

# **'Ladies First' in Running**

Ontwikkeling van de deelname van vrouwen aan de loopsport

in opdracht van Stichting Zevenheuvelenloop en de Atletiekunie

**Harold van der Werff  
Paul Hover**

© *W.J.H. Mulier Instituut*  
*'s-Hertogenbosch, mei 2011*

*W.J.H. Mulier Instituut  
Centrum voor sociaal-wetenschappelijk sportonderzoek*

*Postbus 188  
5201 AD 's-Hertogenbosch*

*t 073-6126401  
f 073-6126413  
e [info@mulierinstituut.nl](mailto:info@mulierinstituut.nl)  
i [www.mulierinstituut.nl](http://www.mulierinstituut.nl)*

## Inhoudsopgave

<b>1.</b>	<b>Inleiding</b>	<b>5</b>
1.1	Aanleiding	5
1.2	Opzet	6
<b>2.</b>	<b>Recreanten</b>	<b>7</b>
2.1	Vrouwen en sport	7
2.2	Vrouwelijke recreanten	7
2.3	Start to Run	9
<b>3.</b>	<b>Hardloopevenementen</b>	<b>11</b>
3.1	Zevenheuvelenloop	11
3.2	Marikenloop	11
3.3	Vier hardloopevenementen	12
3.4	Tien hardloopevenementen	13
<b>4.</b>	<b>Verkoop van hardloopschoenen</b>	<b>15</b>
<b>5.</b>	<b>Conclusies</b>	<b>17</b>
	<b>Literatuur</b>	<b>19</b>



# 1. Inleiding

## 1.1 Aanleiding

### Weerstand

De geschiedenis van de vrouwelijke sportdeelname kenmerkt zich door het overwinnen van weerstanden en remmingen (Stokvis 2010). Mannen boden weerstand tegen de deelname van vrouwen aan sport. Sport gaat gepaard met fysieke inspanning en met (gecontroleerde) agressie en daar dienden vrouwen zich niet mee in te laten. Dat was voorbehouden aan de mannen. Zo dachten ook op voor de sportiefgezinden onder hen, zoals sportbestuurders en organisatoren van sportevenementen. Daarnaast voelden vrouwen zelf ook innerlijke remmingen, hetgeen deels een resultante was van de ervaren weerstanden die mannen uitten.

Ook hardlopen werd tijdens de negentiende en een groot deel van de twintigste eeuw als onvrouwelijk beschouwd. Een belangrijke ontwikkeling die heeft bijgedragen aan de groei van de vrouwelijke deelname aan hardlopen is de invloed van vrouwelijke hardlooppioniers. Katherine Switzer nam in 1967 deel aan de Boston Marathon, terwijl die alleen voor mannen toegankelijk was. Door haar vrouwelijkheid te verbergen slaagde zij erin de wedstrijd uit te lopen, ofschoon een official haar tijdens de wedstrijd als vrouw identificeerde en trachtte haar uit de wedstrijd te verwijderen. Haar optreden zorgde voor wereldwijde aandacht voor deelname van vrouwen aan hardlopen en resulteerde in een dialoog over dit onderwerp. Tegenwoordig is deze 'marathonwoman' nog steeds actief als voorvechter van gelijke rechten van vrouwen in de sport. Een andere ontwikkeling die zorgde voor een groei van de vrouwelijke deelname aan hardlopen is de dreiging met alternatieve organisatievorming. Tijdens de Olympische Spelen van 1928 stond het IOC de deelname van vrouwen aan hardlooppnummers schoorvoetend toe omdat het bang was dat er een nieuwe atletiekorganisatie voor en door vrouwen opgericht zou worden die niet zou bijdragen aan de status van het IOC en de Olympische Spelen.

### Marikenloop

Sinds 1967 is er veel veranderd. Op zondag 15 mei 2011 vindt de negende Marikenloop plaats, de eerste hardloopwedstrijd sinds de tweede loopgolf (eind jaren '90) die exclusief voor vrouwen wordt georganiseerd. Voor veel deelnemers is deelname aan dit evenement veel meer dan alleen het afleggen van vijf of tien kilometer. Dankzij aanvullende activiteiten zoals een sportmarkt en pasta-party kan er een dagvullend programma van worden gemaakt. Een evenwichtige balans tussen people, planet en profit staat hoog in het vaandel. Organisator Stichting Zevenheuvelenloop streeft ernaar de Marikenloop zo duurzaam mogelijk te realiseren.

De Atletiekunie ziet in de laatste 10 jaar een duidelijke groei van het aantal vrouwelijke hardlopers bij o.a. Start to Run, recreantleden aangesloten bij de Atletiekunie en bij Dutch Runners, het individuele lidmaatschap van de Atletiekunie. De Stichting Zevenheuvelenloop en de Atletiekunie hebben de wens om meer kennis te ontwikkelen over de hardloopsport in het algemeen en over de deelname van vrouwen aan hardlopen in het bijzonder. De Atletiekunie heeft die kennis nodig om te kunnen anticiperen op ontwikkelingen binnen de hardloopwereld. Datzelfde geldt ook voor de Stichting Zevenheuvelenloop die wil dat de Marikenloop, de grootste ladies run in Nederland, blijft aansluiten bij de eisen van de markt en zijn sterke marktpositie weet te behouden.

## 1.2 Opzet

Op basis van secundair bronmateriaal zijn gegevens verzameld die inzicht geven in de ontwikkeling van de deelname van vrouwen aan (hardloop)sport. Er is uitgegaan van het gebruik van bronmateriaal van de Stichting Zevenheuvelenloop (Marikenloop en ABN AMRO Zevenheuvelenloop), Le Champion (Egmond Halve Marathon, Zandvoort Circuit Run, Amsterdam Marathon en Dam tot Damloop, Atletiekunie (ledenaantallen Atletiekunie en Dutch Runners, Start to Run), FGHS (verkoop hardloopschoenen) en van data en rapporten waarover het W.J.H. Mulier Instituut beschikt.

Wat betreft de deelnemersbestanden wordt uitgegaan van deelnemers met een Nederlandse nationaliteit, uitgezonderd het onderzoek Van Bottenburg & Hover (2009), waar ook Belgische deelnemers zijn betrokken bij het onderzoek.

## 2. Recreanten

### 2.1 Vrouwen en sport

Binnen de groep sporters is het aandeel vrouwen tussen 1979 en 2007 met zeven procent toegenomen tot 51 procent (Tabel 2.1). Voor hardlopen, trimmen en joggen is er in die periode een bovengemiddelde groei van het aandeel vrouwen, namelijk 33 procent. Voor hockey is er een enigszins vergelijkbare ontwikkeling (35% groei) en ook het aandeel vrouwen bij atletiek steeg flink (51%). Opvallend is de vrouwelijke emancipatie in het voetbal. In die sport wordt maar liefst een groei van 167 procent in de periode 1979-2007 genoteerd.

**Tabel 2.1 Aandeel van vrouwen bij een selectie van sporten, 1979-2007 (in %)**

	1979	1983	1987	1991	1995	1999	2003	2007	$\Delta$ 1979-2007
Sportdeelname excl. wandelen en fietsen	47	48	50	50	50	50	50	51	7
Veldvoetbal	8	10	11	9	12	14	15	23	167
Atletiek	30	31	35	34	38	35	45	45	51
Hockey	40	40	45	52	45	45	48	54	35
Hardlopen, joggen, trimmen <sup>a</sup>	34	36	37	37	38	34	40	46	33
Zwemmen	52	52	55	56	56	56	55	56	8
Tennis	48	47	47	44	45	43	41	43	-10
Fitness\ aerobics				71	69	63	61	59	-17 <sup>b</sup>

<sup>a</sup> Tot 2007 betrof dit 'Joggen en trimmen'.

<sup>b</sup> Betreft mutatie 1991-2007

Bron: SCP/CBS (AVO '79-'07), bewerking W.J.H. Mulier Instituut

### 2.2 Vrouwelijke recreanten

Het overgrote deel van de bij de Atletiekunie ingeschreven leden zijn recreanten. Het aantal bij de Atletiekunie ingeschreven recreanten bedroeg in 2001 ongeveer 42.100. Daarvan was 46 procent vrouw. In 2010 telde de Atletiekunie ruim 69.100 recreanten, waarvan 52 procent vrouw. Sinds 2006 is meer dan de helft van de recreanten vrouw. Hun aandeel binnen de totale groep recreanten bij de Atletiekunie lijkt de laatste jaren min of meer stabiel te zijn.

**Tabel 2.2 Bij de Atletiekunie ingeschreven recreanten, 2001–2010 (absolute aantallen)**

	Mannen			Vrouwen				Totaal	
	Recreanten	DR/LSN <sup>a</sup>	LGR <sup>b</sup>	Subtot.	Recreanten	DR/LSN <sup>a</sup>	LGR <sup>b</sup>		Subtot.
2001	20.050	2.706		22.756	18.546	792		19.338	42.094
2002	21.066	2.690		23.756	19.937	749		20.686	44.442
2003	22.081	2.437		24.518	21.644	653		22.297	46.815
2004	23.310	2.145		25.455	24.141	555		24.696	50.151
2005	26.830	1.976		28.806	27.417	533		27.950	56.756
2006	26.317	2.299		28.616	29.993	1.137		31.130	59.746
2007	27.541	2.014		29.555	32.273	680		32.953	62.508
2008	27.672	2.128	1.112	30.912	30.903	788	1.029	32.720	63.632
2009	28.135	2.756	1.306	32.197	31.532	1.320	1.226	34.078	65.610
2010	28.539	3.264	1.187	32.990	32.285	2.699	1.171	36.155	69.145

<sup>a</sup> DR/LSN = Dutch Runners / Loopservice Nederland; <sup>b</sup>LGR = Dutch Runners Loopgroepen

Bron: Atletiekunie

Binnen de groep Dutch Runners (voorheen Loopservice Nederland) nam het aandeel van vrouwelijke recreanten wel toe. In 2001 was bijna een kwart van hen vrouw. In 2010 is dat 45 procent. Binnen de groep recreanten (excl. DR/LSN en LGR) steeg het aandeel van vrouwen geleidelijk van 48% in 2001 naar 53% in 2006. Daarna is de verdeling man-vrouw constant. Bij de Dutch Runners Loopgroepen heeft zich een lichte stijging voorgedaan in het aandeel van vrouwen.

**Tabel 2.3 Aandeel van vrouwen binnen de groep bij de Atletiekunie ingeschreven recreanten naar soort recreant, 2001–2010 (in %)**

	Recreanten	DR/LSN	LGR
2001	48	23	
2002	49	22	
2003	50	21	
2004	51	21	
2005	51	21	
2006	53	33	
2007	54	25	
2008	53	27	48
2009	53	32	48
2010	53	45	50

<sup>a</sup> DR/LSN = Dutch Runners / Loopservice Nederland; <sup>b</sup>LGR = Dutch Runners Loopgroepen

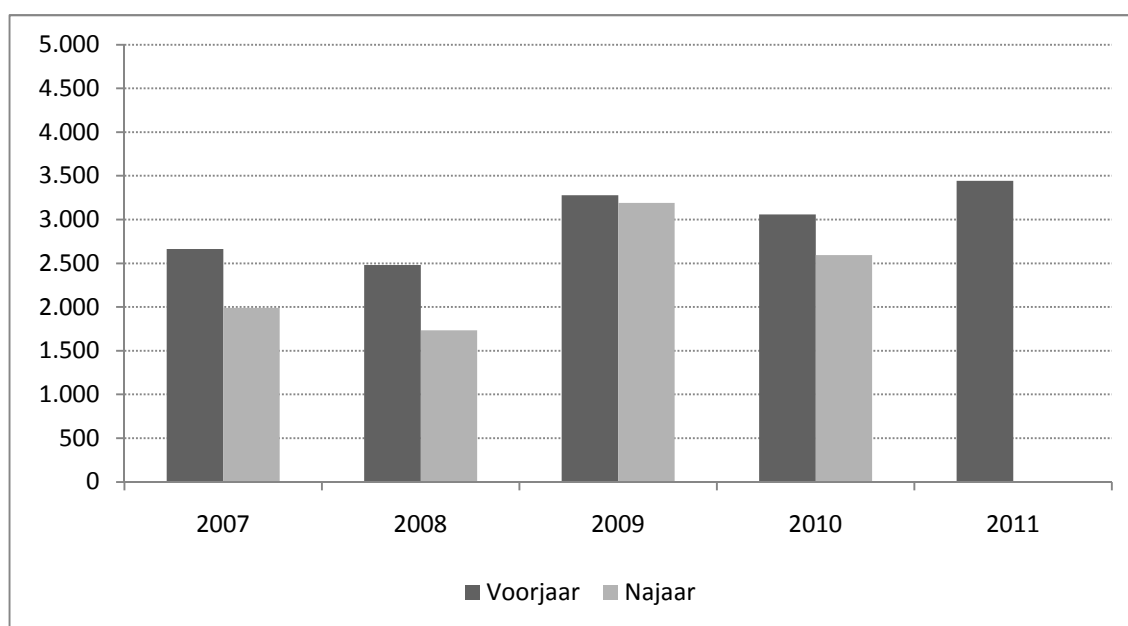
Bron: Atletiekunie



## 2.3 Start to Run

In 2002 is Start to Run begonnen. In 2010 waren er ruim 7.300 deelnemers, begeleid door 300 trainers op circa 100 locaties. In 2011 is de 65.000<sup>e</sup> deelnemer geteld. In de periode 2007-2011 is er sprake van een schommelend verloop in het aantal vrouwelijke deelnemers, waarbij er in die periode wel een licht opgaande lijn is te herkennen. De voorjaarscyclus van 2011 is afgesloten met een recordaantal deelnemers.

**Figuur 2.1 Aantal vrouwelijke deelnemers aan Start to Run, naar seizoen 2007-2011**



Bron: Atletiekunie

In 2007 was 74 procent van de deelnemers vrouw. Tussen 2008 en 2010 was dat 77 procent. In het voorjaar van 2011 was 79 procent vrouw. Hoewel het aantal deelnemers per jaar schommelt, is het aandeel van vrouwen binnen het deelnemersveld van Start to Run vanaf 2008 min of meer constant. De minieme stijging van het aandeel vrouwen zit 'achter de komma'.

**Tabel 2.4 Aandeel van vrouwen binnen Start to Run, naar seizoen 2007-2011**

	Voorjaar	Najaar	Totaal	Aantal deelnemers
2007	75%	74%	74%	6.274
2008	77%	76%	77%	5.498
2009	78%	76%	77%	8.423
2010	78%	77%	77%	7.325
2011	79%			

Bron: Atletiekunie

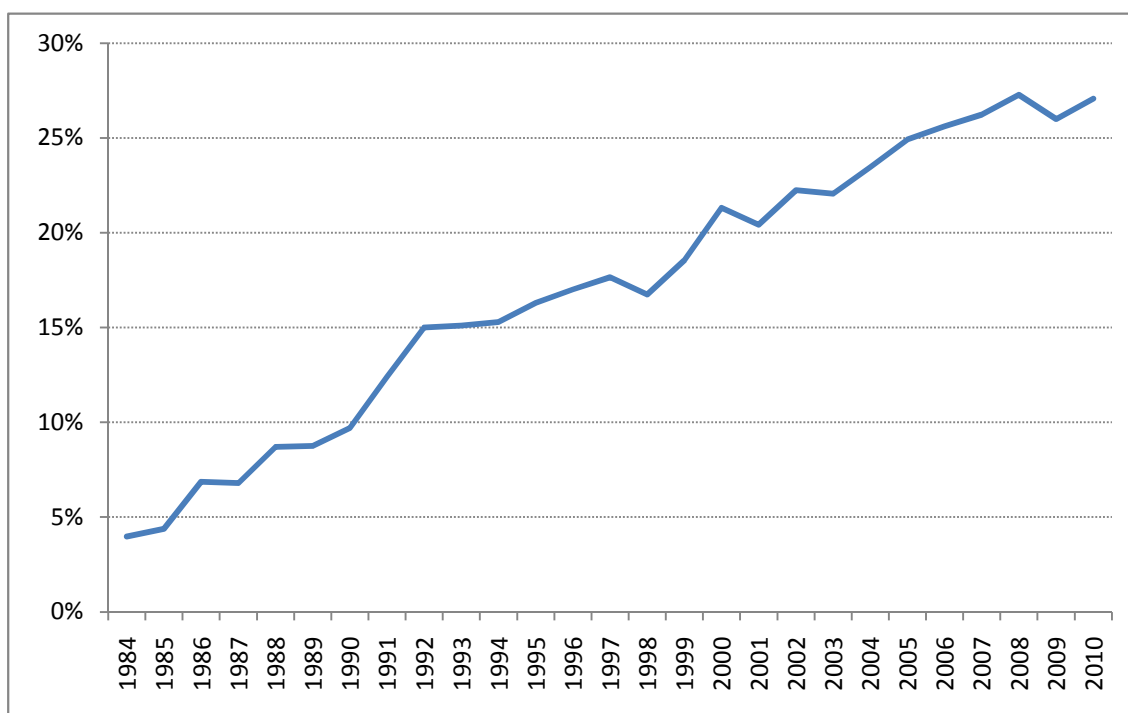


## 3. Hardloopevenementen

### 3.1 Zevenheuvelenloop

Het aantal deelnemers aan de ABN AMRO Zevenheuvelenloop is gestegen van ongeveer 500 in 1984 naar bijna 24.500 in 2010. De groei in het aantal vrouwelijke (gefinishte) deelnemers is sterker dan die van het aantal mannelijke (gefinishte) mannelijke deelnemers, dus het aandeel van de vrouwelijke (gefinishte) deelnemers neemt toe. Her eerste jaar deed slechts een handjevol vrouwen mee. Vanaf 2005 is ongeveer een kwart van de gefinishte deelnemers vrouw.

**Figuur 3.1** Aandeel gefinishte vrouwelijke deelnemers bij de Zevenheuvelenloop, 1984–2010 (in %)



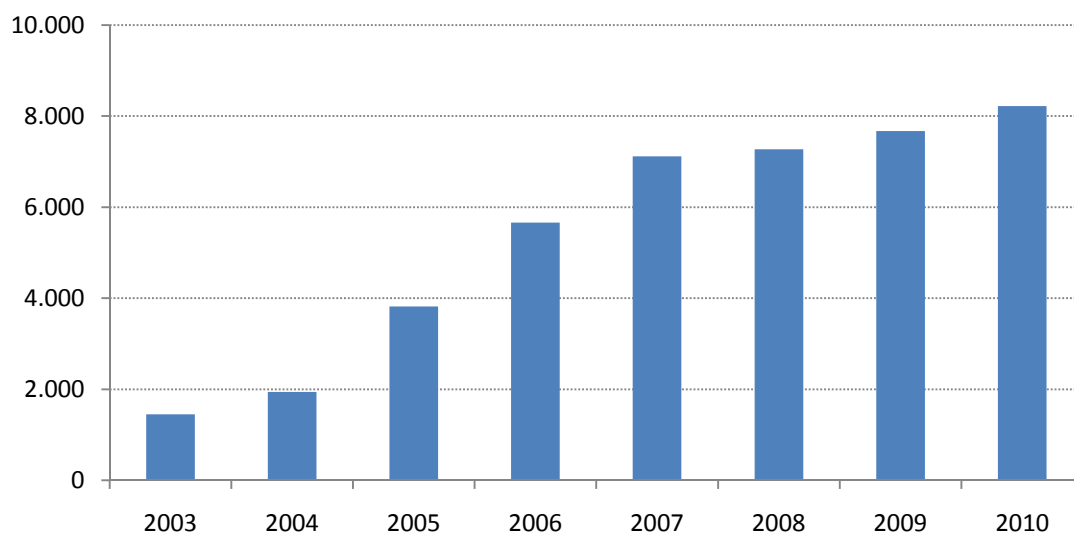
Bron: Stichting Zevenheuvelenloop

### 3.2 Marikenloop

In 2003 deden iets meer dan 1.600 vrouwen mee aan de Marikenloop. In 2010 is dat uitgegroeid tot bijna 9.800. Met name tussen 2004 en 2007 was er een zeer sterke groei in het aantal deelnemers. Daarna is de groei gematigder.

Destijds was de Marikenloop de enige hardloopevenement die exclusief voor vrouwen was. Geïnspireerd door het succes van deze wedstrijd, hebben andere organisaties deze formule gekopieerd. In 2011 zijn er minimaal acht hardloopevenementen die alleen voor vrouwen zijn.

**Figuur 3.2 Aantal finishers bij de Marikenloop, 2003-2010**



Bron: Stichting Zevenheuvelenloop

### 3.3 Vier hardloopevenementen

In het algemeen geldt dat bij de qua deelnemersveld grotere onderdelen van de vier in Tabel 3.1 genoemde grote hardloopevenementen het aantal vrouwelijke deelnemers stijgt. Met name bij de Amsterdam Marathon is het aantal vrouwelijke hardlopers zeer sterk gestegen. Vooral het verschil tussen 2009 en 2010 bij het onderdeel marathon van de Amsterdam Marathon is opmerkelijk (+32%). Die was overigens bij het mannelijke deelnemersveld ook aanzienlijk (+22%), waardoor het aandeel vrouwen bij die marathon maar langzaam toeneemt. Er zijn ook onderdelen waar geen continue groei van het vrouwelijke deelnemersveld is te constateren.

**Tabel 3.1 Aantal vrouwen in het deelnemersveld van vier hardloopevenementen, 2007-2011**

		2007	2008	2009	2010	2011
PWN Egmond Halve Marathon	Halve marathon wedstrijd		303	314	317	319
	Halve marathon recreatie		1.749	1.880	2.092	2.061
	Kwart marathon		1.358	1.417	1.613	1.311
Zandvoort Circuit Run	12 km wedstrijd		139	105	95	78
	12 km recreatie		2.293	2.202	2.718	2.403
	5 km		749	686	1.046	1.071
Amsterdam Marathon	Marathon	1.390	1.436	1.597	2.111	
	Halve marathon	3.086	3.332	3.412	4.402	
	7,5 km - 8 km		1.601	1.925	2.106	
	5 km	658				
Dam tot Damloop	10 miles wedstrijd		189	150	168	
	10 miles recreatie		3.990	3.424	3.888	
	10 miles saturday night			7.002		

Bron: Le Champion

Tussen 2007 en 2011 is het aandeel van vrouwen in het deelnemersveld van de vier hardloopevenementen per onderdeel vrij constant. Alleen bij de Amsterdam Marathon is er sprake van een langzame, geleidelijke toename van het aandeel van vrouwen.

**Tabel 3.2 Aandeel vrouwen in het deelnemersveld van vier hardloopevenementen, 2007-2011 (in %)**

		2007	2008	2009	2010	2011
PWN Egmond Halve Marathon	Halve marathon wedstrijd		21	21	21	19
	Halve marathon recreatie		21	21	21	20
	Kwart marathon		50	50	53	53
Zandvoort Circuit Run	12 km wedstrijd		28	31	27	28
	12 km recreatie		35	35	35	35
	5 km				71	67
Amsterdam Marathon	Marathon	18	19	20	21	
	Halve marathon	32	31	31	34	
	7,5 km - 8 km		55	56	60	
	5 km	56				
Dam tot Damloop	10 miles wedstrijd		26	21	29	
	10 miles recreatie		39	39	40	
	10 miles saturday night			39		

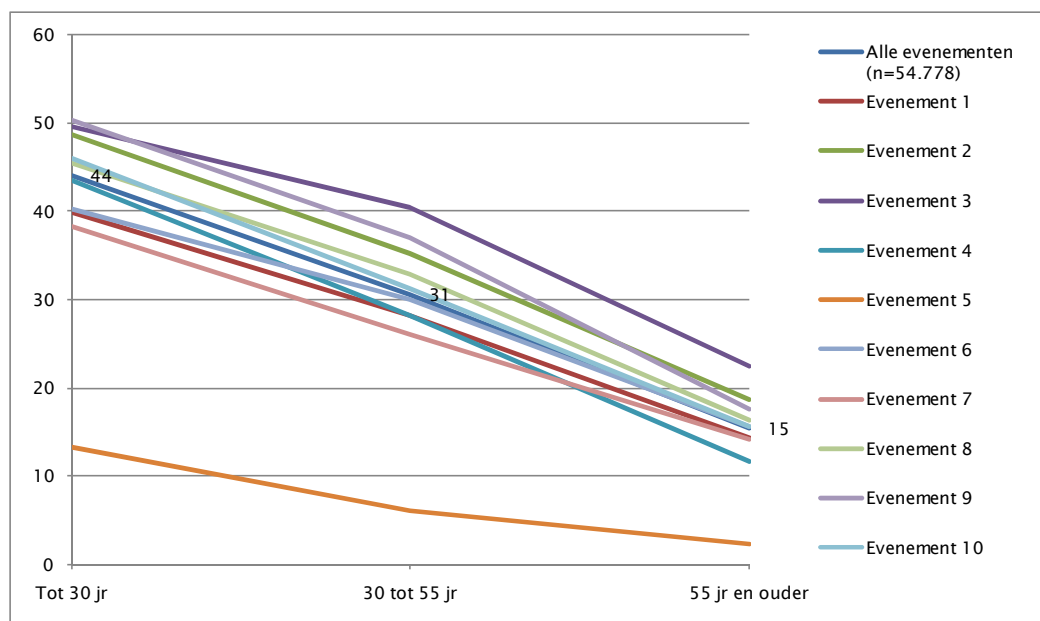
Bron: Le Champion

### 3.4 Tien hardloopevenementen

Uit onderzoek onder Nederlandse en Belgische deelnemers van tien grote hardloopevenementen in Nederland is gebleken dat drie van de tien deelnemers een vrouw is (Van Bottenburg & Hover 2009). Opvallend is dat het aandeel vrouwen bij alle tien evenementen afneemt naarmate de leeftijd stijgt<sup>1</sup>. In de leeftijdsklasse 16 tot 30 jaar bedraagt het aandeel vrouwen 44 procent, in de groep 30- tot 50-jarigen is dat aandeel gedaald tot 31 procent en onder 55-plussers is de proportie vrouwen ongeveer een derde dan wat zij onder de jongste groep is (15%).

<sup>1</sup> Omdat het vertrouwelijke informatie betreft kunnen de evenementen niet bij naam worden genoemd. Om die reden is ook de steekproefomvang per evenement niet vermeld. De evenementen zijn Tilburg Ten Miles, Dam tot Damloop, 4 Mijl van Groningen, Marathon Eindhoven, Amsterdam Marathon, Zevenheuvelenloop, Egmond Halve Marathon, City Pier City Loop, Marathon Rotterdam en Utrecht Marathon.

**Figuur 3.3** Aandeel vrouwen binnen het totaal aantal deelnemers van tien grote hardloopevenementen in Nederland in 2008 en 2009 (in %)



Bron: Van Bottenburg & Hover (2009), bewerking W.J.H. Mulier Instituut

Noot: alleen de labels van de lijn die de geaggregeerde resultaten weergeeft, zijn weergegeven

Vrouwelijke deelnemers aan hardloopevenementen verschillen niet van de mannen wat betreft de voortzetting van de beoefening van de hardloofsport. Vrijwel alle mannen en vrouwen (circa 95%) geven aan een jaar na het evenement minstens net zo vaak te blijven lopen als men daarvoor deed.

## 4. Verkoop van hardloopschoenen

Het aandeel van dameshardloopschoenen binnen het totaal aantal verkochte hardloopschoenen stijgt geleidelijk. In 2004 was 29 procent van de verkochte hardloopschoenen een damesschoen. In 2010 is dat gestegen tot 38 procent.

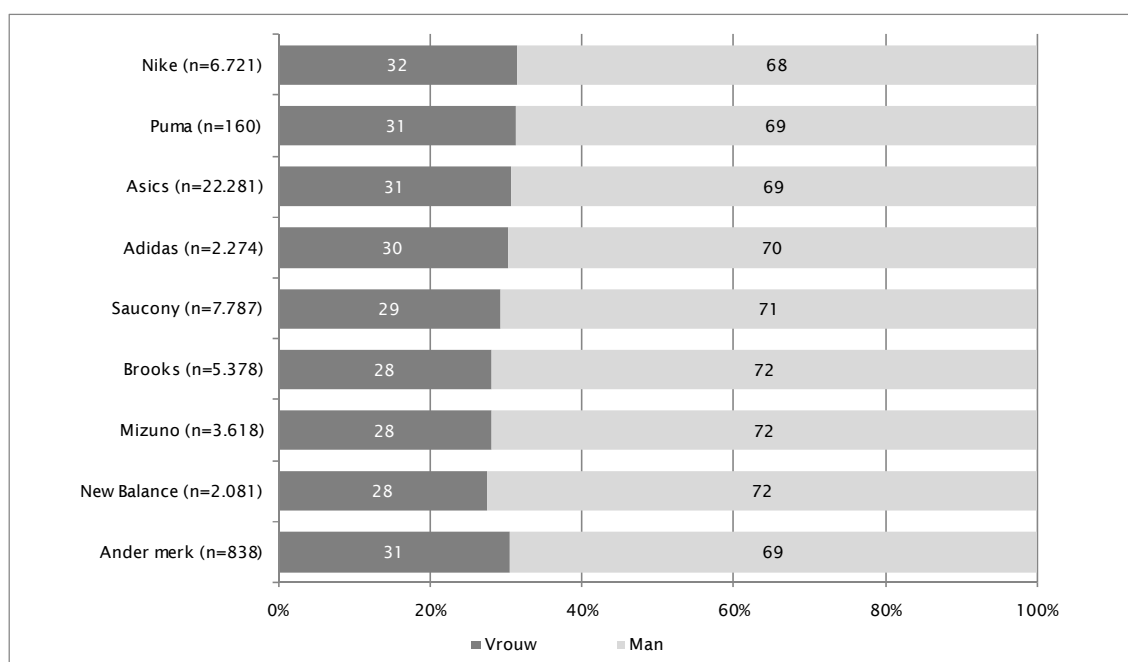
**Tabel 4.1** Verkochte hardloopschoenen naar heren- en damesschoenen (in %)

	2004	2005	2006	2009	2010
Heren	71	67	64	66	62
Dames	29	33	36	34	38

Bron: FGHS

Op basis van onderzoek onder Nederlandse en Belgische deelnemers van tien grote hardloopevenementen in Nederland blijkt dat er geen merk hardloopschoenen is dat meer dan andere merken door vrouwen wordt aangeschaft. Voor elk merk geldt dat bijna een derde van de dragers van dat merk vrouw is<sup>2</sup>.

**Figuur 4.1** Merk hardloopschoenen naar geslacht bij deelnemers van tien grote hardloopevenementen in Nederland in 2008 en 2009 (in %)



Bron: Van Bottenburg & Hover (2009), bewerking W.J.H. Mulier Instituut

<sup>2</sup> Het betreft het merk waarop men gelopen heeft tijdens het evenement dat onderzocht is.





## 5. Conclusies

Dat vrouwen in het laatste decennium bezig zijn met een inhaalslag binnen de hardloopwereld staat buiten kijf. Het aantal bij de Atletiekunie ingeschreven vrouwelijke atleten, het aantal vrouwelijke deelnemers bij Start to Run en bij hardloopevenementen en hun aandeel daarbinnen (Zevenheuvelenloop: van 4% in 1984 naar 27% in 2010), en de verkoop van hardloopschoenen zijn daarvoor harde bewijzen.

Wel komt naar voren dat de groei in de laatste jaren afvlakt. Binnen de bij de Atletiekunie ingeschreven recreanten (excl. DR/LSN en LGR) stijgt het aantal vrouwen nog wel, maar hun relatieve aandeel binnen de totale groep ligt al sinds 2006 rond de 53 procent. Daar staat tegenover dat binnen Start to Run het aantal deelnemers per seizoen schommelt (met over de periode 2007-2010/2011 een licht stijgende tendens), maar het aandeel van vrouwen nog steeds stijgt, zij het miniem.

Bij de onderzochte hardloopevenementen is de trend diffuus. Bij sommige grote evenementen zoals de Amsterdam Marathon neemt het aantal vrouwelijke deelnemers nog steeds toe en ook hun aandeel binnen het deelnemersveld stijgt langzaam, maar bij andere grote hardloopevenementen is die ontwikkeling minder sterk aanwezig of ontbreekt juist. Het zou interessant zijn om te onderzoeken of vrouwen meer voor de kortere afstanden kiezen, maar voor die exercitie ontbreekt het op dit moment aan voldoende beschikbare gegevens.

De verkoop van schoenen wijst weer wel in een opgaande lijn. Het aandeel van damesschoenen binnen het totaal aantal verkochte hardloopschoenen steeg in de periode 2004-2010 van 29 procent naar 38 procent.

De slotconclusie is dat vrouwen steeds meer van zich laten horen bij het hardlopen, met name bij de recreanten. Daar zijn ze de mannen getalsmatig al voorbijgestreefd. Bij hardloopevenementen lopen vrouwen echter getalsmatig nog steeds achter bij hun mannelijke sportgenoten en de deelnamecijfers bij grote hardloopevenementen tonen dat die achterstand niet of nauwelijks wordt ingelopen. De sterke groei in het deelnemersveld van de Marikenloop en de toename van dergelijke evenementen geven aan dat dergelijke 'for women only' hardloopevenementen een vaste plaats hebben gekregen binnen de hardloopwereld. Gaat de Marikenloop dit jaar voor het eerst boven de 10.000 deelnemers uitkomen?



## Literatuur

Bottenburg, M. & Hover, P. (2009). *Evenementenlopers in beeld*. Utrecht/'s-Hertogenbosch: Universiteit Utrecht/W.J.H. Mulier Instituut.

Stokvis, R. & I. van Hilvoorde (2008). *Fitter, harder & mooier: de onweerstaanbare opkomst van de fitnesscultuur*. Amsterdam/ Antwerpen: Uitgeverij De Arbeiderspers/Het Sporthuis.

Stokvis, R. (2010). *De sportwereld. Een inleiding*. Nieuwegein: Arko Sports Media.