

GOLF KAN GI STOR HELSEGEVINST

– Golfaktivitet gir en betydelig helsegevinst for alle alders- og befolkningsgrupper. En fersk rapport viser at helseverdien av dem som allerede spiller golf, beløper seg til hele 187 milliarder kroner. Fyller vi opp banene våre, kan verdien nesten dobles.

Tekst **Tom Erik Andersen**

Den nye rapporten, utarbeidet av professor Jan Ove Tangen ved Høgskolen i Telemark, reiser flere sentrale spørsmål når det gjelder golf og helse, idrett og fordelingspolitikk. Kan golf bedre befolkningens helse? Hvilke samfunnsøkonomiske helseeffekter kan det innebære? Og hvor mye kan golf bidra med i samfunnets helseregnskap?

Vil du ha et tall? Hold deg fast. Tangen har regnet ut at den samfunnsmessige nåverdien av golfens helseeffekter vil tilsvare over 300 milliarder kroner dersom norske baner fylles med sin kapasitet på 200 000 aktive.

– Tallet bør brukes med forsiktighet, understreker Tangen.

– Det er vanskelig å verdsette hvilken betydning golfaktiviteten har for samfunnet, og rapporten må leses som en foreløpig skisse basert på foreliggende dokumentasjon og forskning. Jeg støtter meg i stor grad til Finansdepartementets veileder i samfunns-økonomiske analyser og rapporter fra Helsedirektoratet. Det har ikke vært mulig å innfri alle kravene eller belegge alt med tall og data. Per dags dato er det ikke tilstrekkelig vitenskapelig kunnskap om verken golf eller annen fysisk aktivitet, men jeg har gjort så godt jeg har kunnet. Eksakt blir det aldri, men beløpet overrasket også

meg. Dimensjonene er så store at det nesten blir urealistisk, og det er min største bekymring, at dette ikke framstår som troverdig.

Problemene øker

En ting er uansett klart: Befolkningens fysiske inaktivitet bekymrer. I den vestlige delen av verden anses røyking, feil kosthold og fysisk inaktivitet som de store truslene for befolkningens helse. Indikasjonene gir signal om at problemet øker, og derfor legger også norske myndigheter stor vekt på å motivere befolkningen til å mosjonere og drive med ulike

fysiske og idrettslige aktiviteter. Gjennom stortingsmeldinger og handlingsplaner utformes politikk og virkemidler for om mulig å bøte på situasjonen.

– Myndighetene ønsker en økning i befolkningens fysiske aktivitetsnivå, både ved at de som er fysisk inaktive, blir aktive og at de som er delvis aktive, fortsetter å være det, eventuelt øker sitt aktivitetsnivå, forklarer Tangen.

Voksne og friske eldre anbefales å være fysisk aktive minst 30 minutter hver dag med moderat til høy intensitet. Moderat intensitet tilsvarer rask gange. Barn og unge bør være aktive



Voksne og friske eldre bør vær aktive minst 30 minutter hver dag. Foto Kristin Moe Krohn



Spørsmålet er om NGF og klubbene er i stand til nyrekruttering? Foto Margaret S. Baumann



Alle aldersgrupper burde motiveres til mer fysisk aktivitet. Foto Kristin Moe Krohn



Golf er for alle. Foto Kristin Moe Krohn

minst 60 minutter hver dag. Helsedirektoratet opplyser at hver femte nordmann har så lavt aktivitetsnivå at de kan karakteriseres som «fysisk inaktive». Like mange befinner seg i den rette enden av skalaen, som «fysisk aktive». De resterende 60 % karakteriseres som «delvis aktive».

Golf er helse

For to år siden la Tangen fram rapporten «Ni hull til bedre helse» som klargjorde at golf er en helsebringende aktivitet som oppfyller myndighetenes anbefalinger. En ni hulls runde tar i gjennomsnitt to timer og 15 minutter. 18 hull vil således utgjøre mer enn de 3,5 timer moderat aktivitet per uke som myndighetene anbefaler. Et sentralt spørsmål er imidlertid hvilket intensitetsnivå aktiviteten foregår på.

«Tre ukentlige nihullsrunder tilsvarer å spille fotball eller gå på ski en time og 23 minutter tre ganger i uka»

– Undersøkelser viser at i ca. 75 prosent av tiden ligger golfspillet innenfor det som kalles lavt eller moderat intensitetsnivå, mens i 25 prosent av tiden er det på et høyt intensitetsnivå. Det innebærer omregnet i minutter at golfspillere befinner seg på høyt intensitetsnivå i over 60 minutter, forklarer Jan Ove Tangen i rapporten, og levner liten tvil om at en 18 hulls runde vil klart være i tråd med myndighetenes anbefalinger.

– Vi hører ofte at golf tar mye tid, men i et helseperspektiv er det nettopp det som er bra. Golf er en moderat krevende fysisk aktivitet som varer lenge. Den gjennomsnittlige forbreningen per runde ligger godt over de 1050 kcal per uke som myndighetene anbefaler. Og golf innebærer også intervalltrening og styrking av de store muskelgruppene, siden norske golfbaner ofte har ganske variert topografi, poengterer professoren.

Halvannen runde i uka

Dette leder til rapportens neste viktige spørsmål: Hvor mange runder spiller norske golfspillere i gjennomsnitt per

uke? Ferske tall viser at Norges Golfforbunds medlemmer spiller ca. en ni hulls runde og en 18 hulls runde i uka. For nesten 50 prosent av medlemmene varer golfsesongen fem til sju måneder. For over 22 prosent varer den mindre enn fem måneder og for 19 prosent åtte til elleve måneder.

– Uansett utgangspunkt: dette er over myndighetenes anbefalinger for daglig og ukentlig energiforbruk, konkluderer Tangen, som gikk videre til et nytt spørsmål: Hvor bra er golf for å bedre folkehelsen sammenliknet med alternative aktiviteter som fotball, turgåing, sykling, skigåing, volleyball og tennis?

– Det er i første rekke aktivitetenes påvirkning av energiomsetningen som gir den mest interessante helseeffekten, forklarer han.

Det er energiomsetningen som gjør noe med fettforbreningen og dermed kan influere på forekomsten av livstilssykdommer som hjerte- og karlidelser og diabetes 2. Fysiologer bruker gjerne det som kalles MET, den metabolske ekvivalenten, for

å sammenlikne intensitetsnivået på forskjellige aktiviteter. Undersøkelsene til Tangen forteller at en golfrunde ligger i den høyere enden av moderat aktivitet.

Tre ukentlige nihullsrunder tilsvarer å spille fotball eller gå på ski en time og 23 minutter tre ganger i uka. Eller å jogge en time og 13 minutter, også det tre ganger i uka.

Milliarder i gevinst

Helsedirektoratet har utgitt flere rapporter hvor det slås til lyd for å gjennomføre samfunnsøkonomiske analyser for å verdsette helsegevinsten ved å øke befolkningens fysiske aktivitetsnivå. Fra myndighetene slås det fast at «et menneske som går fra å være fysisk inaktiv til å være fysisk aktiv, vil statistisk sett få en betydelig helsegevinst i form av redusert sykdom, økt livskvalitet og økt levealder.»

Så hvor mange kan golfsporten bidra til å få ut av sofakroken? Den store golfboomen på inngangen til 2000-tallet flatet ut da medlemsantallet nådde 125 000 spillere. De siste årene har ut-

viklingen gått feil vei, ned til 114 000. Tiltak er igangsatt for å snu pila igjen. Banekapasiteten viser at vi har plass til hele 75 000 nye spillere på eksisterende anlegg.

Det vil ikke bare komme golfen til gode. Hele samfunnet vil tjene på den økte aktiviteten.

– Sosial- og helsedirektoratet anbefaler å bruke «statistiske leveår med full helse» som enhet i slike nyttekostnadsanalyser. I tillegg anbefales det å inkludere en økonomisk verdsetting av trivsel-effekter, forklarer Jan Ove Tangen og er krystallklar i sin konklusjon.

– 75 000 nye golfspillere i Norge vil gi en betydelig samfunnsøkonomisk helsegevinst. Totalt sett vil en slik rekruttering utgjøre nærmere 120 milliarder kroner før vi trekker fra kostnader.

Et felles løft

Spørsmålet er om NGF og dens klubber er i stand til en slik nyrekruttering. Hvis golfen klarer å rekruttere 75 000 nye spillere, utgjør det 7,6 % av den passive befolkningen. Til nå synes

golfen å ha rekruttert de gruppene som er tilbøyelige til å prøve nye ting, poengterer rapporten. Nå står «den sene majoritet» og «eternølerne» for tur. Som betegnelse indikerer er de langt tyngre å rekruttere.

– Som gruppe er disse mer skeptiske og tradisjonelt orienterte enn de andre gruppene og vanskelige å motivere til å prøve noe nytt. For både golfforbundet og for samfunnet blir det viktig å analysere og diskutere hva som skal til for å realisere banekapasiteten på 200 000 medlemsskap, sier Tangen

Forskningen kan bistå her. I opinio- nen er det fortsatt mange som oppfatter golf som dyrt og snobbete. Arbeidet med å snu dette inntrykket er for lengst i gang. Offensiv, ærlig og inkluderende. Golf skal være for alle. Likevel er det en vesentlig forskjell mellom golf og den øvrige norske idretten. Det

«Fotball er den idretten som er den minst kostnadseffektive av de organiserte idrettene»



- Vi hører ofte at golf tar mye tid, men i et helseperspektiv er det nettopp det som er bra, forklarer Tangen som har forsket på golfens helseverdi.

er golfmedlemmene selv som dekker det meste av kostnader ved planlegging, bygging og drift, ikke Staten eller kommunene.

Skjev fordeling

Staten har i lang tid tatt et ansvar for å sikre at befolkningen er idrettslig og fysisk aktiv. Helt siden 1970-årene har vi hatt en visjon at idrett skal være for alle. Flere ulike tilskuddsordninger er etablert.

Spillemidlene er den mest kjente og mest oversiktlige ordningen.

I det offentlig tilgjengelige Idrettsanleggsregisteret kan en hente ut informasjon om hvor mye som er bevilget til ulike kategorier idrettsanlegg siden 1949 og framover. Ut fra fordelingen de to siste tiårene kan det se ut som at flerbrukshaller og fotballbaner er de idrettsanleggene det offentlige mener best realiserer de idrettspolitiske målsetningene, poengterer Jan Ove Tangen i sin rapport.

Myndighetenes prioriteringer gir naturlige ringvirkninger for aktiviteten. Hvis det er dyrt å spille golf, kan det raskt bli et hinder for å delta i denne aktiviteten og dermed få den

aktuelle helsegevinsten. Da kan det være at de fysisk aktive velger andre aktivitetsformer som er billigere. Men det er faktisk ikke så dyrt å spille golf sammenliknet med de andre idrettene. Og de samfunnsmessige kostnadene er langt mindre for golf enn de andre store idrettene.

- Fotball er den idretten som er den minst kostnadseffektive av de organiserte idrettene. I 2010 ble det bevilget 6,5 ganger så mye spillemidler til fotballanlegg som til skianlegg, og 14 ganger så mye til fotballanlegg som til golfanlegg i forhold til medlemstall. Denne skjevfordeling – eller forfordeling av fotball – synes å gjøre seg gjeldende også i tildeling av kommunale midler. Ting tyder på at fordelingen kanskje er enda skjevere på dette nivået, understreker Jan Ove Tangen.

Ikke bare de unge

Professorens konklusjon er klar: Samfunnsøkonomisk er dagens fordeling av spillemidler og andre offentlige midler til idretten den minst effektive fordelingen – om helse er målet. I en slik sammenheng burde golf prioriteres framfor fotball.

- Jeg er forberedt på kritikk fra fotballforbundet, som selvfølgelig ikke liker slike påstander. Meg bekjent er

det ikke gjort tilsvarende analyser for verken fotball eller andre organiserte idretter. Mener de noe annet, får de komme med et tilsvarende svar, sier Tangen, og gjentar at rapporten må leses med forsiktighet.

Samtidig advarer han mot en ensidig satsing på idrettsanlegg for barn og unge.

- Spillemidlene er et viktig virkemiddel for å få folk i aktivitet. Begrunnelsen for å bevilge store midler til kunstgressbaner og flerbrukshaller er gjerne fotballens og håndballens store oppslutning blant barn og unge. Men forskningen spriker i svarene om satsingen på barn og unge legger grunnlaget for livslang aktivitet.

Tangen mener at undersøkelsene bør være et varsko mot den statlige og idrettslige fokusering på de yngste målgruppene.

- Alle aldersgrupper burde motiveres til mer fysisk aktivitet. Og det burde bevilges tilstrekkelige midler over spillemiddelordningen og legges til rette for passende aktiviteter for voksne og eldre i befolkningen. Som et tilbud for alle alders- og befolkningsgrupper gir golf en betydelig samfunnsmessig helsegevinst. Å satse på anlegg i første rekke for barn og unge kan vise seg å være en feilinvestering, hevder han. ■



- Beløpet overrasket også meg. Dimensjonene er så store at det nesten blir urealistisk, sier professor Jan Ove Tangen.