Innlandet og Vestland har høye absolute potensial (henholdsvis +576 og +505 deltakere årlig) gitt mange interesserte klubber, selv om disse fylkene allerede har ganske mange aktive i dag. I andre områder, som Telemark og Buskerud, er det rapportert relativt beskjedne tilleggspotensial (+20 og +120) – her kan det tyde på at de fleste større klubber alt er i gang, slik at færre gjenstår som uprøvde. Totalt sett viser tallene at en satsing på 60+-tiltak kan nå *betydelig flere* eldre, særlig i distrikter med per i dag lav dekning.



Figur 2: Antall 60+ deltakere per år i dagens tilbud (blå søyler) sammenlignet med antall deltakere som realistisk sett kunne deltatt årlig dersom nye tilbud etableres (oransje søyler), fordelt på idrettskrets. Figuren viser at noen idrettskretser (f.eks. Viken) allerede har svært mange aktive eldre, mens andre (f.eks. Finnmark, Troms) har få deltakere i dag men relativt sett stort vekstpotensial.

Som figur 2 illustrerer, er nåværende antall aktive 60+ deltakere markant høyere enn det estimerte potensialet i de fleste idrettskretser – dette er naturlig da kun et mindretall av klubbene mangler tilbud. Unntaket er Finnmark, hvor de oransje søylene (potensial) nesten matcher de blå (nåværende deltakere), noe som tyder på et særlig udekket behov der. De store blå søylene for Viken bekrefter disse fylkenes allerede høye seniorsatsing, mens Innlandet og Vestland har moderate blå søyler kombinert med høye oransje – et signal om at selv om mange eldre allerede er aktive, kan enda flere inkluderes ved å støtte de nye initiativene i kø. På landsbasis vil som nevnt en full realisering av potensialet gi rundt 16 % flere aktive eldre i idrettslag per år. Dette representerer en betydelig samfunnsgevinst i form av økt fysisk aktivitet blant eldre, som igjen kan gi bedre helse og livskvalitet for den enkelte og reduserte belastninger på helsevesenet.

Behov for offentlig støtte

For å utløse potensialet som vises i figur 2, oppgir idrettslagene at økonomisk støtte per deltaker er en avgjørende faktor.

I spørreundersøkelsen ble klubbene bedt om å anslå hvor stort offentlig tilskudd de mener er nødvendig per deltaker per år for å drive et godt 60+-tilbud.

Resultatene viser store forskjeller, men også enkelte ekstremverdier som tydelig påvirker gjennomsnittene.

Tabellen under viser **gjennomsnitt, median og spredning (standardavvik)** for de fylkesvise svarene, både **før og etter justering (trimming)** av datamaterialet.

Trimming betyr at ekstremt lave og høye beløp er fjernet fra beregningen for å gi et mer realistisk bilde av idrettslagenes faktiske støttebehov.

I den opprinnelige datainnsamlingen oppga enkelte idrettslag svært høye eller svært lave støttebeløp, trolig som følge av misforståelser av spørsmålet – for eksempel ved å angi totale prosjektkostnader eller nullbeløp snarere enn støtte per deltaker. Slike verdier omtales som *uteliggere* og kan få uforholdsmessig stor innvirkning på gjennomsnitt og spredning, særlig i små utvalg.

For å redusere denne effekten ble alle verdier **under 200 kr og over 10 000 kr per deltaker per år** fjernet før nye gjennomsnitt og medianer ble beregnet.

Dette er en anerkjent metode i deskriptiv statistikk når målet er å finne typiske og representative verdier for beslutningsformål – ikke å modellere hele variasjonen i materialet.

- **Gjennomsnitt (før):** aritmetisk gjennomsnitt av alle registrerte verdier.
- **Gjennomsnitt (etter):** nytt snitt etter trimming.
- **Median:** midtverdien i fordelingen – mindre påvirket av uteliggere.
- **Spredning:** standardavviket, som viser gjennomsnittlig variasjon i beløpene.

Som tabellen viser, reduseres gjennomsnittet i alle fylker betydelig etter justering – fra et nasjonalt gjennomsnitt på over **7 000 kr per deltaker** til om lag **2 000 kr per deltaker per år**.

Dette bekrefter at enkelte ekstreme verdier hadde trukket snittet kraftig opp.

Medianene endrer seg lite, noe som viser at hovedtyngden av svarene uansett ligger mellom **1 000 og 2 000 kr per deltaker**.

Spredningen reduseres tilsvarende, fra svært høy variabilitet før trimming til et mer konsistent og troverdig nivå etterpå.

Denne framgangsmåten gir et mer representativt estimat av det faktiske støttebehovet i idrettslagene, og det gir et mer realistisk bilde av bærekraftige kostnadsnivåer for etablering og drift av 60+-tilbud.

Fylke	Gjennomsnitt (etter)	Gjennomsnitt (før)	Median (etter)	Median (før)	Spredning (etter)	Spredning (før)
Agder	1 552	3 194	800	500	2 236	7 918
Akershus	1 924	8 500	1 000	725	2 420	28 151
Buskerud	2 033	6 664	1 000	1 000	2 467	14 387
Finnmark – Finnmárku – Finmarkku	2 040	13 655	1 500	2 000	1 742	17 838
Innlandet	1 981	7 068	1 000	650	2 742	21 258
Møre og Romsdal	1 590	16 314	1 000	1 000	1 894	69 698
Nordland - Nordlándna	1 567	9 826	1 000	900	1 596	26 521
Rogaland	2 217	12 954	1 000	1 000	2 860	55 606
Telemark	1 950	2 221	1 000	1 000	2 320	4 336
Troms – Romsa – Tromssa	2 807	5 926	2 000	1 000	2 900	13 622
Trøndelag - Tröndelage	2 494	3 684	1 500	1 000	2 680	11 403
Vestfold	1 760	5 966	1 250	1 000	1 881	11 436
Vestland	2 234	7 577	1 000	1 000	3 108	20 961
Østfold	2 553	7 627	2 000	2 000	2 605	14 041

På landsbasis er det gjennomsnittlige støttebehovet etter justering om lag **1 500–2 000 kr per deltaker per år**, noe som tilsvarer **rundt 130–160 kr per måned**.

Gitt de dokumenterte helsegevinstene av fysisk aktivitet, framstår dette som et beskjedent beløp for å mobilisere idrettslagene i et nasjonalt eldre-løft.

Idrettslag vil med andre ord igangsette aktivitet også for en eldre gruppe gitt det er insitamenter som støtter opp en slik satsing. Dette støttes også av kvalitative tilbakemeldinger: Idrettslagene er positive til å bidra i folkehelsearbeidet for eldre, men det forutsetter friske midler slik at det ikke går ut over deres ordinære barne- og ungdomsaktivitet. I dag er det kun sporadiske kommunale støtteordninger – eksempelvis har Asker og Drammen kommuner nylig bevilget midler til egne 60+-prosjekter i idrettslag, noe som trekkes fram som et vellykket eksempel på samarbeidet mellom kommune og frivillighet for bedre helse, sosial tilhørighet og bærekraftige lokalsamfunn³.

³ <https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/viken/nyheter/2025/flertallet-av-eldre-kan-tenke-seg-a-vare-aktive-i-idrettslag2/>

Til tross for variasjoner er hovedbudskapet at **behovet for offentlig støtte er reelt på tvers av alle fylker**. Selv de mest nøkterne anslagene (f.eks. Agder) innebærer rundt tusen kroner per deltaker årlig, som må komme fra et sted – gjerne øremerkede midler via staten. Gitt at mange klubber ellers drives av frivillige og har begrenset økonomi, vil slike tilskudd være avgjørende for oppstart og videreføring av seniorrettede aktiviteter. Samtidig er beløpene relativt små sammenlignet med kostnader knyttet til inaktivitet og behandling av livsstilssykdommer. Offentlig finansiering av 60+-idrett kan derfor sees på som en *forebyggende investering*: den kan bidra til økt fysisk aktivitet blant eldre, som igjen kan redusere ensomhet, forbedre funksjonsnivå og forebygge sykdommer^{4 5}. Dette er i tråd med myndighetenes forebyggingsreform, hvor nettopp økt hverdagsaktivitet i befolkningen trekkes frem som et av virkemidlene for å møte den kommende eldrebølgen.

Fylkesvise resultater: Tabellen nedenfor oppsummerer nøkkeltallene per fylke basert på undersøkelsen. Her ser man antall klubber som har 60+-tilbud, antall som ønsker å starte, antall 60+ deltakere per år i dag, samt potensialet for nye deltakere årlig. (Oslo er utelatt.)

Fylke	Har 60+-tilbud (antall)	Vil starte (antall)	60+-deltakere nå (per år)	Potensielle 60+- deltakere (per år)
Agder	41	9	1 717	235
Akershus	64	14	3 236	447
Buskerud	23	2	3 463	120
Finnmark	7	4	74	120
Innlandet	70	20	2 336	576
Møre og Romsdal	44	10	2 471	320
Nordland	32	10	1 327	220
Rogaland	49	7	2 069	210
Telemark	23	1	879	20
Troms	31	12	622	250
Trøndelag	69	19	1 761	502
Vestfold	30	5	1 087	145
Vestland	65	15	1 446	505
Østfold	22	6	1 850	162

Tabellen og analysen over viser tydelig at **samtlige fylker har et positivt gap mellom dagens situasjon og det som er mulig å oppnå**. Mange eldre er allerede aktive gjennom idrettslag, men med økt satsing kan enda flere få et aktivitetstilbud – til relativt lave kostnader per person. I de følgende seksjonene presenteres resultatene detaljert for hvert fylke utenom Oslo. Hvert fylkeoppslag oppsummerer hvor mange klubber som driver 60+-idrett, hvor mange som ønsker å

⁴ <https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/fysisk-aktivitet-i-forebygging-og-behandling/voksne-og-eldre#:~:text=Helsedirektoratet%20www,livskvalitet%2C%20fysisk%20og%20psykisk%20helse>

⁵ <https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/viken/nyheter/2025/flertallet-av-eldre-kan-tenke-seg-a-vare-aktive-i-idrettslag2/>

starte, antall deltakere, potensialet for flere deltakere og gjennomsnittlig støttebehov per deltaker lokalt. Dette gir idrettskretsene et verktøy til å identifisere hvor behovet er størst, hvor det finnes størst vekstpotensial, og hvordan ressursbehovet varierer.

Agder

- **Idrettslag med 60+-tilbud:** 41 idrettslag har allerede 60+-tilbud, og 9 idrettslag ønsker å starte slike tilbud.
- **Aktive deltakere i dag:** ca. 1 717 personer 60+ deltar per år i disse tilbudene i dag.
- **Potensielle deltakere:** ca. 235 flere 60+ personer kan delta per år dersom nye tilbud etableres.
- **Ønsket offentlig tilskudd:** i snitt ca. 1 552 kr per deltaker per år.

Agder kommer omtrent midt på treet nasjonalt både i antall eksisterende tilbud og potensielle nye. 41 av Agders idrettslag har et 60+-opplegg, noe som tilsvarer rundt 9 % av alle idrettslagene i fylket. Disse når i dag ut til anslagsvis 1 717 eldre årlig, og ytterligere 9 klubber ser for seg å kunne aktivisere rundt 235 nye deltakere per år med støtte. Tilskuddsbehovet som Agder-klubbene oppgir, er relativt lavt – i snitt ca. 1 552 kr/pers, blant de laveste i landet. Over halvparten av klubbene i Agder anslår 800 kr i støttebehov (median), noe som tyder på at mange av tilbudene kan drives kostnadseffektivt (f.eks. ved bruk av frivillige og eksisterende anlegg). Agder idrettskrets har dermed et godt utgangspunkt med flere etablerte miljøer og beskjedne kostnadsbarrierer for å øke aktiviteten ytterligere.

Akershus

- **Idrettslag med 60+-tilbud:** 64 idrettslag har allerede 60+-tilbud, og 14 idrettslag ønsker å starte slike tilbud.
- **Aktive deltakere i dag:** ca. 3 236 personer 60+ deltar per år i disse tilbudene i dag.
- **Potensielle deltakere:** ca. 447 flere 60+ personer kan delta per år dersom nye tilbud etableres.
- **Ønsket offentlig tilskudd:** i snitt ca. 1 924 kr per deltaker per år.

Akershus er blant fylkene med flest idrettslag som har 60+-tilbud (64 lag), noe som reflekterer den store befolkningsmengden og idrettsaktiviteten i regionen. Over 3 200 eldre deltar årlig på disse tilbudene – nest høyest deltakerantall etter Buskerud. I tillegg har Akershus 14 klubber uten tilbud som ønsker å starte opp, med et samlet potensial på ca. 447 nye deltakere per år. Dette indikerer en mulig økning på ~14 % i antall aktive eldre i fylket dersom alle nye initiativ realiseres. Støttebehovet i Akershus ligger rundt 2 000 kr/pers/år i snitt. Mange klubber her har nok også store grupper og til dels høyere kostnader (halltid, trenere etc.), noe som gjør at en del oppgir nær maksgrensen (flere svarte 10 000 kr). Medianen er imidlertid 1000 kr, hvilket betyr at flertallet klarer seg med ganske lav støtte. Alt i alt viser tallene for Akershus et robust eksisterende tilbud og fortsatt vekstpotensial – men å realisere dette fordrer en del offentlig tilskudd gitt den relativt høye kostnadsprofilen i noen klubber.

Buskerud

- **Idrettslag med 60+-tilbud:** 23 idrettslag har allerede 60+-tilbud, og 2 idrettslag ønsker å starte slike tilbud.
- **Aktive deltakere i dag:** ca. 3 463 personer 60+ deltar per år i disse tilbudene i dag.
- **Potensielle deltakere:** ca. 120 flere 60+ personer kan delta per år dersom nye tilbud etableres.

- **Ønsket offentlig tilskudd:** i snitt ca. 2 033 kr per deltaker per år.

Buskerud utmerker seg ved et svært høyt antall aktive deltakere i forhold til antall klubber med tilbud. Kun 23 idrettslag i fylket har 60+-aktivitet, men disse når totalt ca. 3 463 eldre årlig – noe som gir et gjennomsnitt på rundt 150 deltakere per klubb, klart høyest i landet. Dette kan tyde på at Buskerud har flere storsatsinger for eldre (for eksempel større by-idrettslag eller kommuneprosjekter som samler mange deltakere). Det er relativt få nye klubber i Buskerud som har meldt interesse for å starte opp (bare 2 stk, med potensial ~120 personer). Dette kan indikere at en del av behovet allerede er dekket gjennom eksisterende tilbud, eller at øvrige klubber i regionen i liten grad ser seg i stand til å satse på 60+-segmentet utenom de som allerede gjør det. Støttebehovet som er rapportert ligger på ca. 2033 kr/pers i snitt, noe over landsgjennomsnittet. Buskerud-klubbene har dermed litt høyere forventede kostnader per deltaker, muligens grunnet de store gruppene (som kan kreve mer organisering) eller generelt høyere prisnivå. Uansett viser Buskerud at det går an å engasjere et stort antall eldre med relativt få klubber – trolig gjennom effektiv bruk av ressurser og sentraliserte tilbud. Skal man få med de resterende ~120 personene i potensialet, vil dette kreve å støtte de få klubbene som ønsker å starte, og eventuelt oppskalere kapasiteten i eksisterende suksessrike tiltak ytterligere.

Finnmark

- **Idrettslag med 60+-tilbud:** 7 idrettslag har allerede 60+-tilbud, og 4 idrettslag ønsker å starte slike tilbud.
- **Aktive deltakere i dag:** ca. 74 personer 60+ deltar per år i disse tilbudene i dag.
- **Potensielle deltakere:** ca. 120 flere 60+ personer kan delta per år dersom nye tilbud etableres.
- **Ønsket offentlig tilskudd:** i snitt ca. 2 040 kr per deltaker per år.

Finnmark har per i dag svært få 60+-tilbud – kun 7 idrettslag i hele fylket rapporterer å ha aktiviteter for eldre. Dette reflekteres i et lavt antall deltakere, kun anslagsvis 74 personer på årsbasis (dvs. i snitt 10–11 per klubb). Det lave antallet henger trolig sammen med store avstander og en mindre befolkning av eldre i hver kommune, men det indikerer også et **stort potensial**: Faktisk rapporterer de 4 klubbene i Finnmark som vil starte opp, et samlet potensial på ~120 nye deltakere hvert år, altså mer enn det dobbelte av dagens antall aktive. Dette gjør Finnmark til et av fylkene med størst relativ mulig vekst. Alle klubbene som svarte i Finnmark enten har allerede tilbud eller vil gjerne ha det – ingen svarte nei. Gjennomsnittlig ønsket tilskudd per deltaker er rundt 2 040 kr/år, omtrent på linje med landssnittet. Med så få besvarte klubber er usikkerheten høy, men tallene antyder at kostnadsnivået ikke er vesentlig høyere i Finnmark enn andre steder – støttebehovet varierer fra noen hundrelapper opp mot 5 000 kr blant de som svarte. For å realisere potensialet i Finnmark vil det kreve innsats for å etablere tilbud i nye klubber (de 4 identifiserte) og sannsynligvis mer regional samordning slik at man kan samle nok deltakere i hvert tilbud. Utfallet kan bli svært verdifullt: Å gå fra 74 til nær 200 aktive eldre vil utgjøre en markant forbedring i folkehelsen i fylket.

Innlandet

- **Idrettslag med 60+-tilbud:** 70 idrettslag har allerede 60+-tilbud, og 20 idrettslag ønsker å starte slike tilbud.
- **Aktive deltakere i dag:** ca. 2 336 personer 60+ deltar per år i disse tilbudene i dag.

- **Potensielle deltakere:** ca. 576 flere 60+ personer kan delta per år dersom nye tilbud etableres.
- **Ønsket offentlig tilskudd:** i snitt ca. 1 981 kr per deltaker per år.

Innlandet har flest idrettslag med 60+-tilbud av alle fylker, med 70 klubber som allerede er i gang. Dette er omtrent 10,5 % av alle idrettslag i Innlandet, noe som indikerer en relativt god dekning. De eksisterende tilbudene når ut til rundt 2 336 eldre årlig – et høyt antall, men likevel ser Innlandet potensial til å øke betydelig: 20 klubber uten tilbud ønsker å starte opp, hvilket kan gi ca. 576 nye deltakere hvert år (+25 % flere enn i dag). Disse tallene plasserer Innlandet blant fylkene med størst absolutt vekspotensial i antall personer, sammen med Vestland. Støttebehovet som Innlandets klubber oppgir, ligger omkring 2 000 kr/pers i snitt, altså nært landsgjennomsnittet. Mange har svart ganske beskjedne beløp (medianen er 1000 kr). Det generelle bildet er at de fleste Innlands-klubbene klarer seg med moderat støtte, til tross for at man skulle tro avstander og spredt bosetning kunne gjøre det dyrere – dette kan henge sammen med at mange tilbud kanskje er lavterskel tur- og trimgrupper drevet av frivillige. Innlandet idrettskrets har med andre ord allerede bred erfaring med 60+-tiltak, og et stort antall eldre er aktive. Med riktig støtteapparat (økonomisk og organisatorisk) kan ytterligere 20 miljøer startes, noe som vil styrke folkehelsearbeidet i regionen markant.

Møre og Romsdal

- **Idrettslag med 60+-tilbud:** 44 idrettslag har allerede 60+-tilbud, og 10 idrettslag ønsker å starte slike tilbud.
- **Aktive deltakere i dag:** ca. 2 471 personer 60+ deltar per år i disse tilbudene i dag.
- **Potensielle deltakere:** ca. 320 flere 60+ personer kan delta per år dersom nye tilbud etableres.
- **Ønsket offentlig tilskudd:** i snitt ca. 1 590 kr per deltaker per år.

Møre og Romsdal har 44 klubber med etablerte 60+-aktiviteter, noe som er et solid antall (omtrent 10 % av fylkets idrettslag). Disse klubbene engasjerer til sammen ca. 2 471 eldre årlig, hvilket betyr at Møre og Romsdal allerede har en betydelig andel aktive seniorer (snitt ~56 per klubb, litt over landssnittet). Ytterligere 10 klubber i fylket er interessert i å starte opp med et samlet potensial på ~320 nye deltakere per år. Relativt sett tilsvarer dette en økning på ca. 13 % fra dagens nivå – litt under landsgjennomsnittet, men like fullt en viktig vekst. Gjennomsnittlig ønsket tilskudd i Møre og Romsdal er ca. 1 590 kr/pers, som er lavere enn nasjonalsnittet. Faktisk er Møre og Romsdal blant fylkene med lavest støttekrav; mange klubber her har meldt inn veldig nøkterne beløp og kun et fåtall ekstreme utgiftssvar (en enkelt klubb oppga hele 500 000 kr/pers – dette er ekskludert fra analysen). Dette antyder at idrettslagene i Møre og Romsdal generelt kan drive 60+-tiltak kostnadseffektivt, kanskje via samarbeid med lokale eldregrupper og bruk av eksisterende anlegg (f.eks. gymsaler, turstier). Fokuset fremover for Møre og Romsdal bør være å støtte de 10 nevnte klubbene som vil i gang – med moderate midler kan man få disse opp å stå og dermed inkludere over tre hundre nye eldre i fysisk aktivitet årlig.

Nordland

- **Idrettslag med 60+-tilbud:** 32 idrettslag har allerede 60+-tilbud, og 10 idrettslag ønsker å starte slike tilbud.

- **Aktive deltakere i dag:** ca. 1 327 personer 60+ deltar per år i disse tilbudene i dag.
- **Potensielle deltakere:** ca. 220 flere 60+ personer kan delta per år dersom nye tilbud etableres.
- **Ønsket offentlig tilskudd:** i snitt ca. 1 567 kr per deltaker per år.

I Nordland har 32 idrettslag startet med aktivitetstilbud for 60+-gruppen. Dette dekker rundt 1 327 deltakere i året, som i snitt er cirka 41 per klubb – ganske nær landsgjennomsnittet. Det er 10 klubber i Nordland uten tilbud som kunne tenke seg å etablere ett, med et totalt beregnet potensial på ca. 220 nye deltakere årlig. Dette tilsvarer omtrent 17 % økning fra dagens deltakerantall, noe over snitt relativt sett. Nordland utmerker seg ved å ha blant de laveste støttekravene: Gjennomsnittlig ønsket tilskudd er ca. 1 567 kr/pers, nest lavest etter Agder. Medianen viser at idrettslagene her melder at de trenger omtrent 1 000 kr per person i tilskudd, så det er få store budsjettønsker. Det kan være at mange tilbud i Nordland er av typen turgrupper, trim, o.l. som drives frivillig og utendørs, med små utgifter. Samtidig er avstandene i Nordland store, så noe støtte trengs nok gjerne til transport eller samlingskostnader, men det virker ikke avskrekkende. Med 10 nye klubber klare i startgropa og beskjedne økonomiske behov per klubb, har Nordland idrettskrets mulighet til å relativt rimelig få betydelig flere eldre i gang. En utfordring kan være å koordinere på tvers av spredt bosetning for å oppnå kritisk masse i hver aktivitet – samarbeid med kommunene kan være nøkkelen her, for eksempel i form av støtte til skyss for deltakere eller markedsføring for å rekruttere nok interessenter pr. sted.

Rogaland

- **Idrettslag med 60+-tilbud:** 49 idrettslag har allerede 60+-tilbud, og 7 idrettslag ønsker å starte slike tilbud.
- **Aktive deltakere i dag:** ca. 2 069 personer 60+ deltar per år i disse tilbudene i dag.
- **Potensielle deltakere:** ca. 210 flere 60+ personer kan delta per år dersom nye tilbud etableres.
- **Ønsket offentlig tilskudd:** i snitt ca. 2 217 kr per deltaker per år.

Rogaland har 49 klubber med etablerte eldrettilbud, som samlet når om lag 2 069 deltakere i året (gjennomsnitt ca. 42 pr klubb). I forhold til folketallet i Rogaland kunne man kanskje forventet enda flere tilbud; det kan indikere at det fortsatt er rom for vekst, selv om mange byområder (Stavanger, Sandnes m.fl.) allerede har visse tilbud. 7 klubber uten eksisterende tilbud har meldt interesse om å starte, med potensial for cirka 210 nye deltakere. Dette utgjør rundt 10 % økning – relativt lavt i prosent, noe som antyder at Rogaland allerede har en del dekning. Likevel vil 210 personer ekstra være en verdifull økning. Når det gjelder økonomi, rapporterer Rogaland-klubbene et ganske høyt støttebehov i snitt: ca. 2 217 kr per deltaker, hvilket er blant topp fem høyeste. Samtidig er medianen 1000 kr – altså har flertallet lave behov, men enkelte klubber har oppgitt svært høye summer. Dette drar opp snittet betydelig. Det kan være enkelte storbyklubber som ser for seg kostbare opplegg (for eksempel med profesjonelle instruktører eller leie av dyre fasiliteter). Uansett viser tallene at majoriteten av Rogalands klubber klarer seg med liten støtte. Det finnes potensial til å øke deltakermengden ytterligere, og som et fylke med stor befolkning kan selv ~10 % vekst utgjøre mange individer med bedre helse.

Telemark

- **Idrettslag med 60+-tilbud:** 23 idrettslag har allerede 60+-tilbud, og 1 idrettslag ønsker å starte slike tilbud.
- **Aktive deltakere i dag:** ca. 879 personer 60+ deltar per år i disse tilbudene i dag.
- **Potensielle deltakere:** ca. 20 flere 60+ personer kan delta per år dersom nye tilbud etableres.
- **Ønsket offentlig tilskudd:** i snitt ca. 1 950 kr per deltaker per år.

Telemark har 23 klubber med 60+-tilbud, med totalt rundt 879 aktive eldre per år. Dette er et relativt lavt deltakertall sammenlignet med mange andre fylker, noe som innebærer ca. 38 deltakere pr klubb i snitt. Det kan tyde på at mange av Telemarks tilbud er mindre grupper, eller at etterspørselen blant eldre ikke er fullt utløst her enda. Kun én (1) klubb uten tilbud har meldt interesse om å starte noe for 60+-segmentet, med et potensielt tillegg på bare 20 deltakere årlig. Dette antyder at Telemark kanskje har nådd de fleste som *ønsker* å være med under dagens forutsetninger – alternativt at de klubbene som ikke har tilbud, ikke opplever nok etterspørsel til at de vil starte (flere kan rett og slett ha svart nei eller ikke svart). Uansett er Telemark det fylket med minst ny interesse i denne undersøkelsen. Når det gjelder ønsket tilskudd, ligger Telemark ganske nær det nasjonale gjennomsnittet med 1 950 kr/pers. Det kan også være verdt å undersøke om den lave ny-interessen skyldes mangel på midler eller andre barrierer – dersom midler tilbys, kan kanskje flere klubber motiveres likevel.

Troms

- **Idrettslag med 60+-tilbud:** 31 idrettslag har allerede 60+-tilbud, og 12 idrettslag ønsker å starte slike tilbud.
- **Aktive deltakere i dag:** ca. 622 personer 60+ deltar per år i disse tilbudene i dag.
- **Potensielle deltakere:** ca. 250 flere 60+ personer kan delta per år dersom nye tilbud etableres.
- **Ønsket offentlig tilskudd:** i snitt ca. 2 807 kr per deltaker per år.

Troms har 31 klubber med tilbud for eldre, noe som dekker ca. 622 deltakere per år totalt. Dette innebærer i gjennomsnitt bare 20 aktive 60+ per klubb – blant de laveste deltaker per klubb-forholdene nasjonalt. Det kan tyde på at mange av Troms-tilbudene er i oppstarts- eller liten skala, f.eks. turgrupper med få deltakere i hver bygd. Potensialet for vekst er imidlertid betydelig: 12 klubber uten dagens tilbud vil gjerne starte, og de estimerer å kunne få med ca. 250 ekstra deltakere årlig. Det er en økning på hele 40 % fra dagens nivå, noe som plasserer Troms høyt både i antall nye klubber og relativ vekst. Dette reflekterer nok at Troms hittil har en del «hvite flekker» hvor eldretilbud mangler, men at interessen for å fylle dem absolutt er til stede hvis ressurser kommer. Når det gjelder finansiering, rapporterer Troms det høyeste gjennomsnittlige støttebehovet i landet – rundt 2 807 kr per deltaker/år i snitt. Det er tydelig at flere Troms-klubber har anslått høye beløp opp mot øvre grense (mange svarte 10 000 kr). Medianen er 2 000 kr. Dette kan skyldes dyrere logistikk i nord (f.eks. transport for å samle deltakere fra spredte steder, leie av lokaler i Tromsø etc.) eller at noen klubber planlegger spesielt ressurskrevende aktiviteter. Samlet sett har Troms et stort forbedringspotensial: fra 622 til ~872 aktive eldre årlig, en økning som vil ha positive ringvirkninger i folkehelse og sosiale nettverk lokalt.

Trøndelag

- **Idrettslag med 60+-tilbud:** 69 idrettslag har allerede 60+-tilbud, og 19 idrettslag ønsker å starte slike tilbud.
- **Aktive deltakere i dag:** ca. 1 761 personer 60+ deltar per år i disse tilbudene i dag.
- **Potensielle deltakere:** ca. 502 flere 60+ personer kan delta per år dersom nye tilbud etableres.
- **Ønsket offentlig tilskudd:** i snitt ca. 2 494 kr per deltaker per år.

Trøndelag fremstår som et foregangsfylke med hele 69 klubber som har 60+-tilbud, nest mest i landet. Disse når ut til ca. 1 761 eldre årlig. Selv med såpass mange eksisterende tilbud, er interessen for videre vekst stor: 19 flere trønderske klubber vil gjerne i gang, med potensial for rundt 502 nye deltakere. Dette er blant de høyeste potensialene. Relativt sett utgjør 502 ekstra ca. 28 % flere enn dagens deltakere, altså en betydelig mulig økning. Tallene indikerer at selv om Trøndelag har kommet langt, finnes det fortsatt mange miljøer (både i byene og distriktene) som ser mulighet til å aktivisere eldre med litt drahjelp. Når det gjelder tilskudd, rapporterer trønderklubbene et snittbehov på ca. 2 494 kr/pers/år, som er blant de høyere nivåene (bare Troms og Østfold er over). Medianen er 1 500 kr, men flere klubber – særlig blant de som vil starte – har oppgitt nære maksbeløp (10 000 kr) som nødvendig støtte. Trøndelag har både store byer (Trondheim) og store avstander (Namdalen, Fjellregionen), så kostnadsbildet kan variere mye. Det kan tenkes at noen av de nye tilbudene ønskes startet i mindre kommuner hvor oppstartkostnadene per deltaker blir høyere, eller at enkelte større klubber planlegger omfattende

opplegg. Likevel, per deltaker er kostnaden moderat sammenlignet med f.eks. behandlingskostnader ved inaktivitet. Med deres spredning av bosetning bør man kanskje prioritere geografisk balansert utvikling – f.eks. at det kommer tilbud i de delene av Trøndelag som i dag ikke har noe. Da vil man kunne se en stor økning fra dagens ~1 761 aktive til opp mot 2 263 aktive eldre hvert år, noe som vil være en betydelig milepæl.

Vestfold

- **Idrettslag med 60+-tilbud:** 30 idrettslag har allerede 60+-tilbud, og 5 idrettslag ønsker å starte slike tilbud.
- **Aktive deltakere i dag:** ca. 1 087 personer 60+ deltar per år i disse tilbudene i dag.
- **Potensielle deltakere:** ca. 145 flere 60+ personer kan delta per år dersom nye tilbud etableres.
- **Ønsket offentlig tilskudd:** i snitt ca. 1 760 kr per deltaker per år.

Vestfold har 30 klubber med 60+ aktivitetstiltak, som når rundt 1 087 eldre årlig. Dette gir et snitt på ca. 36 deltakere per klubb – noe under landssnittet, og kan tyde på at mange Vestfold-tilbud er av mindre skala eller nylig etablert. Alle klubbene som ikke har slikt tilbud og som svarte på undersøkelsen i Vestfold, oppgir at de gjerne vil starte (5 stk ønsker å starte, 0 sa nei). Disse fem nye kan potensielt rekruttere ca. 145 eldre deltakere pr år til sammen, en økning på ~13 %. Vestfolds tall likner således Telemarks når det gjelder deltakerantall per klubb og potensial, men Vestfold har flere klubber i utgangspunktet. Støttebehovet i Vestfold er ganske moderat: i snitt ca. 1 760 kr/pers. Ingen ekstreme tall over 10k er med (noen få fantes, men ble ekskludert), og medianen er 1 250 kr. Det antyder at Vestfold-klubbene klarer seg med under 1000-lappen, mens noen trenger litt mer. Vestfold, med sine bynære områder og korte avstander, har egentlig gode forutsetninger for å aktivisere mange eldre – det kan være at informasjonsarbeid og synliggjøring av eksisterende tilbud vil øke deltakelsen. Uansett, et tilskudd på drøyt 1 800 kr per person i snitt vil være tilstrekkelig for å holde hjulene i gang og utvide tilbudene i Vestfold.

Vestland

- **Idrettslag med 60+-tilbud:** 65 idrettslag har allerede 60+-tilbud, og 15 idrettslag ønsker å starte slike tilbud.
- **Aktive deltakere i dag:** ca. 1 446 personer 60+ deltar per år i disse tilbudene i dag.
- **Potensielle deltakere:** ca. 505 flere 60+ personer kan delta per år dersom nye tilbud etableres.
- **Ønsket offentlig tilskudd:** i snitt ca. 2 234 kr per deltaker per.

Vestland har 65 idrettslag med pågående 60+-aktiviteter, som til sammen aktiverer omtrent 1 446 eldre årlig. Dette tallet er noe lavere enn man kanskje forventer gitt at Vestland (Hordaland + Sogn og Fjordane) er et folkerikt fylke – det betyr rundt 22 deltakere per klubb i snitt, hvilket antyder at flere av tilbudene er små. Muligens er en del av Vestlands-klubbene i startfasen eller at store deler av fylket (særlig tidligere Sogn og Fjordane-regionen) har tilbud med lav deltagelse. Ser vi på potensialet, er Vestland i toppen nasjonalt: 15 klubber ønsker å starte noe for eldre, med et estimert samlet potensial på ca. 505 nye deltakere. Dette er nesten en dobling av dagens 1 446, altså en mulig økning på ~35 %. At Vestland kommer så høyt kan peke mot at det fortsatt finnes betydelige udekkede behov, kanskje i distriktene eller blant idretter som ennå ikke har inkludert eldre. Støttebehovet i Vestland-klubbene varierer en del, men snittet havner rundt 2 234 kr/pers – litt over landsgjennomsnittet. Medianen er 1 000 kr; dette betyr at flertallet trenger ganske lite, men noen klubber har rapportert svært høye beløp (Vestland hadde flest outliers over 10k – hele 10 svar ble ekskludert fra snittberegningen). Ser man bort fra slike tilfeller, er det likevel flere som har lagt seg på 5 000–10 000 kr nivået. Det kan være viktig å kontakte disse klubbene og forstå hva som ligger bak de tallene – om det handler om anleggskostnader, transport over store avstander eller behov for å honorere instruktører. Vestland har med sin store befolkning en enorm mulighet til å få flere eldre i aktivitet; om alle 15 interesserte klubber får startet tilbud, kan antallet aktive stige fra ~1 446 til nær 1 951 per år. Med tanke på at Vestland inkluderer Bergen – en by med mange idrettslag og potensielt mange seniorer som kan aktiveres – kan en målrettet satsing gi høy avkastning i form av folkehelse i denne regionen.

Østfold

- **Idrettslag med 60+-tilbud:** 22 idrettslag har allerede 60+-tilbud, og 6 idrettslag ønsker å starte slike tilbud.
- **Aktive deltakere i dag:** ca. 1 850 personer 60+ deltar per år i disse tilbudene i dag.
- **Potensielle deltakere:** ca. 162 flere 60+ personer kan delta per år dersom nye tilbud etableres.
- **Ønsket offentlig tilskudd:** i snitt ca. 2 553 kr per deltaker per år.

Østfold har 22 klubber med eksisterende 60+ aktiviteter, og disse når et relativt høyt deltakerantall – ca. 1 850 per år – som gir et gjennomsnitt på ~84 deltakere per klubb, blant de høyeste i landet. Dette tyder på at Østfolds 60+-tilbud generelt er godt besøkt og sannsynligvis konsentrert i noen større klubber/byer (f.eks. Fredrikstad, Sarpsborg). 6 klubber uten tilbud har lyst til å starte opp, og de anslår å kunne få med rundt 162 nye deltakere per år. Det vil utgjøre en økning på ca. 9 % fra dagens nivå, altså relativt beskjeden prosentvis, men like fullt verdifull i absolutte tall. Østfold ser ut til å ha en god dekning allerede, så potensialet er litt mindre enn i fylker hvor man starter mer fra scratch. Når det gjelder økonomi, rapporterer Østfold-klubbene et

gjennomsnittlig tilskuddsbehov på ca. 2 553 kr/pers – nest høyest i landet, kun slått av Troms. Medianen her er 2 000 kr, som også er høyt. Det indikerer at mange Østfold-klubber ser for seg et betydelig støttebehov, sannsynligvis for å kunne opprettholde sine store grupper med kvalitet. Kanskje kreves det midler til transport, trenere eller utstyr for å håndtere de relativt store seniorpartiene man har. Østfold hadde også noen få uteliggere over 10k (ekskludert), men selv uten dem er nivået høyt. Likevel, gitt at Østfold allerede har nesten 2 000 aktive eldre gjennom idrettslagene, er investeringen trolig svært lønnsom i form av helsegevinst. Med det kan Østfold befeste sin posisjon som et foregangsfylke der idretten tar et stort ansvar for aktivisering av seniorbefolkningen.

Nasjonal oppsummering og veien videre

Den fylkesvise gjennomgangen bekrefter at **behovet, interessen og potensialet for 60+-aktiviteter i idrettslagene er gjennomgående høyt i hele landet**. Selv om utgangssituasjonen varierer – noen idrettskretser har allerede mange tilbud (f.eks. Innlandet, Trøndelag), mens andre ligger etter (Finnmark, Troms) – er trenden klar: De aller fleste idrettslag som har svart, vil være med på denne satsingen dersom de får litt drahjelp. Kun et fåtall klubber (5 % av utvalget) sier nei, noe som betyr at eventuelle barrierer primært ligger i ressurser og ikke i vilje. Totalt kan vi realistisk øke antallet aktive eldre i norske idrettslag fra ca. 24 000 til rundt 28 000 per år bare ved å etablere de tilbudene klubbene selv allerede har planlagt i denne undersøkelsen. Et slikt løft på ~4 000 personer vil representere et betydelig folkehelsebidrag; ifølge Helsedirektoratet gir økt fysisk aktivitet bedre helse, overskudd og livskvalitet for eldre⁶, samt potensielle samfunnsøkonomiske gevinster ved redusert sykdomsbyrde.

For å realisere potensialet avdekket i rapporten, peker funnene på to hovedfaktorer: **finansiering og kunnskapsdeling**. Finansiering er kritisk – gjennomsnittlig ønsket tilskudd (~1 500 kr per deltaker) må tilføres gjennom offentlige midler, enten fra kommuner, fylke eller statlige programmer. Dette er en **målrettet og liten investering per person** for å mobilisere idrettslagene som forebyggingsaktører. Som Viken idrettskrets fremholder, har idrettslagene allerede infrastruktur, frivillige og lokalt engasjement; med friske midler fra helsesektoren kan de utløse det store potensialet⁷. Parallelt bør idrettskretsene fremme erfaringsutveksling – idrettskretser som har lyktes kan dele beste praksis med idrettskretser som skal bygge opp nye tilbud. Dette kan gjelde aktivitetsmodeller, rekruttering av eldre, samarbeid med helse-/eldresektor og lignende.

Konklusjon: Idretten kan spille en nøkkelrolle for at folk skal forbli aktive hele livet. Denne kartleggingen synliggjør at norske idrettslag allerede bidrar betydelig: titusenvis av eldre får regelmessig trening, sosialt felleskap og meningsfull aktivitet gjennom klubbene. Samtidig avdekker tallene et klart forbedringspotensial – spesielt i form av nye tilbud i klubber som ennå ikke har det, og oppskalering av små eksisterende tiltak. For å lykkes trengs det et økonomisk løft fra det offentlige i partnerskap med idretten. Beløpene klubbene etterspør er beskjedne per individ og må ses opp mot den store verdien av bedre helse og livskvalitet for våre eldre medborgere. Med omtrent **6 av 10 eldre som sier de kunne tenke seg å være aktive i et idrettslag** om tilbudet legges til rette⁸, er det et ansvar – og en mulighet – for samfunnet å svare på denne etterspørselen. Ved å støtte idrettslagene i å etablere og drive 60+-tiltak, vil man høste gevinster i form av **bedre folkehelse, mindre ensomhet og styrket frivillighet** blant seniorer. Idrettskretsene kan bruke innsiktene fra denne rapporten til å argumentere for ressurser og til å målrette innsatsen der potensialet er størst. Slik kan norsk idrett i enda større grad bli en inkluderende arena for *aktivitet gjennom hele livet*.⁹

⁶ <https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/fysisk-aktivitet-i-forebygging-og-behandling/voksne-og-eldre>

⁷ [https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/viken/nyheter/2025/flertallet-av-eldre-kan-tenke-seg-a-vare-aktive-i-idrettslag2/#:~:text=](https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/viken/nyheter/2025/flertallet-av-eldre-kan-tenke-seg-a-vare-aktive-i-idrettslag2/#:~:text=arrangører%20og%20frivillige,lokalmiljøene%20og%20frivilligheten%2C%20sier%20Stokke)

⁸ <https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/viken/nyheter/2025/flertallet-av-eldre-kan-tenke-seg-a-vare-aktive-i-idrettslag2/>

⁹ [https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/viken/nyheter/2025/flertallet-av-eldre-kan-tenke-seg-a-vare-aktive-i-idrettslag2/#:~:text=](https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/viken/nyheter/2025/flertallet-av-eldre-kan-tenke-seg-a-vare-aktive-i-idrettslag2/#:~:text=arrangører%20og%20frivillige,lokalmiljøene%20og%20frivilligheten%2C%20sier%20Stokke)

Vedlegg

Brukte filtre:

År er 2025

ErGyldigForRapportering er Sann

Alder	Antall medlemskap	Antall medlemmer
60	10 148	7 400
61	9 314	6 776
62	8 547	6 252
63	7 776	5 692
64	7 196	5 270
65	6 613	4 892
66	6 336	4 701
67	5 697	4 264
68	5 539	4 112
69	5 053	3 818
70	4 628	3 527
71	4 176	3 167
72	4 074	3 149
73	3 625	2 774
74	3 294	2 597
75	3 201	2 524
76	3 044	2 355
78	2 866	2 235
77	2 855	2 264
79	2 679	2 083
80	2 197	1 706
81	1 931	1 523
82	1 500	1 191
83	1 205	965
84	886	718
85	881	693
86	666	517
87	573	449
88	414	334
89	310	256
90	257	180
		98 682

Brukte filtre:

MedlemskapÅr er 2025

KontingentBetalingsstatus er Ikke-betalende eller Betalende

Aldersgruppe	Alder	Antall medlemskap	Antall unike personer
51-60	60	17 672	14 087
61-70	61	16 072	12 872
61-70	62	14 997	12 058
61-70	63	13 916	11 243
61-70	64	13 274	10 690
61-70	65	12 702	10 444
61-70	66	12 204	10 035
61-70	67	11 413	9 397
61-70	68	11 068	9 090
61-70	69	10 560	8 763
61-70	70	10 084	8 400
71-80	71	9 265	7 725
71-80	72	9 200	7 781
71-80	73	8 345	7 085
71-80	74	8 034	6 778
71-80	75	8 356	7 104
71-80	76	7 558	6 388
71-80	77	7 248	6 169
71-80	78	7 277	6 151
71-80	79	7 152	6 134
71-80	80	5 940	5 032
81-90	81	5 402	4 619
81-90	82	4 405	3 761
81-90	83	3 590	3 133
81-90	84	2 849	2 476
81-90	85	2 692	2 326
81-90	86	2 167	1 893
81-90	87	1 775	1 568
81-90	88	1 344	1 207
81-90	89	1 150	1 008
81-90	90	828	730
			206 147