

DOKTORI (PhD) ÉRTEKEZÉS

MAKLÁRI GERGELY

DEBRECEN

2026

DEBRECENI EGYETEM
GAZDASÁGTUDOMÁNYI KAR
GAZDÁLKODÁS- ÉS SZERVEZÉSTUDOMÁNYOK
DOKTORI ISKOLA

Doktori iskola vezető: **Prof. Dr. Nábrádi András egyetemi tanár**

AZ ÁLLÓKÉPESSÉGI SPORT IRÁNTI ELKÖTELEZŐDÉS ÉS A
RÉSZVÉTELT BEFOLYÁSOLÓ TÉNYEZŐK
ÖSSZEFÜGGÉSEINEK VIZSGÁLATA MAGYARORSZÁGON

Készítette:

Maklári Gergely

Témavezető:

Prof. Dr. Müller Anetta

egyetemi tanár

DEBRECEN

2026

A doktori értekezés betétlapja

**AZ ÁLLÓKÉPESSÉGI SPORT IRÁNTI ELKÖTELEZŐDÉS ÉS A RÉSZVÉTELT
BEFOLYÁSOLÓ TÉNYEZŐK ÖSSZEFÜGGÉSEINEK VIZSGÁLATA
MAGYARORSZÁGON**

Értekezés a doktori (PhD) fokozat megszerzése érdekében a Gazdálkodás- és
szervezéstudományok tudományágban

Írta: Maklári Gergely okleveles sportközgazdász

Készült a Debreceni Egyetem Ihrig Károly Gazdálkodás- és Szervezéstudományok doktori
iskolája (..... programja) keretében

Témavezető: Dr. Müller Anetta

A doktori szigorlati bizottság:

elnök:

Dr.

tagok:

Dr.

Dr.

A doktori szigorlat időpontja: 20... ..

Az értekezés bírálói:

Dr.

Dr.

Dr.

A bírálóbizottság:

elnök:

Dr.

tagok:

Dr.

Dr.

Dr.

Dr.

Az értekezés védésének időpontja: 20.....

NYILATKOZAT

Alulírott, Maklári Gergely (szül.: Kisvárd, 1988.07.18.) büntetőjogi és fegyelmi felelősségem tudatában kijelentem és aláírásommal igazolom, hogy a doktori (Ph.D) fokozat megszerzése céljából benyújtott értekezésem kizárólag saját, önálló munkám.

Nyilatkozom továbbá, hogy:

- a Gazdálkodás- és Szervezéstudományok Doktori Iskola szabályzatát megismertem, és az abban foglaltak megtartását magamra nézve kötelezően elismerem;
- a felhasznált irodalmat korrekt módon kezeltem, a disszertációra vonatkozó jogszabályokat és rendelkezéseket betartottam;
- a disszertációban található másoktól származó, nyilvánosságra hozott vagy közzé nem tett gondolatok és adatok eredeti lelőhelyét a hivatkozásokban, az irodalomjegyzékben, illetve a felhasznált források között hiánytalanul feltüntettem a mindenkor szerzői jogvédelem figyelembevételével;
- a benyújtott értekezéssel azonos, vagy részben azonos tartalmú értekezést más egyetemen, illetve doktori iskolában nem nyújtottam be tudományos fokozat megszerzése céljából.

Debrecen, 2026

Maklári Gergely

TARTALOMJEGYZÉK

BEVEZETÉS	7
1. TÉMAFELVETÉS ÉS CÉLKITŰZÉS	10
2. SZAKIRODALMI ÁTTEKINTÉS	13
2.1. <i>A sport fogalmának a definiálása, és a társadalomban betöltött funkciójának a változása</i> .	13
2.2. <i>A sportturizmus helye a turizmus rendszerében</i>	15
2.3. <i>A sportrendezvények főbb jellemzői</i>	19
2.3.1. <i>A sportrendezvények tipológiája</i>	19
2.3.2. <i>Az állóképességi sportágak bemutatása</i>	21
2.3.3. <i>Az állóképességi sportesemények jellemzői</i>	24
2.3.4. <i>A hazai állóképességi versenyek bemutatása</i>	26
2.4. <i>Az állóképességi sportesemények szerepe a sportturizmusban és a helyi gazdaságban</i>	29
2.4.1. <i>A helyi turizmus és vállalkozások fellendítése</i>	29
2.4.2. <i>A sportesemények szereplői és érintettjei</i>	30
2.4.3. <i>A sporteseményekhez kapcsolódó infrastruktúrafejlesztések</i>	33
2.4.4. <i>A társadalom egészségi és szociális állapotának fejlődése</i>	33
2.5. <i>Az állóképességi sportok rekreációs szerepe</i>	34
2.6. <i>A sportolási szokások és a fizikai inaktivitás felmérése az Európai Unióban és Magyarországon</i>	35
2.6. <i>Az állóképességi sportolók jellemzői</i>	39
2.7. <i>A sporttevékenységben való elköteleződést befolyásoló tényezők</i>	40
2.7.1 <i>Az életkor szerepe a sportaktivitásban</i>	41
2.7.2 <i>A „Nemek” befolyásoló szerepe a sportban, fizikai aktivitásban</i>	42
2.7.3 <i>A sportrendezvények hatása az elköteleződésre</i>	43
2.7.4 <i>A fizikai aktivitás, mint befolyásoló tényező</i>	43
2.7.5 <i>A társadalmi- és környezeti korlátok (pénzügyi helyzet, kapcsolatok, infrastruktúra, közösségi elvárások)</i>	44
2.7.6 <i>A rendezvény részvételét befolyásoló tényezők</i>	45
2.7.7 <i>A sportolás és az utazás kapcsolata</i>	46
2.8. <i>A sport- és sportrendezvények részvételével kapcsolatos elméletek és koncepciók</i>	46
2.9. <i>A Sport-elköteleződési modell</i>	47
2.9.1. <i>Elméleti alapok</i>	48
2.9.2. <i>A sport- elköteleződés modell tényezői</i>	49
2.9.3. <i>Pszichológiai és motivációs tényezők</i>	52
2.9.4. <i>Különböző típusú elköteleződés</i>	52

2.9.5. A sport-elköteleződés modell megvalósítása	52
2.9.6. A kutatás felépítése.....	53
3. ANYAG ÉS MÓDSZER.....	54
3.1. A kérdőív kidolgozása	55
3.2. A vizsgált minta bemutatása.....	59
4. VIZSGÁLATI EREDMÉNYEK ÉS AZOK ÉRTÉKELÉSE	69
4.1. A szociodemográfiai tényezők, a részvétellel kapcsolatos magatartás és a sportkiadások összefüggéseinek vizsgálata	69
4.2. A részvétellel kapcsolatos magatartás, illetve a sportkiadások összefüggéseinek vizsgálata.....	71
4.3. Az életmóddal kapcsolatos kérdéssor faktoranalízis vizsgálata.....	72
4.4. Varianciaanalízis és t-próba vizsgálata a sport iránti elköteleződés faktoroknál	79
4.5. Varianciaanalízis és t-próba vizsgálata az életmód faktorcsoportoknál	85
4.6. Állóképességi sportolók típusainak feltérképezése	93
4.6.1 Szociodemográfia jellemzők és a klaszter csoportok közötti összefüggés vizsgálata	95
4.6.2. Részvételi jellemzők és a klaszter csoportok közötti összefüggés vizsgálata.....	96
5. KÖVETKEZTETÉSEK ÉS JAVASLATOK.....	98
6. AZ ÉRTEKEZÉS FONTOSABB MEGÁLLAPÍTÁSAI, ÚJ ILLETVE ÚJSZERŰ EREDMÉNYEI.....	104
7. AZ ÉRTEKEZÉS EREDMÉNYEINEK GYAKORLATI HASZNOSÍTHATÓSÁGA.....	105
ÖSSZEFOGLALÁS.....	109
SUMMARY	111
RÖVIDÍTÉSEK JEGYZÉKE	113
SAJÁT PUBLIKÁCIÓK JEGYZÉKE.....	134
TÁBLÁZATJEGYZÉK	135
ÁBRAJEGYZÉK	137
MELLÉKLETEK.....	138

BEVEZETÉS

Az utóbbi évtizedekben világszerte óriási népszerűsége tettek szert az állóképességi sportok, mint például a maratoni futás, a terepfutás, az országúti kerékpározás, a triatlon, a nyílt vízi úszás, a lovaglás vagy az akadályfutás. Az állóképességi sportversenyek azért is lettek népszerűek a világ minden pontján, mert minden esemény egyedi élményt nyújt a sajátos környezete, az időtartama, a szervezése és a résztvevői miatt. (O'NEIL-STEYN, 2007; HALLMAN-BREUR, 2010). Az állóképességi sportok végzése során a sportolóknak hosszabb időn keresztül szükséges magas intenzitáson teljesíteniük, mivel a táv és az időtartam is hosszabb egy ilyen jellegű sporteseményen. Az állóképességi sportolóknak közös jellemzője a választott sportjukkal való azonosulás, a versengés, az elhivatottság, a kitartás vagy az elszántság (MYBURGH, 2017). A sport- elköteleződés modell (SCM) mellett más megközelítéseket is figyelembe kell venni a sport iránti elköteleződés teljes méréséhez. Az elköteleződést eltérő nézőpontokból is vizsgálták már, ami különböző modellek és elméletek kidolgozásához vezetett, de magyarországi környezetben eddig még nem mérték (MYBURGH, 2017). A hazai kutatások nem foglaltak magukba olyan változókat, mint az életmód vagy az esemény sajátosságok (KOZMA et al., 2015; SZEMES et al., 2016; BERKI-PIKÓ, 2020; LÁSZLÓ, 2020).

Az állóképességi sport űzését számos motiváció indikálhatja, amelyek közül az egyik legfontosabb az egészségmegőrzés (KINCZEL-MÜLLER, 2020; KINCZEL-MÜLLER, 2022). A sport által megelőzhetőek az életvitelből adódó megbetegedések (MÜLLER et al., 2019a), továbbá elősegítheti a mentális jóllét növelését, a betegségek prevencióját és a fizikai fittség javítását is (SNETHEN-BROOME, 2007). Nem csak az egészségtudatosság fejlődésének írható fel az állóképességi sport népszerűségének a növekedése. Az egészség mellett az amatőr sportolók körében lényeges tényező lehet a rekreáció is, amely magában foglalja az új társas kapcsolatok, barátságok kialakítását, a közösséghez való tartozás érzését, a versenyszellemet, a mentális megújulást, illetve önmagában a sport öröméért történő mozgást (MALCHROWICZ-MOŠKO-POCZTA, 2018). Ezáltal a sport egyre inkább az életmódjává válik a legelkeltebbek életében, amely egyfajta mentális relaxációt, önfejlesztést, szocializációt is tartalmaz, továbbá a fizikai állapot erősítését is szolgálja (RAUTER, 2014; MALCHROWICZ-MOŠKO-POCZTA, 2018).

Azok az állóképességi sportolók, akik versenyeken vesznek részt, jelentős összegeket fordítanak sportruházatra, edzésekre, táplálék kiegészítőkre, speciális felszerelésekre és

egyéb sportolást támogató termékekre is. Minél jelentősebb szerepet tölt be a sportolás az egyén mindennapjaiban, jellemzően annál magasabbak az ahhoz kapcsolódó kiadásai is (SHIPWAY-JONES, 2007; RAUTER, 2014). Az ilyen jellegű sporttevékenység végzése nemcsak kikapcsolódást nyújt sokak számára, hanem egy idő után az életük fontos részévé válik. A sportolásnak közösségformáló hatása is van, a résztvevők egy csoport szerves tagjaként élhetik meg a kihívásokat, támogatják, bátorítják egymást (STEVINSON-HICKSON, 2014). Az edzés és a versenyeken való részvétel tökéletes arra is, hogy a hosszú távú kitartást, a mentális erőt és az önfegyelmet fejlesszék (RAUTER, 2014). Ezen kívül sokan egy-egy sporteseményt összekötnek az utazással, új helyek felfedezésével és kulturális élmények megismerésével (GIBSON, 2005).

Az utóbbi évtizedben világszerte óriásira nőtt a választék az állóképességi sportesemények terén. A helyi, a nemzeti és a nemzetközi sportesemények népszerűsége megnövekedett, és felismerték az ebben rejlő gazdasági lehetőségeket, emellett megnőtt az igény az ünnepek alatt a szabadidő aktív eltöltésére is, így a városok egyre nagyobb hangsúlyt fektetnek a sportra és a sportesemények szervezésére, mert ezek több turisztikai lehetőséget kínálnak. A sportturizmus, amely egy dinamikusan fejlődő iparág, pozitív hatással van egy régió gazdasági fejlődéséhez egyrészt a turisták, munkalehetőségek, helyi vállalkozás fejlődése által, másrészt a sporthoz szükséges felszerelésekkel, a nevezési díjjal, az edzésekkel és az egyéb kiegészítő szolgáltatásokkal kapcsolatos kiadások által (RITCHIE & ADAIR, 2004; RASO-CHERUBINI, 2024). Ezzel kapcsolatban végeztek már nemzetközi és nemzeti szinten is kutatásokat, amely az sportturizmus egyre növekvő szerepét vizsgálja (GETZ-PAGE, 2016b; RASO-CHERUBINI, 2024). A különböző profillal rendelkező futóversenyek, a triatlon események, vagy az akadályfutó versenyek mind- mind széles és változatos közönséget vonzanak mind külföldön, mind idehaza (ANDERSEN-VANIA, 2020).

Magyarországon az 1970-es évektől kezdett el nőni a tömegfutás népszerűsége, amikor a kocogás, mint új mozgásforma egyre közkedveltebbé vált, illetve a nagyobb városok megrendezték az első futóversenyeket, amelyeken amatőr futók is indulhattak. Az első hivatalos maraton 1984-ben került sorra hazánkban, ami kelet-európai viszonylatban az egyik első ilyen esemény volt, azonban óceánon túli viszonylatban 15 évvel, míg Nyugat-Európával szemben 10 évvel később történt. Habár az Európai Unión belül a magyar társadalom a fizikailag egyik legkevésbé aktív nemzet közé sorolható, a futás mégis az

egyik legnépszerűbb sporttevékenység közé tartozik mind a fiatal, mind az idősebb felnőtt korosztály esetében (PERÉNYI, 2015). Míg pár évtizeddel ezelőtt alig több, mint 40-50 futóverseny került megrendezésre az országban évente, addig 2018-ban és 2019-ben már közel 800-ra nőtt ez a szám, köztük országúti, terepfutó, ultra, maratoni, triatlon és akadályfutó versenyek (FUTÓNAPTÁR, 2021). A legnépszerűbb versenyeken akár 20-30000 közötti indulószám is lehetséges, és a nagyvárosokban, mint például Debrecen, Székesfehérvár és Győr, a futók száma akár az 1000 főt is elérheti (CZEGLÉDI et al., 2018). Ezek a rendezvények azért tökéletesek a sportolók számára, mert próbára tehetik a fizikai és mentális képességeiket. A sportversenyek gazdasági szempontból is kiemelt jelentőséggel bírnak, mivel bevételeket generálhatnak a helyi gazdaság számára. A nevezési díjak, a kapcsolódó szállásfoglalások vagy a versenyekre való utazás komoly bevételi forrást jelenthetnek, ami kulcsfontosságú a rendezvényszervezők és a turisztikai desztinációk számára (ANDERSEN-VANIA, 2020).

A téma kiemelkedően fontos azért is, mert Magyarország a legfrissebb egészséggel kapcsolatos Európa Uniós vizsgálatok alapján is a legkevésbé aktív nemzetek közé tartozik és még mindig kevés azoknak az embereknek a száma, akik aktívan sportolnak (EUROBAROMETER, 2022). A sportolás rengeteg pozitív aspektussal hat nemcsak az egyénre, hanem a társadalom szintjén is, ezért fontos lenne a következő évtizedekben a magyar lakosságot is felzárkóztatni a sporttal eltöltött időt illetően (KECZELI, 2021). Az állóképességi sporttevékenység (futás, kerékpározás, triatlon, stb.) végzése mind világ szinten, mind itthon is óriási népszerűsége telt szert az utóbbi években, ami folyamatosan növekszik és egy olyan izgalmas, kihívásokkal teli sportolási lehetőséget kínál az érdeklődők számára, amelyek által elköteleződnek egy sporttevékenység végzése irányába. Ez alatt értendő a sportolás és sport rendezvényeken való részvétel is (O'NEIL-STEYN, 2007).

Azért is tartom jelentősnek a téma vizsgálatát, mert átfogóan bemutatja, hogy az aktív sportolói közönséget mi motiválja az állóképességi sportolás iránt és hogyan válik egy kevésbé aktív sportoló magas szinten elkötelezett résztvevővé. Mivel hazánkban viszonylag kevesen végeznek rendszeres állóképességi edzéseket és vesznek részt ilyen jellegű sportversenyekre, szükséges azoknak a módszereknek és hatótényezőknek a beazonosítása, amelyek képesek növelni az állóképességi sportok iránti érdeklődést és a rendezvényeken való részvételi hajlandóságot (EUROBAROMETER, 2022). A fentiekben

ismertetett tényezők rávilágítanak arra, hogy az állóképességi sportolás nem egyszerűen egy szabadidős tevékenység, hanem összetett motivációs és életmódbeli tényezőkkel átszőtt folyamat. A következő fejezetben az ezzel kapcsolatos témafelvetés és célkitűzés kerül bemutatásra.

1. TÉMAFELVETÉS ÉS CÉLKITŰZÉS

Az állóképességi sportrendezvények az utóbbi években óriási figyelmet kapnak mind gazdasági, mind társadalmi szempontból. Ennek oka, hogy az egészségtudatosság folyamatosan növekszik, és növekvő igény mutatkozik az aktív életmód iránt. Emellett a népszerűségüket az is növeli, hogy ezek az események a sportoláson túl kihívás- és közösségi élményt is kínálnak, és egyesek számára az önmegvalósítás terepét is nyújthatják (RAUTER, 2014). Érdekes megközelítés, hogy a sport nemcsak egy társadalmi esemény (ami látható, érzékelhető, észlelhető, az egyének között interakció alakul ki, és jellemzően egyszeri alkalommal történik meg), hanem, mint társadalmi jelenség is értelmezhető, hiszen mindamellett, hogy folyamatosság, ismétlődés jellemzi, egy sor eseményből, illetve megfigyelésből és tapasztalatból áll, ami alapot ad a kutatásnak, gondolkodásnak). A sport vizsgálata során nem hagyhatjuk figyelmen kívül az azt körülvevő jelenségeket, kapcsolatokat, összefüggéseket (KAPLAN et al., 2013).

Még mindig kevés azoknak a hazai kutatásoknak a száma, amelyek azt vizsgálják, hogy mi motiválja az embereket abban, hogy elköteleződjenek valamelyik állóképességi sporttevékenység rendszeresen végzése mellett, és részt vegyenek a kapcsolódó sporteseményeken, és egyre nagyobb költségi hajlandóságot mutassanak a sporttermékek, valamint az egészségtudatos életmód iránt (KOZMA et al., 2015; SZEMES et al., 2016; BERKI-PIKÓ, 2020; LÁSZLÓ, 2020). Főleg, azok a gazdálkodás- és szervezéstudományi megközelítésű kutatások hiányoznak a hazai szakirodalomból, amelyek együttesen vizsgálják a részvételi aktivitást, a sport iránti elköteleződést, az életmódbeli jellemzőket (utazási szokások, fogyasztási és költségi jellemzők, szabadidő-eltöltési szokások), és a sportrendezvényeken való részvételt befolyásoló tényezőket a magyarországi amatőr állóképességi sportolók körében. Az ezzel kapcsolatos kutatások hiánya azért is fontos, mert az állóképességi sportrendezvények pozicionálása és lebonyolítása szempontjából nem elég csak azt tudni, hogy egy sportoló miért vesz részt egy-egy állóképességi sportrendezvényen, azt is meg kell érteni, hogy milyen fajta összetevők alakítják ki az

újbbóli részvételt, a hosszú távú elköteleződést és a sport fogyasztói magatartást. A turisztikai szakemberek, az önkormányzatok, a kormány és az eseményszervezők számára fontos dolog, hogy meg tudják érteni, mi alapján tudják ezeket az embereket megszólítani és bevonni, valamint általuk hosszútávon növekvő hasznot generálni (MYBURGH, 2017). Gazdálkodás- és szervezéstudományok területén azért is lényeges a téma kutatása, mert az állóképességi sportesemények olyan komplex szolgáltatások, amelyek eredményessége nagymértékben múlik a résztvevő motivációjának, elvárásainak és fogyasztói sajátosságainak feltérképezéséről. Nemcsak társadalmi és sporttudományi szempontból indokolt a sportfogyasztás, a sportolói elköteleződés és a részvételi szokások összefüggéseinek vizsgálata, hanem sportmarketing-, sportturisztikai-, eseménymenedzsment és szolgáltatásfejlesztési szempontból is szükségszerű.

Kutatásomban arra keresem a választ, hogy az állóképességi sportversenyeken induló magyarok körében a sport iránti elköteleződést milyen tényezők befolyásolják. Melyek azok a részvételi tényezők, amelyek hatása miatt az elköteleződés egyre nagyobb mértékűvé válik. Miért indul el valaki évente 15-20 versenyen, edz hetente akár 10-12 órát, vagy költ el évente akár 1 millió forintot is sporttal kapcsolatos termékekre és szolgáltatásokra. Kutatásomban továbbá azt is vizsgálom, hogy miként befolyásolja az állóképességi sportolók elköteleződését az edzés gyakorisága, a versenyeken való részvétel, a sporttermékek használata, a sporttevékenységen való részvétel vagy az egészségtudatos táplálkozás. Kutatásom fő célkitűzése, hogy feltárjam az állóképességi sport melletti magas szintű elköteleződés hátterében milyen gazdasági, szociodemográfiai és egyéni tényezők állnak.

Kutatási kérdések:

1. Hatással vannak-e a gazdasági tényezők (jövedelem, éves sportcélú költség) a sporttevékenységen való részvételre Magyarországon?
2. Melyik tényező játszik kulcsszerepet az állóképességi sportolók számára az elköteleződés szempontjából?
3. Milyen szintű sportolók a leginkább elkötelezettebbek a sport iránt?
4. Akik heti több mint 8 órát edzenek vagy évi több mint 8 versenyen vesznek részt, magasabb elköteleződést mutatnak-e a sport iránt?

5. Befolyásolják-e az állóképességi sporttevékenységekben való aktív részvételt a szociodemográfiai tényezők?

Hipotézisek

1. Magyarországon az állóképességi sporttevékenységek részvételére a gazdasági tényezők (jövedelem, éves sportcélú költség) hatással vannak.
2. A magyarországi állóképességi sportolók számára az elköteleződés szempontjából kiemelt jelentőséggel bír az életmódjukra gyakorolt kedvező hatás.
3. Akik magas szintű sportolónak tekintik magukat, azok elkötelezettebbek a sport iránt, mint a többi más szinten sportolók.
4. Azok a sportolók, akik több mint 8 órát edzenek hetente, vagy több mint 8 versenyen vesznek részt évente, magasabb elköteleződést mutatnak a sport irányába.
5. A szociodemográfiai tényezők befolyásolják a sporttevékenységekben való aktív részvételt.

1. táblázat: A kutatás kapcsolati ábrája

1. Hatással vannak-e a gazdasági jellemzők (jövedelem, éves sportcélú költség) a sporttevékenységekben való részvételre Magyarországon?	1. Magyarországon az állóképességi sporttevékenységek részvételére a gazdasági tényezők (jövedelem, éves sportcélú költség) hatással vannak.	Keresztábra elemzés (Khi-négyzet próba), T-próba, Varianciaanalízis (csoportok közötti különbség vizsgálata)
2. Melyik tényező játszik kulcsszerepet az állóképességi sportolók számára az elköteleződés szempontjából?	2. A magyarországi állóképességi sportolók számára az elköteleződés szempontjából kiemelt jelentőséggel bír az életmódjukra gyakorolt kedvező hatás.	Faktoranalízis (motivációs tényezők feltárása), Leíró statisztikák (Faktorátlagok összehasonlítása)
3. Milyen szintű sportolók (a kérdőív során önbevallás alapján határozta meg a kitöltő, amely vonatkozott a sportmúlra, a sportéletkorra, az edzés gyakoriságára és a versenyrészvételre) a leginkább elkötelezettebbek a sport iránt?	3. Akik magas szintű sportolónak (a kérdőív során önbevallás alapján határozta meg a kitöltő, amely vonatkozott a sportmúlra, a sportéletkorra, az edzés gyakoriságára és a versenyrészvételre) tekintik magukat, azok elkötelezettebbek a sport	Varianciaanalízis (csoportok közötti különbség vizsgálata)

	iránt, mint a többi más szinten sportolók.	
4. Akik heti több mint 8 órát edzenek vagy évi több mint 8 versenyen vesznek részt, magasabb elköteleződést mutatnak-e a sport iránt?	4. Azok a sportolók, akik több mint 8 órát edzenek hetente, vagy több mint 8 versenyen vesznek részt évente, magasabb elköteleződést mutatnak a sport irányába.	Varianciaanalízis (csoportok közötti különbség vizsgálta), Keresztábra elemzés, Klaszterelemzés (sportolói csoportok képzése)
5. A szociodemográfiai tényezők befolyásolják a sporttevékenységekben való aktív részvételt.	5. A sporttevékenységekben való aktív részvételt befolyásolják a szociodemográfiai tényezők.	Leíró statisztikák (gyakoriság elemzése, Keresztábra elemzés)

Forrás: Saját szerkesztés

2. SZAKIRODALMI ÁTTEKINTÉS

2.1. A sport fogalmának a definiálása, és a társadalomban betöltött funkciójának a változása

Ahhoz, hogy az állóképességi sportot végző egyének motivációit megértsük, a magyarországi sportrendezvényeken való elköteleződés mögött húzódó befolyásoló tényezőket át tudjuk látni, fontos megérteni, hogy mi a sport definíciója, illetve melyek a sport mai modern funkciói, értékei. A Magyar Nyelv Értelmező Szótára (ARCANUM, 2024) szerint: „*A sport a testi erőnek, ügyességnek, gyorsaságnak stb. alkalmazásával, felhasználásával végzett olyan tevékenység, amely nem számít munkának, s amelynek célja a testi- lelki erők, képességek harmonikus fejlesztése, illetve versenyszerű összecsapásokon való bemutatása.*” Egy másik elmélet szerint, a sport meghatározott szabályok által különféle céllal végzett fizikai aktivitás, amely javítja a fizikai állapotot, erősíti és szinten tartja a kondíciót. Több célja is lehet, mint például más személyek vagy a saját eredmények felülmúlása, vagy az egészségi állapot fejlesztése, az egészség megőrzése (JÁKÓ, 2012).

Az ókori olimpiai játékok megjelenése által kialakultak a sportversenyek szabályai. A versenyzők számára a diadal, az elismerés, és a versengés vált fontossá, míg a nézők számára a szórakozás (HOFMESITER et al., 2008). A középkorban a lovagok életét a harcra való felkészülés töltötte ki, gyerekkoruktól kezdve erre nevelték őket (JÁKÓ, 2012). Az újkor idején, 19. században, amikor az életvitelhez szükséges napi mozgás mennyisége még mindig magas, a mozgás szerepe a mindennapokban változatlan, azonban megjelenik a felsőbb körökben a golf, a lovaglás vagy a vívás. A kora újkor során bizonyos sportágak, mint például a krikett, az ökölvívás, a lóverseny vagy a golf esetében, régióként eltérő módon és ütemben, de a mai modern sport jellemzőit fektették le, hiszen írott szabályokat alakítottak ki, klubokat hoztak létre, rögzítették az eredményeket, s ezek az előírások később globálissá váltak (EDELMAN-WILSON, 2017). Ezek a változások eredményezték hosszú távon a sport világ szintű elterjedését (COLINS, 2013).

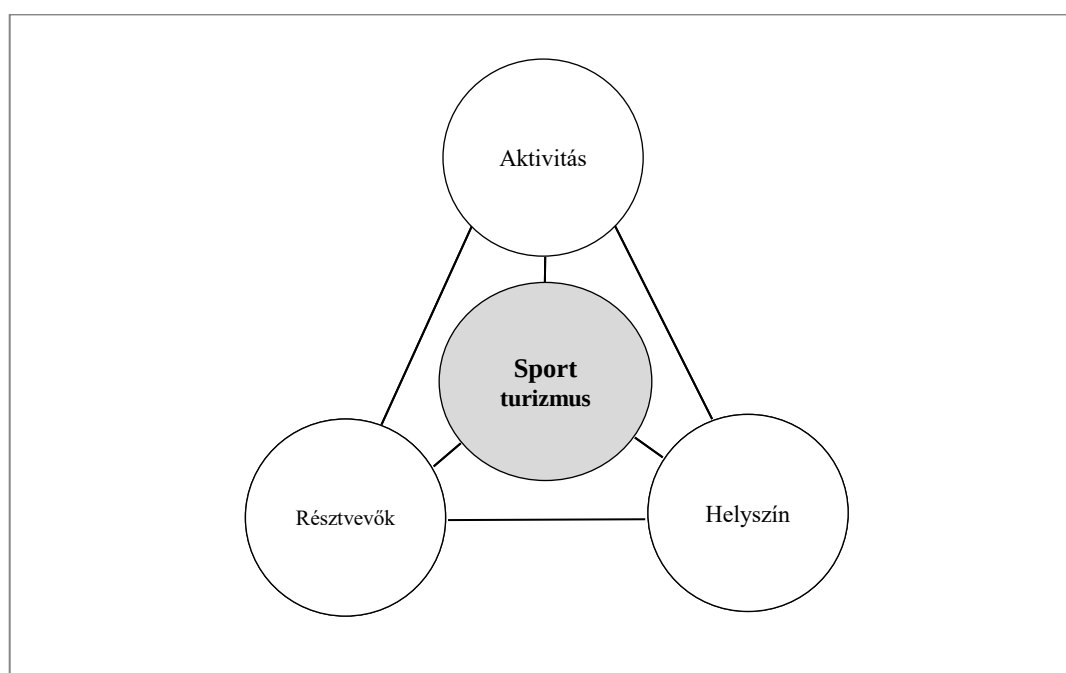
Az ipari forradalom és az urbanizáció hatására a városok népe megsokszorozódott, és ez a városi környezet kedvezett a sport fejlődésének. Kiépülnek a közlekedési rendszerek, nagyszámú nézőt befogadni képes helyszíneket létesítenek, továbbá kommunikációs rendszerek, médiacégek és megfelelő technológia párosul a sport fejlődéséhez (EDELMAN-WILSON, 2017). Magyarországon ebben az időszakban, Széchenyi István meghonosítja a „sport” kifejezést. Véleménye szerint a sport a lelki egészség fontos tényezője, ami hozzájárulhat egy egészséges nemzet kialakulásához (TÓTH, 2024). Mérföldkő a sporttevékenység kialakulásában a 20. században lezajló változás, az ipar automatizálása, a gépesítés, a közlekedési formák fejlődése által a habituális mozgásmennyiség jelentősen lecsökkent. Ezt a hiányt megcélózva alakul ki a testedzés és a fitneszipar, és kap különböző népegészségügyi programokban kiemelkedő szerepet a sport (JÁKÓ, 2012), valamint a modernkori sport dinamikus növekedése által az egyik legjelentősebb globális és nemzetgazdasági iparrá vált (ÁCS et al., 2015).

Ahogy ebben a fejezetben bemutatásra került, a történelem során a sport funkciója folyamatosan változott, idomult a társadalom igényeihez, szelleméhez. A sport a modern, kortárs társadalom egyik legjelentősebb tevékenysége. Elterjedtsége nyomon követhető abban, hogy társadalmi rétegtől és korosztálytól függetlenül széles körű részvétel figyelhető meg a különböző sporttevékenységekben. A sport fontos szerepet tölt be a társadalmi intézményekben, és olyan funkciókat különböztetünk meg általa, mint például a fejlesztés, társadalmi integráció, szocializáció, önkifejezés (SAGE, 1979). A sport

hozzájárulhat az emberek által kialakított közösségek fejlődéséhez, erősödhetnek a társadalmi normák, értékek. Globális szinten látható, hogy a sportalapú projektek hozzájárulhatnak többek között a gazdasági fejlődéshez, nemek közötti egyenlőség növeléséhez, edukációhoz, egészséges életmód promóciójához. Ez jól ábrázolható egy sportrendezvény példáján keresztül, ami mindamelllett, hogy a sport jótékony hatását hirdeti, társadalmi, kulturális és földrajzi szempontból is eltérő közösségek tagjait képes összehozni, és ez lehetőséget ad a társadalmi tőke fejlődéséhez (SHERRY et al., 2015).

2.2. A sportturizmus helye a turizmus rendszerében

Évekkel korábban, ahogy a sportturizmus népszerűsége növekedni kezdett, úgy került egyre inkább a fókuszba gazdasági és akadémiai szempontból, s a komplex jelenség definiálását számos szakember igyekezett már megtenni (HALL, 1992; DEERY et al., 2004). Az egyik legkorábbi meghatározás Ruskintól (IDÉZI: MARTON, 2015) származtatható, aki azt a viselkedésformát sorolta ebbe a kategória, amely a vonzó környezeti adottságokhoz, és olyan rekreációs és sporttevékenységek kínálatához kapcsolható, amelyet emberek hoztak létre. Az évek során a definíció egyre pontosabban próbálta megragadni a sportturizmus lényegét, Hall (1992) már két kategóriát alkalmaz. Az utazás célja alapján a turista részt vehet a sporttevékenységben aktív sportolóként, vagy mint passzív résztvevő.

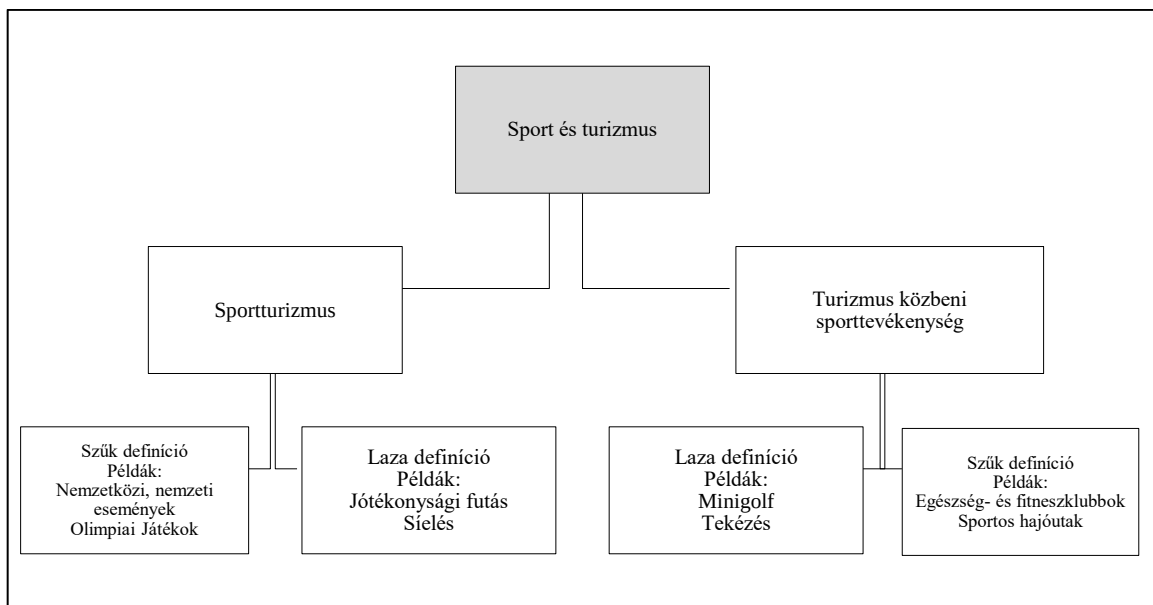


1. ábra: A sportturizmus, mint az aktivitás, a résztvevők és a helyszín kölcsönhatásának összefüggése

Forrás: WEED, 2005

Weed (2005) kiemeli, hogy a sportturizmus a résztvevők, a helyszín és az aktivitás kölcsönhatásának a rendszere. A sport típusa befolyásolja, hogy kik vesznek részt az adott rendezvényen, ezen kívül a résztvevők motivációja is hatással lehet a szervezésre, mert a sportrendezvények nemcsak a versenyzésről, hanem a közösségi és kulturális élményekről is szól, illetve a helyszín is fontos tényező lehet. Például egy terepfutó versenyen más típusú versenyzők fognak részt venni, mint egy városi futó versenyen, hiszen mindkét esemény más és más fajta élményeket kínál a résztvevőknek (1. ábra). Marton (2015) szerint az aktív sportturizmus elsősorban a szabadidősporthoz kapcsolható, amelyre jellemző, hogy bármilyen sportágon belül értelmezhető, történhet szabadidőben, de hivatáshoz kötött is lehet, ütemét tekintve lehet egyszeri vagy ismétlődő, független a mozgásforma jellegétől és intenzitásától, amely lehet az utazás fő célja.

A turizmus egyik főszereplője, az Utazási és Turisztikai Világtanács definíciója alapján a sportturizmus a turizmus egy olyan speciális fajtája, amely utal az utazási élményre, függetlenül attól, hogy a turista passzív megfigyelő vagy aktív résztvevője jellemzően egy sporteseménynek, ami kereskedelmi vagy nem kereskedelmi tevékenységet is magába foglal (UNWTO, 2024). A sportturizmus fogalmi meghatározását kutatta Deery, Jago és Fredline is (2004). Munkájukban a kategória megállapításával kapcsolatban elsősorban azt a nehézséget emelték ki, hogy különböző kutatók az utazó és sportoló egyén motivációját egészen széles skálán állapítják meg, ami az utazás eltérő formáját eredményezheti. Így például lehet szociális igény, kikapcsolódás vagy relaxáció (CROMPTON, 1979, idézi: DEERY et al., 2004) de ez a szándék lehet nosztalgia érzése miatt is (FAIRLEY, 2003 idézi: DEERY et al., 2004).

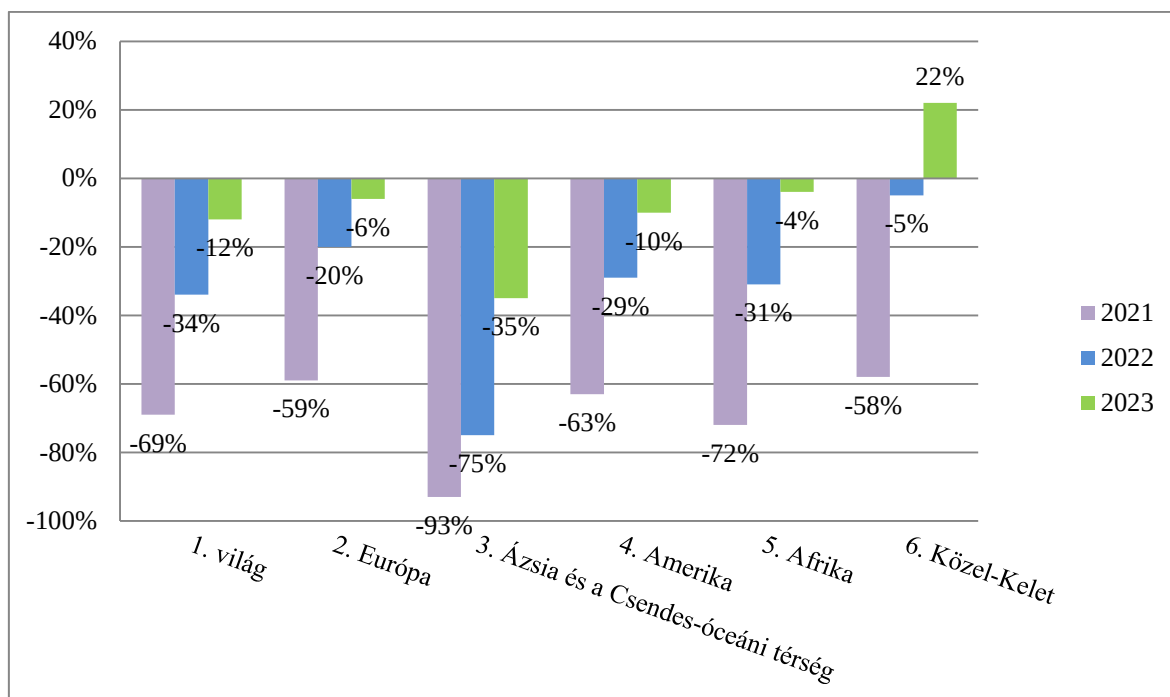


2. ábra: A sportturizmus megvalósulása

Forrás: DERRY et al. 2004

Deery és munkatársai (2004) munkája alapján a sportturizmus különböző szempontok alapján valósulhat meg. Egyrészt valamilyen eseményhez kapcsolódik. Másrészt a középpontjában jellemzően valamilyen sportág áll, amelyben versenyhelyzet is létrejöhet. A sportturizmusban résztvevők lehetnek passzív megfigyelők (nézők) és aktív résztvevők (amatőr vagy hivatalos sportolók), közös bennük, hogy a sporteseményen való részvételi szándékuk tudatos. Harmadrészt pedig a sportturizmus hatással van az egyénre, a közösségre és akár a nemzetre is (2. ábra). Deery és munkatársai (2004) továbbá kiemelik, hogy a sportturizmus értelmezésénél az esemény hatását, is fontos vizsgálni, hiszen a levont következtetések segíthetnek a jövőbeli szervezésben, a sportturizmus fejlesztésében, illetve abban, hogy a pozitív mellett a negatív hatásokat is meg lehessen vizsgálni.

A turizmus globális szinten a világ gazdaságának egyik legnagyobb hatóerejű szektora (TELFER-SHARPLEY, 2015), míg a sport a világ egyik legjelentősebb társadalmi jelensége (MYBURGH, 2017). Gazdasági és társadalomtudományi szakértők is jelentős növekedést jósolnak a szektornak, a növekedést pedig alátámasztja az egyre magasabb érdeklődés az egészségtudatos életmód iránt, illetve a szabadidősportok erősödő szerepe és az aktív utazások számának növekedése (BÁTOR et al., 2024)



3. ábra: A nemzetközi turizmus helyreállása régióként 2021-2023 között (% eltérés a bázisévhez képest)

Forrás: Utazási és Turisztikai Világtanács (UNWTO), 2024

A harmadik ábrán látható, hogy a nemzetközi turizmusra nagyon negatív hatással volt a COVID, és mindenhol drasztikus módon lecsökkent a turisták száma. Európa turizmusa 2023-ban képes volt elérni a koronavírus járvány előtti 94%-os állapotot, míg Amerikában a 90%-os volt (UNWTO, 2024). A résztvevők nagy százalékban passzív, és kisebb mértékben aktív turista volt, akiket elsősorban világesemények vonzottak (GLOBAL WELLNESS INSTITUTE, 2015). Az Utazási és Turisztikai Világtanács (2024) szerint a globális utazási és turisztikai ágazat a következő években túlszárnyalhatja a COVID világjárvány előtti adatokat, tehát pár év alatt sikerülhet helyre állítani a piacot. Hasonló tendencia figyelhető meg a hazai turizmusban is, mint a nemzetközi viszonylatban, mert 2019-ig erősödött az ágazat, ahol közel 2900 mrd Ft volt a teljes turisztikai kiadás. A COVID miatt hazánkban is hatalmas visszaesés volt, alig 1400 mrd Ft-ra csökkent le a 2020-as évben a teljes turisztikai költség. A következő évben már lehetett érezni a helyreállást, és 30%-kal növekedett a turizmushoz kapcsolódó fogyasztás (MAGYAR TURISZTIKAI ÜGYNÖKSÉG, 2021). Az elmúlt évek sportinfrastruktúra fejlesztésének köszönhetően több Európa- és világ szintű eseménynek (2020-as labdarúgó-Európa-bajnokság, 17. FINA Vizes Világbajnokság) adhatott otthont hazánk, amelyek nemcsak

turisztikai, hanem országimázs szempontból is jelentős. A következő években is hasonló volumenű események megrendezése a cél (MAGYAR TURISZTIKAI ÜGYNÖKSÉG, 2021; WORLD AQUATICS, 2026).

2.3. A sportrendezvények főbb jellemzői

Számos definíció (GULYÁS, 2012; JÁKÓ, 2012; SAAYMAN, 2012) próbálja megragadni a sportversenyek legfontosabb jellemzőit. Ezek alapján elmondható, hogy a sportverseny *„egy olyan fizikai tevékenység, amely magába foglalja a nagy izomcsoportok koordinációját, a szabályzata általánosan elismert, a verseny végén győztesek és vesztesek kerülnek ki”* (SAAYMAN, 2012:8), illetve a versenyzők folyamatos orvosi ellenőrzés alatt állnak, sok esetben érvényes orvosi igazolás nélkül nem vehetnek részt a versenyeken (JÁKÓ, 2012). Gulyás (2012) definíciója ezeken felül kiemel olyan sajátosságokat, mint azt, hogy a sportversenyek jellemzően a nyilvánosság előtt történnek, egyenlő feltételek mellett zajlik, meghatározott szabályrendszer keretein belül zajlik a verseny, és mindig valamilyen téttel ösztönzik a versenyzők körében a minél jobb eredmény elérését.

2.3.1. A sportrendezvények tipológiája

A professzionális sport iparág kulcstermékei a sportesemények, amelyek komplex hatást gyakorolnak a sportgazdaság minden területére (MÁTÉ, 2019). A sportrendezvények egy társadalmi közegben beágyazottan valósulnak meg, amelyek hatásai több szinten és területen, nem csak a sport területén jelentkeznek (MÁTÉ, 2017). Ezek a termékek méretüket tekintve eltérőek lehetnek, és a legtöbb kutatás (RITCHIE-ADAIR, 2004) jellemzően az olyan nagyméretű eseményeket elemzi, mint az olimpiai játékok vagy világbajnokságok.

Gratton, Dobson és Shibli (2000) kutatásukban a sportesemények kategorizálta az esemény mérete, a helyi gazdaságra és turizmusra történő hatása, illetve a sporttal kapcsolatos infrastruktúrára vonatkozóan. A tipológia az alábbiak szerint alakul:

1. A kategória: Rendszerességét tekintve nem minden évben megrendezésre kerülő versenyek, helyszíne esetében minden alkalommal máshol lehet a lebonyolítása. Jelentős nemzetközi figyelmet kap és nagymértékű gazdasági hatást gyakorolhat (például turizmus növekedése, infrastrukturális beruházások). Ilyen események például az olimpiai játékok vagy a futball világbajnokság.

2. B kategória: Nagy, nemzetközi események, szintén jelentős gazdasági eseményt képesek generálni, a médiában nagy figyelmet kapnak, de gazdasági hatásuk kisebb, mint az „A” típusú versenyeknek. Jellemzően évente kerülnek megrendezésre. Ilyen például az FA kupa döntő.
3. C kategória: Szabálytalan gyakoriságú, egyszeri, jelentős nézőt generáló versenyek kategóriája. Főként egy adott országra vagy régióra korlátozódnak. Kisebb méretű gazdasági hatást eredményező események. Például: Junior úszó Európa-bajnokság.
4. D kategória: Éves sportversenyek, amelyek például egy sportrendezvény-sorozat részét képezik. Jellemzően kisléptékű, helyi események, amik gazdasági hatásukat tekintve korlátozottak. Jelentős turistaforgalmat nem feltétlenül generálnak. Ilyenek például lokális szervezésű versenyek vagy egy versenysorozat selejtező eseményei. Például nemzeti bajnokságok.

Wilson (2006) kutatásában, az Angliában megszervezésre kerülő úszóversenyek eset tanulmányainak segítségével vizsgálta meg a résztvevők, nézők és szponzorok költségeit. A költség-haszon elemzés szerint a kisebb léptékű sportesemények a Gratton és munkatársai (2000) által kialakított tipológiába nem besorolhatóak, így megalkotta az E kategóriát. Ebbe a kategóriába azok a versenyek kerülnek, amelyek kisebb létszámban jelennek meg résztvevők és nézők, nem generálnak nagyobb bevételt, jellemzően nincs médiaszereplés, s nincs jelentős gazdasági hatásuk. Mégis fontosak lehetnek, hiszen elősegítik adott sportág fejlődését, a közösségi összetartozást és növelhetik a sport iránti érdeklődést (WILSON, 2006).

A kisebb eseményeket is érdemes lenne vizsgálni gazdasági, társadalmi szempontból, mert habár egy adott közösség (például lakóközösség vagy szervezet) számára egy nagyobb horderejű esemény hozzájárulhat az ismeretséghez, bevétel növekedéséhez, azonban egy kisebb méretű esemény sokkal fenntarthatóbb gazdasági hatást képes eredményezni, és potenciálisan egy sokkal nagyobb kiterjedésű perspektívát képes adni a jövőbeli események kapcsán (HIGHAM, 1996). Higham (1996) már évtizedekkel ezelőtt rávilágított arra, hogy a kisebb méretű sportesemények képesek a már meglévő infrastruktúrát használni, a látogatók áramlása folyamatos, és a fogadó közösség (például lakóközösség) számára is elérhető és nem nyomasztó. Ezek az események jellemzően kevesebb befektetett energiát és szervezést igényelnek, ennek ellenére adott régióban

képesek magas számban résztvevőket vagy nézőket bevonni (KAPLANIDOU-GIBSON, 2010).

2.3.2. Az állóképességi sportágak bemutatása

Az állóképességi sportok mind fizikailag, mind mentálisan magas kihívások elé állítják a sportolókat, így egy versenyre való felkészülés komoly igénybevételt követelhet meg, ami gyakran hónapokat, éveket is igénybe vehet (LANE-WILSON, 2011). Az állóképességi versenyek definiálhatók úgy, mint hosszabb fizikai és mentális terheléssel szembeni kitartás képessége, hiszen az ilyen jellegű versenyek teljesítéséhez szükséges táv, idő és anaerob erőnléti/intenzitási követelmények jellemzően magasabbak, mint más sporteseményeken (FERREIRA, 2015). A versenyeken a résztvevőknek extrém körülményeket, kihívásokat kell legyőzniük, hogy célba érhessenek. A részvétel lehetőséget nyújt a sportolóknak, hogy képességeiket próbára tegyék, és felmérjék, hogy mennyire képesek ellenállni a versenyhez kapcsolódó szélsőséges környezeti feltételeknek. Fontos kiemelni a körülményeket, amelyben a verseny zajlik, hiszen ezek is plusznyomást képesek helyezni a sportolókra (O'NEIL-STEYN, 2007).

2. táblázat: A sportágak összehasonlítása a képességfejlesztő szerepük alapján

Készség	Erő	Vegyes	Állóképesség
<i>Pulzusszám</i>	+/++	<i>Pulzusszám</i>	++
<i>Vérnyomás</i>	+	<i>Vérnyomás</i>	+++
<i>Perctérfogat</i>	+	<i>Perctérfogat</i>	++
<i>Edzésterjedelem</i>	-	<i>Edzésterjedelem</i>	+
<i>Szívizom-átalakulás</i>	-	<i>Szívizom-átalakulás</i>	+
Íjászat	Alpesi sí	Kosárlabda	Kajakozás
Autó-/motorsport	Bob	Krikett	Sífutás
Curling	Diszkosz/Gerely	Vívás	Kerékpár
Lovaglás	Snowboard	Labdarúgás	Úszás
Golf	Vízisí	Kézilabda	(közép/hosszú)
Vitorlázás	Súlyemelés	Gyeplabda	Futás
Lövészet	Birkózás	Rögbi	(közép/hosszú)
Asztalitenisz		Tenisz	Síelés
			(közép/hosszú)
			Evezés
			Triatlon

Forrás: BORJESSON et al., 2019

Borjesson és munkatársai (2019) által készített kutatásban a sportágakat hasonlították össze (2. táblázat), ahol látszik, hogy az állóképességi sporttevékenység végzése közben a pulzusszám, a vérnyomás, a perctérfogat, az edzésterjedelem és a szívizom-átalakulás is

sokkal magasabb értéket kapott, mint a többi sport aktivitás közben, tehát a végzése megterhelő a szervezet számára.

Nagy népszerűségnek örvend globálisan mind elit, mind hobbisportoló körben az állóképességi sportok üzése. Habár minden állóképességi sportverseny eltérő lehet abban a tekintetben, hogy milyen fizikai, technikai, logisztikai vagy pszichológiai erőforrást igényel (TAYLOR, 1995), közös ezekben az eseményekben az, hogy a résztvevők közép- vagy hosszútávon folyamatos, dinamikus, az egész testet igénybe vevő feladatokat kell végrehajtaniuk (BURNLEY-JONES, 2007). Míg elit sportolók körében olyan eseményekre kell gondolni, mint az olimpiai játékok triatlonja, addig hobbisportolók körében ezek a rendezvények jellemzően olyan 5-10 kilométeres futóversenyek, félmaraton, maratonok, triatlonok, ahol az egyént a versenyszellem mellett olyan motivációk is mozgatják, mint a fizikai aktivitás rendszeressége, személyes határok feszegetése, szocializáció vagy a nagy népszerűségnek örvendő charity programokon való részvétel (BAUMAN et al., 2008).

Az állóképességi sportok is a versenysportok közé tartoznak. A versenysport *„egy olyan fizikai tevékenység, amely magába foglalja a nagy izomcsoportok koordinációját, a szabályzata általánosan elismert, a verseny végén győztesek és vesztesek kerülnek ki (SAAYMAN, 2012:8)”*, illetve a versenyzők folyamatos orvosi ellenőrzés alatt állnak, érvényes orvosi igazolás nélkül pedig nem vehetnek részt a versenyeken. (JÁKÓ, 2012.) Az állóképességi sporttevékenység komplex fiziológiai rendszerek összehangolt folyamatára épül, alapvető jellemzőjük az ismételt izomműködés hosszú távú fenntartása (KRAVITZ-DALLECK, 2002). Amíg jellemzően egyes izmokra vagy izomcsoportokra irányulnak az állóképességet fejlesztő gyakorlatok (WILMOR-CASTIEL, 2004), addig az aerob állóképesség az egész szervezet azon képességét tükrözi, hogy nagy izomtömeg felhasználásával dinamikus mozgásformák végzését képes legyen fenntartani (WILMOR-CASTIEL, 2004). Az állóképességi sportok különböző kardiovaszkuláris adaptációkat igényelnek, és a perifériás vaszkuláris rezisztencia csökkenésével a maximális oxigénfelvétel, a szívteljesítmény és a szisztolés vérnyomás emelkedik (PAVLIK et al., 2015). Az állóképességi sportesemények lényege a versenytársak egymás elleni küzdelme, ezért az edzések során nagy hangsúlyt fektetnek a fizikai állapotuk fejlesztésére (KENNELLY et al., 2013). Elsődleges céljuk a lehető legjobb eredmény elérése, ezáltal a versenyzés következtében a fokozott igénybevétel miatt az energiaszintjük lecsökken (LANE-WILSON, 2011; JEUKENDRUP, 2011).

3. táblázat: Az állóképességi sportágak kategorizálása

Futósportok	Kerékpár sportok	Multidisziplináris sportágak (összetett többpróbás sportágak, komplex állóképességi sportok)	Vízi sportok	Téli sportok	Egyéb sportok (speciális állóképességi sportok)
Utcai/Országúti futás	Országúti kerékpár	Akadályfutás (OCR)	Kajak-Kenu	Sífutás	Hosszútávú túra lovaglás
Terepfutás	Hegyi kerékpár	Triatlon	Evezés	Alpesi sielés	Hegymászás
Mezei futás	Cyclo-cross	Terep triatlon	Nyílt vízi úszás	Biatlon	Síhegymászás
Ultrafutás	Gravel kerékpár	Duatlon			Gyors gyaloglás
		Terep duatlon			
		Aquatlon			

Forrás: Saját szerkesztés (RUHLING-HOPKINS, 1990; O'NEIL-STEYN, 2007; MATSUI et al., 2009; HAWLEY et al., 2017; MYBURGH, 2017; AICHER-NEULAND, 2018; BORJESSON et al., 2019; BERGER et al., 2024; KORF, 2024; ANDERLOVÁ, 2025)

Az állóképességi sportágak típusa (3. táblázat) közé soroljuk, a terepfutást, az utcai vagy országúti futást, az ultrafutást, a hegyikerékpározást, az országúti kerékpározást, a cyclo-cross-t, a gravel kerékpározást a hosszú távú túralovaglást, a nyílt vízi úszást, a kenuzást és a kajakozást (O'NEIL-STEYN, 2007; BERGER, 2024; KORF, 2024). Matsui és munkatársai (2009) a következő sportágakat is ide sorolta: a mezei futást, az akadályfutást, a triatlont, a duatlont, az aquatlont és a hegymászást is, továbbá ide tartozik a gyors gyaloglás és a különböző téli sportágak (sífutás, alpesi sielés, biatlon) (BORJESSON et al., 2019; ANDERLOVÁ, 2025).

A futás a sport egyik legtisztább és legegyszerűbb formája, amely speciális eszközöket nem igényel, és az egyik olyan sporttevékenység, amely a világ kultúráinak sporttörténetében már nagyon korán megjelent (DERDERIAN, 1996). A futás, mint sportág egészen az 1960-as évekig jellemzően olyan tevékenység volt, amelyet csak versenysportolók űztek, azonban később megjelentek a tömegversenyek amatőrök számára (például a The New York City Maraton 1976-ban), és a futás egyre népszerűbb mozgásformává vált (BURFOOT, 2007; SCHEERDER et al., 2015; MALCHROWICZ-MOŚKO-POCZTA, 2018). A futóversenyeken a sportolók különböző távokon tudják

összemérni teljesítményüket, amelyek az 5 km-es és 10 km-es távoktól a félmaratonon és maratonon át az ultrafutásokig terjednek. A versenyek több kategóriába sorolhatók, ideértve az országúti, utcai, terepfutó és ultraversenyeket is (STOJILJKOVIĆ et al., 2019); (3. táblázat).

A kerékpársport olyan sportág (3. táblázat), ahol a résztvevők különböző hosszúságú pályákon mérkőznek meg egymással kerékpáron. Számos versenytípus létezik, például az egy- vagy többkörös futamok, az állóképességet igénylő egynapos túraversenyek, valamint a több szakaszból vagy eltérő távokból álló viadalok, amelyek több napon át zajlanak. Magyarországon az állóképességi kerékpár versenyeket hobbi- és amatőr sportolók számára is megrendezik, különböző szakágakban, mint például a hegyi kerékpározás (MTB), az országúti kerékpározás és a cyclo-cross (O'NEIL-STEYN, 2007).

A triatlon egy összetett sportág (3. táblázat), a versenyzők különböző hosszúságú megmérettetéseken vesznek részt, melyek úszásból, kerékpározásból és futásból állnak. A triatlon több változata létezik, ilyen például a mini sprint, a sprint, az olimpiai táv, a fél Ironman és az Ironman versenyek (AICHER-NEULAND, 2018). A triatlon mellett más multidiszciplináris sportágak is léteznek, például a duatlon, az aquatlon és az akadályfutás. Az akadályfutás célja, hogy az adott környezeti kihívások mellett különböző akadályokat kell teljesíteniük a résztvevőknek, kihagyásuk büntető feladattal váltható ki vagy ha ezt nem teljesítik, akkor a versenyről való automatikus kitiltását jelenti (HAWLEY et al., 2017).

2.3.3. Az állóképességi sportesemények jellemzői

Nagyon fontos az állóképességi versenyzők számára, hogy a verseny során megismerhessék a választott sportágukhoz kapcsolódó tudnivalókat, illetve, hogy a verseny megfeleljen az igényeiknek, és a kihívást élményként éljék meg. Tehát ne legyen túl nehéz és találja meg a számára legmegfelelőbb versenytávot vagy versenyszámot (RAUTER, 2014). Például több különböző versenytáv biztosításával a sportesemények a résztvevők több szegmensét is megragadhatják, ami által minél több új és visszatérő résztvevő lesz a verseny során (VOLTES-DORTA-MARTIN, 2021). Az állóképességi sportolók több szempontot is figyelembe vesznek egy sportverseny kiválasztásánál, úgy, mint a sport típusa, a helyszín távolsága, az esemény előtti és utáni programok, a rendezvény mérete-, helye,- hírneve és a pálya kihívása. Az eseményhűség további

mozgatórugói a versenyhez vagy a célhoz való pszichológiai kötődés (HALPENNY et al., 2016), valamint maga a sportrendezvényről kialakult kép (WICKER et al., 2012). Az állóképességi sporteseményeken való részvétel során más és más tényezők játszanak fontos szerepet a résztvevők számára. Tehát ahhoz, hogy valaki a jövőben is folytassa a részvételét az állóképességi eseményeken, a következő tényezőknek kell egyensúlyban lennie: a helyszínnek (gyönyörű táj, magas hegyek), a légkörnek (profí szervezés, hangulat), a pálya vonzerejének (szintemelkedés, változatos nyomvonal) és az ár-szolgáltatás arányának (azt kapja, amiért fizetett) (MCGEHEE et al., 2003; AICHER-BRENNER, 2015).

Brandy és Cronin (2001) szerint a sporteseményekre, ezen belül az állóképességi sportversenyekre is igaz, hogy a szolgáltatás minőségének három dimenzióját különböztetjük meg: a személyzet interakcióját, a fizikai környezetet és a kitűzött célok elérésének élménye. Voltes-Dorta és a Martin (2021) pozitív kapcsolatot észlelt a teljesítményjavulás és a futó eseményekre való újranevezés során. Ezek az eredmények egyértelműnek tűnnek a terepfutóknál, mivel az önfejlesztést kulcsfontosságú motivációként definiálták a sporttevékenység végzéséhez (GETZ-MCCONNELL, 2014). Tehát, ha az önfejlesztés elérhető az esemény újbóli részvételével, felmerül a kérdés, hogy a teljesítményjavulás elősegítheti-e a terepfutók újbóli nevezését (VOLTES-DORTA-MARTIN, 2021). Ezt a feltételezést másik két elmélet is alátámasztja. Az egyik az eredmény cél elmélet (PINTRICH, 2000), amely feltárja, hogy az önfejlesztésen alapuló célok kitűzése fokozhatja az egyéni érdeklődést egy adott tevékenység iránt. A másik, a várakozás-megerősítés elmélete (CHURCHILL-SURPRENANT, 1982), amely azt jelzi, hogy az elvárt és az észlelt teljesítmény közötti eltérés negatív visszaigazolóhoz vezet (a vártnál rosszabb teljesítmény) tehát elégedetlenséghez, míg a pozitív visszaigazolás (a vártnál jobb teljesítmény), elégedettséghez vezet. A fő alapfeltétel az, hogy az egyének arra törekednek, hogy megismételjék a kellemes élményeket, és kihagyják azokat, amelyek nem megfelelőek számukra (VOLTES-DORTA-MARTIN, 2021). Voltes-Dorta és Martin (2021) konkrét megállapítása szerint azok a nem helyi résztvevők, akik saját kategóriájukban a top 10-ben fejezik be versenyüket, nagyobb valószínűséggel fognak újra nevezni a versenyre.

2.3.4. A hazai állóképességi versenyek bemutatása

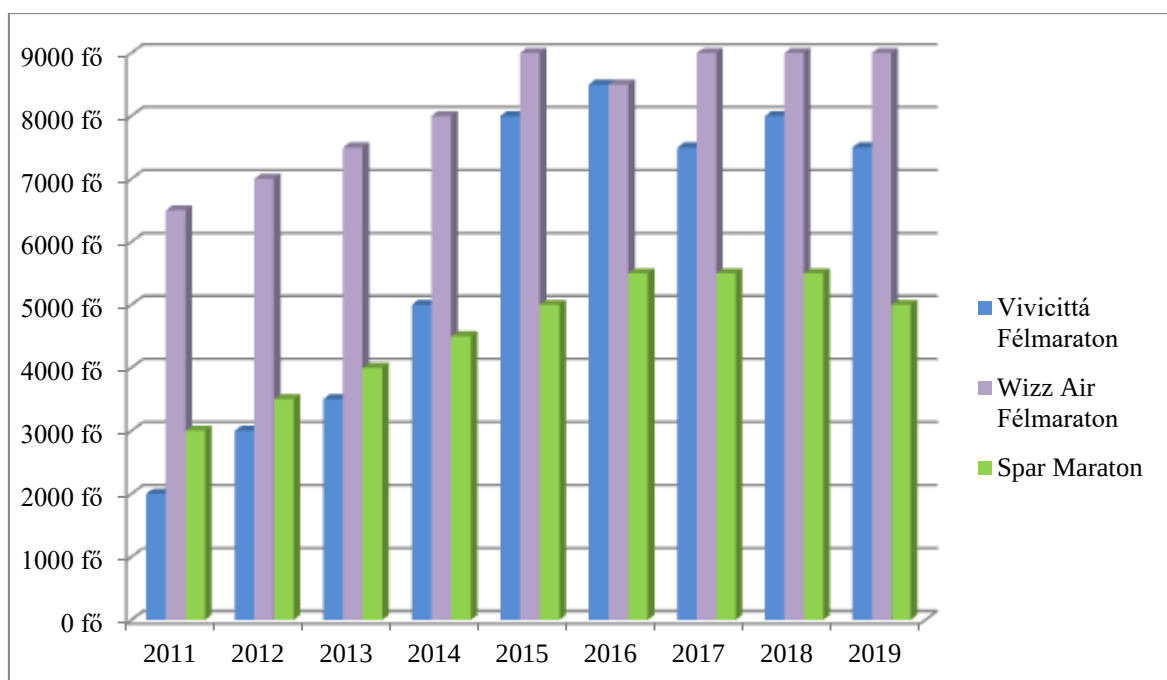
Az elmúlt években nőtt a hazai állóképességi versenyek száma, ezen belül is a futóversenyeké. Az *NN Biztosító 2018-as* kutatása azt mutatja, hogy az internet hozzáféréssel rendelkezők 29%-a hetente minimum egyszer fut, átlagosan 4,3 kilométeres hosszút, és 73%-uk heti két-három alkalommal kocog. Ez alapján, Magyarországon 800-850 ezer fő közé tehető a futást kedvtelésből űzők száma, így megállapítható, hogy a 2010-es évekhez képest 150 ezer fős növekedés történt. A hazai maratoni futóversenyek elemzése is növekedési tendenciát mutat 2008 és 2018 között, ez alatt 119,8%-kal nőtt a hazai rendezvényeken résztvevők száma (ANDERSEN-VANIA, 2020). A hazai futóversenyek történelme nem túl hosszú múltra tekint vissza. Annak ellenére, hogy az első olimpiai játékon már szerepelt magyar versenyző, Kellner Gyula (Magyar Olimpiai Bizottság, 2025) a maraton futás versenyszámában bronzérmes lett 1896-ban, azonban az ezt követő hosszú évek nem követték le a kezdeti sikereket (PERÉNYI, 2015). A második világháborút követően a sportot övező figyelem újra fellendült, azonban sportegyesületek által volt leszabályozva az, hogy milyen feltételek mellett vehetnek részt sportolók futóversenyeken.

A II. világháború viharos időszaka, majd a rendszerváltás a 90-es években jelentős politikai és gazdasági átalakulást eredményezett hazánkban, és annak ellenére, hogy a szabadidősportok finansziális támogatottsága kifejezetten alacsony volt, a tömegfutás egy kiemelkedő ellenpélda, hiszen az új gazdasági rendszerbe sikerült beilleszkednie, és erőforrásokat mozgósítani mind a magán-, mind a civil szektorból (PERÉNYI, 2015). Az 1970-es években globálisan és hazánkban is megfigyelhető volt, hogy a tömegfutás, mint szabadidős tevékenység és életstílus az amatőr sportolók számára még szokatlan volt (POLAI, 1988; EDELMAN-WILSON, 2017). Ebben az évtizedben a média is promotálni kezdi a futás egészségre gyakorolt jótékony hatását (TORÓ, 2003).

1986-ban Budapest csatlakozik az olasz 'VIVICITTA' futóeseményhez, és először rendez meg hivatalos maratonját, amelyen a profi futók mellett amatőrök is indulhattak (PERÉNYI, 2015). A 'VIVICITTA' egy olyan kezdeményezés, amely fő motivációja, hogy „éljen a város, szerezd a várost”, 1984-ben indult Olaszországból. Célja, hogy a nagyobb városokban élők ráébressze a városuk értékeire. A mozgalom 1986-ban jutott el a fővárosunkba, és ezt követően több hazai város is csatlakozott hozzá. 2011 óta

megrendezésre kerül a félmaratoni táv, amely jellemzően március és április környékén zajlik. A legnagyobb szponzora az IBUSZ volt, amely az ezt követő tíz évben névadó szponzorként szerepelt. Az útvonal számos módosításon esett át, de a rendezvény azóta is folyamatosan fejlődik, bár 1994-ben és 1995-ben nem került megrendezésre. Az esemény programjában rendszeresen szerepelnek különböző betétfutamok, versenyek és váltóversenyek. Az elmúlt néhány évben már egy kétnapos hétvégi eseménysorozatot kínál, amely több tízezer embert vonz, és jelentős pozitív gazdasági hatásokat gyakorol a sportturizmusra is, köszönhetően a külföldi versenyzőknek is (GŐSI, 2019; GŐSI-MAGYAR, 2019; GŐSI et al., 2019).

A Budapest Sportiroda (továbbiakban BSI) által rendezett másik jelentős esemény a Budapest Félmaraton, amely 1996-ban került újra megrendezésre, és ekkor önálló verseny, külön megrendezve a Budapest Maratontól. Azóta mindkét verseny önálló időpontot kapott az őszi versenynaptárban és Magyarország második legnagyobb félmaratoni eseményévé vált (MARTON et al., 2019; BSI, 2020). Az 4. ábrán láthatjuk, hogy 2011 óta folyamatosan nő mindhárom verseny teljesítőinek száma.



4. ábra: A BSI három futóversenyét teljesítők számának alakulása 2011-2019 között
Forrás: GŐSI-BUKTA, 2020

A BSI versenyei közé tartozik még a Spuri Balaton és FélBalaton Szupermaraton, a Telekom Vivicitá Félmaraton és fesztiváltávok, az ALDI Női Futógála, a K&H mozdulj!

Balaton maraton és félmaraton, Blikk Mikulásfutás, az Intersport Terepfutás vagy a Brutál futás (FUTANET.HU, 2021). A BSI portfóliója túlmutat a futóversenyek világán, hiszen évente megrendezi a Tisza-tó körül a Tour de Tisza-tó kerékpárversenyt vagy a Velencei-tavi úszónap és túratriatlon eseményt is (SZABÓ, 2024).

A piac egy másik kiemelkedő szereplője az NN Ultrabalaton, ez a verseny 2022-ben már 16. alkalommal rajtolt el. Mára Közép-Európa egyik legnépszerűbb hosszú távú futó eseményévé vált a Balatont megkerülő verseny. Eleinte pár százan indultak csak, míg 2021-re a résztvevők száma már elérte a 17 ezer főt. A Balatonman Triatlon Kft. nemcsak a Balatonnál szervez versenyeket, hanem a fővárosban és környékén is, ilyen a Lupa BeachRun, a Generali NightRun vagy a Polar Kenese Futam (ULTRABALATON.HU, 2024).

Vidéken is rengeteg félmaraton és egyéb utcai futóverseny zajlik. Ezeket helyi sportegyesületek vagy szervezetek rendezik. Ismertebb versenyek például a Borvidék Félmaraton, a Veszprém Félmaraton vagy a Szigetköz Félmaraton (SZABÓ, 2024). Például a Bowman and Becker Kft. olyan helyszíneken rendez futó eseményeket, mint Tihany vagy Badacsony. Versenyeik egyedi élményt kínálnak, a minőségi szervezés és a jól kialakított koncepciójuk miatt váltak ismertté az országban. Főbb versenyek az Austrotherm Tihanyi Félmaraton, a Badacsony Mapei Félmaraton és a Kedvenc Kereskedőház Naplemente Félmaraton (BOWMANANDBECKER.COM, 2022). Ezen felül pár éve megjelent Magyarországon egy új típusú futás, amely Amerikából érkezett meg hazánkba, ez pedig az akadályfutás. Az új sportturisztikai attrakciók között gyorsan hatalmas népszerűsége tett szert itthon. A rendezvény neve a Spartan Race. Ez a versenyképes arra, hogy egy nem kiemelt turisztikai célpontra akár tízezer résztvevőt is oda vonzzon (MARTON et al., 2019). Ezek a rendezvények szintén hozzájárulnak ahhoz a célhoz, amelyet az állam nagyjából 10-12 évvel ezelőtt tűzött ki, hogy Magyarország a lehetőségeihez mérten minél több nemzetközi sporteseményt szervezzon (STOCKER–SZABÓ, 2017). A triatlon és különösen az Ironman távú versenyek is egyre nagyobb figyelmet és részvételt vonzanak az elmúlt években, a nagyatádi eXtremeMan verseny résztvevőinek száma folyamatosan emelkedik, évente mintegy 1000 versenyző áll rajthoz ezen a versenyen. (EXTREMEMAN.HU, 2024).

Megfigyelhető az a növekvő trend hazánkban, hogy a tömegfutás népszerűsége az első megjelenéstől kezdve évről-évre jelentősebb. Míg 1988-ban mindössze 30-40000 futót regisztráltak versenyeken, addig ez a szám az elmúlt években már 100000 fő felé tehető (PERÉNYI, 2015) Az állam 2017 óta évente több mint 100 nemzetközi sportrendezvényt támogat országszerte, beleértve az utcai és terepfutóversenyeket, triatlonokat és maratonokat is. Ez azért is fontos, mert a fizikai aktivitás növekedése nemzetgazdasági szinten is jelentős előnyökkel jár. Ezen támogatások és kereskedelmi szempontok eredményeképp, egyre több futóesemény kerül megrendezésre hazánkban, ami egyre nagyobb keresletet teremt, és élénkítheti a sportgazdaságot, valamint a turizmust (ÁCS et al., 2016).

2.4. Az állóképességi sportesemények szerepe a sportturizmusban és a helyi gazdaságban

Gyömörei (2014) szerint mind az egyéni résztvevők, a vállalkozások, a rendező városok, sőt a nemzetállam is érzékeli és képes haszonként értékelni a sport társadalmi-gazdasági értékteremtését. Az elmúlt évek során, Magyarországon az eseménymenedzsment professzionalizmusa magas színvonalú szolgáltatásokat eredményezett. Egyre változatosabb, látványosabb útvonalak mentén, kiépített infrastruktúrával, hazai és nemzetközi szponzorok bevonásával zajlik versenyek lebonyolítása, ahol nem ritka, hogy egyre modernebb technológiák (például chip-alapú időmérés, számítógépes eredményrögzítő rendszerek) segítségével történik az eredmények nyomon követése (PERÉNYI, 2015).

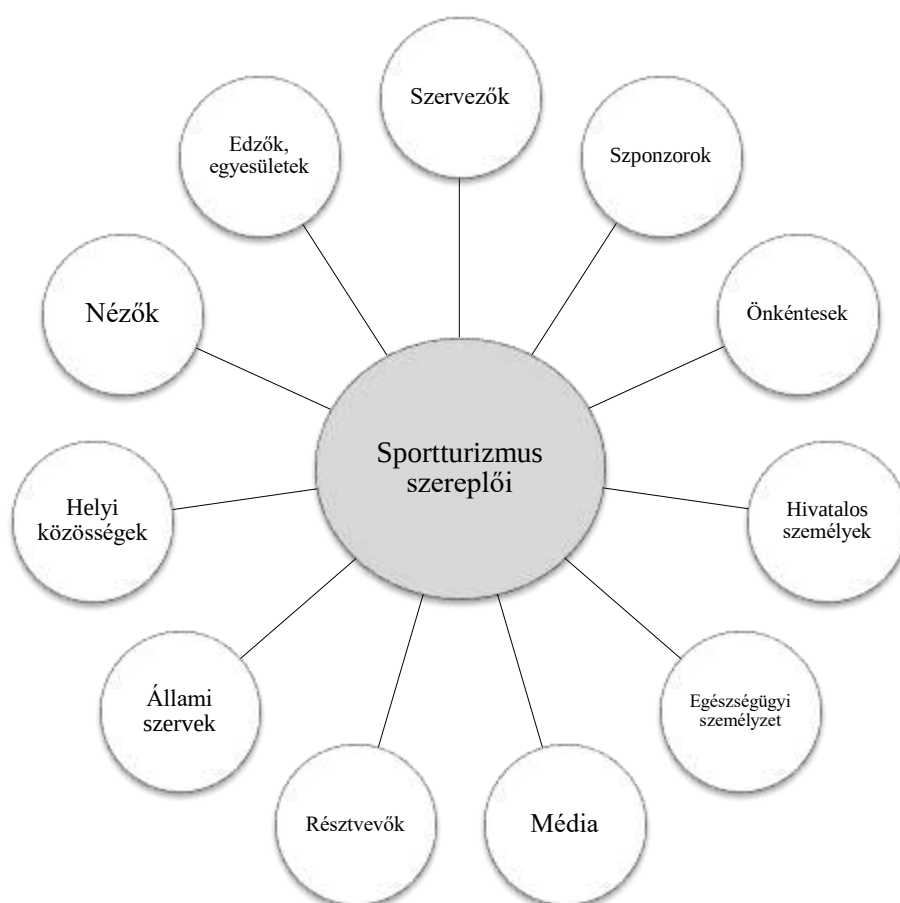
2.4.1. A helyi turizmus és vállalkozások fellendítése

A világ legikonikusabb állóképességi sporteseménye, az IRONMAN-világbajnokság a világ minden tájáról érkező sportolók számára lehetőséget ad arra, hogy a világ legjobbjaival küzdhessenek meg. Azonban a program nem csak a verseny egy napjából áll, egész hetes programsorozat kínálatából válogathatnak az érdeklődő résztvevők. A sportolókkal gyakran megjelennek a családtagok, barátok, szurkolók, s mellettük az önkéntesek, partnerek, helyi vállalkozók is részt vesznek az eseményen. A verseny ideje alatt a résztvevők további bevételt generálnak például szálláshely igénybevételével, helyi látványosságok megtekintésével és többletköltségekkel is hatással vannak ezzel a régió belüli általános gazdasági helyzetre (ENDURANCE.BIZ, 2022).

A futó eseményeken résztvevő hazai és külföldi versenyzők számának növekedése jelentős mértékben fokozza a futó rendezvényekhez kapcsolódó turisztikai fogyasztást. 2018-ban a nagyobb budapesti versenyeken a külföldi nevezők számra számára háromszor annyi volt, mint tíz évvel előtte. A hazai szálláshelyeken eltöltött vendégéjszakák száma 2007-hez képest körülbelül a négyszeresére nőtt, míg a futóturizmusból származó költségek több mint hatszorosára emelkedtek. (HECKER, 2019).

2.4.2. A sportesemények szereplői és érintettjei

Annak érdekében, hogy azonosítható legyen a karrierlehetőségek típusa egy sportesemény kapcsán, fontos azonosítani, hogy milyen résztvevők közreműködésével tud létrejönni egy ilyen alkalom. Saayman (2012) munkájában azonosította azokat a főbb karaktereket a sportturizmus eseményeiben, akik érdekelték felek lehetnek (5. ábra).



5. ábra: A sportesemény szereplői

Forrás: SAAYMAN, 2012

Ezek az egyének vagy szervezetek azok, akiknek valamilyen érdekeltségük, hasznuk lehet egy rendezvény szervezésében, lebonyolításában.

- [1.]résztevők: A legértékesebb szereplői a sportturizmusnak, hiszen az ő teljesítményük egyfajta látványosságként szolgál a nézők számára. A résztvevők lehetnek egyéni indulók vagy csapat tagjai. Nagyobb versenyeken jellemző olyan sportolók megjelenése, akik hírnévvel bírnak, és ez már önmagában vonzerő lehet a közönség számára. Ilyen karakterek formálhatják a verseny imidzsét (GIBSON et al., 2012).
- [2.]szervező: Van der Merwe (2009) úgy fogalmaz, hogy szervezők lehetnek helyi, országos vagy nemzetközi szervek. Felelőségük kiterjed a lebonyolítás minden tényezőjére.
- [3.]nézők: Számos sportesemény nem kerülne megrendezésre, ha nézők nem lennének. Gazdasági szempontból is kulcsfontosságúak Saayman (2012) meglátása szerint, hiszen a rendezvényen való részvétel implikálhatja a költségi hajlandóságot, például szállást vehetnek igénybe. Állóképességi versenyek esetében a nézők jellemzően adott sportoló támogatása kapcsán jelennek meg a versenyen, ami a sportolók számára jelentős pszichés erőforrás lehet (KRUGER et al., 2012, MYBURGH, 2017).
- [4.]önkéntes: Az önkéntesek fontos szerepet játszanak az események megrendezésében, mert a jelenlétük nélkül a rendezvény költsége nagyon magas lenne, és lehetetlen lenne megrendezni (BAUM-LOCKSTONE, 2007; SAAYMAN, 2012;). Az önkéntesek többek között részt vesznek a kapcsolattartásban, a vendéglátásban, a többi önkéntes irányításában, a média feladatokban, a helyszín koordinálásában, pénzügyi feladatokban vagy regisztrációban (RINGUET-RIOT et al.,2014).
- [5.]szponzorok: Saayman (2012) úgy fogalmaz, hogy a sportesemények szintén függenek a szponzorok által nyújtott anyagi támogatástól, így a rendezvény lebonyolításában, a sportfejlesztésben vagy épp a sportolók támogatásában kulcsfontosságú szerepet játszanak. Az események gazdasági oldala nyilvánvaló, így a szponzorok felismerték annak lehetőségét, hogy egy sportrendezvényen történő részvétel pozitív imázst, eladások növelését, márkáépítést és új termékek

reklámozását, eladását teremtheti meg és alapozhatja meg (DAMSTER-TASSIOPOULOS, 2005; BOWDIN et al., 2006).

- [6.] helyi közösségek: Sportrendezvények passzív résztvevői az adott település lakói. Azonban számukra a kisebb méretű sportesemények szervezése is jelentős haszonnal járhat, hiszen a turizmus fellendülését és a település profiljának fejlődését eredményezheti a rendezvény lebonyolítása (GIBSON et al., 2012, SAAYMAN, 2012).
- [7.] edző, sportklub: A sportolók jellemzően az elérhető termék vagy sportcsarnokok, illetve az infrastruktúra alapján választanak maguknak sportklubot. A klubban dolgozó edzők segítik felkészíteni a versenyzőket, hogy minél magasabb szintű legyen a teljesítményük, ezáltal minél jobb eredményeket érjenek el a sportversenyeken (GHOSH, 2004).
- [8.] média: aki az információt, a híreket szállítja a rendezvény előtt, alatt, illetve után (GABRIELLA, 2008). A média elsődleges szerepe, hogy a sporteseményt promótálja és biztosítsa a láthatóságát, hogy minél több emberhez eljusson, legyen szó kisebb vagy nagyobb méretű rendezvényről (SAAYMAN, 2012).
- [9.] állami szervek: Helyi szinten önkormányzatok, illetve regionális vagy országos szinten különböző vezető egységek fontos szerepet játszhatnak a sportturizmus eseményeinek kivitelezésében. Az effajta szerepvállalás azonban túlmutat a finanszírozáson, hiszen az esemény minőségéhez hozzájárulhat a szolgáltatások minőségének javításával, az infrastruktúra fejlesztésével (SAAYMAN, 2012).
- [10.] hivatalos személyek: A rendezvények megfelelő lebonyolításához elengedhetetlen a hivatásos vagy önkéntes bírák, játékvezetők alkalmazása, mert a szabályok betartását ők biztosítják (GABRIELLA, 2008).
- [11.] egészségügyi személyzet: Idetartoznak a mentősök, orvosok, akik ellátják a sérüléseket, hiszen az állóképességi sportrendezvényeken kiemelten fontos a jelenlétük, mert az extrém terhelések és viszonyok miatt gyakran történhetnek sérülések (HOFFMAN et al., 2014).

2.4.3. A sporteseményekhez kapcsolódó infrastruktúrafejlesztések

A sportinfrastruktúra fejlesztése alapvető fontosságú, mivel az események sikeres lebonyolításához és növekedéséhez elengedhetetlen a meglévő infrastruktúra fenntartása és fejlesztése. A sportturizmus és az állóképességi sportok fejlődése érdekében a sportinfrastruktúra fejlesztésére van szükség, amely lehetővé teszi az ilyen események növekedését és a turizmus bővülését az országban. Az infrastruktúra, mint például a sportstadionok, a közpénzen fenntartott sport- és fitnesz központok, alapvető szerepet játszanak abban, hogy egy ország képes legyen megszervezni és fenntartani a nemzetközi sporteseményeket, hozzájárulva ezzel a gazdasági fejlődéshez és az aktív életmód ösztönzéséhez (MYBURGH, 2017). A nagy sporteseményekhez kapcsolódó infrastruktúra fejlesztéseinek kedvező hatásaként a kapcsolódó ágazatok ideiglenes növekedése és a foglalkoztatási kereslet bővülése jelentkezik, amely a vásárlóerő növekedése révén kiterjedő gazdasági élénküléssel jár (HELMENSTEIN et al., 2007).

Különbséget lehet tenni a rendezvény szervezőihez közvetlenül kapcsolódó bevételek és kiadások, valamint a társadalmi-gazdasági szereplők hatásai között. Az infrastrukturális fejlesztések, amelyek a sporteseményekhez kapcsolódnak, nemcsak a közvetlenül érintett iparágakra gyakorolnak hatást, hanem az egész gazdaságra is kiterjednek, és hosszú távon növelhetik a régió versenyképességét is. A jobb infrastruktúra lehetőséget ad olyan cégek számára is, amelyek közvetlenül nem kapcsolódnak a sporteseményhez, de a gazdasági növekedés elősegíti számukra a tevékenységük bővítését. Az építőipari megrendelések és a jövedelmek növekedésével párhuzamosan a fogyasztói kereslet is nő, ami kedvezően hat más szektorok fejlődésére, mint például a gépjármű- és kényelmi berendezés piacát (ANDRÁS-KOZMA, 2014).

2.4.4. A társadalom egészségi és szociális állapotának fejlődése

A futás népszerűsége valamennyi korosztályban vitathatatlan, főleg azért, mert támogatja az egészséget, az edzettséget, és szerepet játszik a testsúly megtartásban, segít az elhízás csökkentésében és megelőzésében (PÉTER, 2012; MÜLLER et al., 2017). A futás vagy az olyan edzések, amelyek során a sportoló ugrásokat végez, elősegítik az újraképződését a csontszövetnek, a csont sűrűséget megnövelik, így az a csonttritkulás kialakulásának kockázata is lecsökken (CSINÁDY, 2019). Az egészségmegőrzés és a rekreációs sporttevékenységek fő mozgatórugója a pszichés felfrissülés és a mentális egészség

védelve, mivel a mozgás segít levezetni a mindennapi stresszt, csökkenti a szorongást és hozzájárul a lelki egyensúly fenntartásához (FRITZ, 2019). Számos kutatás bizonyítja, hogy a rendszeres aktivitás, részvétel különböző sporttevékenységekben, az autonómia megtartása pozitívan járulhat hozzá az öregedés pozitív lefolyásához (GABRIEL-BOWLING, 2004; LAMPEK et al., 2021). A rendszeres sportolás fejleszti az önbizalmat, elősegíti a pozitív mentális állapotot és támogatja a belső kontrollt (BAKER et al., 2003).

A sporteseményeken való részvétel azonban túlmutat az egészségmegőrzéssel kapcsolatos motiváción, hiszen más pozitív társadalmi hatásokat is generálhat a résztvevők számára. A versenyeken való jelenlét lehetővé teszi az emberek számára, hogy másokkal kapcsolódjanak, közösen ünnepeljenek, mindez lehetőséget biztosítva a barátságok megerősítésére és új kapcsolatok kialakítására. Felismerték, hogy a sporteseményeken való részvétel elősegítheti a résztvevők társadalmi tőkéjét, ami hozzájárulhat az egyéni és közösségi jóléthez (BORGERS et al., 2015; MALCHROWICZ-MOŚKO-POCZTA, 2018; ZHOU-KAPLANIDOU, 2018). Azok a fiatalok, akik heti rendszerességgel végeznek sport tevékenységet, fontosabbnak tartják a családot, a lelki békét, a barátságok ápolását vagy az egészségük fenntartását, és tudatosabban tervezik meg szabadidejüket, mint azok, akik nem sportolnak (ASZMANN, 2000; PLUHÁR et al., 2003).

2.5. Az állóképességi sportok rekreációs szerepe

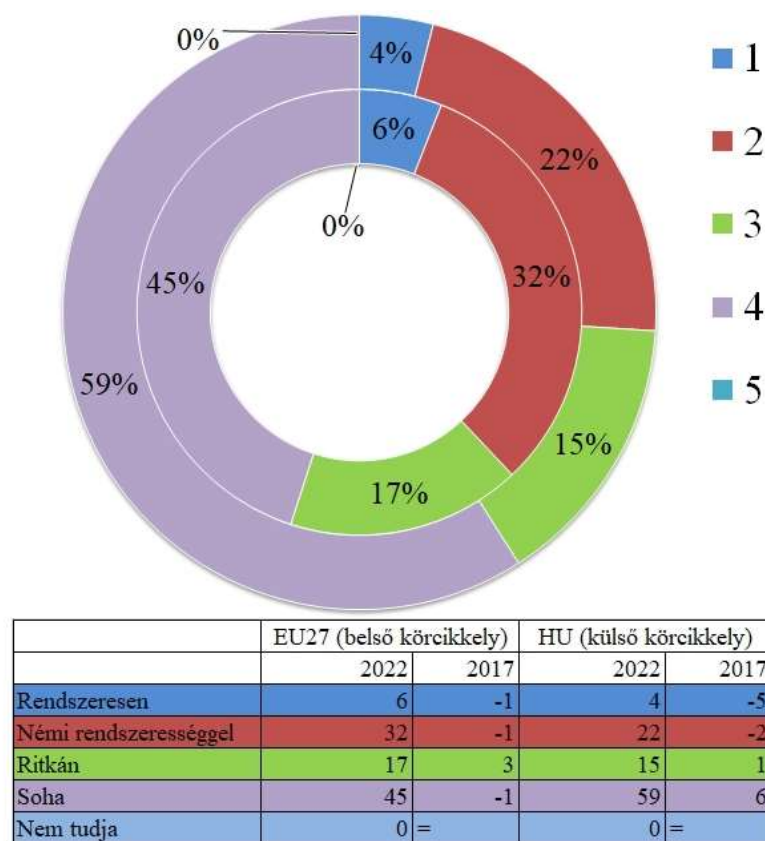
A rekreáció egy gyűjtő fogalom, amely magába foglalja a különböző szabadidős tevékenységeket, amely lehet fizikai vagy szellemi. A rekreáció által elérhető a megfelelő közérzet, egyaránt fejlesztő, másrészt pihentető szerepe is fontos. A mai modern ember számára elengedhetetlen a fizikai aktivitás, hiszen a mozgásszegény életmód miatt, a mozgáshiányt a szabadidőben vagy a kirándulások alkalmával próbálják ezt pótolni. Az egészségtudatos életmód egyre inkább teret nyer, sporttermékeket és szolgáltatásokat keresnek az emberek, és az üdülésük alkalmával is erre törekednek. Ezek mind összhangban állnak azzal, hogy egyre nagyobb szerepet kapnak az egészséget támogató sportok, a természeti sportok és a life-time jellegű aktivitások a rekreációban (BÍRÓ-MÜLLER, 2017). Azoknál, akik a szabadidejükben gyakrabban végeznek fizikai aktivitást, észrevehető, hogy kedvezőbb testi énképpel rendelkeznek, mérséklődik a depresszió- és szorongás hajlam és a csökken az ezekkel társuló megbetegedések kockázata (BOROS-KALMÁRNÉ, 2011). Napjainkban nagyon sokféle népbetegség azonosítható,

megelőzésükben fontos szerepe van a testmozgásnak (PETRIKA, 2012).

A fizikai rekreáció formái közül a hazai vizsgálatok alapján kiemelten jelentős szerepet töltenek be az állóképességi jellegű, könnyen hozzáférhető aktivitások. Ennek oka, hogy az egészségtudatos magatartás terjedésével támogatják a prevenciót, illetve rugalmasan illeszthetők a mindennapokhoz, és széles társadalmi rétegek számára elérhetők. Hőnyi és munkatársai (2021) kérdőíves vizsgálata alapján a kitöltők leginkább szabadidejükben kerékpározni (66,46%), sétálni (64,55%) és futni (60,13%) járnak, ezek a legnépszerűbb szabadidős sporttevékenységek. Szabó (2005) vizsgálata is hasonló eredményeket hozott, ahol a legnépszerűbb rekreációs sporttevékenységek az úszás (10,10%), a futás, kocogás (8,50%) és a kerékpározás (7,2%). Ezek a hazai kutatások is azt támasztják alá, hogy rekreációs sportolás középpontjában leginkább az állóképességi sporttevékenységek állnak.

2.6. A sportolási szokások és a fizikai inaktivitás felmérése az Európai Unióban és Magyarországon

Annak ellenére, hogy Magyarország számos kiváló sportolóval büszkélkedhet, a rendszeresen végzett sporttevékenység a lakosság körében jelentősen alacsony (PERÉNYI, 2015). Az Eurobarometer (2022) az Európai Bizottság által lebonyolított felmérés, amely az Európai Unió tagállamaiban élő polgárok véleményét vizsgálja különböző társadalmi, gazdasági vagy politikai kérdésekben. A felmérés célja az, hogy megismerje az emberek nézeteit, és ez a későbbi, az Európai Uniót érintő kérdésekben a döntéshozást támogassa. A felmérés nyomon követi a különböző sportokban és fizikai aktivitást igénylő tevékenységekben való elköteleződés mértékét, a testmozgás szintjét, illetve a testmozgás körülményeire vonatkozó információkat. A rendelkezésre álló adatok többek között hasznosak lehetnek abban, hogy az évek alatt kialakuló trendeket követni tudják, lehetőség legyen a folyamatos összehasonlításra (például idő és országok szerint) és ezen információkra alapozva uniós szinten lehessen különböző beavatkozásokat, fejlesztéseket végezni a tagállamokban (EUROPEAN COMMISSION, 2022).



6. ábra: A sportolási aktivitás megoszlása az Európai Unióban (EU27) és Magyarországon (%)

Forrás: EUROBAROMETER, 2022 alapján saját szerkesztés

A 6. ábra az Európai Unió országainak átlaga és Magyarország válaszainak megoszlását mutatja be egy adott tevékenység gyakorisága szerint 2022-ben, valamint a 2017-hez viszonyított százalékpontos eltéréseket is feltünteti. Az „EU27” esetében 2022-ben a válaszadók 45%-a nyilatkozott úgy, hogy soha nem végzett sporttevékenységet, ezzel szemben a magyar válaszadók 59%-a tartozott a „soha” kategóriába. Az uniós átlag 32%-a végzett sporttevékenységet némi rendszerességgel, ehhez képest itthon csak 22%-a a válaszadóknak. Rendszeresen 6%-a sportol átlagosan az európai unió lakosságának, itthon mindösszesen csak a 4%-a. Megfigyelhető továbbá az ábrán, hogy a 2017-es adatokhoz viszonyítva az Európai Unió országainak átlagos értékei az aktivitás során kismértékű csökkenést mutatnak, addig a magyar értékeknél nagymértékű csökkenés figyelhető meg.

Legmagasabb az aktivitás - tehát heti egyszer legalább sportol - a finnországi (71%), luxemburgi (63%), illetve a hollandiai (60%) lakosság körében, míg soha nem mozog vagy sportol a legmagasabb arányban a portugál (73%), a görög (68%) és a lengyel (65%)

felnőtt társadalomra jellemző. Magyarország is közel áll az élmezőnyhöz a nem sportolók esetében, 59% vallott úgy, hogy soha nem végez testmozgást vagy sportolt, ami 14%-kal több mint az unió átlaga, míg rendszeresen 4% végez fizikai aktivitást, ami 2%-kal marad el az unió átlagától (EUROBAROMETER, 2022).

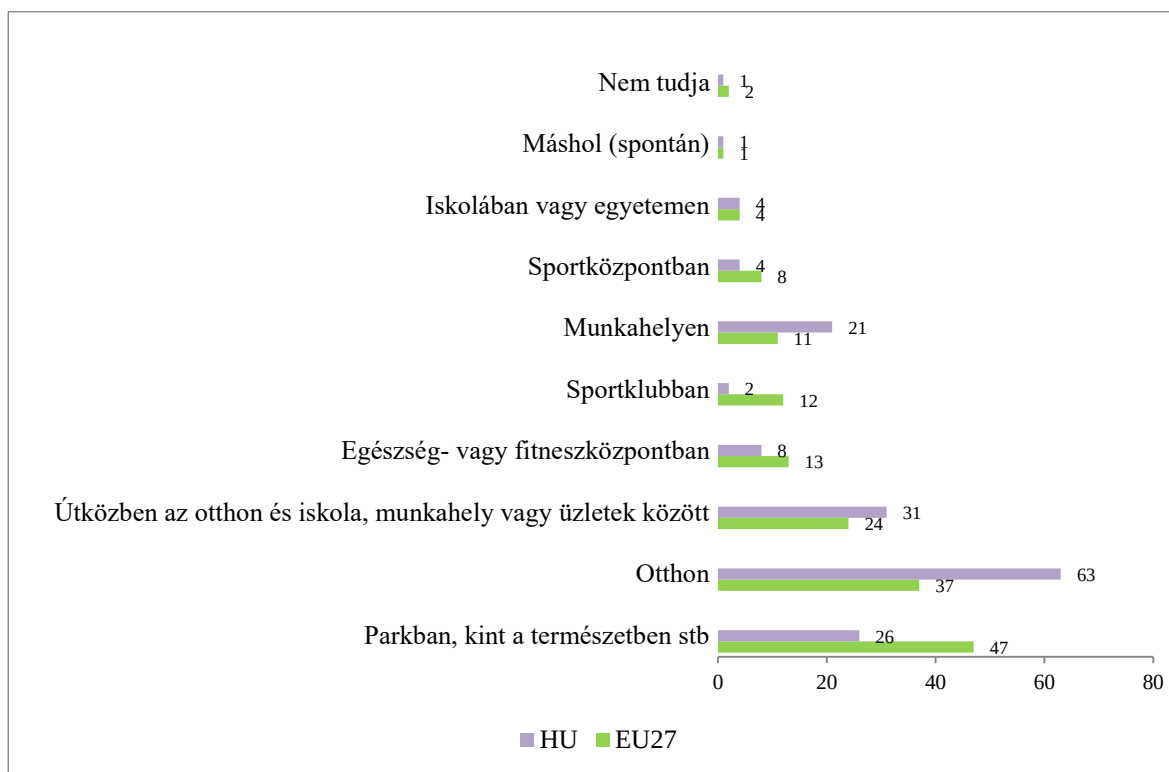
4. táblázat: A sportolási aktivitás megoszlása demográfiai jellemzők alapján Magyarországon és az Európai Unióban (EU27) (%)
alapján

'SOHA VAGY RITKÁN'	EU27	HU
A kérdezett neme		
<i>Férfi</i>	57	71
<i>Nő</i>	65	76
Nem és életkor		
<i>Férfi 15-24</i>	27	35
<i>Férfi 25-39</i>	46	58
<i>Férfi 40-54</i>	60	80
<i>Férfi 55+</i>	73	88
<i>Női 15-24</i>	42	46
<i>Nő 25-39</i>	59	66
<i>Nő 40-54</i>	64	76
<i>Nő 55+</i>	75	89
Szocio-professzionális kategória		
<i>Önfoglalkoztatók</i>	58	66
<i>Vezetők</i>	47	60
<i>Egyéb szellemi munkát végzők</i>	57	67
<i>Fizikai munkások</i>	65	78
<i>Háztartásbeliek</i>	80	79
<i>Munkanélküliek</i>	68	75
<i>Nyugdíjasok</i>	74	90
<i>Diákok</i>	30	32

Forrás: EUROBAROMETER, 2022

Nemek szerint abban a tekintetben, hogy az egyének egyáltalán nem végeznek sportot, a különbség minimális. Itthon a férfiak 71%-a, míg a nők 76%-a soha vagy csak ritkán végez ilyen jellegű tevékenységet, ezzel szemben az Európai Unió országiban csak a férfiak 57%-a és a nők 65%-a (4. táblázat). A kor előre haladtával kapcsolatban, mind az Európai Unió (táblázatban EU27) szintjén, mind hazai viszonylatban szinte egyenletes csökkenés figyelhető meg, tehát az idősebb korosztály egyre kevesebb sportot űz, mind a nők, mind a férfiak tekintetében. Szocio-professzionális kategória tekintetében hazánkban legkevesebb

sportot űznek a nyugdíjasok (90%), majd ezt követi a háztartásbeliek (79%) és a fizikai munkások (78%) csoportja.



7. ábra: Azoknak a helyszíneknek a megoszlása, ahol sportolnak vagy más fizikai aktivitást végeztek Magyarországon és az Európai Unióban (EU27) 2022-ben. (Az értékek az adott helyszínen sportolók arányát (%) mutatják).

Forrás: EUROBAROMETER, 2022

A vizsgálat azt is kutatta (7. ábra), hogy mely helyszíneken sportolnak és végeznek más fizikai aktív tevékenységet az állampolgárok. Magyarországon átlagosan legtöbbször otthon (63%) sportolnak, ezzel szemben az Európai Unióban csak 37%-a végez a lakásában sporttevékenységet. Itthon még útközben az otthona és az iskola, munkahely vagy üzletek között végez valamilyen fizikai tevékenységet (31%), ami 7%-kal több az unió átlagával szemben. Az Európai Unió átlagai alapján legmagasabb arányban a parkokban, vagy a természetben (47%) végeznek valamilyen sportot vagy aktivitást igénylő tevékenységet az állampolgárok, Magyarországon ez mindössze 26%. (EUROBAROMETER, 2022). Motivációk tekintetében legmagasabb cél az egészség javítása (Magyarország 40%, Európai Unió 54%), az állóképesség javítása (Magyarország 38%, Európai Unió 43%), illetve a kikapcsolódás, szórakozás (Magyarország 34%, Európai Unió 39%).

Azon okok között, hogy az egyén miért nem sportol, az alábbiak szerepelnek legmagasabb arányban: nincs rá ideje (Magyarország 44%, Európai Unió 41%), nincs motivációja, nem érdekli a sport (Magyarország 21%, Európai Unió 25%), betegség (Magyarország 19%, Európai Unió 14%), illetve a sportot drágának ítéli meg (Magyarország 11%, Európai Unió 10%) (Eurobarometer, 2022). A vizsgálat (EUROBAROMETER, 2022) megkülönbözteti a sporttevékenységen kívül történő fizikai aktivitást is (például munkába járás kerékpárral). Soha nem végez ilyen jellegű tevékenységet 31% az Európai Unióban, míg ennél kevesebb, 31% a hazai megkérdezettek aránya. Rendszeresen végez fizikai aktivitást az unióban 14%, hazai viszonylatban ez 16%.

Annak ellenére, hogy a sportolási szokások rendszeressége és mennyisége jóval alulmarad az Európai Unióban mért átlagtól (EUROBAROMETER, 2022), a hazai sporttal kapcsolatos fejlesztések arra utalnak, hogy egyre többen választják a sportot a szabadidejük szerves részeként. 2000-ig a futók jellemzően kevésbé forgalmas autóutak mellett vagy biciklisávokon edzettek, míg 2004-ben megépült Budapesten, a Margitszigeten az 5300 m hosszú futópálya, vagy 2014-ben Debrecenben a Nagyerdei futópálya (PERÉNYI, 2015; DEHIR.HU, 2019; FUTAS.NET, 2025).

2.6. Az állóképességi sportolók jellemzői

Az állóképességi sportolók életében központi szerepet tölt be a sportolás. Fő céljaik között szerepel az elégedettség és az élvezet legmagasabb szinten való elérése, a képességek fejlesztése, a társas kapcsolatok kialakítása és a sporttevékenységgel járó kihívások leküzdése. Ez arra készítheti őket, hogy elkötelezzék magukat a kiválasztott sportjuk irányába, rengeteg energiát fektessenek bele, és ez által az életformájukká váljon (RAUTER, 2014). Ez komoly elköteleződéssel jár, rengeteg energiát és időt áldoznak fel a szabadidejükből (HOCHSTETLER-HOPSICKER, 2016). A Shipway és Jones (2007) arról számolt be, hogy ezek a sportolók hasonlóan öltözködnek, ismert sportmárkákat hordanak, illetve a termékfogyasztásuk is megegyezik, ez számukra státusz szimbólum (RAUTER, 2014). Ahogy Yair (1990) is megjegyzi, a költségek valójában az elköteleződés szimbólumai. Ezek a márkás termékek valójában nemcsak divatcikk, hanem növelik az önbizalmat és a professzionalizmus érzését (BRIDEL, 2010). Hofman és Fogard (2012) jellemzése szerint az állóképességi sportolók általában középkorú, házasságban élő férfiak,

akik jól képzettek, megfelelő az egészségi állapotuk, egészségesen étkeznek, ritkán fogyasztanak alkoholt és odafigyelnek az alvási szokásaikra (SCHNELL et al., 2014).

Hasonlóan edzenek és élnek, mint a hivatásos sportolók (RAUTER, 2014), nem elegendő számukra az olyan mértékű edzés, amely csak az egészségükre gyakorol jótékony hatást (LOVETT, 2011). A versenyeken és az edzéseken a maximális teljesítmény elérésének céljából, gyakran kockáztatják egészségüket, számos alkalommal éreznek ilyenkor fájdalmat (THIEL et al., 2011). Büszkeséget és elégedettséget nyújt számukra egy nehéz edzés vagy verseny (RAUTER, 2014), amit gyakran extrém körülmények között végeznek (OGLES-MASTERS, 2003). Smith (2010) megjegyzi, hogy az állóképességi sportolóknak nagy megtiszteltetés, amikor egy nem sportolót lenyűgöz az általuk megtett távolság egy versenyen vagy egy edzésen. Az egyre tapasztaltabb sportolót egyre magasabb rendű célok (például önkiteljesedés) motiválhatják, igényli, hogy nagy presztízsű eseményeken jelenjen meg. Gyakran a sport iránti elkötelezettségüket hasonló szinten kezelik, mint a munkahelyi kötelezettségüket (STEBBINS, 2001).

Lamont és Kennelly (2011) kutatásukban nem- elit sportolók internetes fórumon közzétett bejegyzéseiket, kommentjeiket elemezték, amelyek a versenyre való felkészüléssel kapcsolatosak voltak. Különösen azokat a tartalmakat elemezték, amelyek a versenyre való felkészüléssel, célokkal és a mindennapi szükségletekkel kapcsolatos konfliktusokról szólt. A kutatás során három fő területet találtak, ahol a sportesemény és a mindennapi élet találkozása feszültséget eredményezett a sportolóknál: 1, személyes preferenciák (például étrend kiválasztása), 2, személyes kapcsolatok, 3, azok az élethelyzetek, ahol a sportban való részvételt olyan tényezők kontrollálják, mint a pénz vagy az idő hiánya. Lamont és Kennelly (2011) azt sugallja, hogy az állóképességi sportágak bizonyos szinten túli edzése és részvétele uralja a résztvevők mindennapjait, és sokszor negatív hatást gyakorolnak a társas kapcsolatokra.

2.7. A sporttevékenységben való elköteleződést befolyásoló tényezők

A sport iránti elköteleződés mértékére számos szocio-demográfiai tényező hatással van. Ilyenek például az életkor, a nem vagy a származás, a tanulmányok, jövedelem, a párkapcsolati státusz, vagy a munkahelyi pozíció (PHARR et al., 2020), Brown (2005) szerint ezek mellett a motiváció és a távolság szintén kulcsszerepet játszik a sportturisztikai döntésekben. A gazdasági tényezők, a sportrendezvények jellemzői, és a biztonság is

hatással vannak a nevezési hajlandóságra (HEMMATI NEZHAD et al., 2009). Elengedhetetlen figyelembe venni az állóképességi sportokban való részvételt befolyásoló tényezőket, mivel ezek idézik elő a sport iránti elköteleződést. A következő részben részletesen mutatom be a sporttevékenységben való elköteleződést befolyásoló tényezőket.

2.7.1 Az életkor szerepe a sportaktivitásban

Az emberi élet fejlődési szakaszaiban más és más motiválja az embereket a sportban való részvételben. A gyermekek kísérleteznek, új dolgokat próbálnak ki és játékként fogják fel a sporttevékenységet (MULVIHILL et al., 2000; ALLENDER et al., 2006). A serdülők érdeklődését már jobban érdekli a közösséghez való csatlakozás (iskolai csapatban sportolni), a testsúly kontroll, és fontos számukra a barátok támogatása (DALEY et al., 2008). Felnőttkorban már nagyobb hangsúlyt kap az egészséges életmód, a képességek fejlesztése, a teljesítmény fokozása és a sport iránti élvezet (SEGAR et al., 2006; SHIPWAY-HOLLOWAY, 2010). Az idősebbek számára a legfontosabb szempontok, hogy az egészségügyi kockázatokat csökkentsék, egy közösség tagjának érezzék magukat, továbbá motiválhatja őket a sportolói tapasztalat és a mozgás iránti igény (JANCEY et al., 2009; GOODSELL et al., 2013).

Miller és munkatársai (2019) azt vizsgálták, hogy van-e összefüggés olyan események, mint például a szülői ház elhagyása, a gyermekvállalás vagy a házasságkötés és a sporttevékenység mennyiségének csökkenése között. Arra a következtetésre jutottak, hogy ezek az események nagymértékben csökkenthetik az aktív sportolási időt. Lampe és munkatársai (2021) magyar mintán keresztül vizsgálták azt, hogy a 60 év feletti lakosság milyen rendszerességgel és mértékben sportol. A kitöltők mindössze 9,3%-a számolt be arról, hogy sportol, míg 72% mondta azt magáról, hogy egyáltalán nem sportol. A vizsgálatban pozitív szignifikáns kapcsolat rajzolódott ki a végzett sporttevékenység és az önbevalláson alapuló egészségügyi állapot között. Pharr, Lough és Terencio (2020) amerikai mintán vizsgált sportolási szokásokat, s az eredményeik hasonlóak. A fizikai aktivitást igénylő tevékenységek - legyen az aktív sport vagy házimunka végzése - mennyisége 64 év kor felett jelentősen csökken.

Az életkor előrehaladásával a sportolóknál az egészségi állapot befolyásolhatja a teljesítő képességüket és a sporttevékenységben való részvételt (MULVIHILL et al., 2000; ALLENDER et al., 2006). Myburgh, Kruger és Saayman (2014a; 2014b; 2014c)

tanulmányai azt állapították meg, hogy egy állóképességi sportoló könnyedén meghosszabbíthatja versenyképes korát, az állóképességi versenyeken való részvétel által. Azok a sportolók, akik aktívan részt vesznek állóképességi sportrendezvényeken, azok könnyedén fenn tudják tartani hosszabb távon a versenyképességüket (MYBURGH et al., 2014a; 2014b; 2014c), de érdekes kutatási eredmény, hogy az életkor előre haladtával egyre inkább csökken a győzelem iránti vágy (OGLES-MASTERS, 2003).

2.7.2 A „Nemek” befolyásoló szerepe a sportban, fizikai aktivitásban

Pharr és munkatársai (2020) a fizikai aktivitás szociodemográfiai jellemzőit tanulmányozta sporttevékenységet űző és nem sportoló felnőtt nők körében. Azok, akik sportolnak, nagyobb százalékban rendelkeznek egyetemi, főiskolai végzettséggel, mint azok, akik nem élnek aktív életmódot. Azok a tanulmányok, amelyek a sport iránti elköteleződéssel foglalkoznak, azt találták, hogy a férfiak a sporttevékenységekben még mindig aktívabban vesznek részt, mint a nők (HUMPHREYS-RUSESKEI, 2006; HUMPHREYS-RUSESKEI 2007; GETZ-MCCONNELL, 2011; HUMPHREYS-RUSESKEI, 2011; STAMM-LAMPRECHT, 2011). Malchrowicz és Pocszta (2018) a nők és férfiak futóversenyen való részvételének motivációját vizsgálta. A nők számára meghatározó tényező volt, hogy a verseny idejére ki tudjanak szakadni a mindennapjaikból, meg tudjanak feledkezni az otthoni kötelezettségeikről, illetve lényeges számukra, hogy a futás manapság egy felkapott tevékenység, amelynek ők is résztvevői akarnak lenni.

Más kutatások még megemlítik, hogy a nők számára fontosak a közösségi kapcsolataik kiépítése, emellett, hogy a sport tevékenység végzése alatt jól érezzék magukat és a testüket érintő változások is foglalkoztatják őket (RITCHIE et al., 2010). Ezzel szemben a férfiakat a versengés és az egyéni ambíciók megvalósítása motiválja (RECOURS et al., 2004; FUNK et al., 2007). Egli és munkatársai (2011) is ugyanezt jutották ki, a nők számára a külső tényezők a fontosak, addig a férfiakat főleg a belső indítás vezérli. Fullagar és Pavlidis (2012) azt a következtetést vonták le, hogy a versenyszervezőknek törekedniük kell arra, hogy olyan marketing stratégiát alkalmazzanak, amelyek a nők részvételére fókuszál.

2.7.3 A sportrendezvények hatása az elköteleződésre

Megállapítható, hogy ha valaki állóképességi sportversenyeken vesz részt, annak a sporthoz való hozzáállása pozitív irányba változik, amely hatással lehet arra, hogy a hétköznapi életének szerves részévé válik a testmozgás (WILSON-RODGERS, 2004). Ha egy versenyző nevez egy sporteseményre, akkor nemcsak a részvétel fogja motiválni, hanem növelni fogja a fizika aktivitását is, amely hozzájárulhat ahhoz, hogy elköteleződött lesz a rendszeres és aktív testmozgás iránt és a jövőben folyamatos résztvevője lesz az állóképességi sportrendezvényeknek (WILHELM STANIS et al., 2009; FUNK et al., 2011; COALTER, 2012). Tehát az állóképességi rendezvények katalizátorként szolgálhatnak az aktív szabadidő eltöltéséhez, amely összefügghet a rendszeres sportolás és a versenyeken való részvétellel (WHITE, 2008; WILHELM STANIS et al., 2009), amely hosszútávon gyakoribb részvételhez vezethet (PRITCHARD et al., 1999) és ezáltal a sport iránti elköteleződés is magasabb szintű lesz (BEATON et al., 2011). A sport iránti magas szinten elkötelezett személyekre jellemző, hogy gyakrabban vesznek részt sporteseményeken és gyakrabban végeznek edzést (BEATON et al., 2011). Funk és munkatársai (2011) azt állapították meg, hogy egy várható sportrendezvény megnövelheti az edzés intenzitását, gyakoriságát és időtartamát, bár valószínűleg ezek a személyek már olyan magas szinten sportolnak, hogy nem jelent számukra pozitív egészségügyi hozadékat.

Az eseményszervezők a szervezésnél jellemzően figyelnek arra, hogy különböző távokat és kategóriákat biztosítsanak a résztvevők számára, mert az állóképességi sportversenyeken kezdő és tapasztalt sportolók is részt vesznek, akik különböző szintű elköteleződéssel rendelkeznek (FUNK et al., 2011). Kim és Liu (2016) a futó versenyekre való újbóli nevezési szándékot vizsgálta. A kutatásuk alapján az alacsony sport iránt elköteleződött versenyzőket az esemény presztízse ösztönzi leginkább.

2.7.4 A fizikai aktivitás, mint befolyásoló tényező

Az állóképességi sportokban a részvétel különféle fejlődési szakaszokon megy át: az első szakasz a kezdeti ismerkedés, amikor az egyén felfedezi a sportot, ezt követi a specializáció, amikor már a sportágra jellemző edzések és technikák elsajátítására összpontosít, végül, a teljes elköteleződés szakaszában az egyén már intenzíven és rendszeresen edz, és hosszútávon elköteleződik a kiválasztott sport iránt (BAKER et al., 2005). A fizikai aktivitás az egyén szabadidős tevékenységeként az érdeklődéstől kezdve

fokozatosan változik, egészen a rendszeres részvételig és az elköteleződésig (BEATON-FUNK, 2008). Az állóképességi sportversenyek hatást tudnak gyakorolni a sportolók edzettségi szintjére, növelni tudják az esemény előtti és utáni aktivitásukat (FUNK et al., 2011).

A korábbi versenyen való részvételek száma kiemelt mutató lehet a sportolói elköteleződés szempontjából, hiszen a több eseményen indulók valószínűleg már aktív és tapasztalt sportolók (FUNK et al., 2011), akik jellemzően magasabb összeget fordítanak sporttevékenységekre (DAVIES, 2002; WICKER et al., 2010). A versenytáv hossza is hatással lehet az edzettségi szintre, mivel a hosszabb távokat teljesítők általában gyakrabban és intenzívebben készülnek (BOWLES et al., 2006).

2.7.5 A társadalmi- és környezeti korlátok (pénzügyi helyzet, kapcsolatok, infrastruktúra, közösségi elvárások)

A társadalmi és gazdasági környezet hatással lehet a sporttevékenység végzésére (RAUTER, 2014). A családtagok, a barátok, az iskola és a munkatársak nagyban meghatározhatják a sporthoz való hozzáállást, emellett a személyiségi tényezők is befolyásoló tényezők lehetnek (JARVIS, 2006). Az egyén családi állapota szintén befolyásolhatja a sportrendezvényeken való részvételt, mert egy támogató partner vagy családtag motiválhatja a sportolási kedvet, ezzel szemben például a gyermekvállalás vagy a családtag tartós betegsége, negatívan hathat (ALLENDER et al., 2006; LEEDY, 2009). Az aktív sport közösségek szintén pozitív hatással lehetnek a tagok mentális állapotára (UMBERSON-KARAS MONTEZ, 2010). Az idő vagy pénz hiánya ezzel szemben akadályozó tényező lehet az aktív sporttevékenység részvételében (GODBEY et al., 2005; WHITE, 2008; LAMONT-KENNELLY, 2011), mert például a maratonok, ultrafutó vagy triatlon versenyek felkészülése és részvétele magas költségekkel és időigényes előkészülettel járnak (LINDSTRÖM et al., 2001). A magasabb keresetű személyek nagyobb valószínűséggel vesznek részt állóképességi sportrendezvényeken, mert rendelkeznek olyan szintű pénzügyi háttérrel, amely biztosítja számukra a verseny felkészülés és részvétele során felmerülő költségeket, mint például az utazási költség, a sportruházat vagy regisztrációs díj (HUMPHREYS-RUSESKI, 2011).

Az állóképességi sporttevékenység részvételében meghatározó szerepe van az infrastruktúra fejlettségének is, mert akik nagyobb városokban vagy fejlett országrészekben

élnék, azok számára sokkal több a lehetőség a mindennapi aktív sportolásra, mint azoknak, akik kisebb településeken vagy az ország fejletlenebb területein élnek (DOWNWARD-LUMSDON, 2004).

2.7.6 A rendezvény részvételét befolyásoló tényezők

A sportverseny sikeres megszervezésének szempontjából nélkülözhetetlen a biztonsági protokoll, az előkészítést segítő workshopok, illetve a szolgáltatások színvonala, mert ezek pozitívan járulhatnak hozzá a résztvevők elégedettségi szintjéhez (FUNK et al., 2011; LEE et al., 2011), mert a versenyzők által átélt pozitív élmények segítik a sport iránti hosszú távú elköteleződést (ARNOULD-PRICE, 1993; FULLAGAR-PAVLIDIS, 2012).

A versenyszervezőknek úgy kell kialakítania a verseny arculatát, hogy azáltal egyedivé és megkülönböztethetővé váljon a többi versenytől. Fontos szempont lehet a résztvevők számára a verseny helyszíne, a regisztrációs költség, az esemény mérete, a megközelíthetőség, a tárgyi jutalmak (érem, serleg), a pontos időmérés és a szponzoráció (TRAUER et al., 2003; HALLMANN et al., 2010). Brandy és Cronin (2001) kutatásai alapján megállapítható a sporteseményekre az a tény, hogy a szolgáltatás minősége három meghatározó tényező mentén azonosítható: a személyzet a résztvevőkkel folytatott interakciója, az egyén által kitűzött célok elérése és a fizikai környezet. Kaplanidou és Vogt (2010) azzal támasztja ezt alá, hogy a kutatásuk eredményében létrehozott faktorok egyike a környezeti tényezők csoportja volt, amibe beletartozik a helyszín, ahol a verseny zajlik, és a környéken található szórakozási lehetőségek.

Shonk és Chelladurai (2008) a kutatásukban arra keresték a választ, hogy milyen tényezők befolyásolhatják az eseményen elinduló résztvevők elégedettségét. A modell 4 fő faktort azonosított be, az első három inkább a versenyre való jelentkezést segíti elő (1. a verseny megközelíthetőségének minősége, 2. szálláshelyek minősége, 3. helyszín minősége), és a 4. faktor a verseny minőségének előrejelzése, a rendezett szervezethez. Ha egy résztvevő elégedetten, jó élményekkel távozik egy rendezvényről, az erőteljes indikátora és meghatározó tényezője lehet a jövőbeli versenyek részvételének szempontjából (PRITCHARD et al., 1999; KAPLANIDOU-VOGT, 2007). Az alacsonyabb aktivitású sportolóknak a pozitív versenyélmény ösztönző hatással lehet arra, hogy a jövőben gyakrabban elinduljanak ilyen jellegű rendezvényeken (DISHMAN, 2003). Baloglu (2001)

vizsgálata alapján elmondható, hogy a korábbi látogatási tapasztalat és információszerzés az adott helyszínen pozitívan hathat a részvételre.

2.7.7 A sportolás és az utazás kapcsolata

A sportturisták általában magasabb költési hajlandóságot mutatnak, magasabb árfekvésű szálláshelyet választanak, nagyobb összegben vásárolnak termékeket és szolgáltatásokat a verseny környezetében (STANDEVEN-DEKNOP, 1999). Azok a sportolók, akik elhivatottabbak, azok összekötik a szabadidős programjaikat a sportversenyeken való részvétel lehetőségeivel (WEED-BULL, 2009). Ha megnő a versenyzők sport iránti elköteleződése, akkor magasabb presztízssű versenyeken fognak részt venni, amelyek távolabbi helyszíneken lehetnek, többszöri utazást, illetve magasabb költségeket igényelhetnek (MCGEHEE et al, 2003; LAMONT-KENNELLY, 2011). Ezt alátámasztják más kutatások is, miszerint a versenyeken való gyakoribb részvétel és az edzések intenzitásának növekedésével párhuzamosan nőnek az utazási költségek, illetve a helyszínen is megnő az ott tartózkodási idő (RYAN-TRAUER, 2005; GETZ-MCCONNELL, 2014).

A helyszín megválasztásában fontos aspektus lehet a sporttevékenység adta lehetőségek, mint például vízi sportok végzése tengerparton (WEED-BULL, 2009). Getz és Mcconnell (2014) kutatásukban extrém sportolók versenyzési szokásait vizsgálta, miszerint a versenyeken való részvétel folyamán nem befolyásoló tényező számukra a szociális támogatottság, hiszen általában egyedül, pár fős csoportban vagy sportklubbal érkeznek a versenyekre. A sportrendezvényekre való utazást motiválhatják más tényezők is, mint például a kiszakadás a hétköznapiakból, presztízis, pihenés vagy új kultúrák megismerése (GETZ-MCCONNELL, 2014).

2.8. A sport- és sportrendezvények részvételével kapcsolatos elméletek és koncepciók

A sportolók állóképességi eseményeken való részvétele egy sokrétű motivációs folyamat, amelyet különböző elméletek magyaráznak (BRYAN, 1977; DECI-RYAN, 1985; GETZ, 2008; TEIXEIRA et al., 2012; LAMONT-JENKINS, 2013). Az önrendelkezési elmélet szerint a belső motiváció, az önálló döntéshozatal és a fejlődés iránti törekvés kulcsszerepet tölt be a sportos életmód fenntartásában (DECI-RYAN, 1985). Teixeira és munkatársai (2012) is ezt támasztják alá, véleményük szerint az önállóbb motivációs

formák szorosan összefüggnek a sporttevékenység gyakoriságával. A rekreációs specializáció elmélete is hasonló véleményt fogalmaz meg (BRYAN, 1977; LAMONT-JENKINS, 2013) azt jelzi, hogy a sportolók elkötelezettsége növekszik, ahogy fejlesztik képességeiket és fokozzák aktivitásukat.

A motiváció típusai különböző részvételi mintázatok eredményeznek, amit megfigyelhetünk futóeseményeken. Az elhivatott futók számára a verseny kihívása és a teljesítmény a legfontosabb, ezzel szemben a „szórakoztató vagy buli” futók a közösségi élményeket keresik a versenyek során (YAIR, 1992; SHIPWAY-JONES, 2007). A flow élmény elméletét, amit Csíkszentmihályi (1990) kutatási alapján ismerhetünk, ebben a kontextusban is megfigyelhető és értelmezhető: az elmélyült belemerülés és az örömezzet kulcsszerepet játszik a rendszeres részvételben, ami hozzájárul az egészség megőrzéséhez és a hosszú távú elköteleződéshez (XU-ROBERTS, 2010). Az eseményekhez kapcsolódó utazás iránti hajlandóságot az „*Esemény Utazási Karrier*” (ETC) modell magyarázza meg (GETZ, 2008; GETZ-PAGE, 2019), a sport iránti elkötelezettségük miatt a sportolók anyagi és időbeli áldozatokat hoznak, társas kapcsolataik háttérbe szorulhatnak, hogy részt tudjanak venni a kedvenc versenyeken (LAMONT-KENNELLY, 2011). Pelletier és munkatársai (1995) azt mutatták ki, hogy az állóképességi sportolók elsősorban belső motiváció vezérelte részvételből fakadóan keresik a kihívásokat, az állóképességi sportolók főként belső indíttatásból, önfejlesztés miatt, és kihívások iránti vágyból vesznek részt versenyeken, míg a külső tényezők, a díjazás vagy anyagi jutalmak nem olyan meghatározóak az amatőr sportolók számára (RYAN-DECI, 2000; GETZ-MCCONNEL, 2014).

2.9. A sport-elköteleződési modell

Az előző fejezetben bemutatott különböző motivációs modellek mind eltérően közelítik meg és vizsgálják az egyén viselkedését. A sporttevékenységek üzése során a drive-nak nagyon fontos szerepe van, mert arra számos tényező befolyásoló hatással lehet (BERKI, 2020). A sport-elköteleződési modell (SCANLAN et al, 1993) (Sport Commitment Model, SCM) egy olyan elméleti keret, ami azokat a tényezőket vizsgálja, amik meghatározzák az egyén sport iránti elköteleződésének intenzitását és tartósságát. A modell kifejlesztésének célja, hogy jobban megértsük, mi motiválja az embereket arra, hogy akár évekig folytassanak egy sporttevékenységet. Scanlan és munkatársai (1993) hozták létre a modellt.

2.9.1. Elméleti alapok

A sport elköteleződés Scanlan, Schmidt, Simons és Keeler (1993) szerint egy olyan általános pszichológiai konstrukció, ami meghatároz egy vágyat és törekvést a sportban való folytonos részvételről. A modell a részvételhez való ragaszkodást reprezentálja, tehát maga a sport a vonzerő, ami kiegészül egy motivációs erővel a folytatólagos részvétel kapcsán. A motiváció habár kulcsfontosságú tényező az elméletben, az elmélet beemel olyan külső pszichológiai és környezeti faktorokat is a képbe, amelyek képesek együttesen alakítani a sport iránti elköteleződést (SCANLAN et al., 1993). A szerzők kiemelik, hogy a sportolói viselkedéssel, teljesítménnyel nem egyenlő az elköteleződés maga (mint pszichés faktor), az önmagában nem eredményezi a hosszabb távon történő elköteleződést. Például egy nagyon elszánt, tehetséges sportoló esetében is megtörténhet az, hogy valamilyen külső tényező (például sérülés vagy magánéleti faktor) miatt nem tud a sportban részt venni (SCANLAN et al., 1993).

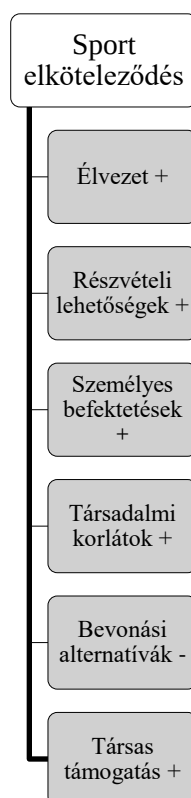
Továbbá kiemelik, hogy az elköteleződést külön kell választani az előzményektől és következményektől, illetve azt a szempontot figyelembe venni, hogy az elköteleződés jellege milyen. Az egyén belső motivációtól vezérelve szeretne sportolni, vagy külső nyomás vagy kényszer miatt szükséges részt venni benne (SCANLAN et al., 1993). A sport-elköteleződés modell fejlesztésekor Scanlan és munkatársai (1993) Rusbult (1980) elméletét vették alapul, amely habár nem sportot érintő pszichológiai folyamatokat vizsgált, hanem a kapcsolatokban való elköteleződés befolyásoló tényezőit. Rusbult (1980) baráti és romantikus kapcsolatokban történő elköteleződés mértékét és az arra ható tényezőket vizsgálta egy szerepjáték jellegű kvalitatív és egy kérdőíves vizsgálat keretein belül. Az elmélet szerint az elégedettség (milyen jutalmat és költséget hoz a kapcsolat), az alternatívák (jobb lehetőségek) és a befektetések mértéke (ha a befektetés nagyobb, akkor a kapcsolat elhagyása magasabb költségekkel fog járni, ezáltal nőhet az elköteleződés) (RUSBULT, 1980). Későbbi vizsgálatokban munkahelyi elköteleződés témájában is sikeresen volt alkalmazva (FARRELL-RUSBULT, 1981).

A sport-elköteleződés modell elméleti alapja kapcsán továbbá fontos megemlíteni a társadalmi csereelméletet, amely Thibaut és Kelley (1959) szociálpszichológusok nevéhez fűződik. Az elmélet szerint az egyén a kapcsolatait az abban felmerülő, a másik embertől kapott gazdasági/társadalmi jutalmak, illetve a lehetséges költségek alapján alakítja, zárja

le vagy tartja életben. Thibaut és Kelley (1959) szerint azok az interakciók lesznek gyümölcsözőek az egyén számára, ahol a jutalmak meghaladják a befektetett energia mértékét. Rusbult (1980) és Thibaut és Kelley (1959) munkájára alapozva Scanlan és munkatársai (1993) a sport-elköteleződést kvantitatív vizsgálatokkal elemezték. A mintáról fontos tudni, hogy nemtől, életkortól, származástól független egyének vettek részt. A sportág és versenyszint nem volt meghatározva a kutatásban, amatőr és elit sportolók mintája is vizsgálva volt, ami a mérés általánosíthatóságát biztosítja.

2.9.2. A sport- elköteleződés modell tényezői

A sport-elköteleződés modellben (Scanlan, Carpenter, Schmidet et al, 1993) öt kulcsfontosságú tényező van azonosítva, amik a vonzerőt befolyásolják. Az öt tényező önállóan hatnak és dinamikus folyamatokat alkotnak, emellett a tényezők mértéke eltérő lehet különböző sportolói csoportok esetében (SCANLAN et al., 1993). A modell a későbbiekben ki lett bővítve a társas támogatással (SCANLAN et al., 2003), így a kutatás során ezt a modellt fogom használni (8. ábra).



8. ábra: A sport-elköteleződés modell

Forrás: SAJÁT SZERKESZTÉS SCANLAN et al., 2003 alapján

A sport-elköteleződés modell (SCANLAN et al., 1993; SCANLAN et al., 2003) tényezői:

1. Sportélvezet: A sportélményre adott pozitív válasz. A fogalom meghatározása komplex, hiszen egyszerűbb, mint egy általános pozitív érzelem, azonban általánosabbnak tekinthető, mint egy olyan érzelem, mint a büszkeség (SCANLAN et al., 1993). A sport során megjelenő pozitív érzelmek vizsgálata az utóbbi 40 évben előtérbe került, hiszen a kutatók felismerték, hogy azok jelentős hatással vannak a mind a pszichés jóllétre, mind a teljesítmény bizonyos komponenseire. Ezen érzelmek jótékony hatásúak lehetnek olyan területekre, mint az önfegyelem, motiváció, figyelem, problémamegoldás, és hosszú távú személyes erőforrásokat képes kialakítani, továbbá a társas helyzetekre is jótékony hatással van, hiszen javíthatja a társas interakciót, mélyebb kapcsolatok kialakulását segítheti elő (FREDRICKSON, 2001).
2. Részvételi lehetőségek: Scanlan és munkatársai (1993) kiemelik a legvonzóbb alternatíva választásának lehetőségét. A sport mellett az egyén életében megjelenhetnek más attraktív opciók, amik választása esetén a sport melletti elköteleződés csökkenhet. A sport-elköteleződés modellben (Scanlan és mtsia, 1993) továbbá megfigyelhető, hogy egy sportoló minél többet investál (idő és pénz esetében is) egy adott sportba, annál kisebb az esélye annak, hogy más, új tevékenység mellett fog elköteleződni. Casper, Gray és Stellino (2007) kutatásukban azt az összefüggést találták, hogy a részvételi lehetőségek megléte elsősorban a sport élvezetére van hatással. Abban az esetben, ha egy sportoló jobban élvezi az általa űzött sportot szemben a felmerülő, más opciókkal, akkor nagyobb valószínűséggel fogja a már megkezdett sporttevékenységet folytatni. Azonban, ha felmerülnek más érdekes, vonzó választási lehetőségek, akkor csökkenhet az elköteleződés az adott sport iránt, de az élvezet mértéke nem feltétlenül fog csökkenni (CASPER et al., 2007). Hasonló eredményekről számolt be Weiss, Weiss és Amorose (2010), akik a sport iránti elköteleződést felnőtt, nő atléták körében vizsgálták. Negatív kapcsolatot tártak fel az alternatív lehetőségek és az észlelt költségek (idő, pénz, erőfeszítés) között. Tehát, ha az egyén jobb alternatívát talál, akkor az észlelt költségek már kevésbé lesznek fontosak. A versenysportok, a különféle sportesemények és a fejlődési lehetőségek elérhetősége közvetlenül befolyásolják a sport iránti elköteleződést, mert ezek az alternatívák

alapvetően meghatározzák, hogy valaki mennyire hajlandó hosszútávon részt venni az adott sportban. Ha valaki úgy érzi, hogy a sporttevékenységek fejlődési lehetőséget nyújt számára, akkor ő valószínűleg hosszú távon is részt fog majd venni azokon (WEISS et al., 2010).

3. Személyes befektetések: Rusbult (1980) társas kapcsolatok vizsgáló kutatásában a személyes befektetés definíciójába elsősorban a pénzbeli terheket, időt és erőfeszítés kerültek. Iñigo, Podlog és Hall (2015) azt vizsgálták, hogy egy sportsérülést követően melyek azok a faktorok, amik befolyásolják a sporttevékenységhez való visszatérést. Összhangban Scanlan, Russell, Magyar és Scanlan (2009) elit sportolókat vizsgáló korábbi kutatásával, a sportba fektetett energia és pénzösszeg olyan befektetésnek számít, amit habár a sport abbahagyása esetén nem lehet visszakapni, azonban mivel már régóta üzték az adott sportot, így számos elismerésben, jutalomban részesültek. Míg más kutatások ezt épp megcáfolták (SCANLAN et al., 2003). Az ellentmondásos eredményeket számos faktor befolyásolhatja, azt, hogy a különböző szintű és teljesítményű sportolók esetében a pénzügyi befektetések milyen hatást fejtenek ki, további kutatásokban lenne célszerű vizsgálni (IÑIGO et al., 2015).
4. Társadalmi korlátok: A társadalmi korlátok olyan elvárások, amelyek az egyénben kötelességérzetet ébresztve, arra ösztönzik, hogy a sporttevékenységet folytassa (WEISS et al., 2010), amik gyakran a közeli családtagoktól, szülőktől, partnertől vagy egyéb fontos személyektől származhatnak (HALL, 2013). Young és Medic (2010) kutatásukban azt vizsgálták, hogy elit úszók körében a társas hatások hogyan befolyásolják a sportban való elköteleződést. Eredményeik arra világítanak rá, hogy a sportolókhoz közel álló személyek jelenléte, a velük való rendszeres és bensőséges találkozók (például partnerrel, gyermekkel, edzővel) jelentősen meghatározóak a sportban való elköteleződés szempontjából. Tehát egyrészt a kapcsolat közelsége, intimitása a befolyásoló faktor, másrészt a hiteles információforrásnak számító szakemberek, elsősorban egészségügyi dolgozók is hatással lehetnek a sport iránti elköteleződésre, még akkor is, ha a találkozások nem rendszeresek (YOUNG-MEDIC, 2010).

5. Szociális támogatás: Ha támogatást és elismerést kap valaki a sportolás során, az megerősíti őt az adott sporttevékenység folytatásában. A közösségek, ami lehet egy baráti társaság vagy egyesület, motiválni tudják a tagokat és erősítik a sport iránti elköteleződést (JEON-RIDINGER, 2009).
6. Alternatívák: A sportolóknak gyakran választaniuk kell, hogy szabadidejüket más tevékenységekkel töltsék, vagy a sportot válasszák. Az alternatív tevékenységek jelenléte csökkentheti a sport iránti elköteleződést, főleg, ha más lehetőségek is jelen vannak.(CASPER-STELLINO, 2008).

2.9.3. Pszichológiai és motivációs tényezők

A sport iránti elköteleződés pszichológiai szempontjai közé tartozik az önértékelés, a kitartás és az élvezeti tényezők. A sportolók gyakran érik nehézségek és kihívások a sporttevékenység végzése közben, amelyek leküzdése után elkötelezettebbnek érzik magukat. A sikerre való törekvés, a kudarcátűrés, illetve az önértékelés is összefügg az elköteleződéssel, mivel a sportolók sok esetben azonosítják magukat a sportágukkal (WEISS et al., 2010).

2.9.4. Különböző típusú elköteleződés

A sport-elköteleződés modell két fő típusú elköteleződést különböztet meg: a kényszerű elköteleződést és az önkéntes elköteleződést. A kényszerű elköteleződés olyan külső tényezők hatására jön létre, mint például a családi elvárások, társadalmi nyomás vagy pénzügyi motivációk. Ezzel szemben az önkéntes elköteleződés a belső motivációkból, például a sport élvezetéből, a fejlődés iránti vágyból vagy a versenyszellem hajtásából fakad. Az önkéntes elköteleződés jellemzően tartósabb és stabilabb, mivel az egyén belső motivációk hatására marad elkötelezett a sport iránt (SCANLAN et al., 1993; SCANLAN et al., 2003).

2.9.5. A sport-elköteleződés modell megvalósítása

Az állóképességi sport iránti elköteleződés értéke és meghatározó tényezői az SCM modell segítségével vizsgálhatók meg (SCANLAN et al., 1993 CASPER-STELLINO, 2008). Az SCM önmagában nem elegendő ehhez, mivel az állóképességi sportolók másféle életmódot és részvételi szokásokat alakítanak ki. Ezért más modellekkel szükséges kombinálni és elemezni az elköteleződést a sportturizmus keretrendszerében. A részvételi szint közvetlen

hatással lehet az elköteleződésre, mivel a megnövekedett sportolási idő személyes áldozatvállalást tükröz (FUNK et al., 2007; FERNANDES et al., 2013). A részvételi szint közvetlenül befolyásolhatja az elköteleződést. Az elköteleződés négyféle viselkedési mintázat szerint értékelhető: részvételi gyakoriság, médiafogyasztás, sporthoz köthető kiadások, részvételi és a viselkedési minták (FERNANDES et al., 2013; KIM et al., 2013). A résztvevők elköteleződési szintjei különböznek egymástól, mivel életkoruk, nemük és a sport iránti elköteleződésük is befolyásolja a motivációjukat (FUNK et al., 2007).

Az állóképességi sportolók életét a kitartás és az elszántság jellemzi, amelyek kulcsfontosságúak a mindennapi döntéseikben (RAUTER, 2014). A magas elkötelezettségű személyek sokkal többször vesznek részt sporteseményeken, többször utaznak és nagyobb összeget fordítanak a sporttal kapcsolatos kiadásokra (MCGEHEE et al., 2003; FUNK et al., 2007).

2.9.6. A kutatás felépítése

A kutatásom módszertani és elméleti alapján Scanlan és munkatársai (2003) Sport-elköteleződés modellje és Myburgh (2017) kutatása képezi. Myburgh (2017) egy olyan komplex keretrendszert hozott létre a sport-elköteleződés modell (SCANLAN et al., 1993; SCANLAN et al., 2003) kiegészítésével, aminek segítségével feltérképezte a sportturizmus helyzetét Dél-Afrikában. Ez a modell nemcsak a sport-elköteleződés modell változóit tartalmazza, a személyes befektetést, a bevonódási lehetőségeket, a részvételi lehetőségeket, a szociális kényszert, a támogatást vagy az élvezetet, hanem figyelembe vett más hatásokat is az elköteleződés alakulására, mint például a viselkedési szándék, a részvételi gyakoriság, a médiafogyasztás és a sportcélú kiadások (MYBURGH, 2017).

A vizsgálat fő célja, hogy ezt a modellt magyarországi környezetben alkalmazzam és adaptáljam, illetve, hogy megvizsgáljam milyen tényezők befolyásolják leginkább a hazai sportolók sport iránti elköteleződését. A vizsgálatban a részvétel, mint fogalom nem csak és kizárólag a sportversenyen való megjelenésre fókuszál, hanem a definíció magában foglalja az összetett életviteli aktivitást, illetve a sport mindennapokba történő beépítését. Továbbá ebbe a vizsgált fogalomkörbe tartozik az egészségtudatos életmód, a sportorientált média figyelése, a sportcélú kiadások és a közösségi sportban való részvétel is (MYBURGH, 2017).

A célom nem a modell újrafuttatása volt itthoni környezetben, hanem annak vizsgálata, hogy Magyarországon milyen tényezők hatására válik valaki egy állóképességi sporttevékenység iránt elköteleződött sportolóvá. Myburgh (2017) vizsgálata alapján, a faktoranalízis eredményei négy egyedi tényezőt tártak fel, amelyek előre jelzik az állóképességi sportolók elköteleződését (élvezet, személyes befektetések és részvételi lehetőségek; alternatív lehetőségek és társadalmi kényszerek; elhivatottság és szociális támogatás; státusz, szocializáció és utazás). A kutatása alapján, ez a négy tényező a tanulmánya sajátos eredményei, és a korábbi, a sport-elköteleződés modell elméletére épülő kutatásokban ezek még nem jelentek meg.

3. ANYAG ÉS MÓDSZER

Kutatásaimat szekunder és primer módszerek alapozzák. A szekunder kutatás során megvizsgáltam az állóképességi sportok keresleti oldalának (sportoló) sportelköteleződését befolyásoló tényezőit és a sporteseményekkel kapcsolatos fogyasztási-profiljukat. Vizsgáltam, hogy az egészség és fittség, valamint az életmódelemek hogyan alakulnak az állóképességi versenyeken indulók esetében. Elemeztem az utazási szokásaikat és vizsgáltam az események gazdasági hatásait, a turizmus tükrében. Áttekintettem a témával kapcsolatos legfontosabb releváns hazai és nemzetközi szakirodalmakat, amik a sportolók szokásairól és aktivitásáról-inaktivitásról, az állóképességi sportesemények sportturizmusban és a gazdaságban betöltött szerepéről, az állóképességi sportokról, és sporteseményekről, illetve turisztikai szerepükről szólnak. A sport-elköteleződés modell, annak meghatározó elemeivel és az ezzel foglalkozó kutatások elméleti hátterét is feltérképeztem és bemutattam az irodalmak sorában.

Kvantitatív kutatást végeztem a primer vizsgálatom alapján, amely során kérdőíves vizsgálatot készítettem. Megvizsgáltam, hogy a kitöltők milyen állóképességi sportversenyeken vesznek részt, milyen részvételi szokások jellemzik őket, mi befolyásolja az életmódjukat, a sport iránti elköteleződésüket, mekkora összeget fordítanak évente a sportcélú kiadásokra és milyen tényezők befolyásolják az állóképességi sportrendezvényeken való részvételüket (5. táblázat).

Kutatásom célja, hogy elemezzem, milyen mértékben járulnak hozzá a különböző részvételi és életmóddal kapcsolatos tényezők a sportolók elköteleződési szintjére, illetve, hogy az állóképességi sporttevékenység hogyan válik egyre meghatározóbbá mind az

egyén, és mind a gazdasági-turisztika szintjén is.

5. táblázat: A kutatási folyamat felépítése

Szekunder kutatás	<i>Irodalmi feldolgozás</i>	Állóképességi sportok, rendezvények és sportturizmus kapcsolata
		A sporttevékenységben való elköteleződést befolyásoló tényezők
		Sport-elköteleződés modell (SCANLAN et al., 1993; MYBURGH, 2017)
Primer kutatás	<i>Kvantitatív kérdőív (N=674)</i>	Papír alapú
		Online
	<i>Elemzés</i>	Cronbach-alfa
		Alap statisztika
		Faktoranalízis
		T-próba
		Varianciaanalízis
		Klaszteranalízis

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés

3.1. A kérdőív kidolgozása

A gazdaságtudományi kutatások jelentős része alkalmaz kérdőíves kutatási módszert, mert ezek alkalmasak leíró, magyarázó és felderítő célokra (BABBIE, 2003). A kérdőíves vizsgálat nagyobb minta attitűdjeinek, orientációjának a feltérképezésére is használható. Az alapos valószínűségi mintavétel, illetve a standardizált kérdőív lehetőséget ad arra, hogy egy nagy populációt részletesen jellemezzünk. Egy témát különböző kérdéstípusok által több irányból megközelíthetünk. A standardizált kérdőív egyik nagy előnye még, hogy a kutatás minden résztvevőjére ugyanazt a meghatározást kell alkalmazni. Tehát minden vizsgálati személy ugyanarra a kérdésre válaszol, ugyanazon a skálán, ami értelmében a válaszadó véleménye is csak a skála alapján változhat (BABBIE, 2013). Kutatásom eszközének kiinduló pontjának Myburgh (2017) sport elköteleződésről szóló alkalmazott kérdőívet használtam. A skála magyar nyelvre fordítása és adaptálása kutatásaimban valósult meg, melyet az alábbiakban részletesen ismertetek.

A magyar verziót visszafordításos validitás módszerével készítettem el. Először lefordítottam angol nyelvről magyarra egy szakfordító segítségével, illetve én is

lefordítottam. A fordítások eltéréseit szintetizáltuk, majd a visszafordítást követően, a visszafordított verziót a forrás dokumentummal összehasonlítottuk. Javításokat követően a magyar verzió elkészült, szem előtt tartva azt, hogy az megfelel a tartalmi előírásoknak. Ilyen többek között az értelmezhetőség, a stílus és a forma. Az adatok elemzése az IBM SPSS Statistics 27 szoftverrel történt.

Kérdőív felépítése:

1. Szociodemográfiai kérdések
2. Állóképességi sport és ágak
3. Részvételi jellemzők
4. Életmódot befolyásoló tényezők
5. Sport iránti elköteleződést befolyásoló tényezők
6. Sporttal kapcsolatos kiadások
7. Az állóképességi sportrendezvényen való részvételt befolyásoló tényezők

Google Forms segítségével állítottam össze a kérdőívet, azt a *X. számú* mellékletben ismertetem.

Az események kiválasztásánál több szempont is mérlegelve volt. Elsődleges szempont volt, hogy több országosan is ismert rendezvény (UltraBalaton, Extrem Trail) legyen a mintában. Egy-egy ilyen nagy verseny biztosítja, hogy heterogén és nagyszámú különböző sportoló jelenjen meg. Emellett szerepeltek kisebb, regionális versenyek (Kőkapu Trail) is a listában, hogy különböző méretű események szereplői is részt vegyenek a kitöltésben. Másik fontos szempont volt, hogy különböző sportágak versenyeit lefedjem az állóképességi sport piacon. Sikerült utcai-, terep-, ultra futóversenyt, triatlon, kerékpár- és akadályfutó versenyt is bevonni a vizsgálatba. Tehát a kutatásban különböző állóképességi sportágak képviseltetik magukat.

Harmadik szempont a földrajzi lefedettség. Sikerült kiválasztani versenyt a Nyugat-Dunántúlról (Balatonman), az északi régióból (Tour de Mátra) és a keleti régióból (Extrem Trail) is, így ezáltal országos kitekintéssel tudtam vizsgálni az állóképességi sportágakat. A negyedik szempont pedig az elérhetőség volt. Több verseny szervezőjével személyes kapcsolatot ápolok évek óta, így ezáltal könnyen fel tudtam velük venni a kapcsolatot. E-

mailben küldtem el a kérdőívet a szervezők számára, akik továbbították a rendezvényeiken indulók felnőtt sportolóknak. Nem véletlenszerű volt a mintavétel, mert a válaszadás önkéntes döntésen alapult, de fontos szempont, hogy a kutatás ezeket a sportolókat kereste, mert ők azok, akik aktívan részt vesznek állóképességi sportversenyeken.

E-mailen keresztül továbbítottam a versenyszervezők számára a kérdőíveket, ők pedig elküldték a versenyeken résztvevő felnőttek számára. A kutatás során tehát nem valószínűségi, célzott mintavételt alkalmaztam. A mintába tudatos kiválasztás alapján kerültek be különböző sportágakat, eltérő méretű és földrajzi elhelyezkedésű eseményeket képviselő versenyek. A kérdőív terjesztése a versenyszervezők közreműködésével történt, akik azt továbbították a rendezvényeiken résztvevő felnőtt sportolók számára. A válaszadás önkéntes alapon történ, így a minta önkéntes válaszadókra épülő, nem véletlenszerű mintának tekinthető. Az adatokat a 2023-es verseny szezon folyamán gyűjtöttem össze, március 1-től november 30-ig (6. táblázat).

A kérdőívet az alábbi versenyeken résztvevők töltötték ki:

6. táblázat: A kérdőív kitöltésében résztvevő versenyek alapadatai

Verseny neve	Résztvevők aránya (%)	Résztvevők száma (Fő)	Verseny típusa
Balatonman	2,31%	563	triathlon
Császta Trail	1,64%	400	terepfutás
Extreme Trail	3,24%	790	akadályfutás, terepfutás
Kőkapu Trail	1,61%	392	terepfutás
Nyíregyháza Futófesztivál	3,59%	875	utcai futás
Tour de Mátra	1,40%	340	országúti kerékpározás
UltraBalaton	86,21%	21000	utcai futás
Összesen	100%	24360	

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés

Pilot vizsgálat után elvetettem vagy csoportosítottam azokat a kérdéseket, amelyek nem voltak relevánsak a téma, illetve kultúra szempontjából, illetve a magas kitöltési hajlandóság érdekében optimalizáltam a kérdéssor hosszát. A pilot kérdőívek kitöltése által kapott visszajelzésekből szükséges volt a kérdéssor optimalizálása. Számos kitöltő jelezte,

hogy a kérdőív nagyon terjedelmes, emiatt a kitöltést nem fejezték be, ezért ezek az itemek a kérdőív végleges verziójába már nem kerültek bele (MAKLÁRI et al., 2025).

A Cronbach-alfát a skálák megbízhatóságának tesztelésére alkalmaztam. Ha egy kérdőívben faktorokat, skálákat vagy indexeket hozunk létre, akkor ezeknek az összevont mutatóknak hozzávetőlegesen 0,7-es alfa értéket kell rendelkeznie (KÁRÁSZ et al., 2022). Azok az állítások, amelyek nem megfelelő (általában $<0,70$) értékkel rendelkeztek, végül kikerültek a kérdőívből, mert rontották az adott faktor megbízhatóságát (PAIC et al., 2018; TABER, 2018).

A vizsgálat folyamán különböző statisztikai elemző módszereket használtam. Keresztábra elemzéssel kezdtem a vizsgálatot, amely egy olyan statisztikai eljárás, ami kettő vagy több kategóriaváltozó együttes feltárását mutatja be egy olyan táblázat által, amely megmutatja, hogy milyen összefüggések találhatóak a változók között (GYULAVÁRI et al., 2017). Az elemzéshez Pearson-féle khi-négyzet próbát alkalmaztam, majd a kapcsolatok erősségét Cramer-féle asszociációs együttható segítségével értékeltem ki, ahol az értékeknek 0 és 1 közé kell esniük. A korreláció erőssége mind 0-tól +1-ig, mind 0-tól -1-ig növekszik (PETRES-TÓTH, 2005; ÁCS, 2014; AKOGLU, 2018). Főkomponens-elemzést használtam faktorelemzési módszerként, Varimax rotálással. A dimenziócsökkentési módszerek családjába tartozik, és különösen hasznos, ha az adatok több változót tartalmaznak, változónként több megfigyelés van és ezek erősen korreláltak. A cél, hogy a számos adatot leegyszerűsítsük a lényeges faktorokra, tényezőkre, úgy, hogy közben az információ megmaradjon (OSBORNE-COSTELLO, 2009; KHERIF-LATYPOVA, 2020).

A kapott faktorokat varianciaanalízis segítségével vizsgáltam, ami egy olyan statisztikai módszer, amely a csoportok átlagai közötti különbségeket vizsgálja a csoportok közötti és a csoporton belüli variancia összehasonlításával. A kutatásomhoz a legmegfelelőbb az egy szempontos módszer, amely azt figyeli, hogy több csoport átlaga között van-e szignifikáns különbség egy adott változó tekintetében (COAKES, 2005; PALLANT, 2007). Ahol két csoportot kellett összehasonlítanom (pl.: nemek), ott T-próbát alkalmaztam. A T-próba egy olyan statisztikai teszt, amelyet két csoport átlagának összehasonlítására használnak. Célja, hogy el lehessen dönteni, hogy a megfigyelt különbség csak véletlen mintavételi hiba, vagy ténylegesen szignifikáns (UGONI-WALKER, 1995).

Végül klaszteranalízist végeztem, amely bekategorizálja csoportokba a hasonló jellemzőkkel bíró válaszadókat. Először hierarchikus klaszterezést használtam a klaszterszám feltárására, ezután pedig K-közép módszer által pontosítottam le a struktúrát. A klaszterterképezéshez a faktoranalízis által létrehozott tényezőket használtam fel, nincsenek meghatározott szempontjai. Jellemzően a szeparáció (klaszterek közötti távolság) és a kohézió (klaszteren belüli homogenitás) értékeit tekintik a kutatók irányadónak a modell és az eredmények megbízhatóságának vizsgálatánál (MUR et al., 2016; SZÜLE, 2019) (3. táblázat).

3.2. A vizsgált minta bemutatása

Az elkészített kérdőívesomag kezdő szakaszában a kitöltők szociodemográfiai háttéréről szólnak. Adatokat vettem fel a kitöltők neméről, életkoráról, iskolai státuszáról, sportolási szokásaikról, családi állapotáról, lakhelyéről, melyik régióban él, munkaerő piaci státuszáról, az egy háztartásban élők számáról és az egy háztartásban egy főre jutó nettó jövedelemről (7. táblázat).

A vizsgálat 674 felnőttel készült el. A minta nemek szerint a következőképpen oszlott meg: 342 férfi (50,7%), 332 nő (49,3%). A kitöltők korosztályát tekintve, a legtöbben 394 fő, 40 év feletti (58,5%), ezt követi a 31 és 40 év közötti korcsoport 201 fővel (29,8%), és végül 79 kitöltővel a 18 és 30 év közötti korcsoport (11,7%). Családi állapot vonatkozásában 346 fő házasságban él (51,3%), ezt követi a párkapcsolatban állók 187 fővel (27,7%), az egyedülállók 99 fővel (14,7%), míg 42 fő (6,2%) egyéb kategóriába sorolta be magát (például özvegy, elvált).

A lakóhely szerint fővárosban 145 fő (21,5%), megyeszékhelyeken 184 fő (27,3%), városban 238 fő (35,3%), míg faluban és községben 107 kitöltő (15,9%) él. A kitöltők közül 448 fő (66,5%) rendelkezik egyetemi végzettséggel, ezt követi a szakközépiskolai végzettséggel rendelkezők csoportja 118 fővel (17,5%), majd a gimnáziumi végzettséggel rendelkező 74 fő (11%), szakmunkásképzővel 30 fő (4,5%) rendelkezik, míg általános iskolai végzettséget 4 fő (0,6%) adott meg.

A végzettség tekintetében elmondható, hogy a magasabb iskolai végzettséggel rendelkezők felülreprezentáltak az állóképességi sporteseményeken, ami megegyezik azzal a szabadidős trenddel, hogy nem a költséghatékonyság céljából választják a magasabb iskolai végzettségűek és kedvező szocio-ökonomiai háttérrel rendelkező személyek a

futást, hanem egészség támogató céljából (NILSON et al., 2021). Nemzetközi kutatások kiemelik azt, hogy a szocio-ökonómiai státusz korrelál az aktív életmóddal. (JANSSEN-LEBLANC, 2010; NILSON et al., 2021;). Több nemzetközi kutatás is megerősíti, hogy a maratonon és félmaratonon résztvevők között igen nagy számban láthatunk felsőfokú végzettségű versenyzőket, akik az életmód tudatosság és stressz csökkentés miatt választják ezt a típusú szabadidős sporttevékenységet és nem a költségvonzata miatt döntenek (SCHEERDER et al., 2015; MALCHROWICZ-MOŚKO-POCZTA 2018).

A minta legnagyobb része, 512 fő (76%) foglalkoztatott, ezt követi a vállalkozó kategória 102 fővel (15,1%), majd a tanulók csoportja 19 fővel (2,8%). A kitöltők legnagyobb része kétfős háztartásban 199 fő (29,5%) él, ezt követi a négyfős 161 fővel (23,9%), majd a háromfős 152 fővel (22,6%) családok. A minta legnagyobb részénél, 249 fő esetében az egy főre jutó nettó jövedelem több mint 300.000 Ft (36,9%), ezt követi 200.001 és 250.000 Ft közötti (17,5%) 118 fő esetében, majd a 250.001 és 300.000 Ft közötti (15,9%) egy főre jutó nettó jövedelem 107 fő (7. táblázat).

7. táblázat: A vizsgálatban részt vevő sportolók szociodemográfiai adatainak megoszlása

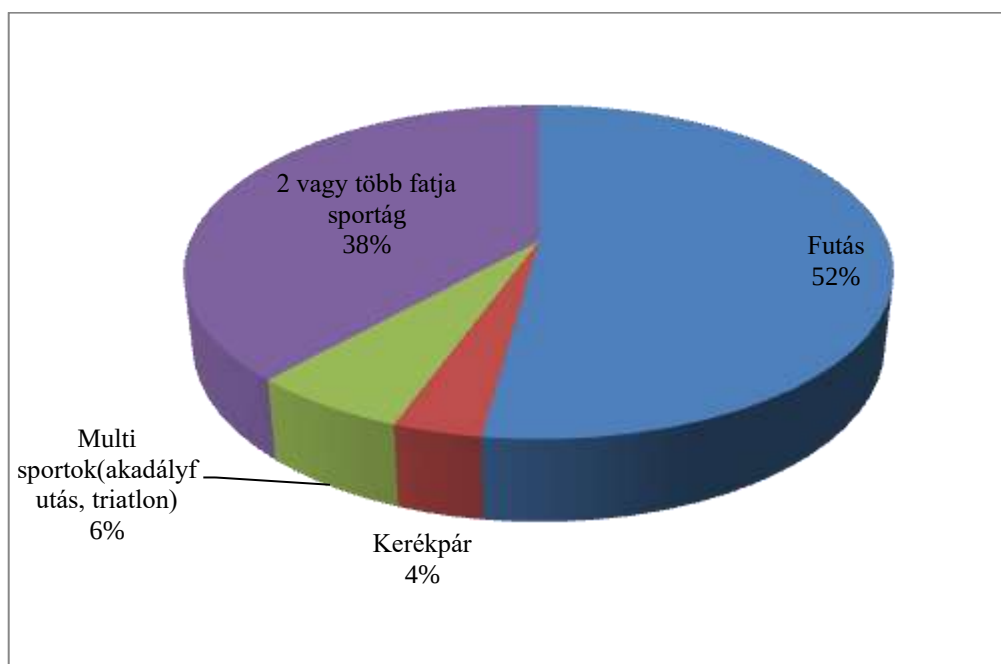
Szocio-demográfiai adatok	Kategóriák	Megoszlás (%)
Nem	Férfi	50,70%
	Nő	49,30%
Lakhely	Főváros	21,50%
	Megyeszékhely	27,30%
	Város	35,30%
	Falu	15,90%
Életkor	18-30 év	11,70%
	31-40 év	29,80%
	40 év felett	58,50%
Családi állapot	Egyedülálló	14,70%
	Párkapcsolatban áll	27,70%
	Házasság	51,30%
	Egyéb (elvált, özvegy)	6,30%
Iskolai végzettség	Egyetem	66,50%
	Gimnázium	11,00%
	Szakközépiskola	17,50%
	Szakmunkásképző	4,50%
	Általános Iskola	0,60%
Munkaerő piaci státusz	Vállalkozó	15,10%
	Foglalkoztatott	76,00%
	Tanuló	2,80%
	Álláskereső	23,70%
	Háztartásbeli	1,00%
	Nyugdíjas	0,60%
	GYED/GYES	1,80%
Háztartásban élők száma	Egy fő	13,10%
	Két fő	29,50%

Egy főre jutó nettó jövedelem	Három fő	22,60%
	Négy fő	23,90%
	Öt fő	9,20%
	Hat vagy több fő	1,80%
	100.000 Ft alatt	2,50%
	100.001–150.000 Ft	12,00%
	150.001–200.000 Ft	15,10%
	200.001–250.000 Ft	17,50%
	250.001–300.000 Ft	15,90%
	300.000 Ft felett	36,90%

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

A következő kérdés arra vonatkozott, hogy milyen fajta állóképességi verseny fajtán szoktak a kitöltők elindulni.

A legtöbb kitöltő 351 fő (52,1%), futóversenyeken vesz részt, 23 fő (3,4%) kerékpár versenyeken áll rajthoz, 41 fő (6,2%) multi sport (akadályfutás vagy triatlon) versenyeken indul el és 258 fő (38,3%) kettő vagy több sportágban is részt vesz versenyeken (9. ábra).



9. ábra: A válaszadók versenyeken történő részvételének megoszlása

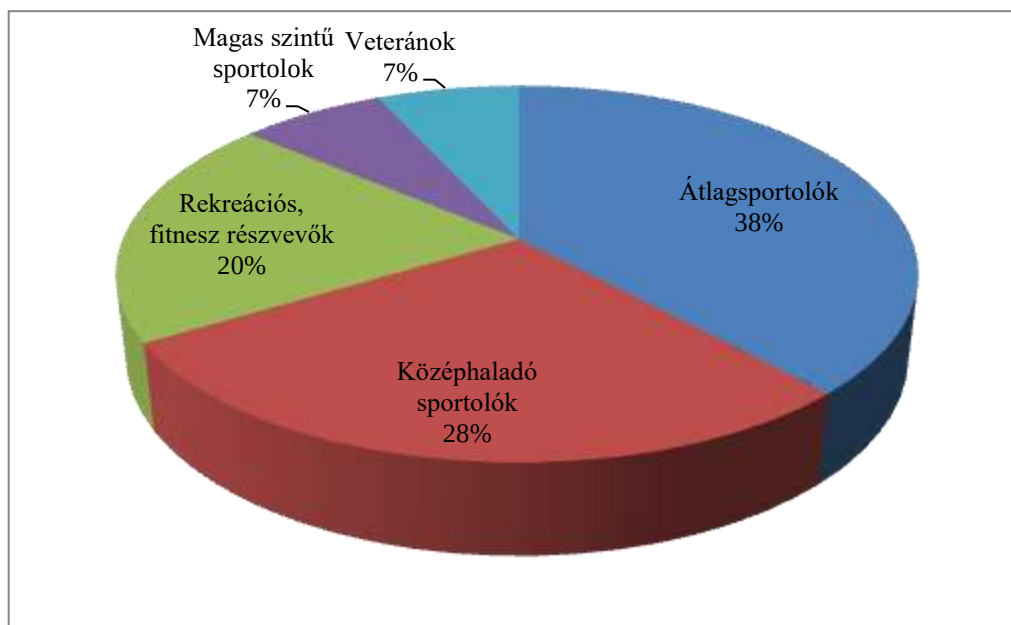
Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

A következő kérdésnél arra voltam kíváncsi, hogy a versenyző milyen sportolónak ítéli meg magát, mely besorolásnál Myburgh (2017) kutatásának meghatározását használtam fel. A kérdőív során önbevallás alapján határozta meg a kitöltő, amely vonatkozott a sportmúltra, a sportéletkorra, az edzés gyakoriságára és a versenyrésztételre. A kitöltők 5

sportolói szint közül választhattak, a szintek eldöntését válszkatégoriákkal segítetttem és a kategória ismerveinek bemutatásával. A szintek a következők voltak:

- Átlagsportoló („Nem tartom magam profi sportolónak, alkalmanként versenyzek”).
- Középhaladó sportoló („Több éve versenyzek, magasabban rangsorolt rendezvényeken indulok”).
- Rekreációs, fitness résztvevő („Járok állóképességi eseményekre, fitt és egészséges akarok lenni”).
- Veteránsportoló („Idősebb sportoló vagyok, életem része a sportolás”).
- Magas szintű sportoló („Elhivatott sportolónak tartom magam, önfejlesztés és a győzelem a cél”).

A legtöbb válaszadó átlagsportolóként 257 fő (38,1%) jellemezte magát, ezt követik a középhaladók 190 fővel (28,2%), ezután a rekreációs fitness résztvevők 134 fővel (19,9%) következnek, negyedik helyen a magas szintű sportolók 47 fővel (7%), majd a legkevesebb kitöltés a veteránsportolók (6,8%) 46 fővel (10. ábra).



10. ábra: A válaszadók sportolói szintjének megoszlása a saját megítélése alapján

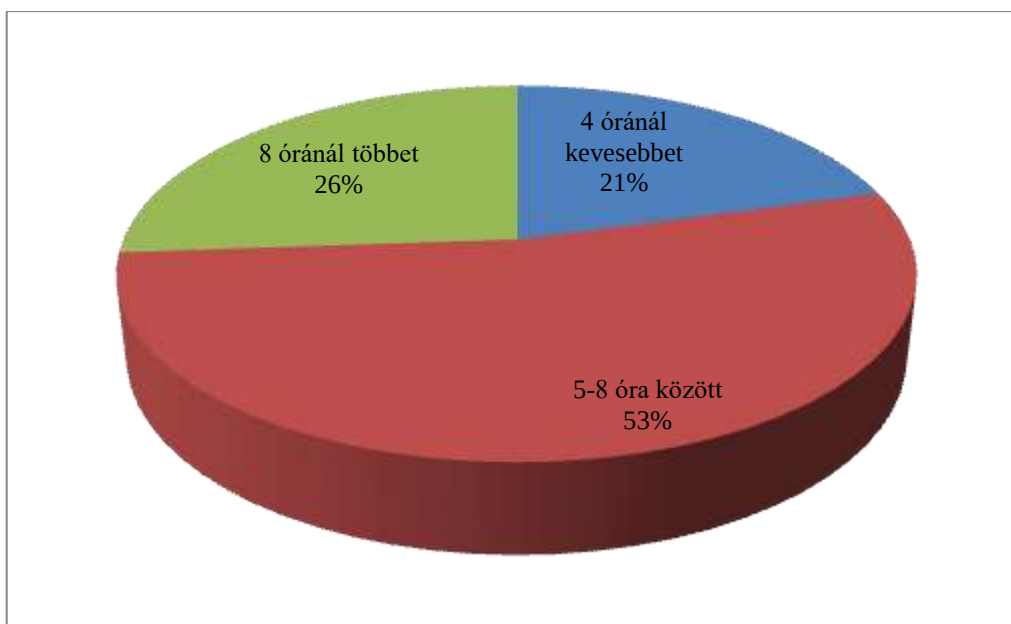
Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

A következő szakaszban kíváncsi voltam a sportba való bevonódás gyakoriságára, amely

egyrészt jelentette a heti edzések idejét, az állóképességi sporttevékenység és az állóképességi sportversenyeken való részvétel elkezdésének idejét, továbbá a versenyeken való indulás gyakoriságát.

A heti edzési idő meghatározásánál a kitöltőknek meg lehetett adni, hogy hány órát edzenek. Az értékek <1-től 20 < közötti skálán terjedtek. A legtöbb megkérdezett (15,7%) egy héten 6 órát edz, a második legtöbb kitöltő (13,8%) egy héten 5 órát edz és a harmadik legtöbb válaszadó (12,8%) egy héten 8 órát edz. Átlagosan egy héten 7,11 órát edzenek.

A heti edzésidő csoportosítása az eloszlás, az elemzési követelmények figyelembevételével és az általam adaptált modell alapján történt, annak érdekében, hogy a kategóriák megfelelő mintamérettel szerepeljenek a statisztikai összehasonlításokban (MYBURGH, 2017). Az értékeket eloszlása alapján 3 csoportba osztottam a válaszadókat. Az első csoportba azok tartoznak 140 fővel (20,8%), akik hetente 5 óránál kevesebbet edzenek, a második csoportba 358 fővel (53,1%), azok, akik 5 és 8 óra között végeznek heti sporttevékenységet és a harmadik csoportba 176 fővel (26,1%) azok kerültek, akik hetente 8 óránál több edzést végeznek (11. ábra).



11. ábra: A válaszadók heti edzésidőjének megoszlása

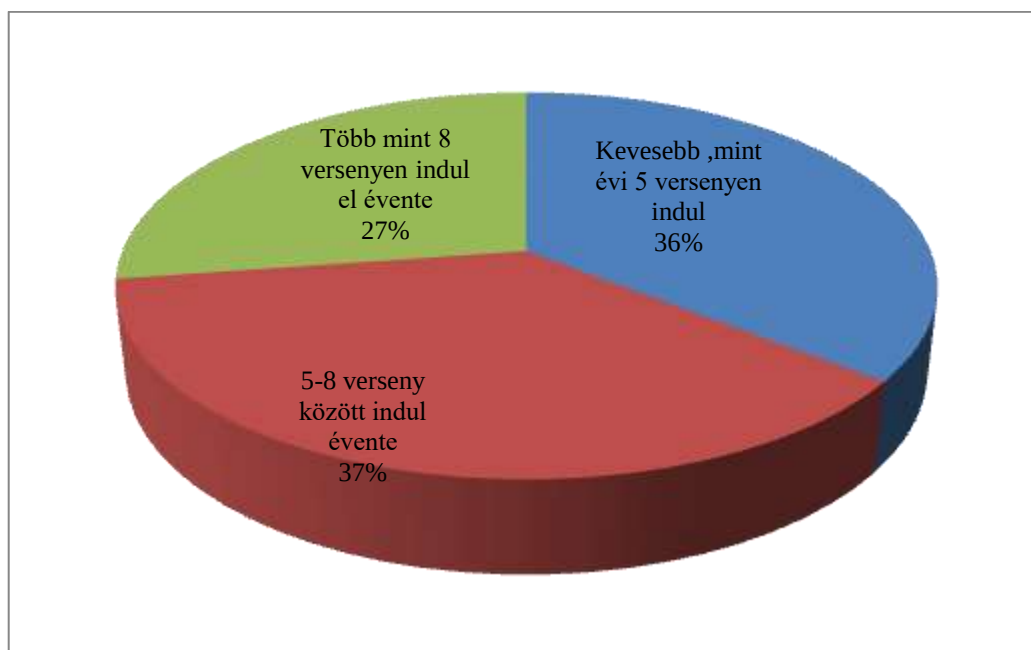
Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

A kitöltők legnagyobb hányada (16,2%) 20 éve, vagy több mint 20 éve végez állóképességi sporttevékenységet, a második legtöbb kitöltés (11 %) a 10 évre érkezett, a

harmadik legtöbb jelölés (10,8%) pedig az 5 évre érkezett. Átlagosan 9,25 éve végeznek a kitöltők állóképességi sporttevékenységet. A legtöbb válaszadó először állóképességi eseményen 4 éve vett részt, ami 12,2% a válaszoknak, a második legtöbb válasz az 5 évre érkezett, ennek az értéke 10,4 %, és a harmadik legtöbb pedig a 20 évre jött, ami 10,1%. Átlagosan 7,66 éve vettek részt először a kitöltők állóképességi sporteseményen.

Kíváncsi voltam arra is, hogy évente hány versenyen vesznek részt a kitöltők. A legtöbb válaszadó (16%) azt jelölte, hogy évente 4 versenyen szokott részt venni. A második legtöbb válaszadó (13,1%) azt jelölte meg, hogy évente 10 versenyen szokott elindulni és a harmadik legtöbb kitöltő (12,6%) pedig azt jelölte meg, hogy évente 3 versenyen szokott részt venni. Átlagosan 6,8 versenyen szoktak indulni a kitöltők.

Az évi versenyrésztétel kategóriáit az eloszlás jellemzői és a statisztikai összehasonlítások szempontjai alapján úgy alakítottam ki, hogy a csoportok elemszáma megfelelő legyen a további elemzésekhez, illetve itt is figyelembe vettem az általam adaptált modellt (MYBURGH, 2017). Az értékeket a megfelelő eloszlás érdekében 3 csoportba osztottam. Az első csoportba azok tartoznak, akik ötnél inkább kevesebb versenyen (240 fő, 35,6%) vesznek részt évente, a második csoportba (250 fő, 37,1%) azok kerültek, akik 5 és 8 verseny között (184 fő, 27,3%) indulnak el évente versenyeken, a harmadik csoportba pedig azok kerültek, aki több mint 8 versenyen állnak rajthoz évente (12. ábra).

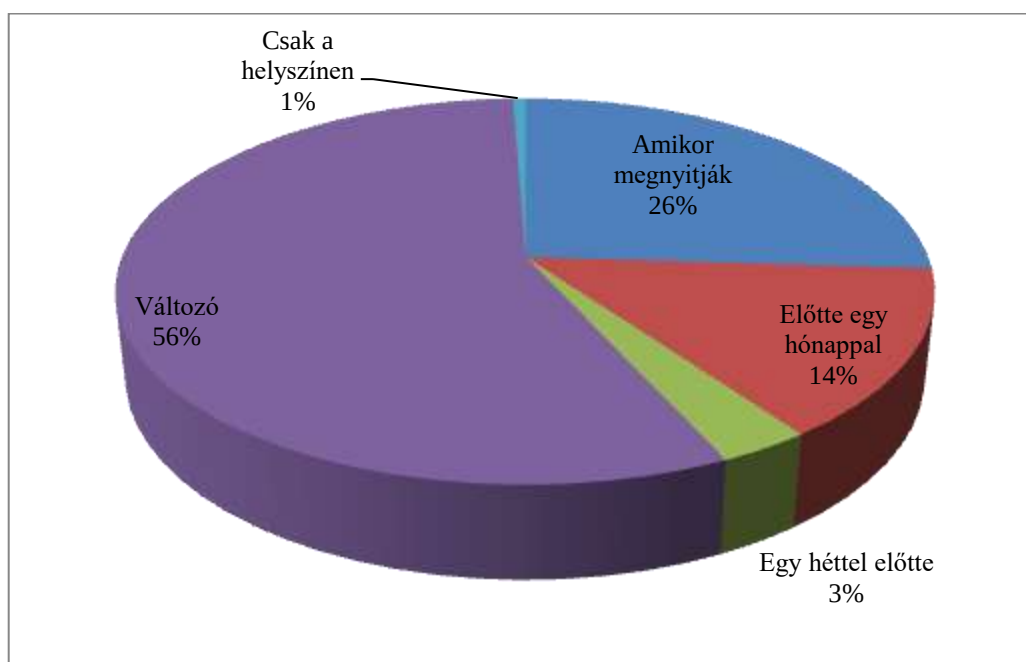


12. ábra: A válaszadók évi versenyrésztételének megoszlása

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

Megkérdeztem azt is, hogy fogja-e folytatni a jövőben az állóképességi sporttevékenységet. Itt a válaszadók 98,1%-a azt a választ adta, hogy folytatja a jövőben az állóképességi versenyeken való részvételt, és az 1,9%-a, hogy nem fog indulni ilyen versenyeken.

A kitöltőknek arra is válaszolniuk kellett, hogy általában mikor regisztrálnak a versenyekre. A válaszadók legnagyobb része, 379 fő (56,2%) azt választotta, hogy változó, hogy mikor regisztrál egy versenyre, a második legtöbben, 175 fő (26%) azt választották, hogy amint megnyílik a regisztráció, ők egyből beneveznek, a harmadik legtöbben, 95 fő (14,1%) azt választotta, hogy a verseny előtt egy hónappal regisztrálnak, ezt követik azok, akik egy héttel előtte regisztrálnak, 21 fővel (3,1%), és a legkevesebb kitöltő, 4 fő (0,6%), a helyszínen való nevezést választotta (13. ábra).



13. ábra: A válaszadók versenyre való regisztrálási idejének megoszlása

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

A következő kérdések az életmódot befolyásoló tényezőkkel voltak kapcsolatosak. A kitöltők egy ötfokú Likert-skálán dönthették el, hogy mennyire jelentős számukra az adott tényező. Az egyes érték volt számukra a legkevésbé fontos, míg az ötös érték a legfontosabbat jelölte. A válaszadók számára két tényező volt a legjelentősebb: egyrészt, hogy aktívan figyelik az interneten és a közösségi médiában a sporttal kapcsolatos

tartalmakat (M= 3,95), másrészt a sporttal kapcsolatos alkalmazásokat is gyakran használják (M= 3,92).

Kiemelkedő még az az állítás is, hogy rendszeresen vesznek részt sporteseményeken (M= 3,78), egészséges étrendet követnek (M= 3,64) és táplálék kiegészítők használnak (M= 3,56). Legalacsonyabb átlag értéket kapott a sporttal kapcsolatos terméktesztek figyelése (M= 2,42) és a sporttal kapcsolatos tartalmak (M= 2,33) fogyasztása (8. táblázat).

8. táblázat: Az életmódot befolyásoló tényezők

Állítás	Átlag	Szórás
Követem az interneten és a közösségi médián a sporttal kapcsolatos oldalakat.	3,95	1,07
Sporttal kapcsolatos alkalmazásokat használok a telefonomon vagy a személyi számítógépeimen.	3,92	1,23
Részt veszek különféle sporteseményeken.	3,78	1,09
Egészséges étrendet követek.	3,64	0,97
Vitaminokkal, fehérjékkel és más táplálék kiegészítőkkel egészítem ki az étkezésemet.	3,56	1,32
Motiválok barátaimat és családtagjaimat részvételre.	3,4	1,24
Meghatározott edzésprogramot tartok.	3,32	1,45
Utazásomat úgy tervezem, hogy illeszkedjen azokhoz az eseményekhez, amelyekben részt veszek.	3,29	1,30
Alvási szokásaimat is hozzáigazítom a versenyhez és az edzéshez.	3,19	1,45
Támogatok és részt veszek jótékonyági futásokon, adománygyűjtő sportprogramokon, vagy önkénteskedem sporteseményeken.	2,93	1,35
Hétvégeket a sportolás köré tervezem.	2,87	1,24
Folyamatosan keresem az állóképességi sporteseményeket, hogy minél többet vegyek, és a munkarendemet a sporttevékenységeimhez igazítsam.	2,87	1,19
A legjobb sportruházatot vásárolok meg.	2,74	1,11
Edzővel edzek.	2,64	1,68
Aktívan részt veszek vagy szervezek olyan programokat, amelyek a fiatalok sportos életre nevelését támogatják.	2,43	1,42
Aktívan figyelem a sportos életmóddal kapcsolatos termékteszteket a legfrissebb trendek és a sportfelszerelések naprakészen tartása végett.	2,42	1,25
Sporttal kapcsolatos tartalmakat fogyasztok az interneten	2,33	1,19

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

A következő témakör kérdései az életmódot befolyásoló tényezőkkel voltak kapcsolatosak. A válaszadók itt is egy ötfokú Likert-skálán jelölhették meg, hogy milyen mértékben jelentős számukra az adott tényező. Az egyes érték volt számukra a legkevésbé fontos, míg az ötös érték a legfontosabbat jelölte.

Az eredmények azt mutatják, hogy az elköteleződést leginkább befolyásoló állítások, hogy az állóképességi sport megszabadít a stressztől (M= 4,46), amit nagyon szorosan követ az, hogy segít a célok elérésében (M= 4,36), majd a fittség megőrzése (M= 4,13).

Nagyon alacsony értékelést kapott többek között az az állítás, hogy úgy érzem, hogy a barátaim nyomást gyakorolnak rám (M= 1,55), ezt követi az, hogy vannak más vonzó sportesemények (M= 1,55) is, és végül a legalacsonyabb átlagot az az állítás kapta, ami úgy szól, hogy társadalmi nyomás miatt veszek részt (M=1,33) az állóképességi sporteseményeken (9. táblázat).

9. táblázat: A sport iránti elköteleződést befolyásoló tényezők

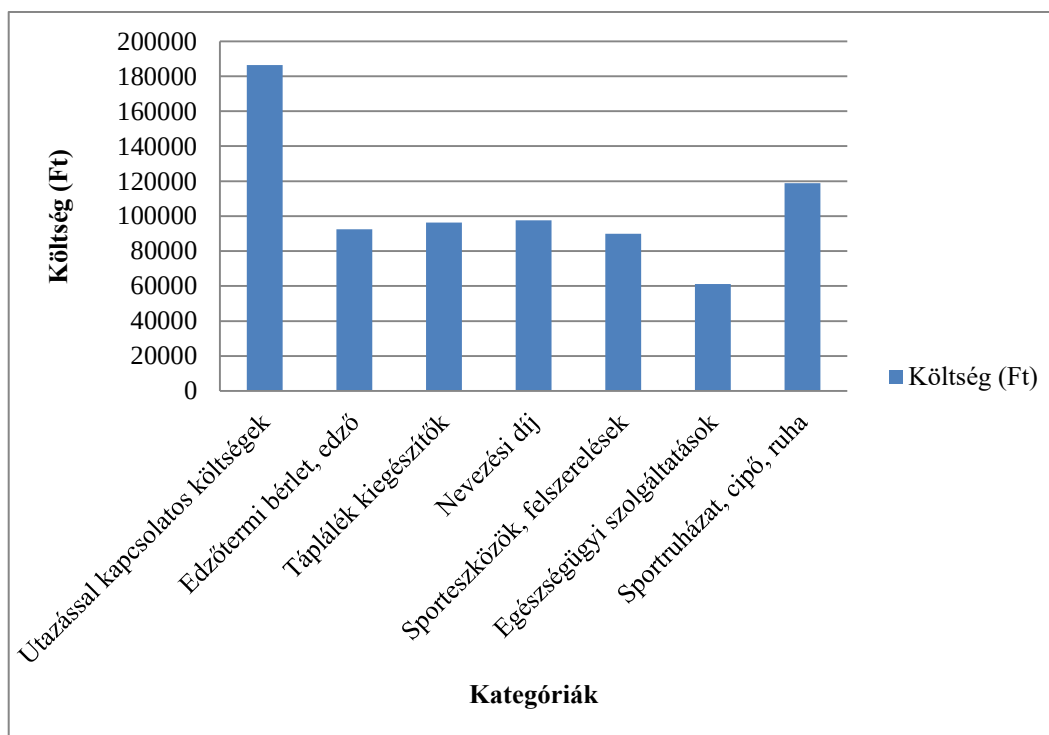
Állítás	Átlag	Szórás
Az állóképességi sport megszabadít a stressztől.	4,46	0,81
Segít a célok elérésében.	4,36	0,87
A folyamatos részvétel állóképességi sportban fitten tart.	4,13	0,99
Teljesítményérzését adja a részvétel.	4,03	1,03
Az állóképességi sportversenyeken való részvétel után magabiztosabbnak érzem magam.	3,99	1,06
Szeretek részt venni az állóképességi sportban.	3,26	1,06
Fontos, hogy a család és barátok támogassanak engem a versenyek során.	3,23	1,33
Elkötelezett vagyok az állóképességi sport iránt.	3,22	1,27
Bármit megtennék, hogy ne kelljen feladni az állóképességi sportot.	3,22	1,27
Lehetőséget nyújt nekem, hogy valami izgalmas dolgot csináljak.	3,20	1,12
Rengeteg időt, energiát fektetek az állóképességi sporttevékenységbe.	3,20	1,12
Elkötelezett vagyok a jövőbeni részvételle.	3,17	1,25
Rengeteg pénzt fektetek az állóképességi sporttevékenységbe.	3,16	1,19
Az állóképességi sport kihívást jelent számomra.	3,14	1,26
Jól érzem magam állóképességi sportolás közben	3,05	1,20
Úgy érzem a barátaim nyomást gyakorolnak rám.	1,55	0,91
Vannak más vonzó sportesemények is.	1,55	0,95
Társadalmi nyomás miatt veszek részt állóképességi sportversenyeken.	1,30	0,70

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

A kérdőív következő része az évi sportcélú kiadásokra vonatkozott. A kitöltőknek meg kellett adniuk, hogy mekkora összeget költenek utazással kapcsolatos költségekre, szállásra, edzőtermi bérletre, edzőre, táplálék kiegészítőkre, nevezési díjra, sporteszközökre, egészségügyi szolgáltatásokra, sportruházatra, sportcipőre vagy sportórára.

A válaszadók átlagosan 186.630 Ft-ot költenek évente utazással és szállással kapcsolatban, ami a legmagasabb átlag értékű a sportkiadások között. A kitöltők 92.284 Ft-ot költenek évente edzőtermi bérletre, vagy személyi edzőre. Átlagosan 95.846 Ft-ot költenek évente táplálék kiegészítőkre, mint például vitaminokra, fehérjékre. Évente 97.836 Ft-ot költenek évente a kitöltők nevezési díjakra. Sporteszközökre, felszerelésekre évente 90.217 Ft-ot

költenek a válaszadók. A kitöltők az egészségügyi szolgáltatásokra költik a legalacsonyabb összeget, átlagosan 60.860 Ft-ot. A sport ruházatra, sportcipőre és sportórára 118.524 Ft-ot költenek a kitöltők. Évente összesítve a kitöltők 723.665 Ft-ot költenek sporttal kapcsolatos tételekre (14. ábra).



14. ábra: A válaszadók sporttal kapcsolatos kiadásainak átlagértékei

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

Az utolsó szakasz az állóképességi sportrendezvényen való részvételt befolyásoló tényezőket vizsgálta. A kitöltők itt 15 állítás közül jelölhették meg, hogy melyik számukra fontos. Több választ is megjelölhettek. A legtöbb kitöltő számára a legfontosabb tényező (N=474) egy ilyen jellegű sportrendezvény során az, hogy a rendezvény jól szervezett és könnyen megközelíthető legyen, ezt követi az, hogy a rendezvény regisztrációja és az utazási költség megfizethető legyen (N= 469), illetve, hogy az esemény kihívást jelentsen számára (N=469). Ezzel szemben nagyon alacsony kitöltést kapott az a válasz, hogy még soha nem vett részt ezen az eseményen (N=33), az eseményen pénzdíjazás kerül kiosztásra (N=20), illetve az eseményt sok média visszhang és híradás éri (N=17), (10. táblázat).

10. táblázat: A válaszadók által fontosnak ítélt tényezők az állóképességi sportrendezvényeken való részvétellel kapcsolatban

Állóképességi sportrendezvényen való részvételt befolyásoló tényező	Válaszok (N)
A rendezvény jól szervezett és könnyen megközelíthető.	474
A rendezvény regisztrációja és az utazási költség megfizethető.	469
Az esemény kihívást jelent számomra.	469
Az esemény közel van a lakóhelyemhez.	309
Jótekonysági célokat a szolgál.	221
Az eseménynek jó hírneve és tekintélye van	207
A rendezvényre évente kerül sor.	151
Az eseménynek különböző kategóriái vannak, amelyekben részt vehetek (pl. profi, amatőr, jótekonysági).	150
Érdekes a pálya vagy a helyszín.	137
Az esemény segít abban, hogy más eseményekre kvalifikáljak.	98
Az eseménynek vannak családi programjai.	53
Az eseményen elit sportolók indulnak el.	45
Még soha nem vettem részt az eseményen.	33
Az eseményen pénzdíjazás kerül kiosztásra.	20
Az eseményt sok médiavisszhang és híradás éri.	17

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

4. VIZSGÁLATI EREDMÉNYEK ÉS AZOK ÉRTÉKELÉSE

4.1. A szociodemográfiai tényezők, a részvétellel kapcsolatos magatartás és a sportkiadások összefüggéseinek vizsgálata

A hipotézisem alapjául szolgáló részvételi jellemzőket, a regisztráció idejét, az éves sporttal kapcsolatos kiadást és a szociodemográfiai tényezőket többváltozós keresztábra elemzéssel vizsgáltam. A nem és sportolói szint változók között a szignifikáns összefüggést Khi-négyzet próbával ellenőriztem, a szignifikáns kapcsolat igazolható (khi-négyzet: 16,99; $p < 0,05$), habár a mértéke alacsony (Cramer V = 0,16). Ennek alapján elmondható, hogy a férfiak nagyobb arányban definiálták magukat középhaladó sportolónak, míg a nők elsősorban fitness résztvevőként tekintenek magukra.

Tovább vizsgálva a változókat, az életkor és a sportolói szint között is szignifikáns, de gyenge kapcsolat látható (khi-négyzet: 52,20; $p < 0,05$; Cramer V = 0,20). A 18–30 év közötti korosztályba tartozók nagyobb arányban helyezték el magukat az átlag sportoló és közép haladó kategóriákba, míg a 41 év felettiek körében a magas szintű sportoló és a veterán sportoló megnevezések voltak a felülreprezentáltak. A családi állapot és sportolói

szint között szignifikáns összefüggés áll fent, azonban gyenge kapcsolat (khi-négyzet: 29,05; $p < 0,05$; Cramer $V = 0,12$) állapítható meg. Az egyedülálló egyének száma magasabb a magas szintű sportolói csoportban, míg a házasságban élők többsége sorolta magát átlagsportolónak, illetve rekreáció és fitnesz résztvevőnek.

A jövedelem és sportolói szint között is szignifikáns összefüggés mutatkozik, de a kapcsolat erőssége alacsony (khi-négyzet: 26,66; $p < 0,05$; Cramer $V = 0,10$). A rekreáció és fitnesz résztvevők körében a magas jövedelmű válaszadók felülreprezentáltak, míg a magas szintű sportolók a legmagasabb jövedelmi csoportban vannak nagyobb arányban.

A heti edzésidő és nem között is szignifikáns, de gyenge kapcsolat figyelhető meg (khi-négyzet: 8,92; $p < 0,05$; Cramer $V = 0,12$). A nők aránya magasabb a heti 5 óránál kevesebb edzési idő kategóriában. A családi állapotok közötti kapcsolat a heti edzés idő tekintetében mérhető és statisztikailag is alátámasztható (khi-négyzet: 4,76; $p < 0,05$; Cramer $V = 0,13$). Az egyedülállók lényegesen magasabb arányban jelölték meg azt, hogy hetente több mint 8 órát edzenek. A jövedelem és a heti edzésidő esetében a nullhipotézis elutasításra kerül (khi-négyzet: 21,64; $p < 0,05$; Cramer $V = 0,17$), mert a 300.000 Ft átlag nettó jövedelem felett rendelkezőknél gyakoribb a heti 8 óránál több edzésidő, azonban a 150.000 Ft átlag nettó alatti jövedelműek főként a heti 5 óránál kevesebb edzés idő kategóriát jelölték meg.

Az éves versenyrésztvétel és jövedelem közötti különbség szintén statisztikailag megalapozott (khi-négyzet: 22,33; $p < 0,05$; Cramer $V = 0,13$). Azok, akiknél az egy főre eső nettó jövedelem 250.001 és 300.000 Ft közötti összeg, azok évente több mint 8 versenyen vesznek részt. A versenytípus és életkor között is a nullhipotézis elutasításra kerül (khi-négyzet: 15,52; $p < 0,05$; Cramer $V = 0,11$) mutatkozik. A fiatalabbak (18-30 év) nagyobb arányban neveznek multi sport eseményekre, míg az idősek a futóversenyt favorizálják.

Az éves sportkiadások is jelentős összefüggést jeleznek az életkorral (khi-négyzet: 13,96; $p < 0,05$; Cramer $V = 0,10$), és a jövedelemmel (khi-négyzet: 81,50; $p < 0,05$; Cramer $V = 0,25$). A 18-29 év közötti korcsoport nagyobb arányban költ évente 550.000 Ft alatt sporttal kapcsolatos kiadásokra, a legmagasabb jövedelmi kategóriába tartozók pedig az évi 850.000 Ft feletti sportkiadások aránya a magasabb. A versenyre való regisztráció ideje és családi állapot között is szignifikáns kapcsolat áll fenn (khi-négyzet: 18,47; $p < 0,05$;

Cramer $V = 0,10$). Az egyedülállók nagyobb arányban jelölték meg, hogy rendszerint a versenyt megelőző héten regisztrálnak, ezzel szemben a párkapcsolatban élők hajlamosabbak korábban jelentkezni.

4.2. A részvétellel kapcsolatos magatartás, illetve a sportkiadások összefüggéseinek vizsgálata

A következő részben azt vizsgáltam meg, hogy a különböző részvétellel kapcsolatos magatartásnak, mint például a heti edzésidő, az évi versenyszám, a sportoló szint, a versenytípus vagy az évi sportkiadás szignifikánsan kapcsolatban állnak-e egymással.

A keresztábra vizsgálat alapján elmondható, hogy a heti edzésidő és a sportolói szint közötti kapcsolat statisztikailag igazolt, a kapcsolat közepes erősségű (khi-négyzet: 101,49; $p < 0,05$; Cramer $V = 0,27$). A közép haladó és magas szintű sportolók jellemzően heti 8 óránál többet edzenek, az átlag és fitness résztvevők pedig heti 5 óránál általában nem sportolnak többet. Az éves versenyrésztvétel és a sportolói szint között is szignifikáns kapcsolat áll fent (khi-négyzet: 64,08; $p < 0,05$; Cramer $V = 0,22$). A közép haladó és a magas szintű sportolók nagyobb arányban vesznek részt több mint 8 versenyen évente, ezzel szemben az átlag résztvevők 5 versenynél kevesebben indulnak el évente.

Az éves sportkiadások és a sportolói szint között is szignifikáns kapcsolat fedezhető fel (khi-négyzet: 42,39; $p < 0,05$; Cramer $V = 0,18$), a kapcsolat mértéke gyenge. A közép haladó és magas szintű sportolók jellemzően több mint 850.000 Ft-ot költenek évente sportcikkekre, míg az átlag és a rekreációs sportolók évente 550.000 Ft alatt költenek sporttermékekre és szolgáltatásokra. A versenytípus és a sportolói szint közötti különbség szintén statisztikailag megalapozott (khi-négyzet: 49,96; $p < 0,05$; Cramer $V = 0,16$), itt is gyenge a kapcsolat mértéke. A középhaladó és magas szintű sportolók gyakrabban elindulnak multisport (triathlon, akadályfutás) vagy több fajta versenyen, átlag résztvevők főleg futó versenyeken indulnak el.

A heti edzésidő és az éves versenyrésztvétel között is fennáll a nullhipotézis (khi-négyzet: 53,9 $p < 0,05$; Cramer $V = 0,92$), a két változó között erős kapcsolat áll fent. A hetente 8 óránál többet edzők nagy arányában indulnak el évente több mint 8 versenyen, és akik hetente kevesebb, mint ötször edzenek, azok évente maximum csak 4 versenyen indulnak el. A heti edzésidő és az éves sportkiadások között is szignifikáns kapcsolat áll fent (khi-négyzet: 57,37 $p < 0,05$; Cramer $V = 0,21$), a kapcsolat erőssége közepes. Azok, akik

hetente több mint 8 órát edzenek, azok nagy arányban költenek 850.000 Ft-nál többet évente sporttermékekre, illetve akik hetente 5 óránál kevesebb edzenek, azok 550.000 Ft-nál évente nem költenek el több pénzt sportcikkre. A heti edzésidő és a versenytípus között kapcsolat is statisztikailag alátámasztható (khi-négyzet: 26,53 $p < 0,05$; Cramer V = 0,14). Azok, akik hetente 8 óránál többet edzenek, azok nagyobb arányban indulnak el több fajta vagy multisport versenyeken, akik pedig egy héten 5 óránál kevesebbet edzenek azok általában futóversenyeken állnak rajthoz.

Az éves versenyrésztvétel és az éves sportkiadások között is fennáll a szignifikáns kapcsolat (khi-négyzet: 58,60 $p < 0,05$; Cramer V = 0,21), közepes a kapcsolat erőssége. Akik évente több mint 8 versenyen vesznek részt, azok nagyobb arányban költenek 850.000 Ft fölött sportkiadásokra, míg, akik évente kevesebb, mint 5 versenyen indulnak el, azok maximum csak 550.000 Ft-ot adnak ki pénzt sporttermékekre.

Az éves versenyrésztvétel és a versenytípus között is fennáll a nullhipotézis (khi-négyzet: 27,84 $p < 0,05$; Cramer V = 0,14), a kapcsolat mértéke gyenge. Azok, aki több mint 8 versenyen vesznek részt évente, azok jellemzően több verseny fajtán indulnak el, míg, akik évente kevesebb, mint 5 versenyen indulnak el, azok multisport rendezvényeken állnak rajthoz, azok pedig, akik 5-8 versenyen vesznek részt évente, azok főleg futóversenyeken állnak rajthoz.

Az éves sportkiadások és a versenytípus között is megfigyelhető a szignifikáns kapcsolat (khi-négyzet: 58,6 $p < 0,05$; Cramer V = 0,21), közepes mértékű a kapcsolat. Azok, akik évi 850.000 Ft felett költenek, azok nagy arányban több fajta versenyen vesznek részt, addig az 550.000-850.000 Ft között és 550.000 Ft alatt költők egy típusú versenyen indulnak el általában.

4.3. Az életmóddal kapcsolatos kérdéssor faktoranalízis vizsgálata

A Cronbach-alfa vizsgálata után megbizonyosodtam a skálák megbízhatóságában. Ebben a fejezetben következik a KMO és Bartlett teszt elvégzése. Ez azért volt szükség, mert a KMO-érték a legfontosabb mérőszám, ami alapján el tudjuk dönteni, hogy a változók alkalmasak-e faktorelemzésre. Ahogy már a korábbi fejezetben is említettem, az adatsökkentési folyamathoz főkomponens-elemzést választottam. Meghatároztam egy 0,5-os küszöbértéket, amely elérte Unghváry és munkatársai (2018), illetve Kiss és munkatársai (2020) által megállapított értéket (0,5).

1. KMO és Bartlett teszt

A KMO értéke 0,747, ami egy nagyon jó mértékű mintavételi alkalmasságnak számít. A Bartlett-féle teszt szignifikáns, az adatok alkalmasak a faktoranalízis elvégzésére (df=136, $p < 0,001$)

2. Kommunalitás

A változók nagy számban magyarázottak a faktorok által.

Kiemelkedő mértékű faktorok:

- Meghatározott edzésprogramot tartok (0,928)
- Alvási szokásaimat is hozzáigazítom a versenyhez és az edzéshez (0,91)
- Aktívan figyelem a sportos életmóddal kapcsolatos termékteszteket (0,819)
- Aktívan figyelem a sporttal kapcsolatos híreket a közösségi médiában: (0,793)

3. Teljes variancia magyarázata

Az eljárás ennél a vizsgálatnál 5 faktort különít el. Az első faktor 16,26%-ot, a második faktor 14,59%-ot fed le, együttesen az első két faktor az 30,85%-ot adja, a harmadik faktor 13,65%-ot, együttesen az első három faktor a vizsgálat 43,5%-át magyarázza, a negyedik faktor pedig 10,65%-ot magyaráz, ez alapján az első négy faktor értéke 54,15%, az ötödik faktor értéke pedig 8,16%, amelyek együtt a teljes variancia 63,3%-át adják.

A százalékos megosztás alapján elmondható, hogy a sportorientált média és termékhasználat dominálja leginkább a teljes struktúrát, ezt követi az edzés faktor, követi a sporttevékenységen való részvétel faktor, majd a közösségi sport támogatása, játékonyskodás és végül az egészséges táplálkozás faktor következik (11. táblázat).

A könyök módszer és a komponens mátrix is az 5 faktor megvalósítását magyarázta.

11. táblázat: Teljes variancia magyarázata

Teljes Variancia Magyarázata									
Tényező	Kezdeti sajátértékek			Betöltés			Rotáció utáni négyzetes betöltések összege		
	Teljes	Variancia %	Kumulatív %	Teljes	Variancia %	Kumulatív %	Teljes	Variancia %	Kumulatív %
1	4,333	25,491	25,491	4,333	25,491	25,491	2,764	16,258	16,258
2	2,199	12,933	38,424	2,199	12,933	38,424	2,480	14,590	30,848
3	1,851	10,886	49,310	1,851	10,886	49,310	2,320	13,648	44,496
4	1,221	7,182	56,492	1,221	7,182	56,492	1,810	10,649	55,145

5	1,157	6,807	63,300	1,157	6,807	63,300	1,386	8,155	63,300
6	0,961	5,651	68,951						
7	0,769	4,524	73,476						
8	0,691	4,063	77,539						
9	0,675	3,971	81,510						
10	0,645	3,795	85,305						
11	0,579	3,405	88,711						
12	0,540	3,177	91,888						
13	0,477	2,807	94,695						
14	0,437	2,572	97,267						
15	0,372	2,187	99,453						
16	0,062	0,368	99,821						
17	0,030	0,179	100,000						

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

4. Forgatott komponens mátrix

Az egészség és fitness dimenzióiban a komponensmátrix alapján is 5 fő tényező mutatkozik (12. táblázat). A Varimax rotálás alkalmazásával a faktorok jobban érthetőek, itt 0,5-nél nagyobb számokat kell keresni. A kapott faktorokat a következő képen neveztem el:

Sportorientált média és termékhasználat: Ez a faktor olyan állításokat tartalmaz, amely a sporttal kapcsolatos termékfogyasztással, a média használatával és a márkák tevékenységek követésével kapcsolatos.

Edzés: Felkészüléssel, testedzéssel kapcsolatos állítások.

Sporttevékenységen való részvétel: Ebbe a faktorba olyan állítások kerültek, amelyek azt mutatják, hogy a sport hogyan válik a résztvevők számára a hétköznapi élet központi elemévé.

Közösségi sport támogatása, játékoskodás: Olyan állítások a faktor részei, amelyek a motivációról, sportrendezvényeken való közösségi részvétellel kapcsolatosak.

Egészséges táplálkozás: Ez a faktor az egészséges életmódhoz kapcsolódó táplálkozási szokásokat foglalja magába.

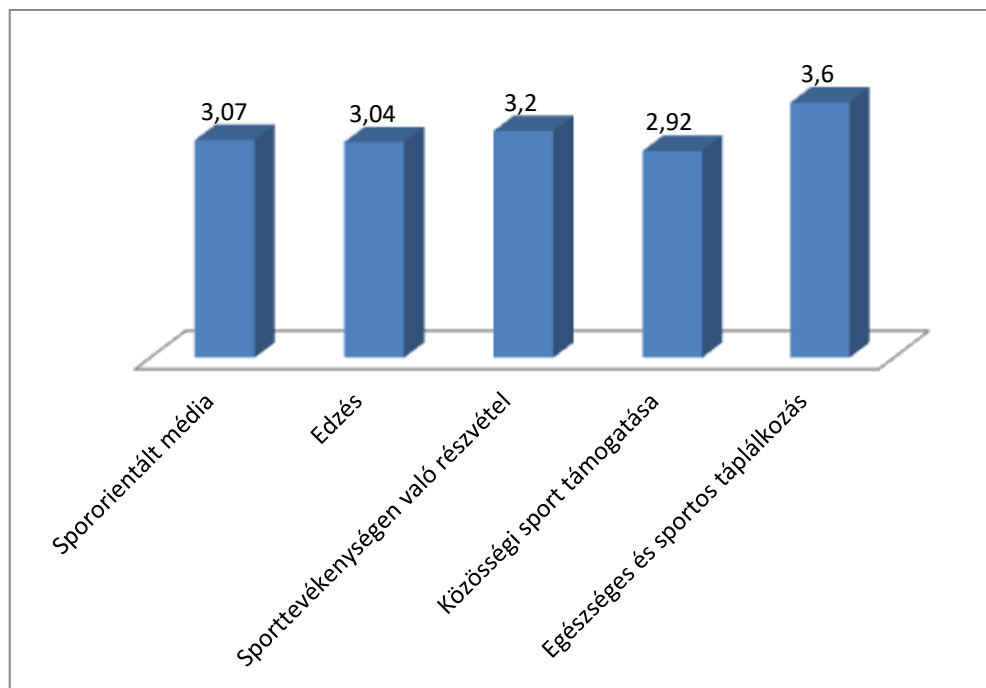
12. táblázat: Forgatott komponens mátrix

Forgatott komponens mátrix					
	Komponens				
	1	2	3	4	5
Sportorientált média és termék használata					

Aktívan figyelem a sportos életmóddal kapcsolatos terméktrendeket a legfrissebb trendek és a sportfelszerelések naprakészen tartása végett.	0,872				
Sporttal kapcsolatos tartalmakat fogyasztok az interneten.	0,860				
A legjobb sportruházatot vásárlom meg.	0,635				
Sporttal kapcsolatos alkalmazásokat használok a telefonomon vagy a személyi számítógépeimen.	0,590				
Követem az interneten és a közösségi médián a sporttal kapcsolatos oldalakat.	0,511				
Edzés					
Meghatározott edzésprogramot tartok.		0,946			
Alvási szokásaimat is hozzáigazítom a versenyhez és az edzéshez.		0,938			
Edzővel edzek.		0,778			
Sporttevékenységen való részvétel					
Hétvégeket a sportolás köré tervezem.			0,814		
Utazásomat úgy tervezem, hogy illeszkedjen azokhoz az eseményekhez, amelyekben részt veszek.			0,779		
Folyamatosan keresem az állóképességi sporteseményeket, hogy minél többet vegyek, és a munkarendemet a sporttevékenységeimhez igazítsam.			0,686		
Részt veszek különféle sporteseményeken.			0,504		
Közösségi sport támogatása, játékonyság					
Aktívan részt veszek vagy szervezek olyan programokat, amelyek a fiatalok sportos életre nevelését támogatják.				0,800	
Támogatok és részt veszek játékonysági futásokon, adománygyűjtő sportprogramokon, vagy önkénteskedem sporteseményeken.				0,785	
Motiválom barátaimat és családtagjaimat a részvételre.				0,526	
Egészséges táplálkozás					
Egészséges étrendet követek.					0,831
Vitaminokkal, fehérjékkel és más táplálék kiegészítővel egészítem ki az étkezésemet.					0,717

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

A főkomponens-elemzése után megvizsgáltam, hogy a faktorok átlagainak rangsora miként alakult, melyik az a tényező, ami a legmagasabb mértékben befolyásolja a sportolók egészség és fitneszhez való hozzáállását. Elmondható a rangsor szerint, hogy a kérdőívben résztvevő sportolók többnyire a egészséges táplálkozás faktort értékelték a legmagasabbra (M=3,6). Ezt követi közel 0,4-es lemaradással a sporttevékenységen való részvétel (M=3,2), ezután a sportorientált média és termék használata (M=3,07) faktor. A következő blokkba az edzés (M=3,04) faktor következik,. A rangsort a közösségi sport és támogatása (M=2,92) zárja, amely már nem érte el 3-as átlagot sem (15. ábra).



15. ábra: Az egészség és fitnessz faktor átlagai

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

A sport iránti elköteleződést befolyásoló tényezők faktoranalízis vizsgálata

Ebben a részben a sport iránti elköteleződés kérdéseit vizsgáltam faktoranalízis segítségével.

1. KMO és Bartlett teszt

A KMO értéke megfelelő, hiszen 0,797 ($KMO > 0,6$), tehát alkalmas faktoranalízisre. A Bartlett-féle teszt szignifikáns, az adatok alkalmasak a faktoranalízis elvégzésére ($df=120$, $p < 0,001$)

2. Kommunalitás

A változók nagy számban magyarázottak a faktorok által.

Kiemelkedő mértékű faktorok:

- Elkötelezett vagyok az állóképességi sport iránt (0,983)
- Bármit megtennék, hogy ne kelljen feladni az állóképességi sportot (0,982)
- Elkötelezett vagyok a jövőbeni részvételre (0,964)
- Rengeteg energiát fektetek az állóképességi sportba (0,964)

A hüvelykujj szabály szerinti minimum 0,25-ös érték itt is teljesül.

3. Teljes variancia magyarázat

A Teljes variancia magyarázat eljárás ennél a vizsgálatnál 4 faktort különít el. Az első faktor 25,98%-ot, a második faktor 25,85%-ot fed le, együttesen az első két faktor az 51,83%-ot adja, a harmadik faktor 15,96%-ot, együttesen az első három faktor a vizsgálat 67,79%-át magyarázza, a negyedik faktor 13,61%-ot magyaráz, amelyek együtt a teljes variancia 81,4%-át adják.

A százalékos megosztás alapján elmondható, hogy az elköteleződés, támogatás dominálja leginkább a teljes struktúrát, ezt követi az élvezet, személyes befektetések faktor, majd az életminőséget befolyásoló faktor és végül az alternatívák, társadalmi nyomás faktor következik.

Az állóképességi sport iránti elköteleződés dimenzióiban a komponensmátrix alapján is 4 fő tényező mutatkozik (13. táblázat).

13. táblázat: Teljes variancia magyarázata

Teljes Variancia Magyarázata									
Tényező	Kezdeti sajátértékek			Betöltés			Rotáció utáni négyzetes betöltések összege		
	Teljes	Variancia °%	Kumulatív %	Teljes	Variancia %	Kumulatív %	Teljes	Variancia %	Kumulatív %
1	5,916	32,869	32,869	5,916	32,869	32,869	4,677	25,983	25,983
2	4,044	22,464	55,333	4,044	22,464	55,333	4,653	25,850	51,833
3	2,564	14,244	69,577	2,564	14,244	69,577	2,872	15,957	67,790
4	2,129	11,825	81,402	2,129	11,825	81,402	2,450	13,613	81,402
5	1,158	6,435	87,837						
6	0,686	3,810	91,647						
7	0,513	2,850	94,497						
8	0,311	1,730	96,227						
9	0,184	1,021	97,249						
10	0,131	0,728	97,977						
11	0,091	0,508	98,485						
12	0,077	0,429	98,914						
13	0,063	0,348	99,262						
14	0,051	0,281	99,544						
15	0,036	0,201	99,745						
16	0,032	0,177	99,921						

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

4. Forgatott komponens mátrix

A Varimax rotálást alkalmazva a kapott faktorokat a következőképpen neveztem el és a faktor átlagok a következőképpen alakultak:

Elköteleződés, támogatás: Ide azok az itemek kerültek, amelyek arra fókuszálnak, hogy az egyén részt tudjon venni folyamatosan az állóképességi sporttevékenységben, és megkapja a megfelelő támogatást ehhez.

Élvezet és személyes befektetés: Ebbe a faktorba azok az állítások kerültek, amelyek alapján, jelentős időt, energiát és pénzt fordítanak rá a sporttevékenységeikre és örömeiket is lelik a részvételben.

Életminőséget befolyásoló tényezők: Azok az állítások alkotják ezt a faktort, amelyek tükrözik az állóképességi fizikai jólétre gyakorolt pozitív hatását.

Alternatívák és a társadalmi nyomás: Ide azok az itemek kerültek, amelyek alternatív sportesemények iránti érdeklődnek, vagy társadalmi elvárásokra, nyomásra reflektálnak (14. táblázat).

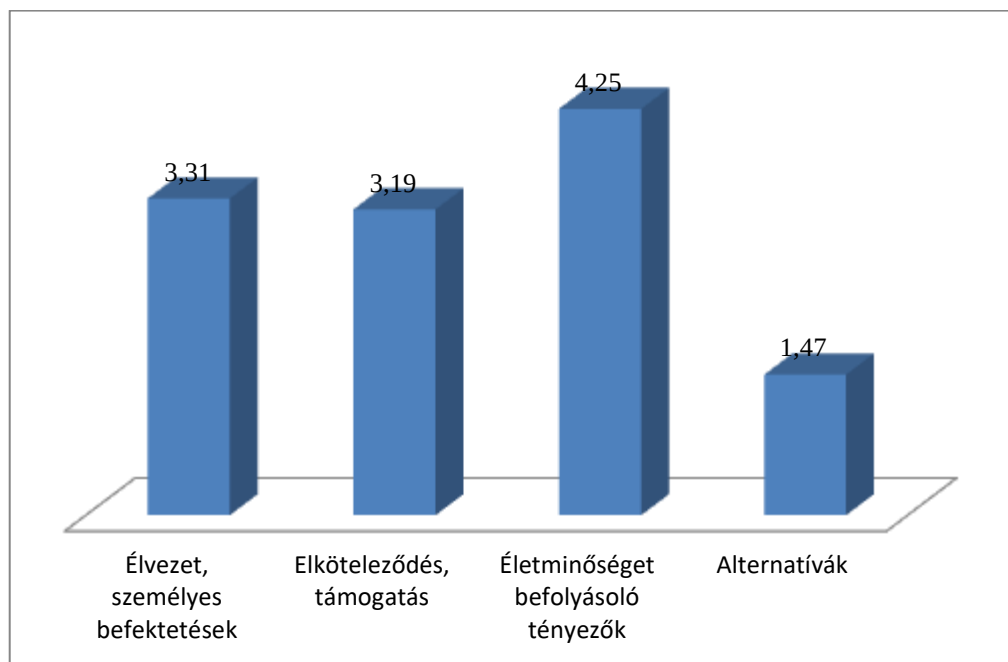
14. táblázat: Forgatott komponens mátrix

Forgatott komponens mátrix				
	Komponens			
	1	2	3	4
Elköteleződés, támogatás				
Elkötelezett vagyok az állóképességi sport iránt	0,983			
Bármit megtennék, hogy ne kelljen feladni az állóképességi sportot	0,982			
Elkötelezett vagyok a jövőbeni részvételre	0,964			
Az állóképességi sport kihívást jelent számomra.	0,958			
Fontos, hogy a család és barátok támogassanak engem a versenyek során	0,909			
Élvezet, személyes befektetések				
Rengeteg időt, energiát fektetek az állóképességi sporttevékenységbe		0,964		
Lehetőséget nyújt nekem, hogy valami izgalmasat csináljak		0,963		
Rengeteg pénzt fektetek az állóképességi sporttevékenységbe		0,944		
Jól érzem magam állóképességi sportolás közben		0,916		
Szeretek részt venni az állóképességi sportban		0,898		
Az állóképességi sportversenyeken való részvétel után magabiztosabbnak érzem magam.		0,501		
Életminőséget befolyásoló tényezők				
A folyamatos részvétel állóképességi sportban fitten tart			0,821	
Az állóképességi sport megszabadít a stressztől			0,812	

Segít a célok elérésében			0,794	
Teljesítmény érzését adja a részvétel			0,794	
Alternatívák, társadalmi nyomás				
Vannak más vonzó sportesemények is				0,958
Úgy érzem, hogy a barátaim nyomást gyakorolnak rám.				0,944
Társadalmi nyomás miatt veszek részt állóképességi sportversenyeken.				0,772

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

A faktoranalízis után itt is megvizsgáltam, hogy a faktorátlagok rangsora hogyan alakult. A rangsor alapján megállapítható, hogy a kérdőívet kitöltő sportolók az életminőséget befolyásoló tényezők faktort értékelték a legmagasabbra (M=4,25). Ezután 0,94-es lemaradással az élvezet, személyes befektetések faktor (M=3,2), következő az elköteleződés, támogatás (M=3,07) faktor. A listát az alternatívák (M=1,47) zárják, ennek az átlaga nem éri el a másfél értéket (16. ábra).



16. ábra: Az elköteleződés faktorok átlagai

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

4.4. Varianciaanalízis és t-próba vizsgálata a sport iránti elköteleződés faktoroknál

A férfiak és nők közötti eltérések statisztikailag szignifikánsak voltak. A t érték -5,041, a $p=0$. Ez alapján elmondható, hogy a kutatásban szereplő nők számára fontosabb az elhivatottság és a támogatás, mint a férfiak számára (15. táblázat). A nők átlaga 3,43, a

férfiak átlaga 2,96.

15. táblázat: Nemek szerinti t-próba elemzés

Faktor neve	t érték	Szignifikancia	Férfi átlag	Nő átlag
Élvezet, személyes befektetések	0,016	0,987	3,31	3,31
Életminőséget befolyásoló tényezők	-1,927	0,054	4,19	4,3
Elhivatottság, szociális támogatás	-5,041	0	2,96	3,43
Alternatívák, társadalmi korlátok	-0,349	0,727	1,46	1,48

Forrás: Saját szerkesztés, saját forrás (N=674)

Az élvezet és személyes befektetések esetében szignifikáns különbség van a korcsoportok között. A 30 év alattiak az átlagos értéket tekintve a legmagasabbat adták (M=3,79), ami arra utal, hogy számukra fontosabb az élvezet és a személyes befektetések. Az 31-40 év közöttiek átlaga 3,23, míg a 40 év feletti korcsoport átlaga a legalacsonyabb (3,10). Az F-érték magas (10,04), és a szignifikancia szint 0,00 és 0,02, ami egyértelműen jelzi, hogy a korcsoportok közötti különbség szignifikáns. Ez alapján megállapítható, hogy a kutatásban résztvevő 18-30 év közötti sportolók körében nagyobb súllyal bír az élvezet és a személyes befektetés, mint az idősebb sportolók esetében (16. táblázat).

16. táblázat: Korcsoportok szerinti varianciaanalízis elemzés

Korcsoport	18-30 év közöttiek	31-40 év közöttiek	40 év feletti	F-érték	Szig.	Szignifikancia szint összehasonlítása csoportokkal		
	Elemzés	Elemzés	Elemzés			1	1	2
Faktor neve	Átlag	Átlag	Átlag	F-érték	Szig.	2	3	3
Élvezet, személyes befektetések	3,79	3,34	3,20			0,02	0,00	0,17
Életminőséget befolyásoló tényezők	4,24	4,27	4,24	0,08	0,92	0,96	1,00	0,91
Elköteleződés, támogatás	3,16	3,18	3,21	0,09	0,91	0,99	0,99	0,95
Alternatívák, társadalmi korlátok	1,60	1,47	1,44	1,35	0,26	0,41	0,23	0,93

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (n=674)

A családi állapotot illetően az elköteleződés és szociális támogatás faktor esetében fennáll a szignifikáns eltérés. Az F-érték 10,45, a szignifikancia szintje pedig 0,00, ami statisztikailag jelentős eltérésekre utal.

Az eredmények alapján megállapíthatjuk, hogy a elköteleződés és a szociális támogatás az egyedülállók (M=2,7) számára nem olyan fontos, mint a párkapcsolatban állók (M=3,23) számára, illetve a házások (M=3,42) számára is fontosabb ez a faktor, mint az egyedülállók (M=2,7) és elvált vagy özvegyek (M=2,86) számára (17. táblázat).

17. táblázat: Családi állapot szerinti varianciaanalízis elemzés

Családi állapot	Egyedülálló	Párkapcsolatban élő	Elvált/özvegy	Házas	F-érték	Szig.	Szignifikancia szint összehasonlítása csoportokkal					
Elemsszám	99	187	42	346			1	1	1	2	2	3
Faktor neve	Átlag	Átlag	Átlag	Átlag			2	3	4	3	4	4
Élvezet, személyes befektetések	3,43	3,36	3,05	3,27	1,82	0,14	0,95	0,16	0,49	0,25	0,74	0,52
Életminőséget befolyásoló tényezők	2,67	3,19	2,83	3,39	0,48	0,70	1,00	0,92	0,93	0,84	0,74	0,99
Elköteleződés, támogatás	4,22	4,20	4,31	4,27	10,45	0,00	0,00	0,89	0,00	0,30	0,27	0,025
Alternatívák, társadalmi korlátok	1,46	1,51	1,48	1,47	0,23	0,88	0,97	1,00	1,00	1,00	0,85	1,00

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (n=674)

Az élvezet és személyes befektetések tekintetében az átlagértékek növekedést mutatnak a jövedelemmel. A legalacsonyabb átlagot a 150.000 Ft alatti jövedelemmel rendelkező csoport kapta (3,03), míg a legmagasabb érték a 300.000 Ft felett keresők körében volt (M=3,43). Az F-érték 3,91 és a szignifikancia szint 0,00, ami azt jelzi, hogy szignifikáns különbség van a csoportok között. A kutatásban szereplő 300.000 Ft feletti átlagjövedelemmel rendelkezők számára fontosabb az élvezet és személyes befektetés, mint a 150.000 Ft alatti átlagjövedelemmel rendelkezők számára. Ennek az oka az lehet, hogy a jobb vagyoni helyzettel rendelkező személyek többet tudnak invesztálni a sporttal kapcsolatos dolgukba és az élvezeti cikkekbe.

Az elköteleződés és támogatás esetében az átlagok 3,47 (150.000 Ft alatt) és 2,98 (300.000 Ft felett) között mozognak. Az F-érték 3,86, és a szignifikancia szintje 0,00, ami szintén szignifikáns különbséget jelez. Ez alapján elmondható a kutatásban résztvevőkről, hogy a

150.000 Ft alatti átlagjövedelemmel rendelkezők számára fontosabb az elhivatottság és szociális támogatás, mint a 300.000 Ft feletti jövedelemmel rendelkezők számára (18. táblázat).

18. táblázat: Jövedelem szerinti varianciaanalízis elemzés

Egy főre eső nettó jövedelem	150 e Ft alatt	150-200e Ft	200-250e Ft	250-300e Ft	Több mint 300e Ft	F-érték	Szig.	Szignifikancia szint									
Elemszám	98	102	118	107	249			1	1	1	1	2	2	2	3	3	4
Faktor neve	Átlag	Átlag	Átlag	Átlag	Átlag			2	3	4	5	3	4	5	4	5	5
Élvezet, személyes befektetések	3,03	3,14	3,38	3,36	3,43	3,91	0,00	0,93	0,07	0,12	0,01	0,38	0,49	0,09	1,00	0,99	0,97
Életminőséget befolyásoló tényezők	4,09	4,19	4,28	4,26	4,31	1,52	0,16	0,89	0,37	0,53	0,11	0,91	0,97	0,66	1,00	1,00	0,97
Elköteleződés, támogatás	3,47	3,22	3,31	3,30	2,98	3,86	0,01	0,61	0,88	0,85	0,01	0,98	0,99	0,42	1,00	0,10	0,16
Alternatívák, társadalmi korlátok	1,54	1,39	1,49	1,46	1,46	1,21	0,70	0,62	0,99	0,94	0,90	0,85	0,96	0,93	1,00	1,00	1,00

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (n=674)

A támogatás, az életminőség és társadalmi nyomásnál nincs számottevő különbség a versenyeken indulói között, csak az élvezet és személyes elköteleződésnél lehet felfedezni szignifikáns különbséget, de a csoportok között egy különbség sehol sincs akkora mértékű, hogy a szignifikancia mértéke 0,05 vagy alacsonyabb legyen (19. táblázat).

19. táblázat: A sportversenyek típusa alapján történő varianciaanalízis elemzés

Sportverseny típusa	Futás	Kerékpár	Multisport	2 vagy több sport	F-érték	Szig.	Szignifikancia szint összehasonlítása csoportokkal					
Elemszám	351	23	41	258			1	1	1	2	2	3
Faktor neve	Átlag	Átlag	Átlag	Átlag			2	3	4	3	4	4
Élvezet, személyes befektetések	3,21	3,68	3,37	3,41	2,78	0,04	0,24	0,77	0,07	0,79	0,79	1,00

Életminőséget befolyásoló tényezők	3,16	2,77	3,34	3,27	1,52	0,21	0,76	0,95	0,88	0,96	0,59	0,81
Elköteleződés, támogatás	4,24	4,08	4,17	4,28	0,74	0,53	0,47	0,80	0,68	0,29	0,25	0,99
Alternatívák, társadalmi korlátok	1,43	1,43	1,59	1,51	0,91	0,43	0,97	0,60	0,69	0,66	0,83	0,91

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (n=674)

Az élvezet, személyes befektetések esetében jelentős különbség mutatkozott az edzési gyakoriság alapján. Azok, akik hetente több mint 8 óra edzést végeznek, szignifikánsan magasabb élvezetet és személyes befektetést tapasztaltak ($M=3,78$), mint azok, akik heti 1-4 óra edzést végeztek ($M=2,81$), vagy, mint azok, akik 5-8 óra edzést végeztek egy héten ($3,3$). A közepes (5-8 óra) edzésmennyiséget végzők átlagos értéke is magasabb volt, mint azoknak, akik hetente kevesebb, mint négy órát edzettek.

Az F-érték (37,32) és a szignifikancia szint ($p=0,00$) megerősíti, hogy ez az összefüggés statisztikailag szignifikáns. A kapott eredmények alapján elmondható, hogy, akik hetente több mint 8 órát edzenek, azok számára fontosabb az élvezet és a személyes befektetések, szembe azokkal, akik kevesebbet edzenek ennél, illetve akik 4 és 8 óra között edzenek hetente, azok számára is fontosabb ez a faktor, mint a heti 4 alkalomnál kevesebbet edzők számára, az edzés idő növekedésével arányosan nő az élvezeti és személyes befektetési hajlandóság (20. táblázat).

20. táblázat: A heti edzésidő alapján történő varianciaanalízis elemzés

Heti edzésidő	1-4 edzés egy héten	5-8 edzés egy héten	Több mint 8 edzés egy héten			Szignifikancia szint		
						1	1	2
Elemszám	140	358	176	F-érték	Szig.	2	3	3
Faktor neve	Átlag	Átlag	Átlag			2	3	3
Élvezet, személyes befektetések	2,81	3,30	3,78	37,32	0,00	0,00	0,00	0,00
Életminőséget befolyásoló tényezők	4,13	4,29	4,25	2,37	0,09	0,76	0,35	0,79
Elköteleződés, támogatás	3,12	3,29	3,05	2,60	0,08	0,35	0,85	0,08
Alternatívák, társadalmi korlátok	1,52	1,45	1,46	0,35	0,71	0,70	0,78	1,00

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (n=674)

Az élvezet és személyes befektetések kapcsán szignifikáns különbségek rajzolódnak ki. Az átlagértékek 3,05 (évente 1-4 verseny), 3,37 (5-8 verseny évente), és 3,55 (több mint 8 verseny évente). Az F-érték 14,71, és a p-érték 0,00, tehát szignifikáns a különbség. Minél több versenyen vesz részt valaki, annál inkább élvezi a sporttevékenységet, és ezáltal több személyes befektetést is kész eszközölni. Ez alapján megállapítható, hogy aki több, mint 8 versenyen vesz részt évente, annak jelentősebb az élvezet és személyes befektetések, mint azoknak akik ennél kevesebbet állnak rajthoz.

Az elköteleződés, támogatás is szignifikáns különbségeket mutat: M=2,99, azoknál, akik évente 1-4 versenyen vesznek részt, és M=3,38, azoknál, akik 5-8 versenyen vesznek részt évente, tehát fenáll a nullhipotézis. Az F-érték 6,47 és a p-érték 0,00. Elmondható, hogy az 5-8 közötti versenyen résztvevőknek hangsúlyosabb ez a faktor, mint azoknak, akik kevesebb, mint 4 versenyen vesznek részt évente (21. táblázat).

21. táblázat: Az évi versenyeken való részvétel alapján történő varianciaanalízis elemzés

Évi versenyek száma	1-4 verseny évente	5-8 verseny évente	Több mint 8 verseny évente	F-érték	Szig.	Szignifikancia szint		
Elemszám	240	250	184			1	1	2
Faktor neve	Átlag	Átlag	Átlag			2	3	3
Élvezet, személyes befektetések	3,05	3,37	3,55	14,71	0,00	0,00	0,00	0,13
Életminőséget befolyásoló tényezők	4,21	4,28	4,26	0,53	0,59	0,58	0,76	0,97
Elköteleződés, támogatás	2,99	3,38	3,38	6,47	0,00	0,01	0,17	0,28
Alternatívák, társadalmi korlátok	1,45	1,49	1,49	0,21	0,81	0,80	0,97	0,93

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (n=674)

Az élvezet és személyes befektetések tekintetében az átlagértékek növekedést mutatnak a versenyzői szint komolyságával: a legalacsonyabb átlagot az átlag és a veterán sportolók csoportja kapta (M=3,02), míg a legmagasabb érték a magas szintű sportolók körében volt (M=4,18). Az F-érték 29,38, és a szignifikancia szint 0,00, ami azt jelzi, hogy szignifikáns különbség van a csoportok között. A kutatásban szereplő maga szintű sportolók számára fontosabb az élvezet és személyes befektetés, mint azoknak a sportolóknak, akik kevésbé

veszik „komolyan” a sportot, illetve a közép haladók számára is fontosabb ez a faktor, mint az átlag, rekreációs, fitness és veterán sportolóknak (22. táblázat).

22. táblázat: A sportolói szint alapján történő varianciaanalízis elemzés

Sportoló szint	Átlag	Közép haladó	Magas szintű	Rekreációs, fitness	Veterán	F-érték	Szig.	Szignifikancia szint									
Elemzés	257	190	47	134	46			1	1	1	1	2	2	2	3	3	4
Faktor neve								2	3	4	5	3	4	5	4	5	5
Élvezet, személyes befektetések	3,02	3,71	4,18	3,08	3,02	29,37	0,00	0,00	0,00	1,00	0,98	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00
Életminőséget befolyásoló tényezők	4,24	4,26	4,48	4,17	4,21	1,49	0,20	1,00	0,29	1,00	0,90	0,40	0,99	0,83	0,42	0,12	1,00
Elköteleződés, támogatás	3,18	3,21	3,35	3,22	3,01	0,48	0,75	1,00	0,89	0,92	1,00	0,95	0,87	1,00	0,67	0,97	0,87
Alternatívák, társadalmi korlátok	1,44	1,43	1,43	1,50	0,95	0,95	0,44	1,00	0,99	1,00	0,47	0,981	1,00	0,40	0,99	0,97	0,78

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (n=674)

4.5. Varianciaanalízis és t-próba vizsgálata az életmód faktorcsoporthoz

A sporttevékenység faktornál a t érték -1,71 és a p= 0,01, amely alapján elmondható, hogy van szignifikáns eltérés a férfiak és a nők között. A nők átlaga 3,26, még a férfiaké 3,15. A nők számára fontosabb a sporttevékenységen való részvétel, mint a férfiak számára.

Az elemzés alapján a férfiak és nők közötti eltérés szignifikánsnak bizonyult a közösségi sport támogatása és a jótékonykodásnál. (t érték= -3,82, p= 0). Elmondható, hogy a közösségi sport támogatása és a jótékonykodás a nőknél fontosabb szerepet játszik, mint a férfiaknál a kutatásban. Az átlagok így alakultak: férfiak M=2,78, nőké M=3,07.

Az átlagok az edzésnél a következők voltak: férfiaknál M=2,9, a nőknél M=3,2. A t érték -2,96. Az elemzés szignifikáns eltérést mutatott a csoportok között, és a változók közötti kapcsolat heterogén volt. melynek értéke 0, tehát, az eredmény alapján elmondható, hogy az edzés a kutatásban szereplő nők számára fontosabb, mint a férfiak számára.

Az egészség táplálkozásnál az átlagok a következőképpen alakultak: férfiaké M=3,47, a nőké M=3,74. A T érték -3,71. A szignifikancia 0, ami alapján elutasítjuk a nullhipotézist, mivel szignifikáns különbségek mutatkoznak a csoportok között. Ez alapján megállapítható, hogy az egészség táplálkozás nevű faktorizált elem a vizsgálatban szereplő nők számára fontosabb, mint a férfiaknak (23. táblázat).

23. táblázat: Nemek szerinti t-próba elemzés

Faktor neve	t érték	Szignifikancia	Férfi átlag	Nő átlag
Sportorientált média és termék használta	1,03	0,31	3,1	3,04
Edzés	-2,96	0	2,9	3,2
Sporttevékenységen való részvétel	-1,71	0,01	3,15	3,26
Közösségi sport támogatása	-3,82	0	2,78	3,07
Egészséges táplálkozás	-3,71	0	3,47	3,74

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (n=674)

A sporttevékenységen való részvételnél az F-érték 4,38, a szignifikancia szint 0,01. Az értékek szignifikáns különbséget jeleznek a korcsoportok között. A legfiatalabb korcsoport átlagértéke 3,49, ami magasabb, mint a 31-40-es korcsoport (M=3,16) és a 40 év feletti korcsoport (M=3,17), ami arra utal, hogy a legfiatalabbak aktívabbak a sport tevékenységekben való részvételben. Ezek alapján megállapítható, hogy a legfiatalabbak a sporttevékenységekben való részvétel fontosabb, mint az idősebbek számára. Ezt alátámasztja több kutató is, akik megfogalmazták, hogy a sporttevékenység való részvétel mértékére az életkor hatással van (MILLER et al., 2019, PHARR et al., 2020). Messner (1992) azt állapította meg, hogy öregedés kihívást jelent a sportolóknak (24. táblázat).

24. táblázat: Korcsoportok szerinti varianciaanalízis elemzés

Korcsoport	18-30 év közöttiek	31-40 év közöttiek	40 év feletti	F-érték	Szig.	Szignifikancia szint		
Elemszám	79	201	394			1	1	2
Faktor neve	Átlag	Átlag	Átlag	F-érték	Szig.	2	3	3
Sportorientált média és termék használta	2,96	3,09	3,08			0,49	0,48	0,99
Edzés	3,24	3,16	2,94	2,69	0,07	0,91	0,18	0,15
Sporttevékenységen való részvétel	3,49	3,16	3,17	4,38	0,01	0,19	0,12	1,00
Közösségi sport támogatása, játékokozás	30,63	2,87	2,92	0,99	0,37	0,34	0,48	0,87

Egészséges táplálkozás	3,65	3,68	3,56	1,27	0,28	0,975	0,683	0,284
------------------------	------	------	------	------	------	-------	-------	-------

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (n=674)

A sporttevékenységen való részvétel szempontjából szignifikáns különbségek figyelhetők meg a családi állapotok között (F-érték = 3,55, p = 0,01). Az egyedülállók (M=3,45) számára fontosabb a sporttevékenységen való részvétel, mint a házasoknak (M=3,13). Ez akár a nagyobb szabadidővel való rendelkezéssel vagy a szociális kapcsolatok kereséséből is fakadhat (25. táblázat).

25. táblázat: Családi állapot szerinti varianciaanalízis elemzés

Családi állapot	Egyedülálló	Párkapcsolatban élő	Elvált/özvegy	Házas	F-érték	Szig.	Szignifikancia szint összehasonlítása csoportokkal					
							1	1	1	2	2	3
Elemszám	99	187	42	346	F-érték	Szig.	2	3	4	3	4	4
Faktor neve	Átlag	Átlag	Átlag	Átlag			2	3	4	3	4	4
Sportorientált média és termék használta	3,08	3,09	3,02	3,06	0,08	0,97	0,99	0,99	0,99	0,97	0,99	0,99
Edzés	3,08	3,07	3,17	3,00	0,25	0,86	1,00	0,99	0,96	0,97	0,96	0,89
Sporttevékenységen való részvétel	3,45	3,24	3,07	3,13	3,55	0,01	0,24	0,11	0,01	0,70	0,57	0,98
Közösségi sport támogatása, játékok nyújtása	2,85	2,91	2,94	2,94	0,23	0,88	0,97	0,96	0,86	1,00	0,98	1,00
Egészséges táplálkozás	3,63	3,69	3,49	3,56	0,971	0,41	1	0,8	0,92	0,6	0,45	0,96

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (n=674)

A sportorientált média és termék használata szempontjából a legmagasabb átlagértéket a 300 001 Ft feletti jövedelemmel rendelkező csoport kapta (M=3,22), míg a legalacsonyabbat a 150 000 Ft alatti csoport (M=2,86). Az F-érték 4,05, és a szignifikancia szint 0 volt, ami jelentős szignifikáns különbséget mutat a csoportok között. Ez arra utal, hogy a jövedelem növekedésével párhuzamosan nő a sporttermékek és kiegészítők használatának gyakorisága, ami alapján elmondható, hogy a 300.000 Ft feletti jövedelemmel rendelkező kitöltők számára lényegesebb a sporttermékek és kiegészítők használata, mint a 150.000 Ft alatti átlag jövedelemmel rendelkezők vagy a 150.000 és 200.000 Ft-tal rendelkezők számára.

Az edzés gyakorisága a jövedelem alapján is szignifikáns eltérést mutat a csoportok között. Az átlagok 2,8 és 3,29 között mozogtak, a legmagasabb értéket a 300 001 Ft feletti csoport érte el. Az F-érték 4,13, és a szignifikancia szintje 0, ami alapján a nullhipotézis fent áll. Ez arra utal, hogy van különbség az edzés fontosságában a különböző jövedelemkategóriák

között és megállapítható, hogy a 150.000 Ft alatti és 150.001-200.000 Ft között átlagkeresettel rendelkezők számára nem olyan fontos az edzés, mint a 300.000 Ft feletti átlagjövedelemmel rendelkezőknek.

Az egészséges táplálkozás esetében jelentős különbségek mutatkoztak a csoportok között. Az F-érték 5,509, és a szignifikancia szint 0, ami szignifikáns eltérést jelez. A legmagasabb átlagot a 300 001 Ft feletti csoport kapta (M=3,73), míg a legalacsonyabbat a 150 001–200 000 Ft közötti jövedelemmel rendelkezők (M=3,38). Ez azt sugallja, hogy az egy főre jutó jövedelem szignifikáns hatással van az egészséges táplálkozásra. Ez alapján megállapítható, hogy a 300.000 Ft feletti átlagjövedelemmel rendelkező kitöltők számára fontosabb az egészséges táplálkozás, mint az alacsonyabb, 150.000 Ft alatti és 150.001-200.000 Ft közötti átlagjövedelemmel rendelkezők számára. Ezen kívül megállapítható, hogy a 250.001 és 300.000 Ft közötti átlag jövedelemmel rendelkezők számára is lényegesebb az egészséges táplálkozás, mint a 150.000 Ft alatt és 150.001 és 200.000 Ft közötti átlag jövedelemmel rendelkezőknek és a 200.000 Ft és 250.000 Ft közötti átlag jövedelemmel rendelkezők számára is lényegesebb a 150.000-200.000 Ft közötti átlag jövedelemmel rendelkezők számára. A különbségeknek a háttérében a kitöltők pénzügyi helyzete állhat (26. táblázat).

26. táblázat: Jövedelem szerinti varianciaanalízis elemzés

Egy főre eső nettó jövedelem	150e Ft alatt	150-200e Ft	200-250e Ft	250-300e Ft között	Több mint 300e Ft	F-érték	Szig.	Szignifikancia szint									
								1	1	1	1	2	2	2	3	3	4
Elemzés	98	102	118	107	249			2	3	4	5	3	4	5	4	5	5
Faktor neve																	
Sportorientált média és termék használta	2,86	2,94	3,08	3,04	3,22	4,05	0,00	0,97	0,32	0,57	0,00	0,73	0,92	0,04	1,00	0,59	0,35
Edzés	2,80	2,74	3,05	2,98	3,29	4,13	0,00	1,00	0,66	0,87	0,02	0,46	0,71	0,01	1,00	0,51	0,29
Sporttevékenységen való részvétel	3,11	3,14	3,21	3,16	3,29	1,03	0,39	0,99	0,93	0,99	0,45	0,98	1,00	0,61	1,00	0,92	0,73
Közösségi sport támogatása, jótékonykodás	3,05	2,80	2,99	3,06	2,83	1,88	0,11	0,40	0,99	1,00	0,35	0,66	0,35	1,00	0,98	0,65	0,29
Egészséges táplálkozás	3,38	3,31	3,66	3,72	3,73	5,50	0	0,99	0,20	0,00	0,01	0,05	0,02	0,00	0,95	0,95	1,00

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (n=674)

A vizsgálat alapján szignifikáns eltérés figyelhető meg a sporttermékek és kiegészítők használata (F érték= 4,31, p= 0,001), a sporttevékenységen való részvétel (F érték= 4,31 p= 0,01). A Turkey post hoc többszörös összehasonlításai is különbségeket tártak fel a

tényezőknél. Szignifikáns különbség volt megfigyelhető a futás és a multi sport között ($p=0,02$), a kerékpározás és a multi sport között ($p=0,00$), illetve a multi sport és 2 vagy több sporttevékenység végzése ($p=0,04$) között a sporttermékek és kiegészítők használata faktornál. Ez alapján elmondható, hogy a sporttermékek és kiegészítők használata fontosabb a kutatásban szereplő futóknak ($M=3,09$), kerékpárosoknak ($M=3,43$) és a 2 vagy több sporttevékenységet végzőknek ($M=3,07$), mint a multi sportolóknak ($M=2,69$).

A sporttevékenységen való részvételnél is szignifikáns különbség lelhető fel a futás és a 2 vagy több sporttevékenység végzés ($p=0$) között. Az F érték 7,68. Tehát ez alapján elmondható, hogy a kutatásban részt vevő futók ($M=3,08$) számára kevésbé fontos a sporttevékenységben való részvétel, mint a 2 vagy több sporttevékenységet végzők ($M=3,42$) számára.

A közösségi sport támogatása, játékoskodás nevű faktornál heterogén mintázat figyelhető meg a futás és a kerékpározás, a futás és a 2 vagy több sporttevékenység végzése ($p=0$) között, a kerékpározás és az akadályfutás között és a kerékpározás és 2 vagy több sporttevékenység végzése között. Ez alapján megállapíthatjuk, hogy a 2 vagy több sportot űzőknek ($M=3,16$) lényegesebb a játékoskodás, mint a futóknak. A kerékpárosoknak ($M=2,07$) pedig sokkal kevésbé fontos a közösségi sport támogatása és a játékoskodás, mint akár a futóknak ($M=2,79$), a multi sportolóknak ($M=3,08$), vagy a 2 vagy több sportot ($M=3,16$) űzőknek (27. táblázat).

27. táblázat: A sportverseny típusa alapján történő varianciaanalízis elemzés

Sportverseny típusa	Futás	Kerékpár	Multisport	2 vagy több sport	F-érték	Szig.	Szignifikancia szint összehasonlítása csoportokkal					
	351	23	41	258			1	1	1	2	2	3
	Faktor neve	Átlag	Átlag	Átlag			Átlag	2	3	4	3	4
Sportorientált média és termék használta	3,09	3,43	2,69	3,07	4,31	0,01	0,24	0,02	0,99	0,00	0,20	0,04
Edzés	3,08	2,97	3,24	2,97	0,64	0,59	0,99	0,88	0,77	0,87	1,00	0,63
Sporttevékenységen való részvétel	3,08	2,99	3,10	3,42	7,68	0,00	0,97	1,00	0,00	0,97	0,12	0,15
Közösségi sport támogatása, játékoskodás	2,79	2,07	3,08	3,16	12,76	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,97
Egészséges táplálkozás	3,63	3,83	3,71	3,53	1,26	0,29	0,8	1	0,54	0,96	0,46	0,66

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (n=674)

A sportorientált média és a termék használatánál az F-érték 10,39, a p-érték 0,00, ami jelentős különbségeket mutat a heti edzés gyakorisága alapján. A heti 1-4 órát edzők átlaga 2,8, míg a heti 5-8 óra között edzők esetében 3,1-re, és a több mint 8 órát edzők esetében 3,23-ra nő. Ez alapján kijelenthetjük, hogy az edzés óra számainak növekedésével nő a sporttermékek és kiegészítők fontossága. Az eredmények alapján ki lehet jelteni, hogy a kevesebb, mint heti 4 órát edző személyek számára a sporttermékek és kiegészítők használata nem annyira fontos tényező, mint azoknak, akik heti 5-8 órát vagy több mint 8 órát edzenek.

A sporttevékenységeken való részvétel faktornál is jelentős különbségek vannak, az F-érték 19,30, a p-érték 0,00. A heti 1-4 órát edzők átlag értéke 2,87, 3,20 az 5-8 órát edzőknél, 3,49-re pedig azoké, akik több mint 8 órát edzenek egy héten. A kapott eredmények alapján elmondhatjuk, hogy a heti edzés óra növekedése által növekedni fog a sporttevékenységeken való részvétel. Tehát azoknak, akik kevesebb, mint 4 órát edzenek egy héten, azok számára nem olyan fontos a sporttevékenységeken való részvétel, mint azoknak, akik heti 5-8 óra között edzenek illetve azoknak, akik több mint 8 órát edzenek egy héten. Ezen kívül, akik heti több mint 8 órát edzenek, azoknak is fontosabb a sporttevékenységen való részvétel, mint azoknak, akik 5 és 8 óra között edzenek.

Az egészséges táplálkozás faktornál az F-érték 8,44 és a $p=0,00$. Itt is jelentős különbségek figyelhetők meg. A heti 1-4 órát edzők átlaga 3,36, 3,61-re emelkedik a heti 5-8 órát edzők esetében, 3,79 pedig a több mint heti 8 órát edzők esetében. Kijelenthetjük az eredmények alapján, hogy a kevesebb, mint heti 4 órát edzők számára nem olyan lényeges az egészséges táplálkozás, mint azoknak, akik heti 4-8 óra között edzenek vagy azoknak, akik több mint heti 8 órát edzenek. Tehát az egészséges táplálkozás fontossága a heti edzésóra számának növekedésével arányosan növekszik.

Az edzésnél szintén jelentős különbségeket mutat az F-értéke 17,43 és $p=0,00$. A heti 1-4 óra edzés átlaga 2,56, míg az 5-8 óra edzés esetében 3,03-ra, a 8 óránál többet edzők esetében pedig 3,45-re nő. Ez alapján elmondhatjuk, hogy aki egy héten 4 óránál kevesebb edz, annak nem annyira hangsúlyos az edzés, mint annak, akik heti 4-8 óra között vagy heti 8 óránál több testmozgást végeznek. Emellett, akik heti 8 óránál többet edzenek, fontosabb az edzés, mint azoknak, akik 4-8 órát edzenek átlagban. Itt is arányosan nő az edzés fontossága a heti edzés óraszámának mértékével (28. táblázat).

28. táblázat: A heti edzésidő alapján történő varianciaanalízis elemzés

Heti edzés szám	1-4 edzés egy héten	5-8 edzés egy héten	Több mint 8 edzés egy héten	F-érték	Szig.	Szignifikancia szint		
Elemszám	140	358	176			1	1	2
Faktor neve	Átlag	Átlag	Átlag			2	3	3
Sportorientált média és termék használta	2,80	3,10	3,23	10,39	0,00	0,00	0,00	0,22
Edzés	2,56	3,03	3,45	17,43	0,00	0,00	0,00	0,00
Sporttevékenységen való részvétel	2,87	3,20	3,49	19,30	0,00	0,00	0,00	0,00
Közösségi sport támogatása, játékonyskodás	2,85	2,92	3,00	0,86	0,42	0,77	0,40	0,67
Egészséges táplálkozás	3,36	3,61	3,79	8,44	0,00	0,02	0	0,092

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (n=674)

A sportorientált média és termék használata vonatkozásában két csoport között szignifikáns eltérések figyelhetők meg, az átlagok 2,95 (1-4 verseny évente), 3,16 (5-8 verseny évente), és 3,11 (több mint 8 verseny évente). Az F-érték 3,91, a p-érték= 0,02, ez azt jelzi, hogy a csoportok nem teljesen homogének. Ez alapján meg lehet állapítani, hogy a sportorientált média és termék használata nem annyira lényeges azok számára, akik évente 1-4 közötti versenyen vesznek részt, mint azoknak, akik évente 5-8 közötti versenyen vesznek részt.

A sporttevékenységen való részvétel is különbségeket mutat a csoportok között: átlagosan 2,74 (1-4 verseny évente), 3,30 (5-8 verseny évente), és 3,68 (több mint 8 verseny évente). Az F-érték rendkívül magas, 69,60, és a p-érték 0,00, ez alapján egyértelműen szignifikáns eltérés figyelhető meg, vagyis a csoportok heterogének. A kapott eredmények alapján elmondható, hogy azok, akik évente kevesebb, mint 4 versenyen vesznek részt, azoknak nem olyan jelentős ez a faktor, mint azoknak, akik 5-8 közötti versenyen vagy akik, több mint 8 versenyen vesznek részt évente. Ezen kívül a több mint 8 versenyen résztvevőknek az 5-8 közötti versenyen résztvevőktől is fontosabb ez a faktor.

A közösségi sport támogatása, játékonyskodásnál is szignifikáns különbségek láthatóak. Az átlagok 2,65 (1-4 verseny évente), 2,97 (5-8 verseny évente), és 3,21 (több mint 8 verseny

évente). Az F-érték 16,78, és a p-érték 0,00. Ezek alapján elmondhatjuk, hogy akik több mint 8 versenyen vesznek részt évente, azok számára lényegesebb a közösségi sport támogatása vagy a játékonyskodás, mint azoknak, akik kevesebbet sportolnak hetente.

Az edzés faktornál is szignifikáns a különbség: átlagosan 2,78 (1-4 verseny évente), 3,18 (5-8 verseny évente), és 3,2 (több mint 8 verseny évente). Az F-érték 7,09, és a p-érték 0,00, az eloszlás heterogén. Az eredmények azt sugallják, hogy a több versenyen résztvevők (több mint évi 8 verseny) rendszeresebben edzenek, ami érthető, hiszen a gyakori versenyzés nagyobb felkészültséget igényel (29. táblázat).

29. táblázat: Az évi versenyeken való részvétel alapján történő varianciaanalízis elemzés

Évi versenyek száma	1-4 verseny évente	5-8 verseny évente	Több mint 8 verseny évente	F-érték	Szig.	Szignifikancia szint		
Elemszám	240	250	184			1	1	2
Faktor neve	Átlag	Átlag	Átlag			2	3	3
Sportorientált média és termék használta	2,95	3,16	3,11	3,91	0,02	0,02	0,14	0,81
Edzés	2,78	3,18	3,20	7,09	0,00	0,00	0,00	0,99
Sporttevékenységen való részvétel	2,74	3,30	3,68	69,60	0,00	0,00	0,00	0,00
Közösségi sport támogatása, játékonyskodás	2,65	2,97	3,21	16,78	0,00	0,00	0,00	0,04
Egészséges táplálkozás	3,57	3,58	3,67	0,66	0,52	0,99	0,541	0,598

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (n=674)

A sporttevékenységen való részvétel eredményeit figyelembe véve a magas szintű sportolók kiemelkedően aktívak (M=3,76), míg a rekreációs és fitnesz sportolók átlagosan csak 3,05 értéket adtak. Az átlagos sportolók és középhaladó versenyzők M=3,56 és M=3,37-es értéket adtak meg. Az F-érték 23,05, és a p-érték 0,00, ami magas szintű szignifikáns eltérést jelent. Ez a heterogenitás azt mutatja meg, hogy a sportolói csoportok közötti különbségek nem véletlenszerűek: a fitnesz és egészségügyi résztvevők, illetve a rekreációs sportolók jóval kevesebbet vesznek részt sporttevékenységeken, mint a többi más szintű sportoló. Ez a szignifikáns különbség arra utal, hogy az edzésszint és a sporttevékenységekben való részvétel közötti erős a kapcsolat.

A közösségi sport támogatása és jótékonykodás kapcsán a középhaladó versenyzők a leginkább elkötelezettebbek ezen a területen ($M=3,14$), amíg a veterán sportolók jóval kisebb átlag értéket kaptak ($M=2,8$), statisztikailag szignifikáns (F -érték 4,01, a $p=0$) eltérést mutat. A kapott eredmények alapján elmondhatjuk, hogy a közösségi sport támogatása és a jótékonykodás kiemelkedően fontosabb a közép haladó sportolóknak, mint a veterán résztvevőknek vagy az átlag sportolóknak.

Az edzés szempontjából is szignifikáns eltérések láthatók ($F=13,98$, $p=0$). A magas szintű sportolók átlagosan 3,89-os értékkel rendelkeznek, míg a fitnesssportolók átlagai ennél jóval alacsonyabb ($M=2,92$) eredményt tükröznek. A kezdő,- a rekreációs- és a veterán sportolók szignifikánsan kevesebbet edzenek, mint a középhaladó és különösen a magas szintű sportolók.

Az egészséges táplálkozás tekintetében is jelentős különbségek figyelhetők meg ($F=4,15$, $p=0$). A magas szintű sportolók átlaga 3,95, a középhaladóké 3,73, míg az átlag sportolók átlaga csak 3,46. Ez alapján megfogalmazhatjuk, hogy a magas szintű és a közép haladó sportolóknak jóval fontosabb az egészséges táplálkozás, mint az átlag atlétáknak (30. táblázat).

30. táblázat: A sportolói szint alapján történő varianciaanalízis elemzés

Sportolói szint	Átlag	Közép haladó	Magas szintű	Rekreációs, fitness	Veterán	F-érték	Szig.	Szignifikancia szint											
Elemszám	257	190	47	134	46			1	1	1	1	2	2	2	3	3	4		
Faktor neve								2	3	4	5	3	4	5	4	5	5		
Sportorientált média és termék használta	3,03	3,13	3,29	3,00	3,02	1,33	0,26	0,73	0,31	1,00	1,00	0,78	0,89	0,80	0,48	0,35	1,00		
Edzés	2,75	3,45	3,89	2,92	2,77	13,98	0	0,00	0,00	0,93	1,00	0,24	0,11	0,00	0,00	0,00	0,96		
Sporttevékenységen való részvétel	2,92	3,59	3,76	3,05	3,06	23,05	0	0,00	0,00	0,88	0,51	0,73	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00		
Közösségi sport támogatása, jótékonykodás	2,79	3,14	3,03	2,97	2,8	4,01	0	0,00	0,58	0,80	1,00	0,96	0,83	0,02	1,00	0,68	0,86		
Egészséges táplálkozás	3,47	3,73	3,95	3,46	3,62	4,15	0	0,03	0,01	1,00	0,58	0,57	0,44	0,81	0,09	0,19	0,90		

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés ($n=674$)

4.6. Állóképességi sportolók típusainak feltérképezése

A faktoranalízis és a hipotézisvizsgálatok elvégzése után, azt vizsgáltam, hogy milyen eltérő állóképességi sportolói kategóriákat lehet megkülönböztetni a kutatásban résztvevők

között. Jól elkülöníthető sportolói csoportok feltárására törekedtem, akiknél az elköteleződés, az életmódbeli és a motivációs jellemzők különbözőek. A vizsgálat során kétlépcsős megközelítést alkalmaztam. Először hierarchikus klaszterezést használtam a klaszterszám feltárására, ezután pedig K-közép módszer által pontosítottam le a struktúrát. A klaszterterképezéshez a faktoranalízis által létrehozott tényezőket használtam fel. A klaszteranalízis elvégzése után 4 sportolói típust különítettem el, ezeket a 31. táblázat mutatja be.

1. Klaszter: Alkalmi sportolók

Ebbe a klaszterbe azok a sportolók kerültek be, akik alacsony aktivitással rendelkeznek az állóképességi sportolás terén. Az összes érték nagyon alacsony, tehát jellemzően minimális érdeklődést mutatnak minden téren. A legkevésbé alacsony tényező az edzés lett számukra, tehát minimálisan, de végeznek edzést. Ezen kívül a sportorientált média és termék használata, illetve az egészséges táplálkozás kevésbé volt fontos számukra. A legalacsonyabb értéket az életminőséget befolyásoló tényezők, illetve az elköteleződés és támogatás kapta náluk, ami alapján elmondható, hogy számukra nem jelent motivációt a közösség, az egészségtudatos életmód vagy a sportban való fejlődési lehetőségek.

2. Klaszter: Elkötelezett sportolók

A klasztert azok a sportrésztvevők alkotják, akik teljes mértékben elkötelezettek az állóképességi sportolás iránt. Magas értéket kapott a legtöbb tényező. Kiemelkedő értékkel bír a közösségi sport és játékok, ezt követi a sporttevékenységen való részvétel, majd az elköteleződés és támogatás. Róluk ezek alapján elmondható, hogy a sport számukra folyamatos és rendszeres, örömet lelik benne, ehhez kapcsolódik a közösségi sportban való részvétel és sporttal kapcsolatos minden fajta média követése. Alacsony érték náluk az életminőséget befolyásoló tényezők, aminek oka lehet, hogy számukra a fejlődés és a részvétel az elsődleges cél. Ők azok a sportolók, akikre az állóképességi sportszektor építeni tud.

3. Klaszter: Egészségtudatos sportolók

Ebbe a csoportba azok tartoznak, akik számára a sport az egészséges életmód fenntartásának az eszköze. Legmagasabb értéket az edzés, az élvezet és személyes befektetés, illetve az életminőséget befolyásoló tényezők kapták. Ez alapján elmondható, hogy az edzés az életükben központi szerepet játszik, élvezik az állóképességi sportolást és

az életük mindennapi része, illetve fontos szempont számukra, hogy játékos hatással van az életminőségre. Ezzel szemben alacsony értéket kaptak tőlük a sporttevékenységen való részvétel, az elköteleződés, támogatás és a közösségi sport, játékoskodás. Ennek oka lehet, hogy nem érzik magukat a sportközösség tagjának, és nem mutatnak magas szintű érzelmi kötődést a sportrendezvényekhez és az ehhez kapcsolódó élményekhez.

4. Klaszter: Életmódváltó sportolók

Ezt a csoportot azok alkotják, akik az állóképességi sportolás kezdeti szakaszában tartanak. Legmagasabb értéket az életminőséget befolyásoló tényezők, az elköteleződés és támogatás, illetve a közösségi sport és játékoskodás kapta. Elmondható, hogy megjelent náluk az életminőség javítás iránti igény, és kisebb mértékben már elkötelezték és a közösségi sport is megjelent az életükben. Alacsony értéket az edzés, a sporttevékenységen való részvétel, illetve a sportorientált média és termék használata kapott. Tehát ezek a tényezők még nem fontosak számukra, nem váltak a mindennapjaik részévé.

31. táblázat: A klaszteranalízis elvégzése után kialakított csoportok jellemzői

Faktor	Alkalmi sportolók	Elkötelezett sportolók	Egészségtudatos sportolók	Életmódváltó sportolók
Sportorientált média és termék használata	-0,56	0,66	0,14	-0,48
Sporttevékenységen való részvétel	-0,74	0,83	0,07	-0,49
Közösségi sport támogatása, játékoskodás	-0,90	0,90	-0,45	-0,03
Egészséges táplálkozás	-0,58	0,47	0,36	-0,46
Edzés	-0,31	0,39	0,71	-0,83
Élvezet, személyes befektetések	-0,79	0,67	0,41	-0,59
Életminőséget befolyásoló tényezők	-1,44	0,32	0,40	0,11
Elköteleződés, támogatás	-0,93	0,69	-0,34	0,11

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

4.6.1 Szociodemográfia jellemzők és a klaszter csoportok közötti összefüggés vizsgálata

A következő szakaszban a szocio-demográfiai jellemzőket és a klaszter csoportokat keresztábra elemzéssel vizsgáltam. Arra voltam kíváncsi, hogy milyen a megoszlása ezeknek a tényezőknek a létrejött klasztercsoportokban. A nemek tekintetében látható

szignifikáns eltérés (khi-négyzet: 15,01; $p < 0,05$), a kapcsolat erőssége gyenge (Cramer $V = 0,15$). Az elkötelezett sportolóknál a nők (35,5%) felülreprezentáltak, addig a férfiak (23,4%) kevesebben vannak ebben a klaszterben. Az életkor tekintetében nincs statisztikailag szignifikáns kapcsolat a klaszterek és az életkori csoportok között ($p = 0,327 > 0,05$).

A klaszterek és a családi állapot között is statisztikai különbség mutatható ki (khi-négyzet: 15,01= 18,973; $p = 0,025$; Cramer $V = 0,097$). Az alkalmi sportolók (31%) klaszter tagjai között nagyobb arányban vannak jelen az egyéb családi állapotúak (pl. özvegyek, elváltak). A $p < 0,05$, khi-négyzet: 24,712, tehát szignifikáns kapcsolat van a klaszter csoportok és a jövedelmi kategóriák között. A kapcsolat erőssége gyenge (Cramer= 0,111). A legalacsonyabb jövedelmi kategóriában jóval nagyon mértékben vannak jelen az életmódváltó sportolók (44,9%), mint a többi más klasztercsoportban. A 150.001-200.000 Ft átlag jövedelemmel rendelkezőknél is magas az életmódváltók (34%) száma, de itt nem áll fenn a szignifikáns eltérés (32. táblázat).

32. táblázat: Szociodemográfiai jellemzők és a klasztercsoportok közötti összefüggések

Változó	Alkalmi	Elkötelezett	Egészségtudatos	Életmódváltó
Férfi	19,6%	23,4%	27,2%	29,8%
Nő	12,3%	35,5%	23,2%	28,9%
18–30 év	13,9%	34,2%	27,8%	24,1%
31–40 év	12,4%	27,9%	28,9%	30,8%
40 év felettiek	18,3%	29,2%	22,8%	29,7%
Egyedülálló	18,2%	29,3%	30,3%	22,2%
Párkapcsolat	18,7%	29,9%	26,2%	25,1%
Egyéb	31,0%	28,6%	16,7%	23,8%
Házass	12,1%	29,2%	24,3%	34,4%
150 e Ft alatt	16,3%	22,4%	16,3%	44,9%
150–200 e Ft	20,6%	26,5%	18,6%	34,3%
200–250 e Ft	14,4%	32,2%	28,8%	24,6%
251–300 e Ft	15,0%	31,8%	24,3%	29,0%
300 e Ft felett	15,3%	30,9%	30,1%	23,7%

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

4.6.2. Részvételi jellemzők és a klaszter csoportok közötti összefüggés vizsgálata

Ebben a szakaszban a részvételi jellemzőket és a klaszter csoportokat vizsgáltam keresztábra elemzéssel. Itt is arra voltam kíváncsi, hogy milyen a megoszlása ezeknek a

tényezőknek a létrejött klasztercsoportokban és hol látható szignifikáns különbség.

A sportoló szint megoszlása alapján szignifikáns (khi-négyzet: 74,815; $p < 0,001$) kapcsolat áll fenn a klaszterek és a sportolói szint között. A kapcsolat (Cramer = 0,192) közepes erősségű, ami nemcsak statisztikailag, de értelmileg is releváns. Szignifikáns eltérés látható az átlagos sportolók csoportjában az elkötelezett (19,5%) és az életmódváltó (37%) sportolói klasztereknél, ezenkívül a középhaladó sportolók csoportjában az alkalmi (10%), az elkötelezett (43,2%) és az életmódváltó (16,8%) sportolói klasztereknél is fennáll a statisztikai különbség, illetve ugyancsak szignifikáns az eltérés a magas szintű sportolói csoportban, a haladóknál (8,5%) az elkötelezetteknél (53,2%) és az életmódváltóknál (6,4%).

A heti edzésidő megoszlása alapján statisztikailag szignifikáns kapcsolat van a klaszter és az edzésóraszám között (khi-négyzet: 56,178; $p < 0,001$), közepes nagyságú (Cramer= 0,204) a kapcsolat, ami alapján értelmezhető a különbség a csoportok között. A heti 4 óránál kevesebbet edzők csoportjában szignifikáns különbség fedezhető fel az életmódváltók (42,1%), az alkalmi (25,7%) és az elkötelezett (13,6%) sportolók klaszter csoportjainál. A heti 8 órától többet edzők csoportjában is fenn a nullhipotézis, mert statisztikai különbséget lehet felfedezni az életmódváltó (15,3%) és az elkötelezett (42%) sportolói klasztercsoportoknál.

Az évi versenyszám megoszlása alapján is szignifikáns (khi-négyzet: 49,29; $p < 0,001$) kapcsolat áll fenn a klaszterek és az évi versenyszám között. Közepes erősségű (Cramer's $V = 0,191$) kapcsolatot lehet felfedezni, ami érdemi eltérésekre utal. Az évi 4 versenynél kevesebben résztvevők csoportjában szignifikáns eltérést figyelhetünk meg az elkötelezett (16,3%), az alkalmi (22,5%) és az életmódváltók (37,9%) csoportjában. Az évi több mint 8 versenyen résztvevőknél is megállapítható a statisztikai különbség. Szignifikáns eltérés figyelhető meg itt az elkötelezett (43,5%) és az életmódváltó sportolóknál (21,2%).

Az évi sportcélú kiadások alapján, erősen szignifikáns (khi-négyzet: 102,649; $p < 0,001$) kapcsolat áll fenn a klaszterek és a sportkiadás kategóriák között. A kapcsolat erőssége közepes (Cramer= 0,276), itt már érdemi a magyarázó erő, ennél a kapcsolatnál legmagasabbak a mutatók értékei. Szignifikáns különbség áll fenn azoknál, akik évente 550.000 Ft-nál kevesebbet költenek sportcélú kiadásokra. Statisztikai különbség látható minden klasztercsoportnál, az elkötelezett (16,7%), az életmódváltó (41,1%), az alkalmi

(24%) és az egészségtudatos (18,3%) sportolóknál is. Ugyancsak szignifikáns eltérés figyelhető az évi 850.000 Ft felett költők csoportjában is. Az elkötelezett (50%), az életmódváltó (14,7%) és az alkalmi (7,8%) sportolói klasztercsoportban is megfigyelhető a szignifikáns különbség (33. táblázat).

33. táblázat: Részvételi jellemzők és a klasztercsoportok közötti összefüggések

Változó	Alkalmi	Elkötelezett	Egészségtudatos	Életmódváltó
Átlag	19,5%	19,5%	24,1%	37,0%
Középhaladó	10,0%	43,2%	30,0%	16,8%
Magas szintű	8,5%	53,2%	31,9%	6,4%
Veterán	21,7%	23,9%	17,4%	37,0%
Fitness résztvevő	18,7%	22,4%	20,9%	38,1%
Heti 4 óránál kevesebb	25,7%	13,6%	18,6%	42,1%
Heti 4–8 óra között	14,0%	29,3%	25,4%	31,3%
Heti 8 óra felett	12,5%	42,0%	30,1%	15,3%
Évi 4 versenynél kevesebb	22,5%	16,3%	23,3%	37,9%
Évi 4-8 verseny között	12,4%	31,6%	28,8%	27,2%
Évi 8 versenynél több	12,5%	43,5%	22,8%	21,2%
550.000 Ft alatti összeg évente	24,0%	16,7%	18,3%	41,1%
550.000 Ft- 850.000 Ft közötti összeg évente	15,2%	22,9%	31,0%	31,0%
850.000 Ft feletti összeg évente	7,8%	50,0%	27,5%	14,7%

Forrás: Saját kutatás, saját szerkesztés (N=674)

5. KÖVETKEZTETÉSEK ÉS JAVASLATOK

Ebben a fejezetben a kutatásom során összegyűjtött primer adatokra támaszkodva foglalom össze a legfontosabb eredményeket és következtetéseket. Fő célkitűzés az volt, hogy megértsem az állóképességi sportesemények résztvevőinek sport iránti elköteleződését befolyásoló tényezőket, az életmódjuk változásának okait, illetve megvizsgáljam a sporttal kapcsolatos költési és részvételi szokásaikat. Nemcsak a versenyeken való részvételt, illetve annak gyakoriságát vizsgáltam, hanem az edzéssel töltött időt, vagy a sporttal kapcsolatos médiafogyasztásukat is. A releváns szakirodalom feldolgozása által, a megfelelő szakirodalmi kereten belül próbáltam megvalósítani a célkitűzéseket.

Első célkitűzésem az volt, hogy a gazdasági tényezők (például: jövedelem, éves sportcélú költség) hatással vannak-e az állóképességi sporttevékenységben való részvételre Magyarországon.

H1: *Magyarországon az állóképességi sporttevékenységek részvételére a gazdasági tényezők (jövedelem, éves sportcélú költség) hatással vannak.*

A primer adatok és a vizsgálat alapján elmondható, hogy ez az állítás igaz. A vizsgált gazdasági tényezők hatással vannak az állóképességi sportolás részvételére Magyarországon. A vizsgálataim során több olyan eredményem is született, ami ezt alátámasztja. A keresztábra elemzés eredményei alapján kijelenthető, hogy a heti edzésidő arányosan nő a jövedelmi szint növekedésével, mert a legmagasabb jövedelműek hetente több mint 8 órát edzenek, ezzel szemben a legalacsonyabb keresetűek hetente 5 óránál kevesebb időt töltenek sporttal. A verseny intenzitás során is a legmagasabb jövedelműek jelölték meg azt, hogy ők több mint 8 versenyen indulnak el évente.

A varianciaanalízis eredményei is alátámasztják, hogy az edzés fontossága a jövedelmi szint alapján is eltérést mutat. Ez a faktor nem annyira lényeges a 150.000 Ft alatti átlag keresettel ($M=2,8$) rendelkezőknek, mint azoknak, akiknek az átlag kereset 300.000 Ft (3,29). Több kutatás is részletezi, hogy a részvétel akadályai többek között a pénz hiánya is lehet (GODBEY et al., 2005; WHITE, 2008), illetve Lindström és munkatársai (2001) szerint komoly pénzügyi kiadást vonhat maga után egy maraton vagy egy triatlon verseny. Másik keresztábrás vizsgálat is alátámasztja azt, hogy a jövedelmi szint befolyásolja az éves sportcélú kiadásokat. A 150.000 Ft alatti átlag jövedelemmel rendelkezők nagy arányban jelölték meg azt, hogy évente 550.000 Ft-nál alacsonyabb összeget fordítanak sporttal kapcsolatos kiadásokra, míg a legmagasabb jövedelemmel rendelkezők több mint 800.000 Ft-ot költenek el ilyen jellegű kiadásokra.

A 18-29 év közötti személyek is 550.000 Ft alatt költenek évente sporttal kapcsolatosan nagyobb arányban, ami összefügghet az előbbi keresztábrás vizsgálattal, hiszen ezek a fiatal sportolók még nem rendelkeznek akkora fizetéssel, tanulnak, vagy pálya kezdők, így nem tudnak ennél magasabb összeget sport célú kiadásokra fordítani.

Második célkitűzésem az volt, hogy melyik tényező játszik kulcsszerepet az állóképességi sportolók számára az elköteleződés szempontjából.

H2: *A magyarországi állóképességi sportolók számára az elköteleződés szempontjából kiemelt jelentőséggel bír az életmódjukra gyakorolt kedvező hatás.*

A hipotézisemet az eredmények igazolták. A kialakított faktorok közül a legmagasabb átlagértéket az egészségorientált életmóddal kapcsolatos faktorok kapták. A vizsgált

állóképességi sportolással kapcsolatban a legfontosabb a kitöltők számára az életminőséget befolyásoló tényezők ($M=4,25$) és az egészséges táplálkozás ($M=3,6$). Schnell és munkatársainak (2014) tanulmánya is azt bizonyítja, hogy az állóképességi sportolók számára az egészségtudatos életmód központi szerepet játszik az életükben, kerülnek az alkoholos italokat, odafigyelnek az egészséges táplálkozásra és tudatosan figyelnek az alvás hosszára és minőségére. A rendszeres sporttevékenység mellett való elköteleződés a fizikai és mentális egészségre is pozitív hatással van (kutatások korábbról), növeli a boldogságérzetet (GRATTON, 2004).

Harmadik célkitűzésem az volt, hogy milyen szintű sportolók (a kérdőív során önbevallás alapján határozta meg a kitöltő, amely vonatkozott a sportmúlra, a sportéletkorra, az edzés gyakoriságára és a versenyrésztételre) a leginkább elkötelezettebbek a sport iránt.

H3: *Akik magas szintű sportolónak (a kérdőív során önbevallás alapján határozta meg a kitöltő, amely vonatkozott a sportmúlra, a sportéletkorra, az edzés gyakoriságára és a versenyrésztételre) tekintik magukat, azok elkötelezettebbek a sport iránt, mint a többi más szinten sportolók.*

A hipotézis beigazolódott, a vizsgálatok adatai alátámasztják. Az élvezet és személyes befektetés faktornál lényegesebben magasabb értéket mutatnak a magas szintű sportolók ($M=4,18$), mint az átlagos ($M=3,02$) és veterán ($M=3,02$) atléták. Hasonlóan vélekedik Davies (2002), Wicker, Breuer és Pawlowski (2009), szerintük, akik elhivatottabban sportolnak, azok jellemzően többet költenek sporttevékenységekre. Ezt Yair (1990) is megjegyzi, a költségek valójában lehetnek az elköteleződés szimbólumai.

Az edzés faktornál is szignifikáns különbség tapasztalható. Itt a magas szintű sportolók ($M=3,89$) magasabb értéket adtak, mint a rekreációs vagy fitness résztvevők ($M=3,38$), az átlag (2,75) és a veterán (2,77) sportolók. Tehát elmondható, hogy az edzés faktor, ami többek között olyan állításokat tartalmaz, mint, hogy meghatározott edzésprogramot tartok, alvási szokásaimat is hozzá igazítom az edzéshez, illetve a versenyhez és edzővel edzek, jelentősebb a magas szintű résztvevőknek. Ezt megerősíti Beaton és munkatársainak (2011) kutatása, miszerint, akik jelentősebb szintű elköteleződést mutatnak, azok gyakrabban járnak sportrendezvényekre és többször edzenek. A magas szintű sportolók ($M=3,76$) a sporttevékenységen való részvétel során is magasabb értéket kaptak, mint a többi más szintű résztvevő (Átlag sportoló: $M=2,92$; Rekreációs, fitness: $M=3,05$; Veterán:

M=3,06). Tehát itt megállapítható, hogy fontosabb szempont nekik az, hogy a hétvégéket és az utazásaikat a sportolás köré tervezzék, vagy az, hogy folyamatosan keresik az állóképességi sporteseményeket, hogy minél többen tudjanak részt venni. Beaton és Funk (2008) szerint a sportolás az érdeklődéstől kezdve fokozatosan változik, és rendszeres részvétellé és elköteleződésé válik. A klaszteranalízis eredményei is azt mutatják, hogy a magas szintű sportolók nagy százalékban tartoznak az elkötelezett sportolók (53,2%) csoportjába.

Negyedik célkitűzésem az volt, hogy akik heti több mint 8 órát edzenek vagy évi több mint 8 versenyen vesznek részt, magasabb elköteleződést mutatnak-e a sport iránt.

H4: *Azok a sportolók, akik több mint 8 órát edzenek hetente, vagy több mint 8 versenyen vesznek részt évente, magasabb elköteleződést mutatnak a sport irányába.*

Az állítás megerősít nyert, miszerint azok, akik, hetente 8 óránál többet edzenek vagy évente több mint 8 versenyen vesznek részt, azok magasabb elköteleződést mutatnak a sport irányába. A varianciaanalízis eredményei ezt alátámasztják. Akik több mint 8 órát edzenek (M=3,78), azoknak magasabb élvezet és személyes befektetést éreztek, mint azoknak, akik kevesebb időt töltenek edzéssel (1-4 edzés egy héten: M=2,81; 5-8 edzés egy héten: M=3,3). Itt ugyanez elmondható a versenyzés gyakoriságánál is, hiszen akik több mint 8 versenyen vesznek részt (M=3,55), azoknak is fontosabb ez a faktor, mint azoknak, akik évente maximum 4 sportrendezvényen indulnak csak el (3,05).

A sportorientált média és termék használata (M= 3,23; M=2,8), az edzés (M=3,45; M=2,56), a sporttevékenységen való részvétel (M=3,49; M=2,87) és az egészséges táplálkozás (M=3,79; M=3,36) fontosabb a heti több mint 8 óránál többek edzők számára, mint a heti 4 óránál kevesebbet edzőknek. Bíró (2018) szerint sok ember számára a hétköznapiak szerves részévé válik a sport, illetve fennáll annak a veszélye is, hogy a sport megszálottjává váljon, és rengeteg időt, energiát áldoz a szabadidejéből (HOCHSTETLER-HOPSICKER, 2012).

A versenyeken való részvétel vizsgálata is alátámasztja, hogy az edzés (M=3,2; M=2,95), a sporttevékenységen való részvétel (M=3,68; M=2,74) és a közösségi sportolás (M=3,21; M=2,65) lényegesebb azok számára, akik évente több mint 8 versenyen vesznek részt, mint azoknak, akik évente maximum 4 versenyen állnak rajthoz. Funk és munkatársai (2011) is úgy vélekednek, hogy az állóképességi versenyek hatást gyakorolnak a sportolók

edzettségi szintjére és Wilhelm, Stanis, Schneider és Russel (2009) is megerősíti ezt, hiszen elkötelezettebbek lesznek a sportolók az aktív életmód iránt, ha versenyeken vesznek részt.

A keresztábrás vizsgálat során is beigazolódott a hipotézis. A hetente 8 óránál többet edzők évente, több mint 8 versenyen indulnak el, 850.000 Ft-nál többet költenek évente sporttermékekre, illetve több fajta versenyen vagy multisport rendezvényeken állnak rajthoz túlnyomó részt és ezek a személyek közép haladó vagy magas szintű sportolónak tartják magukat. A hetente kevesebb, mint ötször edzők évente maximum 4 versenyen indulnak el, 550.000 Ft-nál nem költenek el több pénzt sportcikkekre, általában csak futóversenyeken állnak rajthoz. Fernandes, Correia, Abreu és Biscaia (2013) vizsgálatukban Scanlan (1993) elméletét alkalmazva azt találták, hogy az elköteleződés pozitív kapcsolatban áll három sportfogyasztói formával, többek között a sportfelszerelés vásárlásával is. A sportolók legmagasabb összeget a sportcipőre költenek (azonban ezt magyarázhatja az is, hogy a sportcipő vásárlása egyfajta életmódhoz, stílushoz is köthető), ezt követi a sportruházat, majd legkisebb összeget a kategóriák közül adott sportághoz tartozó kiegészítők beszerzése. Költsési hajlandóság esetében a jelen kutatás kapcsán is fontos eredmény Casper (2007) kutatásának eredménye, miszerint a sportot magasabb szinten űző egyének jellemzően hajlandóak magasabb összeget költeni drágább és modernebb sporteszközökre, alátámasztja jelen kutatás megállapításait. A klaszteranalízis eredményei is alátámasztják ezt a hipotézist. Az elkötelezett klaszterbe tartozó sportolók 42%-a több mint heti 8 órát tölt edzéssel, 43,5%-a pedig évente több mint 8 versenyen vesz részt, szignifikáns a különbség.

Ötödik célkitűzésem az volt, hogy a szociodemográfiai tényezők befolyásolják-e az állóképességi sporttevékenységek aktív részvételét.

H5: *A szociodemográfiai tényezők befolyásolják a sporttevékenységekben való aktív részvételt.*

Ezt az állítást is elfogadom, mert a szociodemográfiai tényezők is hatással vannak az állóképességi sportolásra. A szociodemográfiai tényezők alapján a nemek közötti eltérések is megfigyelhetők. Mind a férfiakat, mind a nőket is más-más tényezők motiválják az állóképességi sportolás során. A T-próba eredményei alátámasztják ezeket. A sporttevékenységen való részvétel fontosabb a nők (M=3,26) számára, mint a férfiaknak

($M=3,15$), hasonlóan a közösségi sport támogatása esetében (nők $M=3,07$, férfi $M=2,78$) továbbá az egészséges táplálkozás is lényegesebb számukra (Nők $M=3,74$; Férfiak $M=3,47$). A nőket jobban motiválja a közösségi sportolás, az önmegvalósítás, a szociális részvétel, ezzel szemben a férfiakat a versenyzés vagy a célok elérése ösztönzi. Malchrowicz és Pocszta (2018) is megemlíti a kutatásukban, hogy a nők számára a hétköznapiakból való kimozdulás, a közösségi részvétel és az egészséges élet motiválja, ezzel szemben a férfiakat a versengés és a célok elérése motiválja leginkább. Ezt alátámasztja Oliveira és munkatársai (2017) is, ők úgy vélik, hogy a sport iránti motivációkban nemi különbségeket lehet felfedezni, mert a nőket főleg a közösségi és egészségügyi szempontok vezérlik, addig a férfiakat első sorban a versenyzés és teljesítményorientáció iránti vágy hajtja. A sportban való részvétel esetében is szignifikáns különbségek figyelhetők meg a családi állapot alapján. Az egyedülállók ($M=3,45$) számára jelentősebb a sporttevékenységen való részvétel, mint a házasságban élők ($M=3,13$). Ezt megerősíti Taniguchi és Shupe (2012) kutatása is, miszerint a házastársak számára megnő a kötelezettségek száma, mint például az első, közös gyermek érkezése, amik erősen csökkentik a sportolási hajlandóságot, illetve a gyakoriságot.

A szociodemográfiai tényezőket vizsgálva fontos megállapítás, hogy a faktorok együttes vizsgálata pontosabb összefüggésekre tud rávilágítani (ENGBERG et al., 2012; MILLER et al., 2019). A felnőttek körében végzett sporttevékenység esetében például a legnagyobb csökkenés jellemzően két faktor esetében együttesen, a házasság megkötése és az első gyermek születése idején van (ENGBERG et al., 2012). Annak érdekében, hogy az eredményeket árnyaltabban tudjuk értelmezni, fontos megemlíteni, hogy azon életesemények bekövetkeztek, amelyek a családi élethez köthetők (például házasságkötés, családalapítás), csökkentheti a sport iránti elköteleződés mértékét és a tevékenység rendszerességét, míg például a tanulmányokkal vagy munkával kapcsolatos életesemények (például felsőoktatási tanulmányok elkezdése vagy a munkaidő növekedése) nem feltétlenül vezet a sporttevékenység csökkenéséhez (MILLER et al., 2019).

A sporttevékenységen való részvétel esetében is szignifikáns különbségek láthatóak a különböző korcsoportoknál. A 18-30 év közötti korosztály ($M=3,49$) értéke magasabb, mint a 31-40-es korcsoport ($M=3,16$) és a 40 év feletti korcsoport ($M=3,17$), ami azt jelzi, hogy a legfiatalabb korosztályba tartozók aktívabbak a sporttal kapcsolatos tevékenységek részvételében. Dumith és munkatársai (2011) és Telama és Yang (2000) szerint a fizikai

aktivitás minden életszakaszban csökken az életkor növekedésével, illetve a korábban már említett, családi élettel összefüggő életesemények (ENBERGH et al., 2012; MILLER et al., 2019) az életkor előre haladtával befolyásolóak lehetnek.

6. AZ ÉRTEKEZÉS FONTOSABB MEGÁLLAPÍTÁSAI, ÚJ ILLETVE ÚJSZERŰ EREDMÉNYEI

Értekezésem új eredményeinek tekintem a következőket:

1. Elsőként vizsgáltam az állóképességi sportrésztvétel iránti fogyasztói érdeklődést befolyásoló tényezőket hazánkban, amely alapján egy komplex modellt alakítottam ki a Sport-elköteleződés (Scanlan, 1993) és a részvételi modellek alkalmazásával.
2. Megállapítottam, hogy az állóképességi sportrendezvényeken való részvételt jövedelem befolyásolja elsősorban. Az alacsony keresetű sportolók évente jóval kevesebb versenyen állnak rajthoz, mint azok, akik magasabb keresettel rendelkeznek. Alátámasztja ezt az eredmény is, hogy a kitöltők az egyik legtöbbször „*a rendezvény regisztrációja és az utazási költség megfizethető*” tényezőt választották.
3. Elsőként azonosítottam klaszteranalízis segítségével az állóképességi sportolói típusokat. A négy különböző típusú sportolói csoport a következő:
 - Alkalmi: Főleg férfiak, idősebbek, elváltak és özvegyek alkotják. Kevésbé aktívak. Átlagos és veteránsportolók alkotják nagyrészt a csoportot. Alacsony sportcélú kiadással rendelkeznek. Évente négynél kevesebb versenyen indulnak csak el.
 - Elkötelezett: Ebben a csoportban a nők alkotják a nagyobb részt. Főleg fiatalabbak tartoznak ebbe a kategóriába. A közép és felső jövedelmi csoportokból vannak jelen a legtöbbször. Ők azok, akik hetente 8 óránál is többet edzenek, és évente több mint 8 versenyen vesznek részt. A klaszter több mint fele magas szintű sportoló. A legmagasabb összeget költik sportcélú termékekre és szolgáltatásokra.
 - Egészségtudatos: A férfiak aránya valamelyest meghaladja a nők arányát. Ebben a kategóriába a fiatalabb korosztály, jellemzően 31-40 év közöttiek, és párkapcsolati státusz szempontjából az egyedülállók tartoznak. Ebben a klaszterben is a magasabb jövedelműek vannak felülreprezentálva. Sokan 4 és 8 óra között edzenek hetente, de a 8 óránál hetente többet edzők aránya még magasabb. A versenyzési

aktivitásuk alacsonyabb, főleg 4 és 8 verseny között állnak rajthoz évente. Sportcélú termékekre és szolgáltatásokra közepes és magas szinten költenek.

- Életmódváltó: a férfiak aránya kicsit magasabb, mint a nőké, és inkább idősebbek és középkorúak alkotják. Felülreprezentáltak a házasságok. Magas az arányuk az alacsony jövedelműek körében. Az átlag, a veterán és fitness résztvevők alkotják főleg a klasztert. Nem aktívak az edzés terén, hetente kevesebb, mint 4 órát sportolnak és hasonló a versenyeken való éves részvételük is. Nagyon alacsony a sporttal kapcsolatos kiadások mértéke ebben a kategóriában
- 4. A sport iránti elköteleződés komplex vizsgálata kapcsán megállapítottam, hogy leginkább az edzéssel eltöltött idő, az évi versenyeken való részvétel, illetve a sportcélú termékekre és szolgáltatásokra kiadott összeg nagysága befolyásolja az elköteleződést. Minél magasabb ezeknek a mértéke, az elköteleződés annál magasabb.

7. AZ ÉRTEKEZÉS EREDMÉNYEINEK GYAKORLATI HASZNOSÍTHATÓSÁGA

A sport mentális egészségre gyakorolt jótékony hatása csaknem ugyanannyira kiemelkedő, mint a fizikai egészség megőrzése esetében. Wheatley és Bickerton (2016) vizsgálatukban azt találták, hogy a rendszeresen végzett sporttevékenység hozzájárul a szubjektív jóllét javulásához, erősíti a közösségi élményt, és magasabb boldogságszintet eredményezhet. Wicker, Breuer és Pawlowski (2009) vizsgálata arra a megállapításra jutott, hogy a megfelelően kiépített sportinfrastruktúra megnöveli az adott célcsoport (nem, kor) sportolási hajlandóságát.

Az ismertetett szakirodalmi áttekintés alapján is elmondható, hogy hazánkban kiemelkedően fontos lenne már egészen kiskortól hangsúlyt fektetni az egészséges életmód népszerűsítésére, és arra ösztönözni a társadalmat, hogy igyekezzon megtalálni azt a mozgásformát, amit lehetőleg rendszeresen tud végezni. Az Eurobarometer (2022) vizsgálata alapján látható, hogy a magyar társadalom az Európai Unió sportolási szokásainak átlagától jóval alulmarad. A WHO-EU jelentése, a „*Health-enhancing physical activity in the European Union*” azt hangsúlyozza, hogy a rendszeres testmozgás nem csak az egészség számára lényeges egyéni szinten, hanem jelentős gazdasági és társadalmi előnyökkel jár. Tehermentesíti az egészségügyi rendszert, a munkaképesség

javul, a szociális jólét megnő. Továbbá a sport gazdasági jelentősége is magas az EU-ban (például a sportturizmus által), hiszen a GDP 2%-át teszi ki (HEPA, 2024).

A *Move* (2015), az *Active for Employment* (2022) és a *Get Active* (2025) olyan komplex stratégiák és példák, amelyek átfogó keretet nyújtanak arra vonatkozóan, hogy a sporttevékenységet miként lehet népszerűsíteni és a fizikai inaktivitást hogyan lehet csökkenteni egy-egy társadalmi csoportban (PIGGIN, 2015; MORGEN et al., 2022; GOV.UK, 2025). Ahhoz, hogy egy ilyen program eredményes legyen, átfogó kutatások szükségesek, amelyek a társadalom állapotát, szokásait, igényeit mérik fel, továbbá feltérképezik az akadályozó tényezőket (például anyagi helyzet, idő, vagy infrastruktúra hiánya). Az eredményekre épülő stratégiai tervezés és beavatkozási programok kialakítása, infrastruktúra fejlesztése kulcsfontosságú a folyamatban. Például a *Get Active* (2025) nevű, brit kormányzati program célja, hogy a sport mindenki számára elérhető legyen, és aktívabb nemzet alakuljon ki. Ehhez az önkormányzatokkal szorosan együttműködve, gazdaságilag és környezetileg is fenntartható sportolási lehetőségeket terveznek kialakítani, amelyek az inklúzió jegyében történnek. A program célja, hogy 2030-ra 1 millióval több gyermek sportoljon. Az *Active for Employment* (2022) fő missziója, hogy feltárja, hogy a sport miként tud segítséget nyújtani a fiatalok számára a munkaerő piaci integráció folyamán.

A 34. számú táblázatban a jelen kutatás kapott eredményeire alapozva készítettem el azt, hogy az elvégzett klaszteranalízis alapján, a különböző kategóriákban milyen gyakorlati beavatkozások lennének hasznosak.

34. táblázat: Az eredmények gyakorlati hasznosítása

Klaszter	Jellemzők	Javasolt beavatkozás, fejlesztési terület	Szervezési gazdálkodási megvalósítás	Javasolt sportkínálat
Alkalmi sportolók	Az állóképességi sport aktivitásuk alacsony, nem elégé motiváltak ahhoz, hogy egy sport közösséghez csatlakozzanak, a sportban való fejlődés nem releváns számukra.	Helyi rendezvények szervezése: sportolási és versenyzési lehetőségek biztosítása a lakó helyünk környékén. Közösségi programok: érdeklődés felkeltése élmények által. Szemléletformálás: aktív életmód elősegítése.	Partnerségi modell, költségtervezés Programportfólió, kommunikáció Kampánytervezés	Önkormányzatok: ingyenes vagy alacsony költségű versenyek rendezése. Rendezvényszervezők: buli futamok, rövid távú teljesítmény túrák szervezése, ahol a részvétel fontossága az elsődleges. Állami szint: az aktív sportolással kapcsolatos média

				kampány indítása.
Elkötelezett sportolók	Az állóképességi sport a minden napi élet szerves része számukra, teljes mértékben elkötelezettek a sport iránt. A lehető legtöbb sport rendezvényen részt akarnak venni. A sporttal kapcsolatos médiát folyamatosan figyelik. Őket nem az egészségtudatosság, hanem a folyamatos fejlődés motiválja.	Egyéni ajánlatok kialakítása: személyre szabott sportolási- és versenyzési lehetőségek biztosítása. Közösségi élmény szinten tartása: sportolói közösségek létrehozása.	Szegmentáció és személyre szabás, árképzés, hűségprogram Közösségmenedzsm ent, minőségbiztosítás	Rendezvényszervezők : éves versenynaptár előre tervezése, hűség programok bevezetése. Egyesületek: edzőtáborok vagy edzőcsoportok megalapítása a közösségi edzés céljából.
Egészségtudatos sportolók	Elsődleges tényező számukra az egészséges életmód fenntartása. Mozgással és edzéssel szeretnék javítani a kondíciójukat. Nem készíti őket a versenyeken való részvétel, vagy a közösségi sportélet. Nem prioritás számukra, hogy támogassák őket a sportban.	Infrastruktúra biztosítása: sportolási lehetőség biztosítása. Egészségorientáltság fejlesztése: az egészségtudatosságra való felhívás, és motiválás. Társas kapcsolatok erősítése: közösségi élmények által motiválni a sportolókat, hogy részt vegyenek egy sportközösség életében.	Projektmenedzsment , hasznosítás Szolgáltatás- ökoszisztéma Közösségi beléptetés, élménytervezés	Állam: kondi park, futópálya építtetése. Önkormányzatok: közösségi futások vagy tornák szervezése. Rendezvényszervezők : olyan rendezvények létrehozása, amelynek a célja a szocializáció, a közösséghez való csatlakozás. Ezek lehetnek például tömegsport rendezvények.
Életmódváltó sportolók	Még csak most ismerkednek az állóképességi sporttal. Elsődleges céljuk, hogy az életminőségükön javítsanak. Aktivitást mutatnak az edzésben és a versenyeken való részvételben.	Kezdők számára felkészítő programok: közösségi edzés és sportolás a motiváció fenntartása érdekében. Közösségek létrehozása: amatőr sportegyesületekhez való belépés elősegítése.	Szolgáltatáscsomag és ütemezés Beléptetési rendszer, kedvmenyrendszer	Egyesületek: mentorálási lehetőségek az egyesülethez tartozók számára, mint például: felkészülési program egy 5 km hosszú versenyre. Rendezvényszervezők : olyan kategóriák elindítása, amely kedvezményt nyújt a kezdők számára.

Forrás Saját kutatás, saját szerkesztés

Megállapítottam, hogy az alábbi klaszterelemzés alapján az állóképességi sportolók különböző csoportjai eltérő motivációval, aktivitási szinttel és fogyasztói magatartással

rendelkezők, ami a szervezés- és gazdálkodástudomány szempontjából differenciált, célzott menedzsment megközelítést igényel. Az alkalmi sportolókra az alacsony elköteleződés és a motiváció hiánya jellemző, a sportban való fejlődés nem releváns számukra. A keresletélénkítés és a piacbővítés fontos ezen a területen. Ingyenes vagy alacsony költségű versenyek rendezését kell megvalósítani helyi szinten. Közösségi rendezvényeket kell megszervezni, mint pl: buli futamok, ahol az élményszerzés a fontos. Állami szinten sporttal kapcsolatos média kampányt lenne érdemes indítani. Az elkötelezett sportolók számára az állóképességi sportolás a minden napi élet szerves részét képezi. Javasolt számukra egyéni ajánlatot kialakítani, illetve a közösségi élményt szinten tartani. Menedzsment szempontból fontos a szegmentáció és a személyre szabás, az árképzés, a hűségprogram és a közösségmenedzsment. Érdemes lenne számukra éves versenynaptárt megtervezni, hogy minél több rendezvényen tudjanak részt venni. A rendezvényszervezőknek érdemes lenne hűség programokat bevezetni, amelyek tovább erősítik a kötődést egy verseny iránt. A közösségi élmény szinten tartása érdekében edzőcsoportokat lenne érdemes megalapítani és edzőtáborokat megszervezni.

Az egészségtudatos sportolók számára az elsődleges tényező az egészséges életmód fenntartása. Ebben a szegmensben az infrastruktúra biztosítása (kondi park, futópálya), az egészségorientáltság fejlesztése (közösségi futások) és a társas kapcsolatok erősítése (szocializáció) a kulcsfontosságú. Menedzsment szempontból elsődleges a szolgáltatás-ökoszisztéma, az élménytervezés és a projektek megvalósítása és hasznosítása. Az életmódváltó sportolók még csak ismerkedési fázisban tartanak az állóképességi sportokkal. Céljuk, hogy javítsanak az életminőségükön. A beléptetés és megtartás menedzsment szempontból kulcsfontosságú. A jól strukturált szolgáltatáscsomagok, a fokozatos terhelésre épülő programok és kedvezményrendszerek segítenek abban, hogy hosszú távon elköteleződjenek ezek a sportolók. A sportegyesületeknek érdemes mentorálási programokat elindítani, illetve a rendezvényszervezőknek olyan kategóriákat, amely kedvezményeket nyújt a résztvevők számára. A klaszterek szerinti differenciált megközelítés lehetővé teszi a sportpiaci szereplők számára, hogy célzott stratégiákat alkalmazzanak. A hatékony szervezési és gazdálkodási döntések alapja a fogyasztói igények pontos megértése, amely hozzájárul a szolgáltatások minőségének javításához, a részvételi arány növeléséhez és a sportágazat fenntartható fejlődéséhez.

ÖSSZEFOGLALÁS

Kutatásom hazai viszonylatban vizsgálja az amatőr állóképességi sportolókat és versenyeket, illetve az ehhez kapcsolódó gazdasági tényezőket, melyek a sportturizmus kapcsán is relevánsak. A kutatás feltérképezi a hazai amatőr sportolók körében a motivációs, valamint a sporttal kapcsolatos elköteleződés tényezőit, részvételi szokásait és a sporttal kapcsolatos, aktív életmódot. A kutatás elsődleges célja az volt, hogy átfogó képet nyújtson a sportban való elköteleződést befolyásoló tényezőkről, az állóképességi sportok hazai kínálatáról, illetve a sportesemények turisztikai és gazdasági hatásairól. Fókuszban a futás, a kerékpározás, a triatlon és az akadályfutás sportágak álltak. A szakirodalmi fejezetben először ismertettem a sport jelenségével kapcsolatos definíciókat. Ezt követően a sportturizmussal foglalkoztam, bemutatásra került ez a dinamikusan fejlődő iparág - hazai viszonylatban is, amelyben a résztvevők aktívan és passzívan is jelen lehetnek. Ezt követően a sportrendezvények kiemelt szerepét mutattam be a turizmus fejlesztésében, illetve kategorizáltam azokat.

Az alapvető fontosságú definíciók ismertetését követően az állóképességi sport bemutatása következett. Kitértem az állóképességi sportesemények sportturizmus és gazdaságélénkítő szerepére. A vizsgált téma pontosabb megértése érdekében bemutattam a magyar emberek aktivitásának trendjeit, amelyet az Eurobarometer (2022) adatai alapján ismertettem. A sporttevékenységben való elköteleződést befolyásoló tényezőket ismertettem, illetve a sportolók állóképességi eseményeken való részvételével kapcsolatos elméleteket mutattam be. Végül a sport-elköteleződés modell (Scanlan, 1993) került bemutatásra, amely kutatásom elméleti keretét képezi, és leírja azokat a tényezőket, amelyek meghatározzák az egyén sport iránti elkötelezettségének intenzitását és időtartamát. A kutatás során kvantitatív módszert alkalmaztam. Kérdőíves felmérés segítségével gyűjtöttem adatot. Az online kérdőívet 674 felnőtt korú személy töltötte ki, 342 férfi (50,7%), 332 nő (49,3%). A válaszok elemzése SPSS 27 szoftverrel történt, amelynek alkalmazásával először gyakorisági eloszlásokat, leíró statisztikai mutatókat és kereszttábla elemzéseket készítettem.

A kutatásban az alábbi statisztikai próbákat végeztem el:

Az összefüggések vizsgálatára Pearson-féle khi-négyszet próbát használtam, és Cramer-féle asszociációs együtthatóval elemeztem a tényezők közötti kapcsolatot. Ezt követően

faktoranalízist használtam az adatredukcióhoz. T-próbát és varianciaanalízist végeztem a szociodemográfiai tényezők és a különböző sport részvételi jellemzők mentén. Végül az állóképességi sportolók beazonosítására kétlépcsős klaszterelemzést alkalmaztam. A kereszttábla elemzésekkel megállapítottam, hogy az állóképességi sportversenyekre járás gyakorisága, illetve a részvételi tényezők és a szociodemográfiai tényezők között szignifikáns összefüggés van. A kutatás alapján kijelenthető, hogy a nők számára fontosabb a közösségben való sportolás, a kiteljesedés, a közösségi részvétel, ezzel szemben a férfiakat a minél jobb eredmény elérése ösztönzi.

Faktoranalízis alkalmazásával az életmód és az elköteleződés tekintetében is kialakultak különálló faktorcsoportok. Az életmód esetében 5 faktorcsoport (Sportorientált média és termék használta; Edzés; Sporttevékenységen való részvétel; Közösségi sport támogatása; Egészséges táplálkozás), míg az elköteleződésnél 4 faktorcsoport (Élvezet, személyes befektetések; Életminőséget befolyásoló tényezők; Elköteleződés, támogatás; Alternatívák, társadalmi korlátok) jött létre. A faktorok rangsorolását követően a legmagasabb értéket az életminőséget befolyásoló ($M=4,25$) faktor kapta, amelyet a következő állításokból áll össze: „*a folyamatos részvétel állóképességi sportban fitten tart*”, „*az állóképességi sport megszabadít a stressztől*”, „*segít a célok elérésében*” és „*a teljesítmény érzését adja a részvétel*”. A létrejött faktorok segítségével t-próba és varianciaanalízis vizsgálatokat végeztem. Statisztikailag szignifikáns különbségeket tártak fel a vizsgálatok mind az életkor, a nem, a családi állapot, a végzettség, az anyagi helyzet, a heti edzésidő, az évi versenyre járás, a sportverseny típusa, és a sportoló szint között.

A kétlépcsős klaszteranalízis során a létrehozott faktorok segítségével állóképességi sportolói típusokat azonosítottam. A szegmentálás során 4 típust alakítottam ki: alkalmi, elkötelezett, egészségtudatos és életmódváltó. Az alkalmi sportolói csoportba azok kerültek be, akik minimális aktivitási szinttel rendelkeznek az állóképességi sporttevékenység terén. Az elkötelezett sportolói csoportot azok alkotják, akik teljes mértékben elhivatottak az állóképességi sportolással kapcsolatban. Az egészségtudatos sportolói csoportba azok esnek, akiknek a sportolás az egészségtudatos élet fenntartásának fontos eszköze. Végül az életmódváltó sportolói csoportba tartoznak azok, akik az állóképességi sportolást most próbálgatják.

SUMMARY

The current study examines endurance events and athletes in Hungary, and the related economic factors within the framework of sport tourism. Furthermore, the study focuses on amateur endurance athletes, exploring their sport-related motivational and commitment factors, participation habits, and the characteristics of an active lifestyle. The primary aim of the research was to give a comprehensive picture of the factors influencing commitment, the Hungarian availability of endurance sports, and the tourism and economic impacts of these events. The main focus of the study was on running, cycling, triathlon, and obstacle course racing.

In the literature review chapter I first presented the key definitions of sport. Then I introduced the phenomenon of sport tourism, presenting this dynamically developing industry - particularly in Hungary - in which participants can be actively or passively involved. After this, I showed the important role of sporting events in the development of sport tourism and categorized them. After presenting the fundamental definitions, I described endurance sports and events, and their role in developing sport tourism and the economy. To show a more accurate understanding of the current topic, I presented trends in the physical activity of Hungarian people based on data from Eurobarometer (2022). Factors influencing commitment to sport activities were presented based on international studies, and theories related to athletes' participation in endurance events were discussed.

Finally, I presented The Sport Commitment Model (Scanlan, 1993), which gives the theoretical framework of my research. This model (Scanlan, 1993) describes the factors that determine the intensity and duration of an individual's commitment to sport. A quantitative method has been used in this research. I collected data through an online questionnaire survey. The survey was completed by 674 adults, 342 men (50.7%) and 332 women (49.3%). The answers were analyzed using SPSS 27 Software, which I used to perform frequency distributors, descriptive statistics and cross-tabulation.

In my research I performed the following statistical tests:

I used Pearson's chi-square test to examine the correlations and analyzed the relations between the factors between Cramér's association coefficient. I then used factor analysis for data reduction. I performed t-test and ANOVA along socio-demographic factors and

various sport participation characteristics. Finally, I used two-step cluster analysis to identify and categorize endurance athletes. Using cross tabulation, I found that there is a significant correlation between the frequency of participation in endurance sport competitions, participation factors and socio-demographic factors. Based on the current study, it can be seen that for women participating in sports with others and fulfillment are more significant, while for men the most important is achieving the best possible results.

Using factor analysis, separate factor groups were created in terms of lifestyle and commitment. In the case of lifestyle, five factor groups were identified (Use of sports-oriented media and products; Training; Participation in sports activities; Support for community sports; Healthy eating), while in the case of commitment, four factor groups were created (Enjoyment, personal investment; Factors influencing quality of life; Commitment, support; Alternatives, social constraints). After ranking the factors, the highest value was given to the Factor influencing quality of life ($M=4.25$), which consists of the following statements: "Continuous participation in endurance sports keeps you fit", "Endurance sports reduce the level of stress", "They help you achieve your goals", and "Participation gives you a sense of accomplishment".

Using the factors identified, I performed t-tests and ANOVA. The tests revealed statistically significant differences in terms of age, gender, marital status, education, financial situation, weekly training time, annual competition participation, type of sports competition and athlete level. With the help of two-step cluster analysis, I identified different types of endurance athletes using the factors created. 4 types were developed during the segmentation process: occasional, committed, health-conscious, and lifestyle-changer. The occasional athlete group included those who participated minimally in endurance sports. The committed athlete group consisted of those who are fully committed to endurance sports. The health-conscious group included those for whom sports play a key role in maintaining a healthy lifestyle. Finally, lifestyle changer athletes are those who are currently beginning to explore endurance sports.

RÖVIDÍTÉSEK JEGYZÉKE

DF: Szabadságfok

EU27: Európai Unió

GDP: Bruttó hazai termék

KMO: Kaiser-Meyer-Olkin

KPMG: Klynveld, Peat, Marwick és Goerdeler

M: Átlag

N: Darabszám

P: Szignifikancia

UNWTO: UN Tourism (Turisztikai Világszervezet)

IRODALOMJEGYZÉK

- [1.] Ács P. (2014): Gyakorlati adatelemzés. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar, Pécs. 295.p.
- [2.] Ács,P. –Stocker,M. –Füge,K. –Paár,D. –Oláh,A. –Kovács, A. (2016): Economic and public health benefits: the result of increased regular physical activity. *European Journal of Integrative Medicine*, 8(2), 8-12.DOI: 10.1016/j.eujim.2016.11.003
- [3.] Aicher, T. J., & Newland, B. L. (2018). To explore or race? Examining endurance athletes' destination event choices. *Journal of Vacation Marketing*, 24(4), 340-354..
- [4.] Aicher, T. J., & Brenner, J. (2015). Individuals' motivation to participate in sport tourism: a self-determination theory perspective.
- [5.] Akoglu, H. (2018). User's guide to correlation coefficients. *Turkish journal of emergency medicine*, 18(3), 91-93.
- [6.] Allender, S., Cowburn, G. & Foster, C. 2006. Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies. *Health education research*, 21(6):826-835.
- [7.] Anderlová, M. (2025). A comprehensive analysis of triathlon.
- [8.] Andersen, J. J. –Vania, N. (2020): Marathon Statistics 2019 Worldwide. forrás:<https://run-repeat.com/research-marathon-performance-across-nations>
- [9.] András, K., & Kozma, M. (2014). A nagy nemzetközi sportesemények gazdasági hatásai.
- [10.] Arnould, E. J., & Price, L. L. (1993). River magic: Extraordinary experience and the extended service encounter. *Journal of consumer Research*, 20(1), 24-45.
- [11.] Aszmann, A. (2000) Fiatalok egészségi állapota és egészségi magatartása. Országos Tisztifőorvosi Hivatal, Budapest
- [12.] Babbie, E. (2003). Lessons learned from teaching qualitative methods. *Qualitative Research Journal*, 11, 23.
- [13.] Baker, C.W., Little, T.D., Brownell, K.D. (2003) Predicting adolescent eating and activity behaviors: The role of social norms and personal agency. *Health Psychology*, 22, 189–198
- [14.] Baker, J., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Expertise in ultra-endurance triathletes early sport involvement, training structure, and the theory of deliberate practice. *Journal of applied sport psychology*, 17(1), 64-78.
- [15.] Baloglu, S. (2001). Image variations of Turkey by familiarity index:

- Informational and experiential dimensions. *Tourism management*, 22(2), 127-133.
- [16.] Baum, T.G. & Lockstone, L. 2007. Volunteers and mega sporting events: developing a research framework. *International journal of event management research*, 3(1):29-41.
- [17.] Bauman, A., Murphy, N., & Lane, A. (2009). The role of community programmes and mass events in promoting physical activity to patients. *British journal of sports medicine*, 43(1), 44-46.
- [18.] Bátor, G. L., Laczkó, T., & Szabó, P. (2024). A 2023. Évi WKF karate világbajnokság nézőinek fogyasztási szokásai és a nemzetgazdasági hatások vizsgálata. *Stadium-Hungarian Journal of Sport Sciences*, 7(2).
- [19.] Beaton, A. A., & Funk, D. C. (2008). An evaluation of theoretical frameworks for studying physically active leisure. *Leisure Sciences*, 30(1), 53-70.
- [20.] Beaton, A. A., Funk, D. C., Ridinger, L., & Jordan, J. (2011). Sport involvement: A conceptual and empirical analysis. *Sport management review*, 14(2), 126-140.
- [21.] Berki, T., & Pikó, B. (2020). A sportolói identitás és a sport-elköteleződés összefüggései serdülő sportolók körében. *Neveléstudomány| Oktatás–Kutatás–Innováció*, 8(3), 18-31.
- [22.] Bíró M. (2018): Bevezetés a sportpedagógiába In: Münnich, Ákos (szerk.) *Fejezetek a Sport-pszichodiagnosztika és Tanácsadás témaköreiből*. Debrecen, Magyarország: Debreceni Egyetem Bölcsészettudományi Kar Pszichológiai Intézet.
- [23.] Bíró, M., & Müller, A. (2017). Aktív pihenés, rekreáció= Aktív relaxáció, kikapcsolódás.
- [24.] Borgers, J., Thibaut, E., Vandermeerschen, H., Vanreusel, B., Vos, S., & Scheerder, J. (2015). Sports participation styles revisited: A time-trend study in Belgium from the 1970s to the 2000s. *International review for the sociology of sport*, 50(1), 45-63.
- [25.] Bowles, H. R., Rissel, C., & Bauman, A. (2006). Mass community cycling events: Who participates and is their behaviour influenced by participation?. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 3, 1-7.
- [26.] Brandy, M. K., & Cronin Jr, J. J. (2001). Some new thoughts on conceptualizing perceived service quality: a hierarchical approach. *Journal of Marketing*, 65(3), 34-49.
- [27.] Bridel, W. F. (2010). Finish... whatever it takes": Considering pain and pleasure in the ironman triathlon: A socio-cultural analysis. Unpublished doctoral dissertation). Queen's University, Kingston, Ontario, Canada.

- [28.] Brown, S. (2005). Travelling with a purpose: Understanding the motives and benefits of volunteer vacationers. *Current issues in tourism*, 8(6), 479-496.
- [29.] Bryan, H. (1977). Leisure value systems and recreational specialization: The case of trout fishermen. *Journal of leisure research*, 9(3), 174-187.
- [30.] Burnley, M., & Jones, A. M. (2007). Oxygen uptake kinetics as a determinant of sports performance. *European journal of sport science*, 7(2), 63-79.
- [31.] Borjesson, M., Dellborg, M., Niebauer, J., LaGerche, A., Schmied, C., Solberg, E. E., ... & Pelliccia, A. (2019). Recommendations for participation in leisure time or competitive sports in athletes-patients with coronary artery disease: a position statement from the Sports Cardiology Section of the European Association of Preventive Cardiology (EAPC). *European Heart Journal*, 40(1), 13-18.
- [32.] Boros, Sz., Kalmárné, R. Cs. (2011): A szabadidő-eltöltési szokások testi énképére gyakorolt hatásai. *Kalokagathia*, 49 (2-4). 118-128.
- [33.] Bowdin, G. A., Allen, J., Harris, R., Jago, L., O'toole, W., & McDonnell, I. (2023). *Events management*. Routledge.
- [34.] Brady, M. K., & Cronin Jr, J. J. (2001). Some new thoughts on conceptualizing perceived service quality: a hierarchical approach. *Journal of marketing*, 65(3), 34-49.
- [35.] Brown, S. (2005). Travelling with a purpose: Understanding the motives and benefits of volunteer vacationers. *Current issues in tourism*, 8(6), 479-496.
- [36.] Burfoot, A. (2007). The history of the marathon: 1976–present. *Sports Medicine*, 37(4), 284-287.
- [37.] Casper, J. (2007). Sport commitment, participation frequency and purchase intention segmentation based on age, gender, income and skill level with US tennis participants. *European Sport Management Quarterly*, 7(3), 269-282.
- [38.] Casper, J. M., Gray, D. P., & Stellino, M. B. (2007). A sport commitment model perspective on adult tennis players' participation frequency and purchase intention. *Sport Management Review*, 10(3), 253-278.
- [39.] Casper, J.M. & Stellino, M.B. 2008. Demographic predictors of recreation tennis participants sport commitment. *Journal of park and recreation administration*, 26(3):93-115.
- [40.] Churchill Jr, G. A., & Surprenant, C. (1982). An investigation into the determinants of customer satisfaction. *Journal of marketing research*, 19(4), 491-504.

- [41.] Coakes, S.J. 2005. SPSS: analysis without anguish: version 12.0 for Windows. Milton, Ontario: Wiley.
- [42.] Coalter, F. (2013). Sport for development: What game are we playing?. Routledge.
- [43.] Collins, T. (2013): Sport in Capitalist Society: A Short History. Routledge.
- [44.] Crompton, JL (1979). Motivációk az élvezeti nyaraláshoz. *Annals of Tourism Research* , 6 (4), 408-424.
- [45.] Csinády, A. (2019). Gerontofitness–A rendszeres testmozgás jótékony hatása az idősödő emberek testi-lelki egészségére.
- [46.] Czeglédi O. –Sipos-Onyestyák N. –S. Mishler –S. Cernaianu –Tóth Cs. –R. Melo (2018): Városi futóversenyek hatásai a helyi turizmusra és területfejlesztésre. In: Szabó T. –Bánhidi M.–Szóts G. (szerk): Magyar Sporttudományi Társaság, 127-158.
- [47.] Daley, A. J., Copeland, R. J., Wright, N. P., & Wales, J. K. (2008). I Can Actually Exercise If I Want To; It Isn't As Hard As I Thought' A Qualitative Study of the Experiences and Views of Obese Adolescents Participating in an Exercise Therapy Intervention. *Journal of health psychology*, 13(6), 810-819.
- [48.] Damster, G., & Tassiopoulos, D. (2005). Event management: A professional and developmental approach. Juta and Company Ltd.
- [49.] Davies, L. E. (2002). Consumers' expenditure on sport in the UK: increased spending or underestimation?. *Managing leisure*, 7(2), 83-102.
- [50.] Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of research in personality*, 19(2), 109-134.
- [51.] Deery, M., Jago, L. & Fredline, L. (2004): Sport tourism or event tourism: are they one and the same? *Journal of sport and tourism*, 9(3):235-245.
- [52.] Derderian, T. (1995). Boston marathon: the first century of the world's premier running event (pp. xxvi+-635).
- [53.] Dishman, R. K. (2003). The impact of behavior on quality of life. *Quality of life research*, 12, 43-49.
- [54.] Downward, P. és Lumsdon, L. (2004). Turisztikai közlekedés és a látogatók költése: Egy tanulmány a North York Moors Nemzeti Parkban, Egyesült Királyság. *Journal of Travel Research* , 42 (4), 415-420.
- [55.] Dumith, S. C., Gigante, D. P., Domingues, M. R., & Kohl III, H. W. (2011).

- Physical activity change during adolescence: a systematic review and a pooled analysis. *International journal of epidemiology*, 40(3), 685-698.
- [56.] Edelman, R., & Wilson, W. (2017). *The Oxford handbook of sports history*. Oxford University Press.
- [57.] Egli, T., Bland, H. W., Melton, B. F., & Czech, D. R. (2011). Influence of age, sex, and race on college students' exercise motivation of physical activity. *Journal of American college health*, 59(5), 399-406.
- [58.] Engberg, E., Alen, M., Kukkonen-Harjula, K., Peltonen, J. E., Tikkanen, H. O., & Pekkarinen, H. (2012). Life events and change in leisure time physical activity: a systematic review. *Sports medicine*, 42(5), 433-447.
- [59.] Eyada, B. (2020). Brand activism, the relation and impact on consumer perception: A case study on Nike advertising. *International Journal of Marketing Studies*, 12(4), 30-42.
- [60.] Fairley, S. (2003). Újraélt társas élmény keresése: Csoportos nosztalgia sportturizmus. *Journal of Sport Management*, 17 (3), 284-304.
- [61.] Farrell, D., & Rusbult, C. E. (1981). Exchange variables as predictors of job satisfaction, job commitment, and turnover: The impact of rewards, costs, alternatives, and investments. *Organizational behavior and human performance*, 28(1), 78-95.
- [62.] Fernandes, N., Correia, A., Abreu, A. M., & Biscaia, R. (2013). Relationship between sport commitment and sport consumer behavior. *Motricidade*, 9(4), 2-11.
- [63.] Ferreira, M. (2015). A critical assessment of sport consumption at endurance events in South Africa (Doctoral dissertation).
- [64.] Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American psychologist*, 56(3), 218.
- [65.] Fritz, P. (2019). Alapfogalmak és jelentéseik a rekreáció területén: Rekreáció mindenkinek III. Miskolci Egyetemi Kiadó, Miskolc, 29.
- [66.] Fullagar, S., & Pavlidis, A. (2012). "It's all about the journey": Women and cycling events. *International Journal of Event and Festival Management*, 3(2), 149-170.
- [67.] Funk, D.C., Toohey, K. & Bruun, T. (2007): International sport event participation: prior sport involvement; destination image; and travel motives. *European sport management quarterly*, 7(3):227-248.
- [68.] Funk, D., Jordan, J., Ridinger, L., & Kaplanidou, K. (2011). Capacity of

- mass participant sport events for the development of activity commitment and future exercise intention. *Leisure Sciences*, 33(3), 250-268.
- [69.] Gabriella, D. (2008). A nemzetközi sportrendezvény-szervezési projektek sikertényezői és a siker megítélésének kritériumai. PhD-dolgozat, Veszprém
- [70.] Gabriel, Z., & Bowling, A. N. N. (2004). Quality of life from the perspectives of older people. *Ageing & Society*, 24(5), 675-691.
- [71.] Getz, D. (2008). Event tourism: Definition, evolution, and research. *Tourism management*, 29(3), 403-428.
- [72.] Getz, D., & McConnell, A. (2011). Serious sport tourism and event travel careers. *Journal of sport management*, 25(4), 326-338.
- [73.] Getz, D., & McConnell, A. (2014). Comparing trail runners and mountain bikers: Motivation, involvement, portfolios, and event-tourist careers. In *Journal of Convention & Event Tourism* (Vol. 15, No. 1, pp. 69-100). Taylor & Francis Group.
- [74.] Getz, D. & Page, S.J. (2016b): Progress and prospects for event tourism research. *Tourism management*, 52(Feb):593-631.
- [75.] Getz, D., & Page, S. J. (2019). *Event studies: Theory, research and policy for planned events*. Routledge.
- [76.] Ghosh, A.K. 2004. Review article-anaerobic threshold: its concept and role in endurance sport. *Malaysian journal of medical sciences*, 11(1):24-36.
- [77.] Gibson, H. (2005) Towards an understanding of ‘why sport tourists do what they do’, *Sport in Society*, 8(2), pp. 198–217
- [78.] Gibson, H.J., Kaplanidou, K. & Kang, S.J. 2012. Small-scale event sport tourism: a case study in sustainable tourism. *Sport management review*, 15(2):160-170.
- [79.] Godbey, G. C., Caldwell, L. L., Floyd, M., & Payne, L. L. (2005). Contributions of leisure studies and recreation and park management research to the active living agenda. *American journal of preventive medicine*, 28(2), 150-158.
- [80.] Goodsell, T. L., Harris, B. D., & Bailey, B. W. (2013). Family status and motivations to run: a qualitative study of marathon runners. *Leisure Sciences*, 35(4), 337-352.
- [81.] Gősi, Z. (2019). Jótékony futás: A társadalmi felelősségvállalás megjelenése futó sporteseményeken. *recreation*, 9(1), 28-30.
- [82.] Gősi, Z., & Magyar, M. (2019). Alternatív mozi élmények. *recreation*, 9(3), 30-32.

- [83.] Gösi Zs., Tóth D. Z., Bukta Zs. (2019): Sportrendezvények a társadalmi felelősségvállalás jegyében. In: András K., Havran Zs., Kajos A., Kozma M., Kynsburg Z., Máté T. (szerk) III. SKEOF Konferencia: A település és a sport XXI. századi kapcsolata – Absztraktkötet. Budapest. Budapesti Corvinus Egyetem 20-22 Hahn V., Halle M., Schmidt-Tr
- [84.] Gösi, Z., & Bukta, Z. (2020). Mozgással a társadalomért; Sport és az egyéni társadalmi felelősségvállalás: EXERCISE FOR SOCIETY; SPORT AND INDIVIDUAL SOCIAL RESPONSIBILITY. *Közép-Európai Közlemények*, 13(4), 115-131.
- [85.] Gratton, C. (2004). Sport, health and economic benefit. Driving up participation: the challenge for sport, 61-67.
- [86.] Gratton, C., Dobson, N., & Shibli, S. (2000). The economic importance of major sports events: a case-study of six events. *Managing leisure*, 5(1), 17-28.
- [87.] Gulyás, E (2012): A sportszolgáltatások menedzsmentje pp. 122-131. In: Sterbenz, Tamás; Géczi, Gábor (szerk.) Sportmenedzsment. Budapest, Magyarország: Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, (2012) p. 392
- [88.] Gyömörei T. (2010): Mibe fektessünk? Értékteremtés a sportban=megtérülés? In: Győrfi J. (szerk.): Sportszakember továbbképzési konferencia sorozat II. kötet Budapest: Nemzeti Sportszövetség p. 105-113.
- [89.] Gyömörei, T. (2014). Az önkormányzatok sportfinanszírozása Magyarországon. IDResearch.
- [90.] Gyulavári T. - Mitev A. Z. - Neulinger Á. - Neumann-Bódi E. - Simon J. - Szűcs K. (2017). A marketingkutató alapjai. Akadémiai Kiadó. Letöltve: https://mersz.hu/hivatkozas/dj240ama_163_p2#dj240ama_1
- [91.] Hall, C.M. (1992): Hallmark tourist events: impacts, management and planning. London: Belhaven Press.
- [92.] Hall, M. S. (2013). A cross-sectional examination of the predictors of commitment in skateboarders. The University of Utah.
- [93.] Hallmann, K., & Breuer, C. (2010). Image fit between sport events and their hosting destinations from an active sport tourist perspective and its impact on future behavior. *Journal Of Sport & Tourism*, 15(3), 215-237.
- [94.] Hallmann, K., Kaplanidou, K., & Breuer, C. (2010). Event image perceptions among active and passive sports tourists at marathon races. *International Journal of Sports Marketing and Sponsorship*, 12(1), 32-47.

- [95.] Halpenny, E., Kulczycki, C., & Moghimehfar, F. (2016). Factors effecting destination and event loyalty: Examining the sustainability of a recurrent small-scale running event at Banff National Park. *Journal of Sport & Tourism*, 20, 233–262.
- [96.] Hawley, A., Mercuri, M., Hogg, K., & Hanel, E. (2017). Obstacle course runs: review of acquired injuries and illnesses at a series of Canadian events (RACE). *Emergency medicine journal*, 34(3), 170-174.
- [97.] Hecker, F. (2019): Milliárdokat futnak össze a külföldiek. Világ gazdaság. Elérhető: <https://www.vg.hu/vilaggazdasag/vilaggazdasag-magyar-gazdasag/milliardokat-futnak-ossze-a-kulfoldiek-1518614>
- [98.] Helmenstein, C., Kleissner, A. és Moser, B. (2007). Az UEFA EURO 2008 makrogazdasági és ágazati hatásai Ausztriában. SpEA, Bécs.
- [99.] Hemmati Nezhad, M. A., Malek Akhlagh, E., Mottaghi Talab, M., Afshar Nezhad, T., & MIRKAZEMI, S. (2009). Investigating the relationship between demographic characteristics of the sports competition participants and their interest to further travel to the destination. *World Journal of Sport Sciences*, 2(3), 145-153.
- [100.] Higham, J. (1996). The Bledisloe Cup: Quantifying the direct economic benefits of event tourism, with ramifications for a city in economic transition. *Festival Management and Event Tourism*, 4(3-4), 107-116.
- [101.] Hochstetler, D., & Hopsicker, P. M. (2012). The heights of humanity: Endurance sport and the strenuous mood. *Journal of the Philosophy of Sport*, 39(1), 117-135.
- [102.] Hofmeister-Tóth, Á., Malota, E., & Neulinger, Á. (2008). A sport és az olimpia iránti attitűdök Magyarországon. *Marketing & Menedzsment*, 42(3), 4-15.
- [103.] Hoffman, M.D. & Fogard, K. 2012. Demographic characteristics of 161-km ultra-marathon runners. *Research in sports medicine*, 20(1):59-69.
- [104.] Homans, G.C. (1961). *Social behavior: its elementary forms*. New York, NY: Harcourt.
- [105.] Hőnyi, D., Kinczel, A., Váczi, P., & Müller, A. (2021). Fiatalok rekreációs tevékenységeinek vizsgálata. Különleges Bánásmód-Interdiszciplináris folyóirat , 7 (2), 105-110.
- [106.] Humphreys, B. R., & Ruseski, J. E. (2006). Economic determinants of participation in physical activity and sport. Unpublished Working Paper Series, (06-13), 1-25.
- [107.] Humphreys, B. R., & Ruseski, J. E. (2007). Participation in physical activity and government spending on parks and recreation. *Contemporary economic policy*,

25(4), 538-552.

- [108.] Humphreys, BR és Ruseski, JE (2011). A fizikai aktivitásban való részvétel és az eltöltött idő közgazdasági elemzése. *The BE Journal of Economic Analysis & Policy*, 11 (1).
- [109.] Humphreys, BR és Ruseski, JE (2019). A csecsemők egészségének földrajzi meghatározói: A sportlétesítmény-építési projektek hatása. Kapható: SSRN 3467702 .
- [110.] Iñigo, M. M., Podlog, L., & Hall, M. S. (2015). Why do athletes remain committed to sport after severe injury? An examination of the sport commitment model. *The Sport Psychologist*, 29(2), 143-155.
- [111.] Jákó, P (2012): Sport, egészség, társadalom. *Magyar tudomány*, 173(9), 1081-1089.
- [112.] Jancey, J. M., Clarke, A., Howat, P., Maycock, B., & Lee, A. H. (2009). Perceptions of physical activity by older adults: A qualitative study. *Health education journal*, 68(3), 196-206.
- [113.] Janssen, I., & LeBlanc, AG (2010). A fizikai aktivitás és a fittség egészségügyi előnyeinek szisztematikus áttekintése iskoláskorú gyermekek és fiatalok körében. *International journal of behavior nutrition and physical activity*, 7, 1-16.
- [114.] Jarvis, M. (2006). *Sport psychology: A student's handbook*. Routledge.
- [115.] Jeon, J.H. & Ridinger, L.L. 2009. An examination of sport commitment of windsurfers. *Journal of sport behavior*, 32(3):325-338.
- [116.] Jeukendrup, A. E. (2013). Nutrition for endurance sports: marathon, triathlon, and road cycling. *Food, Nutrition and Sports Performance III*, 91-99.
- [117.] Kaplan, Y., Tekinay, D., & Uğurlu, A. (2013): Sporun Toplumsal Statüsü: Toplumsal Bir Olay, Olgu ve Kurum Olarak Spor. *International Journal of Sport Culture and Science*, 1(4), 64-69.
- [118.] Kaplanidou, K., & Gibson, H. J. (2010). Predicting behavioral intentions of active event sport tourists: The case of a small-scale recurring sports event. *Journal of Sport & Tourism*, 15(2), 163-179.
- [119.] Kaplanidou, K., & Vogt, C. (2007). The interrelationship between sport event and destination image and sport tourists' behaviours. *Journal of sport & tourism*, 12(3-4), 183-206.
- [120.] Keceli, D. (2021). A sport a mentális egészségvédő faktora (Doktori disszertáció, Debreceni Egyetem (Hungary)).

- [121.] Kennelly, M., Moyle, B., & Lamont, M. (2013). Constraint negotiation in serious leisure: A study of amateur triathletes. *Journal of Leisure Research*, 45(4), 466-484.
- [122.] Kherif, F., & Latypova, A. (2020). Principal component analysis. In *Machine learning* (pp. 209-225). Academic Press.
- [123.] Kim, J.W., James, J.D. & Kim, Y.K. 2013. A model of the relationship among sport consumer motives, spectator commitment, and behavioral intentions. *Sport management review*, 16(2):173-185.
- [124.] Kim, S., & Liu, J. D. (2016). The Impact of Event Prestige on Intent to Continue Sport Participation. *Journal of Sport Behavior*, 39(2).
- [125.] Kinczel A. – Müller A. (2020): AKTIVÍTÁS, SZABADIDŐSPORT. KÜLÖNLEGES BÁNÁSMÓD 6 : 2 pp. 49-58. , 10 p. (2020)
- [126.] Kinczel, A., & Müller, A. É. (2022). Study on travel habits and leisure activities in the light of COVID-19 triggered changes in Romania and Hungary.
- [127.] Kiss M. - Szakály Z. - Kovács B. (2020): Az MKTOR piacorientációt mérő modell adaptációja és kapcsolata a vállalati teljesítménnyel. *Marketing & Menedzsment*. 54(Különszám 2), pp. 79-91.
- [128.] Korf, J. (2024). *Eminence in Endurance Cycling Sports*.
- [129.] Kozma, G., Bács, Z., & Perényi, S. (2015). Különbségek és hasonlóságok a sportban való részvételben: Régiók és települések szerinti elemzés Magyarország és az Európai Unió esetében. *Journal of Physical Education and Sport* , 15 (3), 551.
- [130.] Kravitz, L., & Dalleck, L. C. (2002). Physiological factors limiting endurance exercise capacity. IDEA Health & Fitness Association. *Advanced sports conditioning for enhanced performance*. IDEA Resource Series, 21-7.
- [131.] Kruger, M., Saayman, M. & Ellis, S. 2012. Determinants of visitor spending: an evaluation of participants and spectators at the Two Oceans Marathon. *Tourism economics*, 18(6):1203
- [132.] Lamont, M., & Jenkins, J. (2013). Segmentation of cycling event participants: A two-step cluster method utilizing recreation specialization. *Event Management*, 17(4), 391-407.
- [133.] Lamont, M. & Kennelly, M. 2011. I can't do everything! Competing priorities as constraints in triathlon event travel careers. *Tourism review international*, 14(2/3):85-97.
- [134.] Lampek, K., Csóka, L., Hegedüs, R., Zrínyi, M., & Törőcsik, M. (2021). Sports activities of 60 above Hungarian elderly-explaining and predicting impact of

- exercise on health. BMC Public Health, 21, 1-13.
- [135.] Lane, A. M., & Wilson, M. (2011). Emotions and trait emotional intelligence among ultra-endurance runners. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 14(4), 358-362.
- [136.] László, B. T. (2020). A sport-elköteleződés modell összefüggéseinek vizsgálata serdülő sportolók körében (Doctoral dissertation, Szeged University (Hungary)).
- [137.] Lindström, M., Hanson, B. S., & Östergren, P. O. (2001). Socioeconomic differences in leisure-time physical activity: the role of social participation and social capital in shaping health related behaviour. *Social science & medicine*, 52(3), 441-451.
- [138.] Lee, J.H., Kim, H.D., Ko, Y.J. & Sagas, M. 2011. The influence of service quality on satisfaction and intention: a gender segmentation strategy. *Sport management review*, 14(1):54-63.
- [139.] Leedy, G. (2009). "I Can't Cry and Run at the Same Time" Women's Use of Distance Running. *Affilia*, 24(1), 80-93.
- [140.] Lovett, D. M. (2011). An examination of the motives to participate in sprint distance triathlon (Doctoral dissertation, The University of New Mexico).
- [141.] Maklari, G., Baba, E. B., Muller, A., & Molnar, A. (2024). Exploration of gender patterns and differences in endurance sports event tourism. *Geo Journal of Tourism and Geosites*, 56(4), 1617-1626.
- [142.] Malchrowicz-Moško, E., & Poczta, J. (2018). Running as a form of therapy socio-psychological functions of mass running events for men and women. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(10), 2262.
- [143.] Marton G. (2015): Sportturizmus. Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Kar, Sporttudományi és Testnevelési Intézet.
- [144.] Marton, G., Cári, B., & Prisztóka, G. (2019). A Spartan Race, mint atipikus, piacvezető sportturisztikai vonzerő komplex elemzése. *Turisztikai és Vidékfejlesztési Tanulmányok*, 4(2).
- [145.] Matsui, K., Harada, M., & Union, T. (2009). A study on the lifestyle of new endurance sports participants—focus on triathlon participants. In *Proceedings of the 19th Conference of the European Association for Sport Management*. Waseda University, Tokyo, Japan Additio-nal references available upon request (pp. 109-110).
- [146.] Máté, T. (2017). Nemzetközi sportrendezvények Magyarországon: Londontól-Rióig. In Keresztes, G. (Eds.), *Tavaszi Szél = Spring Wind 2017*

- [tanulmánykötet] 2. (pp. 319-328). Budapest, Magyarország: Doktoranduszok Országos Szövetsége.
- [147.] Máté, T. (2019). Nemzetközi sportrendezvények a szervező város és a lakosai szemszögéből–A Gyulai István Memorial Atlétikai Magyar Nagydíj 2017–Székesfehérvár [pilotkutatás]. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 20(1), 10-19.
- [148.] McGehee, N. G., Yoon, Y., & Cárdenas, D. (2003). Involvement and travel for recreational runners in North Carolina. *Journal of Sport Management*, 17(3), 305-324.
- [149.] Miller, J., Nelson, T., Barr-Anderson, D. J., Christop, M. J., Winkler, M., & Neumark-Sztainer, D. (2019). Life events and longitudinal effects on physical activity: adolescence to adulthood. *Medicine and science in sports and exercise*, 51(4), 663.
- [150.] Morgan, H., Bush, A., & Bowles, H. (2022). Active for Employment: Enhancing employability through sport and physical activity participation Final Report.
- [151.] Mulvihill, C., Rivers, K., & Aggleton, P. (2000). A qualitative study investigating the views of primary-age children and parents on physical activity. *Health Education Journal*, 59(2), 166-179.
- [152.] Müller A. - Bíró M. - Bodolai M. - Hidvégi P. – Váczi P. - Dávid L. - Szántó, Á. (2017): A 2016-os fitnesztrendek helye és szerepe a rekreációban. *ACTA ACADEMIAE PAEDAGOGICAE AGRIENSIS NOVA SERIES: SECTIO SPORT* 44 pp. 91-102. , 12 p. (2017)
- [153.] Müller A., Bácsné B. É., Pfau C., Molnár A. & Laoues-Czimbalmos, N. (2019a): Extrém sportfogyasztás vizsgálata egy kutatás tükrében. *International Journal of Engineering and Management Sciences / Műszaki és Menedzsment Tudományi Közlemények* 3: 4. 135-142.
- [154.] Müller A. - Bácsné, Bába É. – Gabnai Z. - Pfau C. - Pető K. (2019): A fitnesztrendek és új típusú mozgásformák társadalmi és gazdasági aspektusai. *ACTA CAROLUS ROBERTUS* 9 : 2 pp. 109-122. , 14 p.
- [155.] Mur, A. – Dormido, R. – Duro, N. – Dormido-Canto, S. – Vega, J. (2016): Determination of the optimal number of clusters using a spectral clustering optimization. *Expert Systems with Applications*. 65: pp. 304–314.
- [156.] Myburgh, E. (2017). A framework fostering commitment for endurance sport tourism in South Africa (Doctoral dissertation, North-West University (South Africa), Potchefstroom Campus).
- [157.] Myburgh, E., Kruger, M. & Saayman, M. 2014a. A motivation-based typology of triathletes.

- [158.] Myburgh, E., Kruger, M., & Saayman, M. (2014). First time versus repeat triathlon participants at Ironman South Africa. *African journal for physical health education, recreation and dance*, 20(3), 1010-1039.
- [159.] Myburgh, E., Kruger, M., & Saayman, M. (2014). Segmentation by age of triathletes participating in Ironman South Africa. *South African journal for research in sport, physical education and recreation*, 36(3):117-134.
- [160.] Nilsson, A., Bonander, C., Strömberg, U., Canivet, C., Östergren, P. O., & Björk, J. (2021). Reweighting a Swedish health questionnaire survey using extensive population register and self-reported data for assessing and improving the validity of longitudinal associations. *Plos one*, 16(7), e0253969.
- [161.] Ogles, B.M. & Masters, K.S. 2003. A typology of marathon runners based on cluster analysis of motivations. *Journal of sport behavior*, 26(1):69-85.
- [162.] Oliveira-Brochado, A., Brito, P. Q., & Oliveira-Brochado, F. (2017). Correlates of adults' participation in sport and frequency of sport. *Science & Sports*, 32(6), 355-363.
- [163.] O'Neil, J.W. & Steyn, B.J. (2007): Strategies used by South African non-elite athletes to cope with the environmental stressors associated with endurance events. *South African journal for research in sport, physical education and recreation*, 29(2):99-107.
- [164.] Osborne, J.W. & Costello, A.B. 2009. Best practices in exploratory factor analysis: four recommendations for getting the most from your analysis. *Pan-Pacific management review*, 12(2):131-146
- [165.] Paic R. - Kajos A. - Meszler B. - Prisztóka Gy. (2018): A magyar nyelvű sportmotivációs skála (H-SMS) validációja és eredményei. *Magyar Pszichológiai Szemle*.73(2), pp. 159–182.
- [166.] Pallant, J. (2007). *SPSS survival manual: A step by step guide to data analysis using SPSS for Windows*.
- [167.] Pavlik, G., Major, Z., Csajági, E., & Kneffel, Z. (2014, August). The effect of detraining on the characteristics of the athlete's heart. In *Acta Physiologica* (Vol. 211, pp. 49-50). 111 River st, Hoboken 07030-5774, NY USA: Wiley-Blackwell.
- [168.] Pelletier, L. G., Tuson, K. M., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Briere, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of sport and Exercise Psychology*, 17(1), 35-53.
- [169.] Perényi, S. (2015). Hungary: The popularisation and expansion of amateur running culture. In *Running across Europe: The rise and size of one of the largest*

- sport markets (pp. 163-186). London: Palgrave Macmillan UK.
- [170.] Péter, J. (2012). Sport, egészség, társadalom. Magyar tudomány, 173(9), 1081-1089.
- [171.] Petres T. – Tóth L. (2005): Statisztika. Szegedi Tudományegyetem Gazdaságtudományi Kar, Szeged. 269.p.
- [172.] Petrika, E. (2012): Rendszeres testedzés hatása a mentális egészségre és az életminőségre fiatal felnőtteknél: depresszív tünetek, stressz és stresszkezelés összefüggéseinek empirikus vizsgálata. Debreceni Egyetem. Humán Tudományok Doktori Iskola.
- [173.] Pharr, J. R., Lough, N. L., & Terencio, A. M. (2020). Sociodemographic determinants of physical activity and sport participation among women in the United States. *Sports*, 8(7), 96.
- [174.] Piggin, J. (2015). Designed to move? Physical activity lobbying and the politics of productivity. *Health education journal*, 74(1), 16-27.
- [175.] Pintrich, P. R. (2000). Multiple goals, multiple pathways: The role of goal orientation in learning and achievement. *Journal of educational psychology*, 92(3), 544.
- [176.] Polai, J. (1988). A futás és a futómozgalom. Budapest: Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar.
- [177.] Pluhár, Zs., Keresztes, N., Pikó, B. (2003) „Ép testben ép lélek” – Középiskolások értékrendje fizikai aktivitásuk tükrében. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 4(2), 29–33
- [178.] Pritchard, M.P., Havitz, M.E. & Howard, D.R. 1999. Analyzing the commitment-loyalty link in service contexts. *Journal of the academy of marketing science*, 27(3):333-348.
- [179.] Raso, G., & Cherubini, D. (2024). The sport tourism and regional economic development: A systematic review. *Scientific Journal of Sport and Performance*, 3(1), 108-121.
- [180.] Rauter, S. (2014): Mass sports events as a way of life differences between the participants in a cycling and a running event. *Kinesiologia Slovenica*, 20(1):5-15.
- [181.] Recours, R. A., Souville, M., & Griffet, J. (2004). Expressed motives for informal and club/association-based sports participation. *Journal of Leisure Research*, 36(1), 1-22.
- [182.] Ringuet-Riot, C., Cuskelly, G., Auld, C. & Zakus, D.H. 2014. Volunteer roles, involvement and commitment in voluntary sport organizations: evidence of

- core and peripheral volunteers. *Sport in society*, 17(1):116-133.
- [183.] Ritchie, B.W. & Adair, D. (2004): Sport tourism: interrelationships, impacts and issues. Clevedon: Channel View.
- [184.] Ritchie, B. W., Tkaczynski, A., & Faulks, P. (2010). Understanding the motivation and travel behavior of cycle tourists using involvement profiles. *Journal of Travel & Tourism Marketing*, 27(4), 409-425.
- [185.] Ruhling, R. O., & Hopkins, J. A. (1990). Race walking. *Physiology of sports*, 135152.
- [186.] Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of experimental social psychology*, 16(2), 172-186.
- [187.] Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68.
- [188.] Ryan, C., & Trauer, B. (2005). Sport tourist behaviour: the example of the Masters games. *Sport tourism destinations*, 177-187.
- [189.] Saayman, M. (2012): Introduction to sports tourism and event management. Stellenbosch: African Sun Media.
- [190.] Saayman, M., Rossouw, R. & Saayman, A. 2008. Economic impact of visitor spending at the Cape Argus Pick 'n Pay Cycle Tour. *Africa insight*, 38(3):100-122.
- [191.] Sage, G. H. (1979). Sport and the social sciences. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 445(1), 1-14.
- [192.] Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Simons, J. P., Schmidt, G. W., & Keeler, B. (1993). An introduction to the sport commitment model. *Journal of sport and exercise psychology*, 15(1), 1-15.
- [193.] Scanlan, T. K., Russell, D. G., Beals, K. P., & Scanlan, L. A. (2003). Project on elite athlete commitment (PEAK): II. A direct test and expansion of the sport commitment model with elite amateur sportsmen. *Journal of sport and exercise psychology*, 25(3), 377-401.
- [194.] Scanlan, T. K., Russell, D. G., Scanlan, L. A., Klunchoo, T. J., & Chow, G. M. (2013). Project on elite athlete commitment (PEAK): IV. Identification of new candidate commitment sources in the sport commitment model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 35(5), 525-535.
- [195.] Scanlan, T. K., Russell, D. G., Magyar, T. M., & Scanlan, L. A. (2009).

- Project on elite athlete commitment (PEAK): III. An examination of the external validity across gender, and the expansion and clarification of the sport commitment model. *Journal of sport and exercise Psychology*, 31(6), 685-705.
- [196.] Scheerder, J., Breedveld, K., & Borgers, J. (Eds.). (2015). *Running across Europe: the rise and size of one of the largest sport markets*. Springer.
- [197.] Schnell, A., Mayer, J., Diehl, K., Zipfel, S., & Thiel, A. (2014). Giving everything for athletic success!—Sports-specific risk acceptance of elite adolescent athletes. *Psychology of sport and exercise*, 15(2), 165-172.
- [198.] Segar, M., Spruijt-Metz, D., & Nolen-Hoeksema, S. (2006). Go figure? Body-shape motives are associated with decreased physical activity participation among midlife women. *Sex roles*, 54, 175-187.
- [199.] Sherry, E., Schulenkorf, N., & Chalip, L. (2015): Managing sport for social change: The state of play. *Sport Management Review*, 18(1), 1–5. doi:10.1016/j.smr.2014.12.001
- [200.] Shipway, R. & Jones, I. (2007): Running away from home: understanding visitor experiences and behaviour at sport tourism events. *International journal of tourism research*, 9(5):373- 383.
- [201.] Shipway, R., & Holloway, I. (2010). Running free: Embracing a healthy lifestyle through distance running. *Perspectives in public health*, 130(6), 270-276.
- [202.] Shonk, D. J., & Chelladurai, P. (2008). Service quality, satisfaction, and intent to return in event sport tourism. *Journal of sport management*, 22(5), 587-602.
- [203.] Smith, A. (2010). A qualitative analysis of motivation of elite female triathletes.
- [204.] Snethen, J.A. & Broome, M.E. (2007): Weight, exercise, and health children's perceptions. *Clinical nursing research*, 16(2):138-152
- [205.] Stamm, H., & Lamprecht, M. (2011). Swiss sports participation in an international perspective. *European journal for sport and society*, 8(1-2), 15-29.
- [206.] Standeven, J. & De Knop, P. (1999). *Sport tourism*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- [207.] Stebbins, R.A. 2001. *New directions in the theory and research of serious leisure*. Lewiston, NY: Edwin Mellen Press.
- [208.] Stevinson, C., & Hickson, M. (2014). Exploring the public health potential of a mass community participation event. *Journal of public health*, 36(2), 268-274.
- [209.] Stocker M. – Szabó T. (2017): A hazai sportirányítás szerepe és

- tevékenysége a kiemelt hazai sportesemények esetében. Magyar Sporttudományi Füzetek XVI. Magyar Sporttudományi Szemle (Különszám). A Sportirányítás gazdasági kérdései. Magyar Sporttudományi Társaság, Budapest. pp. 56–77.
- [210.] Stojiljković, S., Matić, M., & Papić, L. (2019). The trend in the number of participants from Serbia in the Belgrade Marathon from 2007 to 2019: The effect of gender and age. *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport*, 353-369.
- [211.] Szabó, Á. (2011). Milyen értéket teremt a szabadidő sport és mi a kapcsolata a versenyképességgel?(What value is created by leisure sport and what is its relationship with the competitiveness?). *Vezetéstudomány-Budapest Management Review*, 42(1. kül), 24-37.
- [212.] Szabó Á. (szerk.) (2024). A szabadidősport üzleti kérdései. Akadémiai Kiadó. <https://doi.org/10.1556/9789634549338>. (Letöltve: 2025. 02. 27. https://mersz.hu/dokumentum/m1106aszum__89/#m1106aszum_87_p3)
- [213.] Szemes, Á., Harsányi, S. G., & Tóth, L. (2016). Különböző sportágakban versenyző sportolók sportmotivációjának és flow élményének összehasonlító vizsgálata. *Testnevelés, sport, tudomány*, 1(1), 80-90.
- [214.] Szüle B. (2019): Klaszterszám-meghatározási módszerek összehasonlítása. *Statisztikai Szemle*. 97(5), pp. 421-438.
- [215.] T. Kárász, J., Nagybányai Nagy, O., Széll, K., & Takács, S. (2022). Cronbach-alfa: vele vagy nélküle?. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 77(1), 81-98.
- [216.] Taber, K.S. (2018): The Use of Cronbach's Alpha When Developing and Reporting Research Instruments in Science Education. *Research in Science Education*. 48: pp. 1273–1296.
- [217.] Taniguchi, H., & Shupe, F. L. (2014). Gender and family status differences in leisure-time sports/fitness participation. *International Review for the Sociology of Sport*, 49(1), 65-84.
- [218.] Taylor, J. (1995). A conceptual model for integrating athletes' needs and sport demands in the development of competitive mental preparation strategies. *The Sport Psychologist*, 9(3), 339-357.
- [219.] Teixeira, P. J., Carraça, E. V., Markland, D., Silva, M. N., & Ryan, R. M. (2012). Exercise, physical activity, and self-determination theory: a systematic review. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 9, 1-30.
- [220.] Telama, R. I. S. T. O., & Yang, X. (2000). Decline of physical activity from youth to young adulthood in Finland. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 32(9), 1617-1622.
- [221.] Telfer, D.J. & Sharpley, R. (2015): Tourism and development in the

- developing world. 2nd ed. New York, NY: Routledge.
- [222.] Thibaut, J.W. & Kelley, H.H. (1959). The social psychology of groups. New York, NY: Wiley.
- [223.] Thiel, A., Diehl, K., Giel, K.E., Schnell, A., Schubring, A M., Mayer, J. & Schneider, S. 2011. The German young Olympic athletes' lifestyle and health management study (GOAL Study): design of a mixed-method study. BMC public health, 11(1):410-420.
- [224.] Tóth, N. Á. (2024). A sportrendészet elméleti alapjai.
- [225.] Toró, T. (2003). A maraton futás. Budapest: Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar.
- [226.] Trauer, B., Ryan, C., & Lockyer, T. (2003). The south pacific masters' games—competitor involvement and games development: Implications for management and tourism. Journal of Sport tourism, 8(4), 240-259.
- [227.] Ugoni, A., & Walker, B. F. (1995). The t test: an introduction. COMSIG review, 4(2), 37.
- [228.] Umberson, D., & Karas Montez, J. (2010). Social relationships and health: A flashpoint for health policy. Journal of health and social behavior, 51(1_suppl), S54-S66.
- [229.] Ungváry T. – Taralik K. – Csernák J. (2018): Fogyasztói trendek jelene és jövője az okostelefon-piacon egy primer kutatás alapján. Acta Carolus Robertus, 8(1), pp. 255-268.
- [230.] Van der Merwe, J. (2009). The road to Africa: South Africa's hosting of the 'African' World Cup. Development and dreams, 18.
- [231.] Voltes-Dorta, A., & Martín, J. C. (2021). The influence of race performance on reparticipation behaviour of trail runners in the Transgrancanaria event. European Sport Management Quarterly, 21(1), 58–77.
<https://doi.org/10.1080/16184742.2020.1723120>
- [232.] Weed, M. (2005): Sports tourism theory and method—Concepts, issues and epistemologies. European sport management quarterly, 5(3), 229-242.
- [233.] Weed, M., & Bull, C. (2012). Sports tourism: Participants, policy and providers. Routledge.
- [234.] Weiss, W. M., Weiss, M. R., & Amorose, A. J. (2010). Sport commitment among competitive female athletes: Test of an expanded model. Journal of sports sciences, 28(4), 423-434.
- [235.] Wheatley, D., & Bickerton, C. (2016). A munkába járás és a munkahelyi

- utazás időfelhasználásra és jóllétre gyakorolt hatásai. *New Technology, Work and Employment* , 31 (3), 238-254.
- [236.] White, D. D. (2008). A structural model of leisure constraints negotiation in outdoor recreation. *Leisure sciences*, 30(4), 342-359.
- [237.] Wicker, P., Breuer, C., & Pawlowski, T. (2009). Promoting sport for all to age-specific target groups: The impact of sport infrastructure. *European sport management quarterly*, 9(2), 103-118.
- [238.] Wicker, P., Hallmann, K., Prinz, J., & Weimar, D. (2012). Who takes part in triathlon? An application of lifestyle segmentation to triathlon participants. *International Journal of Sport Management and Marketing*, 12(1-2), 1-24.
- [239.] Wilhelm Stanis, S.A., Schneider, I.E. & Russell, K.C. 2009. Leisure time physical activity of park visitors: retesting constraint models in adoption and maintenance stages. *Leisure sciences*, 31(3):287-304.
- [240.] Wilmor, J. H., & Castiel, D. L. (2004). *Physiology of Exercise and Physical Activity*. Translated by Zia Moeini and Farhad Rahmaniniya and Hamid Rajabi and Hamid Agha ali Nejad and Fatemeh Salami, 93-103.
- [241.] Wilson, P. M., & Rodgers, W. M. (2004). The relationship between perceived autonomy support, exercise regulations and behavioral intentions in women. *Psychology of sport and exercise*, 5(3), 229-242.
- [242.] Wilson, R. 2006. The economic impact of local sport events: significant, limited or otherwise? A case study of four swimming events. *Managing leisure*, 11(1):57-70.
- [243.] Xu, J., & Roberts, R. E. (2010). The power of positive emotions: It's a matter of life or death—Subjective well-being and longevity over 28 years in a general population. *Health Psychology*, 29(1), 9.
- [244.] Yair, G. (1990). The commitments to long distance running and levels of activity: Personal or structural?. *Journal of Leisure Research*, 22(3), 213-227.
- [245.] Yair, G. (1992). What keeps them running? The 'circle of commitment' of long distance runners. *Leisure Studies*, 11(3), 257-270.
- [246.] Young, B. W., & Medic, N. (2011). Examining social influences on the sport commitment of Masters swimmers. *Psychology of sport and exercise*, 12(2), 168-175.
- [247.] Zhou, R., & Kaplanidou, K. (2018). Building social capital from sport event participation: An exploration of the social impacts of participatory sport events on the community. *Sport Management Review*, 21(5), 491-503.

Internetes hivatkozások

- ARCANUM (2024): <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-a-magyar-nyelv-ertelmezo-szotara-1BE8B/s-4893A/sport-49D3E/> letöltés: 2024. 11. 10.
- WORLD AQUATICS (2026): https://www.worldaquatics.com/competitions/213/17th-fina-world-championships-2017?utm_source=chatgpt.com letöltés: 2026. 03. 01.
- BOWMAN AND BECKER (2022): <https://www.bowmanandbecker.com/> letöltés: 2022. 10. 12.
- DEHIER.HU (2025): <https://www.dehir.hu/debrecen/ot-ev-alatt-nepszeru-rendezyhelyysinne-valt-a-nagyerdei-stadion/2019/02/26/> letöltés: 2025. 02. 07.
- ENDURANCE.BIZ (2024): <https://endurance.biz/> letöltés: 2025. 01. 12.
- EUROBAROMETER (2024): <https://europa.eu/eurobarometer/screen/home> letöltés: 2024. 12. 10.
- EXTREMEMAN (2024): <https://www.extrememan.hu/> letöltés: 2024. 06. 01.
- FUTONAPTAR (2021): <https://futonaptar.hu/> letöltés: 2024. 03. 02.
- FUTANET (2021): <https://www.futanet.hu/> letöltés: 2024. 06. 02.
- FUTAS.NET (2025): <https://www.futas.net/futoverseny/Margitsziget/> letöltés 2025. 02. 03.
- GLOBAL WELLNES INSTITUTE (2015): <https://globalwellnessinstitute.org/> letöltés 2024. 10. 02.
- GOV:UK (2025): <https://www.gov.uk/government/publications/get-active-a-strategy-for-the-future-of-sport-and-physical-activity/get-active-a-strategy-for-the-future-of-sport-and-physical-activity> letöltés: 2025. 07.05.
- HEPA (2024): <https://smsm.lrv.lt/public/canonical/1738650575/6333/WHO-EURO-2024-REPORT.pdf> letöltés, 2025. 07. 01.
- KPMG (2015): https://www.futanet.hu/kep0/PR/gazdasagi_sajttaj/KPMG_BSI_2015-Gazdasagi_hatastanulm%C3%A1ny_Vezetoi_osszefoglalo.pdf letöltés: 2024. 05. 09.
- Magyar Turisztikai Ügynökség (2021): https://mtu.gov.hu/dokumentumok/NTS2030_Turizmus2.0-Strategia.pdf?v=0.160 letöltés: 2024. 04. 06.
- ULTRABALATON (2024): <https://ultrabalaton.hu/nultrabalaton/> letöltés: 2024. 04. 02.
- UNWTO (2024): <https://en.unwto-ap.org/resources/worldtourismbarometer-january-2024/> letöltés: 2024. 11. 10.

SAJÁT PUBLIKÁCIÓK JEGYZÉKE

Külföldi kiadású tudományos szakfolyóiratban

1. Maklari, G., Baba, E. B., Muller, A., & Molnar, A. (2024). Exploration of gender patterns and differences in endurance sports event tourism. *Geo Journal of Tourism and Geosites*, 56(4), 1617-1626.
2. Maklári, G.: Magyarországi állóképességi sportolók edzési és versenyzési szokásainak összehasonlítása nemek szerint, *Gradus 11: 3 Paper: 2024.3.Art.002* , 8 p. (2024)
3. Maklári, G. (2022). Állóképességi sportrendezvények Magyarországon 2018-2019-ben. *Acta Carolus Robertus*, 12(2), 38-47.
4. Kinczel, A., Maklári, G., & Müller, A. (2020). Recreational activities and motivation among young people. *Geosport for society*, 12(1), 53-65.
5. Sipos, C., & Maklári, G. (2022). Analysis of the effectiveness of RFID Systems in triathlon.

Hazai kiadású tudományos szakfolyóiratban

1. Maklári, G., & Sipos, C. (2021). Használt és sportruházat ellátási lánc stratégiájának és mutatószámainak vizsgálata.

Absztrakt

1. Maklári G.: XIV. Táplálkozásmarketing Konferencia: Egészséges táplálkozás sportolás során. Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar, Marketing és kereskedelmi intézet, elhangzott előadás. Megjelenés: pp. 23. (2020)

TÁBLÁZATJEGYZÉK

1. A kutatás kapcsolati ábrája	12
2. Sportágak összehasonlítása a képességfejlesztő szerepük alapján	21
3. Az állóképességi sportágak kategorizálása.....	23
4. A sportolási aktivitás megoszlása demográfiai jellemzők alapján Magyarországon és az Európai Unióban (EU27) (%).....	37
5. A kutatási folyamat felépítése.....	55
6. A kérdőív kitöltésében résztvevő versenyek alapadatai	57
7. A vizsgálatban részt vevő sportolók szociodemográfiai adatainak megoszlása	60
8. Az életmódot befolyásoló tényezők.....	66
9. A sport iránti elköteleződést befolyásoló tényezők	67
10. A válaszadók által fontosnak ítélt tényezők az állóképességi sportrendezvényeken való részvétellel kapcsolatban	68
11. Teljes variancia magyarázat	73
12. Forgatott komponens mátrix.....	74
13. Teljes variancia magyarázat.....	77
14. Forgatott komponens mátrix.....	78
15. Nemek szerinti t-próba elemzés	80
16. Korcsoportok szerinti varianciaanalízis elemzés.....	80
17. Családi állapot szerinti varianciaanalízis elemzés.....	81
18. Jövedelem szerinti varianciaanalízis elemzés.....	82
19. A sportversenyek típusa alapján történő varianciaanalízis elemzés	82
20. A heti edzésidő alapján történő varianciaanalízis elemzés	83
21. Az évi versenyeken való részvétel alapján történő varianciaanalízis elemzés	84
22. A sportolói szint alapján történő varianciaanalízis elemzés	85
23. Nemek szerinti t-próba elemzés	86
24. Korcsoportok szerinti varianciaanalízis elemzés.....	86
25. Családi állapot szerinti varianciaanalízis elemzés.....	87
26. Jövedelem szerinti varianciaanalízis elemzés.....	88
27. A sportverseny típusa alapján történő varianciaanalízis elemzés	89
28. A heti edzésidő alapján történő varianciaanalízis elemzés	91

29. Az évi versenyeken való részvétel alapján történő varianciaanalízis elemzés	92
30. A sportolói szint alapján történő varianciaanalízis elemzés	93
31. A klaszteranalízis elvégzése után kialakított csoportok jellemzői.....	95
32. Szociodemográfiai jellemzők és a klasztercsoportok közötti összefüggések.....	96
33. Részvételi jellemzők és a klasztercsoportok közötti összefüggések	98
34. Az eredmények gyakorlati hasznosítása	106

ÁBRAJEGYZÉK

1. A sportturizmus, mint az aktivitás, a résztvevők és a helyszín kölcsönhatásának összefüggése	15
2. A sportturizmus megvalósulása	17
3. A nemzetközi turizmus helyreállása régióként 2021-2023 között (% eltérés a bázisévhez képest)	18
4. A BSI három futóversenyén teljesítők számának alakulása 2011-2019 között	27
5. A sportesemény szereplői	30
6. A sportolási aktivitás megoszlása az Európai Unióban (EU27) és Magyarországon (%)	36
7. Azoknak a helyszíneknek a megoszlása, ahol sportolnak vagy más fizikai aktivitást végeztek Magyarországon és az Európai Unióban (EU27) 2022-ben. (Az értékek az adott helyszínen sportolók arányát (%) mutatják).	38
8. A sport-elköteleződés modell	49
9. A válaszadók versenyeken történő részvételének megoszlása	61
10. A válaszadók sportolói szintjének megoszlása a saját megítélése alapján	62
11. A válaszadók heti edzésidejének megoszlása	63
12. A válaszadók évi versenyrészvételének megoszlása	64
13. A válaszadók versenyre való regisztrálási idejének megoszlása	65
14. A válaszadók sporttal kapcsolatos kiadásainak átlagértékei.....	68
15. Az egészség és fitnesz faktor átlagai	76
16. Az elköteleződés faktorok átlagai.....	79

MELLÉKLETEK

Kérdőív

Nem

- Férfi
- Nő

Életkor

Lakhely

- Főváros
- Megyeszékhely
- Város
- Falu

Családi állapot

- Egyedülálló
- Párkapcsolatban áll
- Házas
- Egyéb (elvált, özvegy)

Legmagasabb iskolai végzettsége

- Általános iskola
- Szakiskola
- Szakközépiskola
- Gimnázium
- Egyetem

Munkaerő-piaci státusza

- Vállalkozó
- Foglalkoztatott
- Tanuló
- Álláskereső
- Háztartásbeli
- Nyugdíjas
- GYED/GYES

Egy háztartásban élők száma

- Egy fő
- Két fő
- Három fő
- Négy fő
- Öt fő
- Hat vagy több fő

Háztartásban egy főre jutó nettó jövedelem

- 100.000 Ft alatt
- 100.001–150.000 Ft
- 150.001–200.000 Ft
- 200.001–250.000 Ft
- 250.001–300.000 Ft
- 300.000 Ft felett

Állóképességi sport és fajtái

Milyen állóképességi sportversenye(ek)n szokott elindulni?

- Futás
- Kerékpár
- Multisport (akadály futás, triatlon)
- 2 vagy több fajta sportág

Milyen szintű sportolónak tartja magát? Azt válassza, ami önre a legjobban illik!

- Átlagsportoló („Nem tartom magam profi sportolónak, alkalmanként versenyzek”).
- Középhaladó sportoló („Több éve versenyzek, magasabban rangsorolt rendezvényeken indulok”).
- Rekreációs, fitness résztvevő („Járok állóképességi eseményekre, fitt és egészséges akarok lenni”).
- Veteránsportoló („Idősebb sportoló vagyok, életem része a sportolás”).
- Magas szintű sportoló („Elhivatott sportolónak tartom magam, önfejlesztés és a győzelem a cél”).

Melyek a kedvenc magyar állóképességi sportversenyei, amelyeken részt szokott venni?

(Kötelező válaszadás)

Résztvételi gyakoriság

Hány órát edz egy héten?

<1-től 20 <

Mióta végez állóképességi edzést, sporttevékenységet?

<1-től 20 <

Hány éve vett részt először állóképességi sporteseményen?

<1-től 20 <

Hány állóképességi versenyen szokott évente részt venni?

<1-től 20 <

A jövőben folytatja a részvételt az állóképességi sportversenyeken?

- Igen
- Nem

Mikor regisztrál egy versenyre?

- Változó
- Amikor megnyitják
- Egy hónappal előtte
- Egy héttel előtte
- Csak a helyszínen

Életmód

Követem az interneten és a közösségi médián a sporttal kapcsolatos oldalakat.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Sporttal kapcsolatos alkalmazásokat használok a telefonomon vagy a személyi számítógépemen.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Részt veszek különféle sporteseményeken.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Egészséges étrendet követek.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Vitaminokkal, fehérjékkel és más táplálék kiegészítőkkel egészítem ki az étkezésemet.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Motiválom barátaimat és családtagjaimat részvételre.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Meghatározott edzésprogramot tartok.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Utazásomat úgy tervezem, hogy illeszkedjen azokhoz az eseményekhez, amelyekben részt veszek.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Alvási szokásaimat is hozzáigazítom a versenyhez és az edzéshez.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Támogatom és részt veszek jótékonyági futásokon, adománygyűjtő sportprogramokon, vagy önkénteskedem sporteseményeken.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Hétvégéket a sportolás köré tervezem.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Folyamatosan keresem az állóképességi sporteseményeket, hogy minél többen részt vegyek, és a munkarendemet a sporttevékenységeimhez igazítsam.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

A legjobb sportruházatot vásárolok meg.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Edzővel edzek.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Aktívan részt veszek vagy szervezek olyan programokat, amelyek a fiatalok sportos életre nevelését támogatják.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Aktívan figyelem a sportos életmóddal kapcsolatos termékteszteket a legfrissebb trendek és a sportfelszerelések naprakészen tartása végett.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Sporttal kapcsolatos tartalmakat fogyasztok az interneten.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Pénzügyek

Mennyit költ évente utazással kapcsolatos költségekre (utazási költség, szállás)?

Mennyit költ évente edzőtermi bérletre, saját edzőre (offline vagy online), edzésre, klubtagságra?

Mennyit költ évente táplálék kiegészítőkre (vitaminok, fehérjék, stb)?

Mennyit költ évente nevezési díjra?

Mennyit költ évente sporteszközökre, felszerelésekre (kerékpár v alkatrészek, trx, súlyzók, stb)?

Mennyit költ évente egészségügyi szolgáltatásokra (masszázs, fizioterápia, ortopédia, sportorvosi kezelés stb.)?

Mennyit költ évente ruházatra, cipőre, órára?

Elköteleződés

Az állóképességi sport megszabadít a stressztől.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Segít a célok elérésében.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

A folyamatos részvétel állóképességi sportban fitten tart.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Teljesítményérzését adja a részvétel.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Az állóképességi sportversenyeken való részvétel után magabiztosabbnak érzem magam.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Szeretek részt venni az állóképességi sportban.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Fontos, hogy a család és barátok támogassanak engem a versenyek során.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Elkötelezett vagyok az állóképességi sport iránt.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Bármit megtennék, hogy ne kelljen feladni az állóképességi sportot.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Lehetőséget nyújt nekem, hogy valami izgalmas dolgot csináljak.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Rengeteg időt, energiát fektetek az állóképességi sporttevékenységbe.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Elkötelezett vagyok a jövőbeni részvételre.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Rengeteg pénzt fektetek az állóképességi sporttevékenységbe.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Az állóképességi sport kihívást jelent számomra.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Jól érzem magam állóképességi sportolás közben.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Úgy érzem a barátaim nyomást gyakorolnak rám.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Vannak más vonzó sportesemények is.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Társadalmi nyomás miatt veszek részt állóképességi sportversenyeken.

Nagyon nem jellemző rám 1 2 3 4 5 Nagyon jellemző rám

Állóképességi sportrendezvényen való részvételt befolyásoló tényezők (Megjelölhet többet is).

A rendezvény jól szervezett és könnyen megközelíthető.

A rendezvény regisztrációja és az utazási költség megfizethető.

Az esemény kihívást jelent számomra.

Az esemény közel van a lakóhelyemhez.

Jótekonysági célokat a szolgál.

Az eseménynek jó hírneve és tekintélye van

A rendezvényre évente kerül sor.

Az eseménynek különböző kategóriái vannak, amelyekben részt vehetek (pl. profi, amatőr, jótekonysági).

Érdekes a pálya vagy a helyszín.

Az esemény segít abban, hogy más eseményekre kvalifikáljak.

Az eseménynek vannak családi programjai.

Az eseményen elit sportolók indulnak el.

Még soha nem vettem részt az eseményen.

Az eseményen pénzdíjazás kerül kiosztásra.

Az eseményt sok médiavisszhang és híradás éri.