

RĪGA, Āgenskalns
LATVIJA

OMNIGYM IEDZĪVOTĀJU IESAISTES PĒTĪJUMS

Sadarbībā ar Rīgas pašvaldību

Periods 21.12.2023 – 25.01.2024

OMNIGYM

A man is shown from the chest up, performing a pull-up on a bar in a gym. He is wearing a dark t-shirt and has a focused expression. The background is slightly blurred, showing other gym equipment. The entire image is overlaid with a semi-transparent blue filter. In the center, the word 'APKOPOJUMS' is written in white, uppercase, sans-serif font, enclosed within a white rectangular border.

APKOPOJUMS

MAZKUSTĪBA MAKSĀ NAUDU.



6 no 10
pieaugušajiem

Eiropas Savienībā nesporto
vispār vai dara to reti



Mazkustība Eiropas
ekonomikai izmaksā

80 miljardus
€ gadā



SITUĀCIJA LATVIJĀ.

Tikai 5,5% pieaugušo Latvijas iedzīvotāju 4–6 reizes nedēļā vai katru dienu veic 30 minūšu ilgas fiziskas aktivitātes (līdz vieglam elpas trūkumam vai svīšanai).

Gandrīz puse jeb 47,9% iedzīvotāju ar fiziskajām aktivitātēm nodarbojas tikai dažas reizes gadā un 43,8% iedzīvotāju brīvo laiku pavada mazkustīgi.

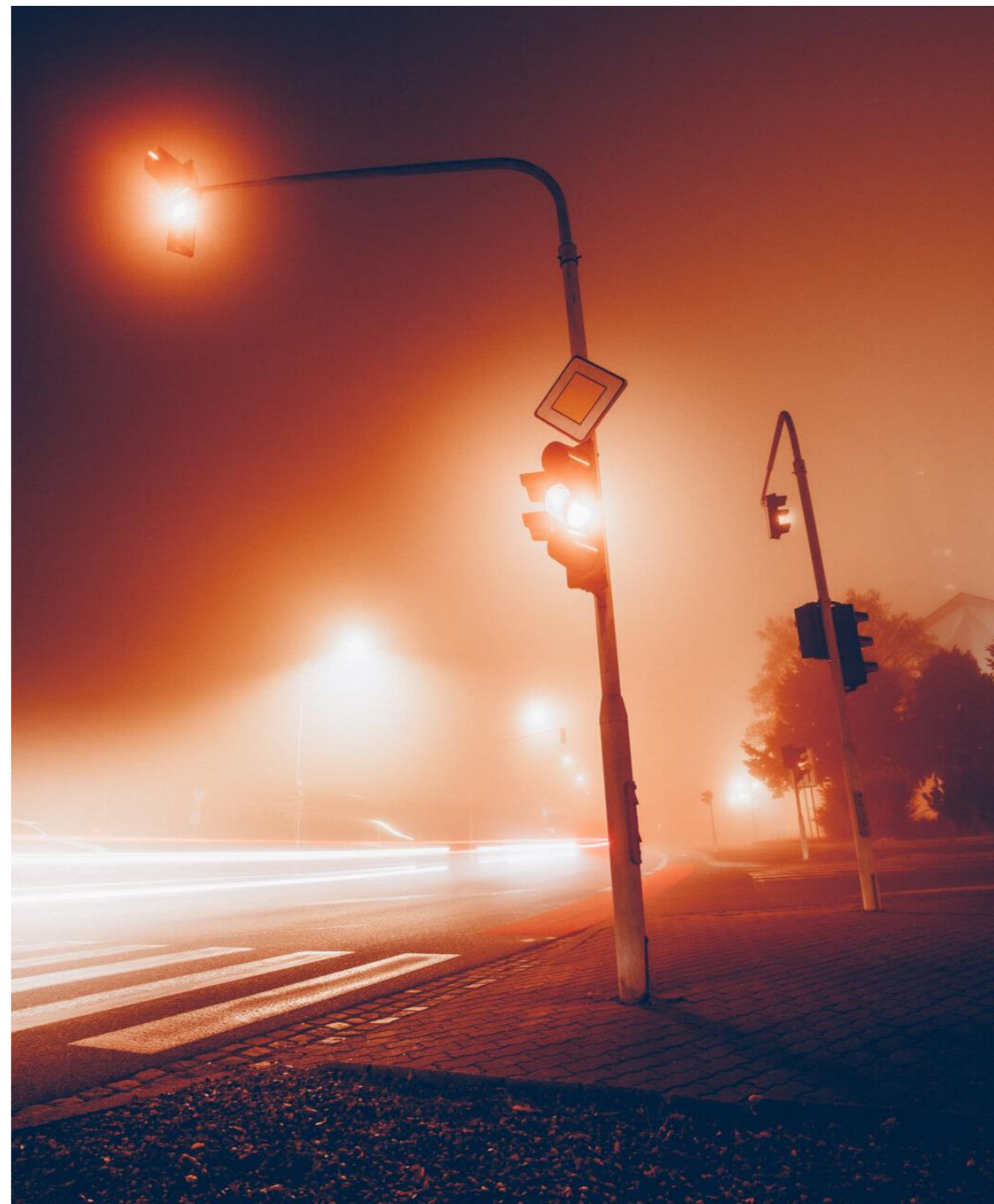
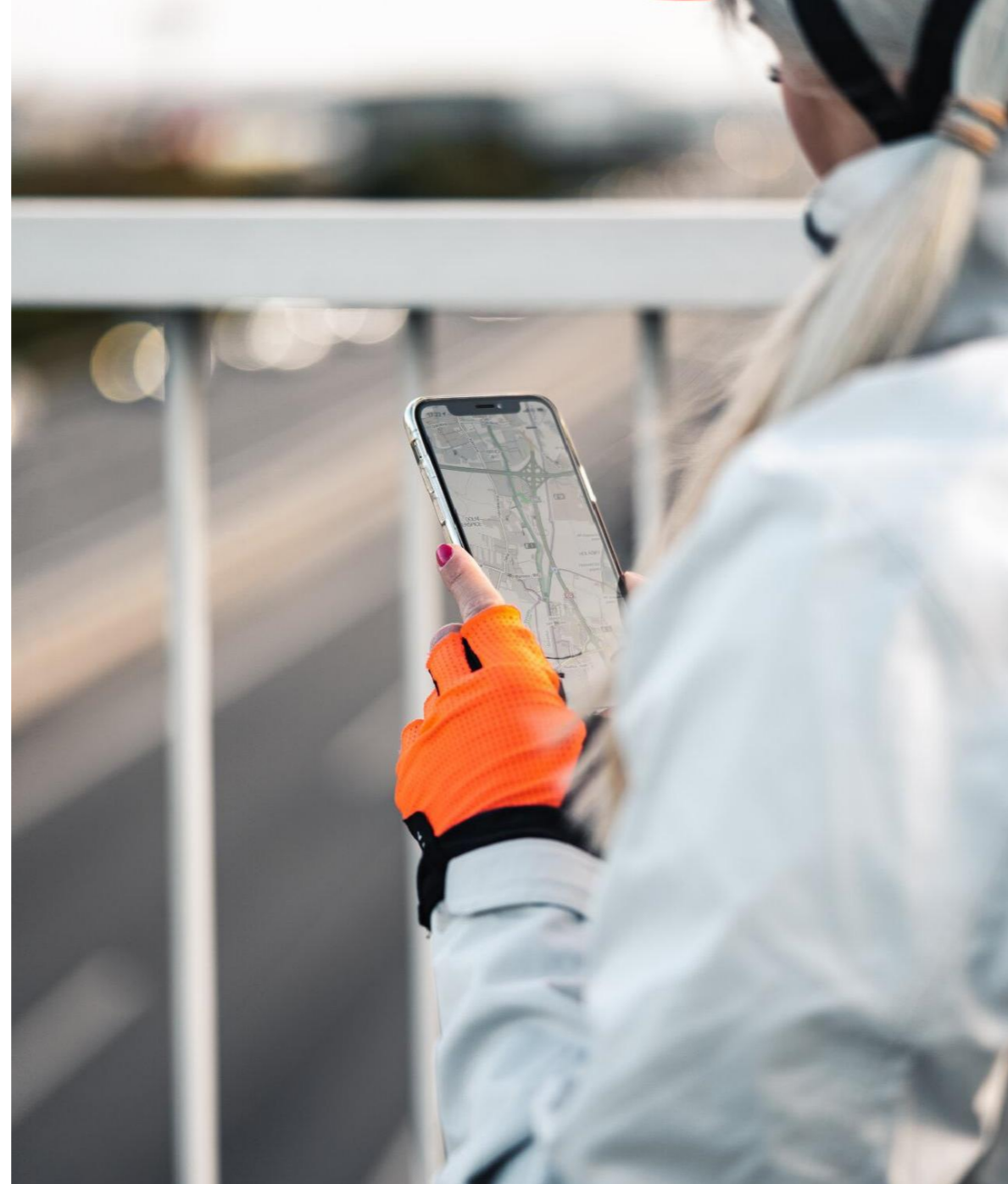
Avots: SPKC. Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums. 2022
<https://www.spkc.gov.lv/lv/media/18708/download?attachment>

SPKC rekomendācijas.

Pieaugušajiem(18-64 gadi) ieteicams vismaz 2 reizes nedēļā veikt muskuļus stiprinošas aktivitātes vidējā vai augstā intensitātē, galvenajām muskuļu grupām.

Avots: SPKC. Fizisko aktivitāšu ieteikumi Latvijas iedzīvotājiem. 2023
<https://www.spkc.gov.lv/lv/media/4747/download?attachment>

OMNIGYM



CASE: RĪGA, Āgenskalns

Pētījuma mērķis ir iegūt atgriezenisko saiti no vietējiem iedzīvotājiem par Omnigym āra trenažieru piedāvātajām fizisko aktivitāšu iespējām un šāda trenažieru laukuma aktualitāti pašvaldībā.

Pētījums norisinājās Rīga 21.12.2023 – 25.01.2024

31
atbildes

Tika saņemtas 31 atbildes uz aptaujas
jautājumiem

78%

vīrieši

19%

sievietes

0%

virs 55 gadi

OMNIGYM



LABI VAI TEICAMI

97%

respondentu trenažieru laukumu novērtēja
ar atzīmi «Labi» vai «Teicami»



VIENLĪDZ LABI VAI LABĀKI
KĀ IEKŠTELPU TRENAŽIERI

77%

respondentu atzina Omnigym trenažierus
kā «Vienlīdz labus» vai «Labākus» kā
iekštelpu trenažieri



REGULĀRI
APMEKLĒTĀJI

58%

respondentu trenažieru laukumu
apmeklēja vismaz 3 reizes.

OMNIGYM

C A S E : R Ī G A , Ā g e n s k a l n s

ATVĒRTIE KOMENTĀRI

“

“Liels paldies par šādu iespēju - ikdienā nepietiek laika, lai ietu uz fitness klubu, bet šī ir fantastiska alternatīva - tepat pie mājām izkustēties pēc darba dienas. Nākam kopā ar dēlu un ceram, ka treneri tiks uzstādīti uz palikšanu.”

“

“Varētu būt vairāk vēdera un kāju treneri, bet pārējais ir izcils.”

“

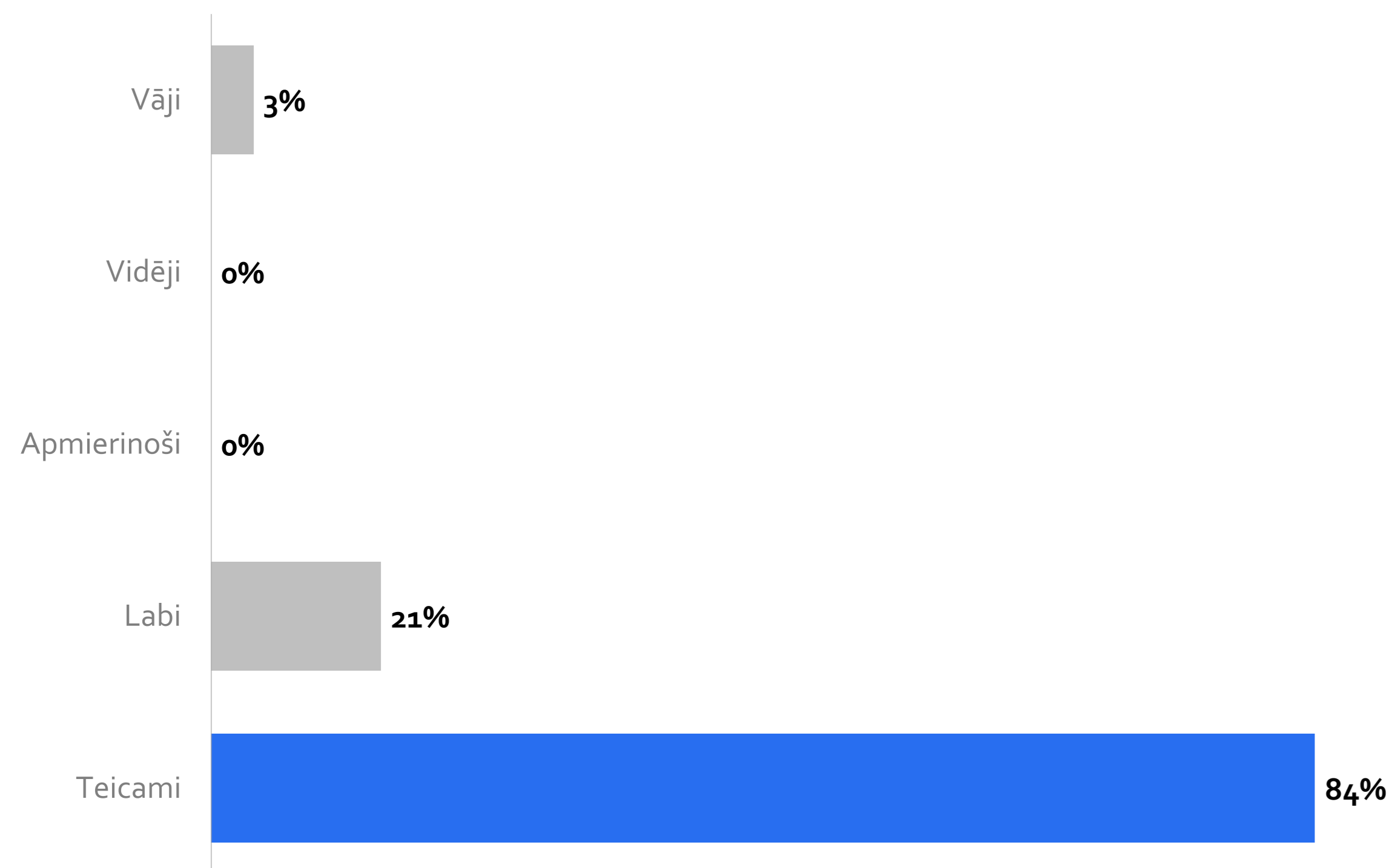
“Lieliski! Ļoti gribam šādu laukumu Āgenskalna priedēs uz palikšanu!”

A woman in a red jacket and patterned leggings is smiling while using an outdoor gym machine in a snowy park. The machine has a weight stack with numbers 5, 15, 17.5, and 20. The background shows a snowy landscape with trees and a utility pole.

A P R Ī K O J U M S

CASE: RĪGA, Āgenskalns

Kāds būtu kopējais vērtējums, ko Tu piešķirtu šim trenažieru laukumam?

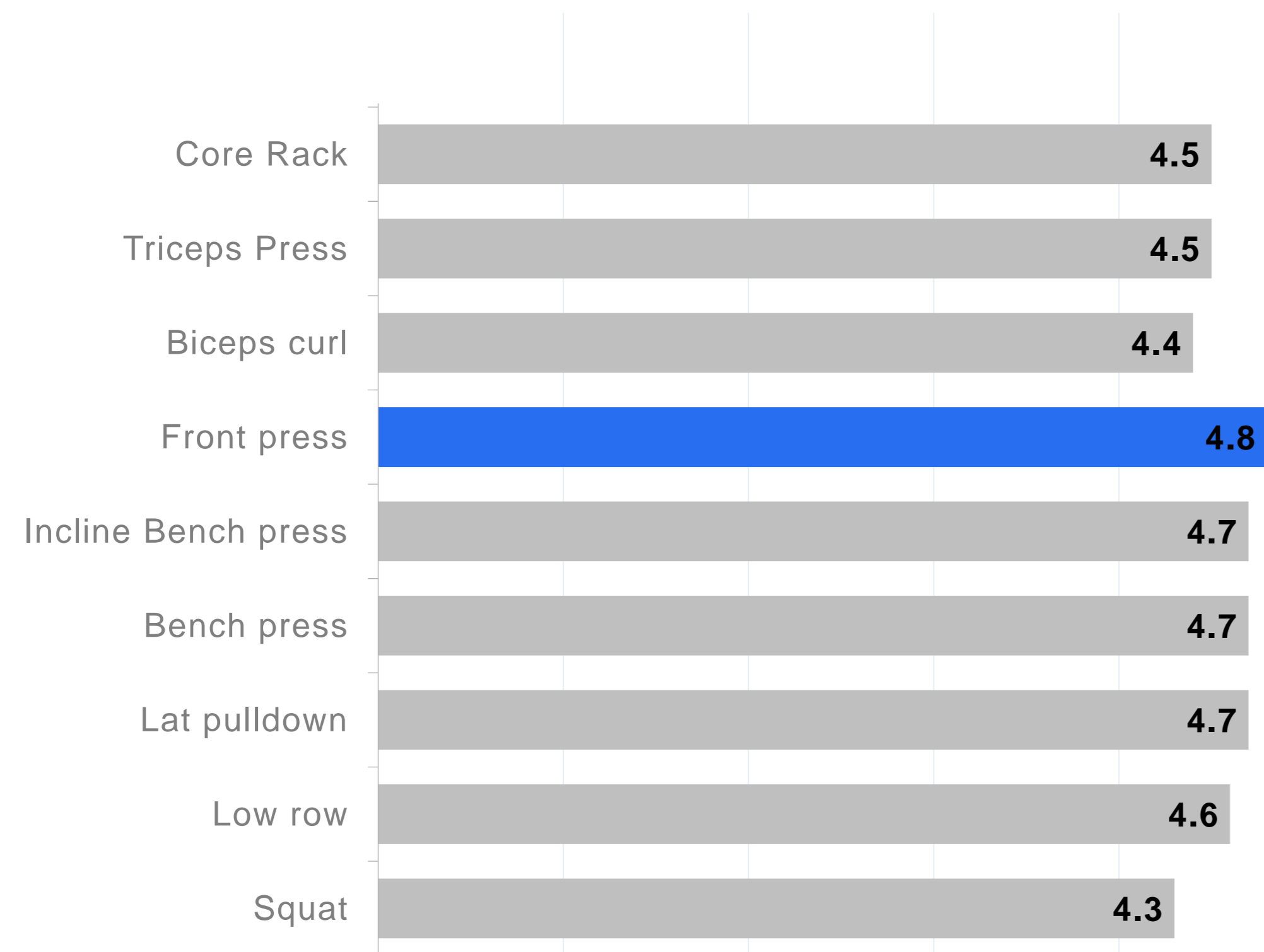


OVERALL SCORE

4,7/5

CASE: RĪGA, Āgenskalns

TRENAŽIERU VĒRTĒJUMA KOPSAVILKUMS



AVERAGE

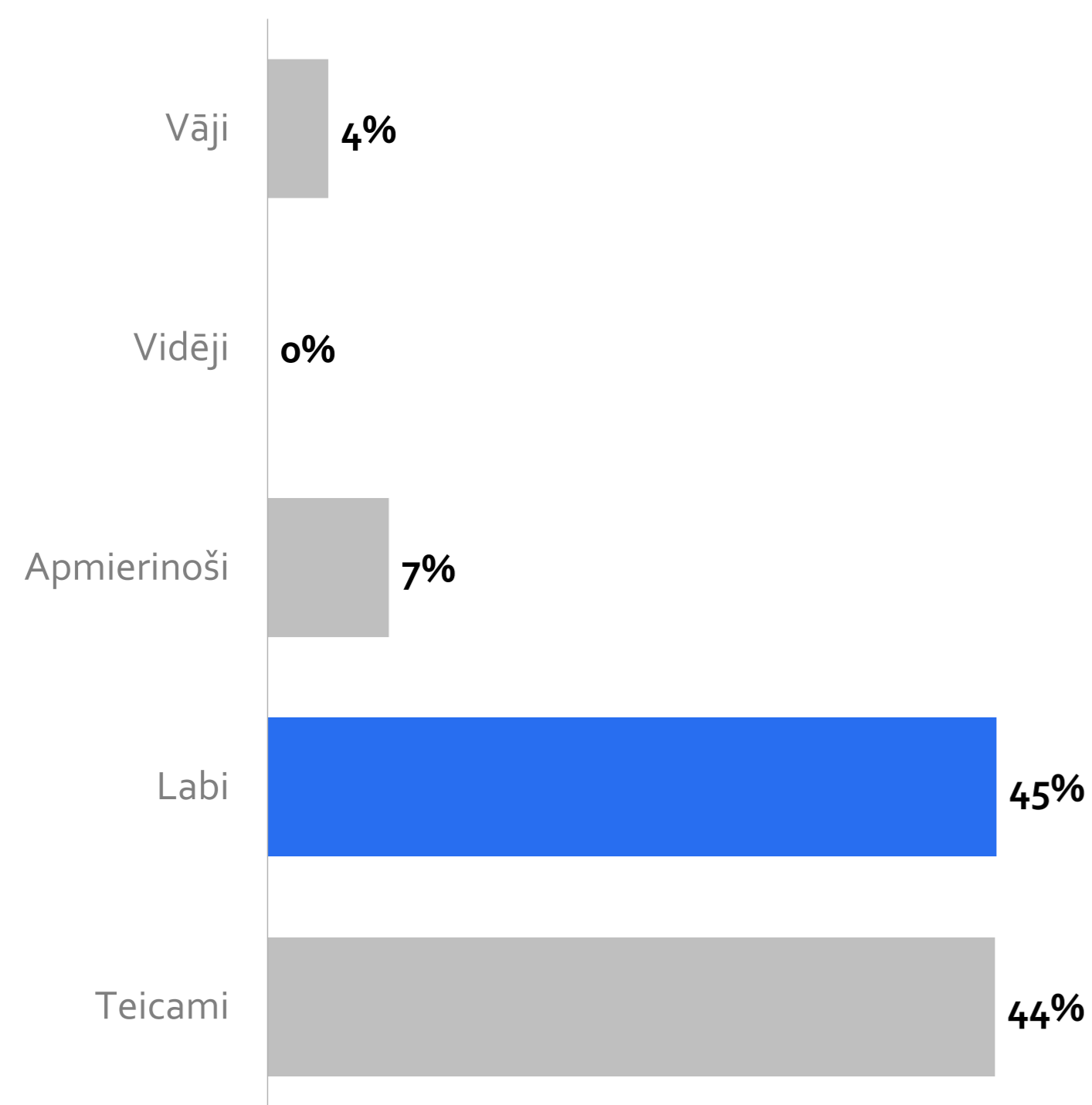
4,6/5

OVERALL SCORE

4,3/5

CASE: RĪGA, Āgenskalns

Kā vērtē treniņu pieredzi uz pietupienu trenažiera? Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo trenažieri.



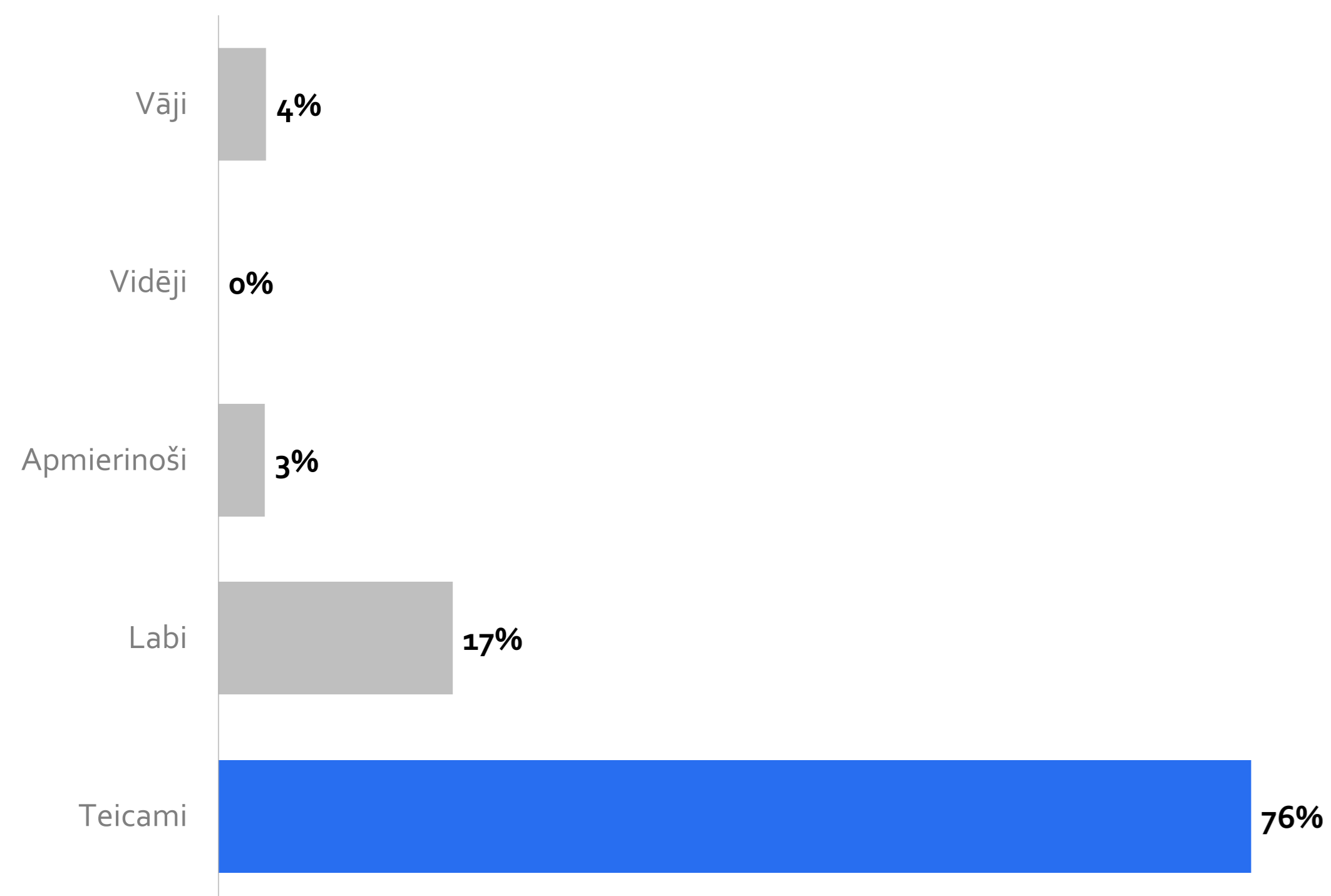
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,6/5

CASE: RĪGA, Āgenskalns

Kā vērtē treniņu pieredzi ar trenažieri vilkšanai no priekšas? Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo trenažieri.



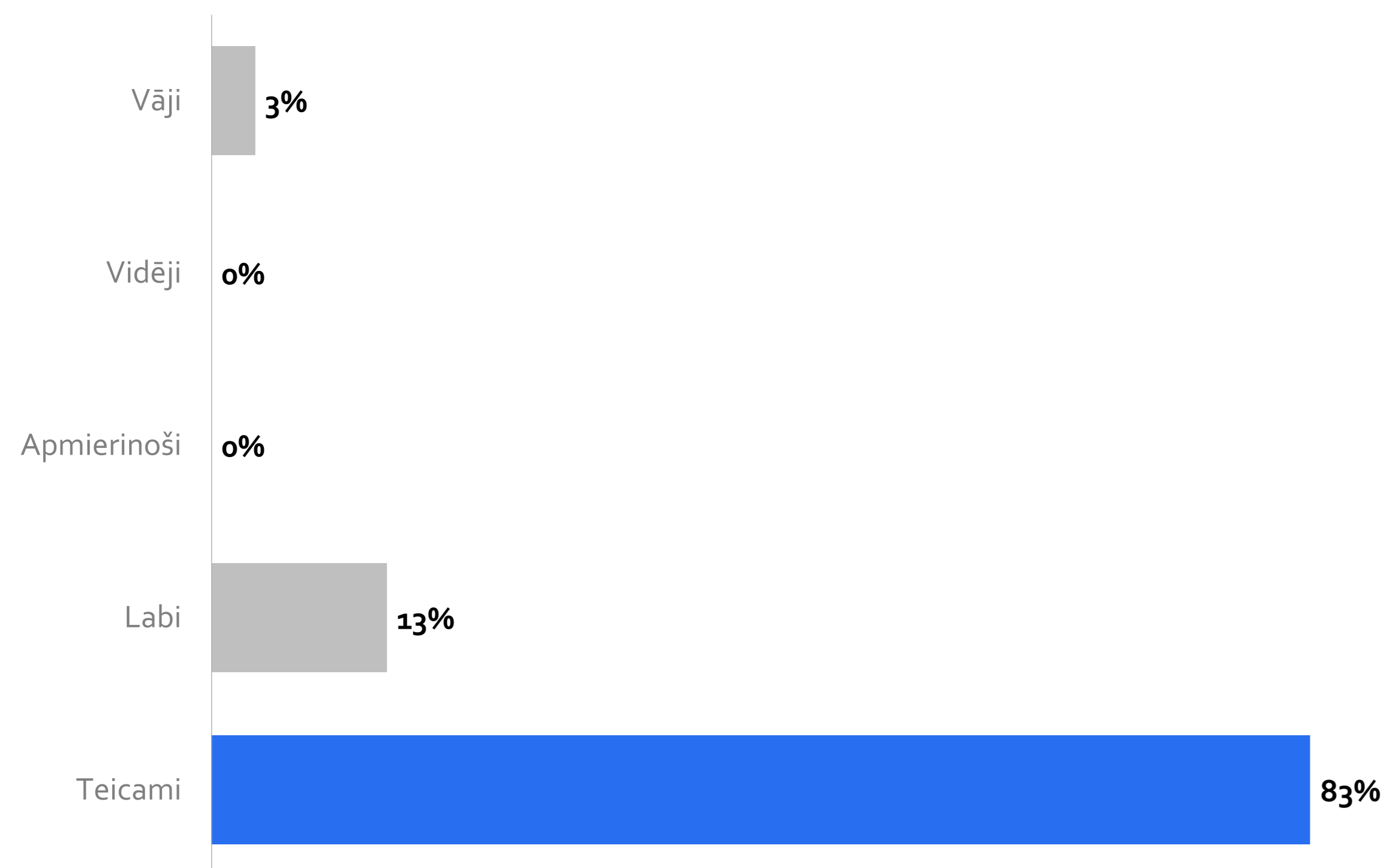
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,7/5

CASE: RĪGA, Āgenskalns

Kā vērtē treniņu pieredzi ar trenažieri vilkšanai no augšas? Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo trenažieri.



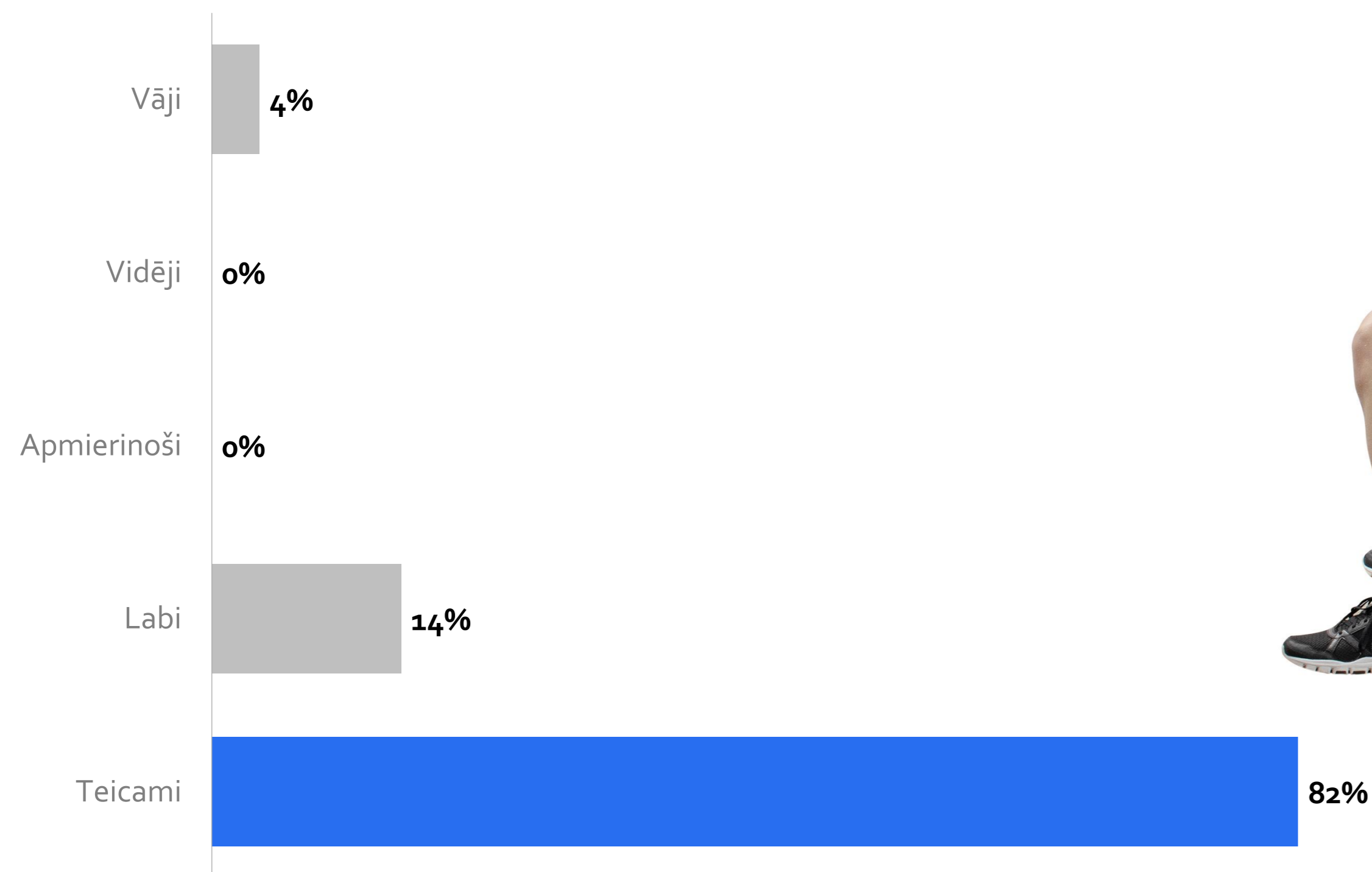
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,7/5

CASE: RĪGA, Āgenskalns

Kā vērtē treniņu pieredzi ar treniņierīci spiešanai guļus? Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo treniņierīci.



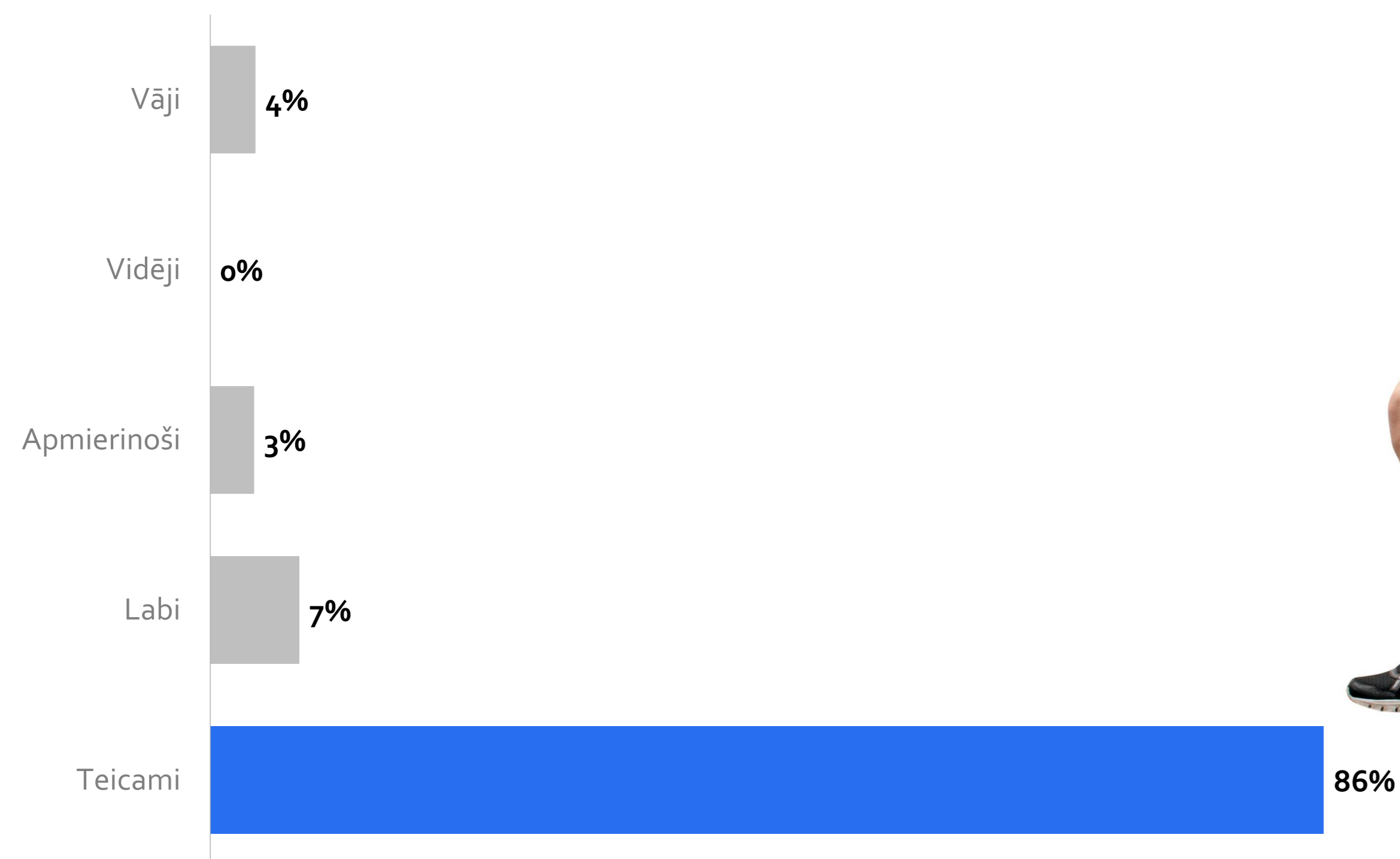
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,7/5

CASE: RĪGA, Āgenskalns

Kā vērtē treniņu pieredzi ar treniņierīci spiešanai guļus uz slīpa sola? Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo treniņierīci.



OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,8/5

CASE: RĪGA, Āgenskalns

Kā vērtē treniņu pieredzi ar treniņierīci spiešanai no pleciem? Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo treniņierīci.



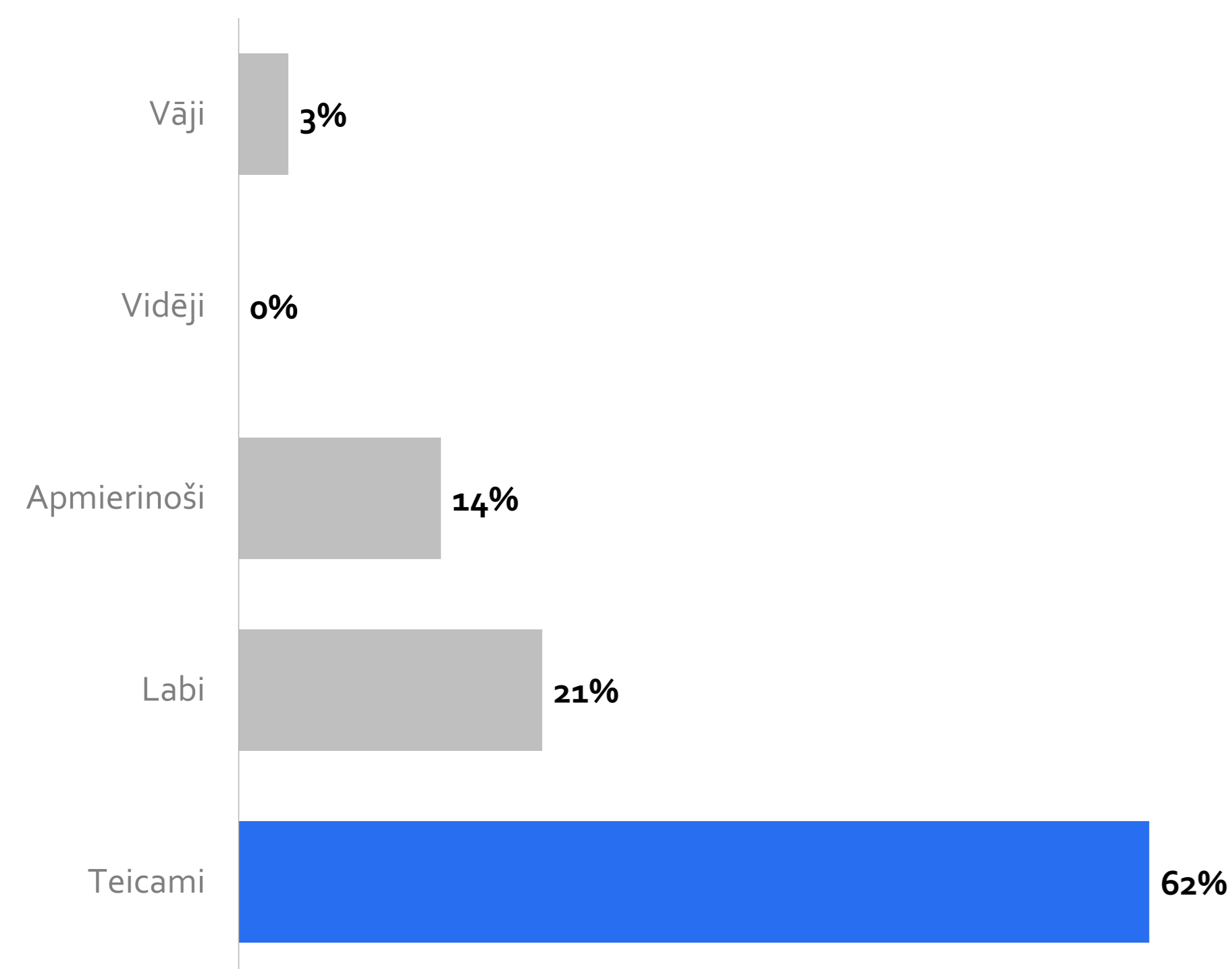
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,4/5

CASE: RĪGA, Āgenskalns

Kā vērtē treniņu pieredzi ar bicepsu trenažieri?
Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo trenažieri.



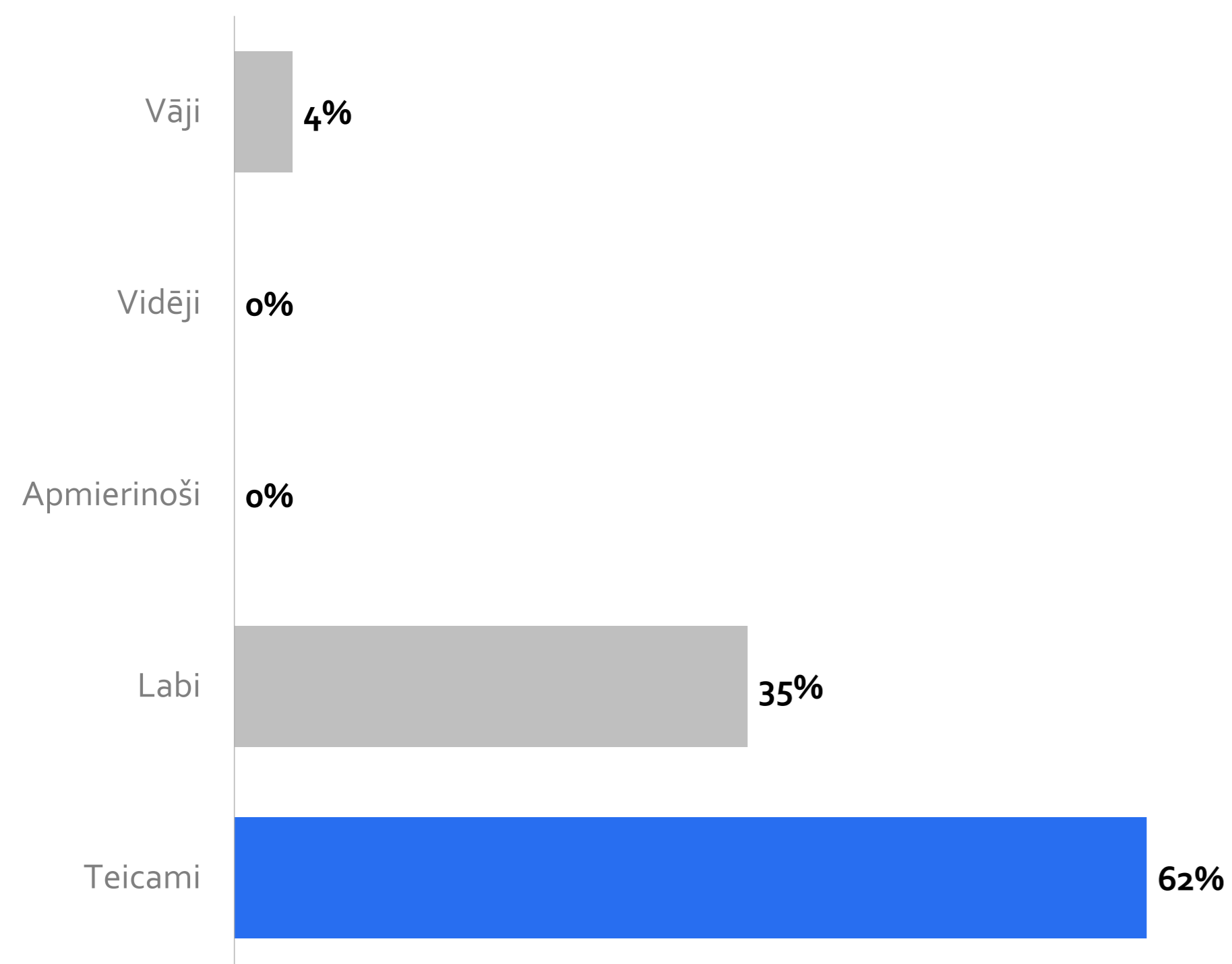
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,5/5

CASE: RĪGA, Āgenskalns

Kā vērtē treniņu pieredzi ar tricepsu trenažieri?
Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo trenažieri.



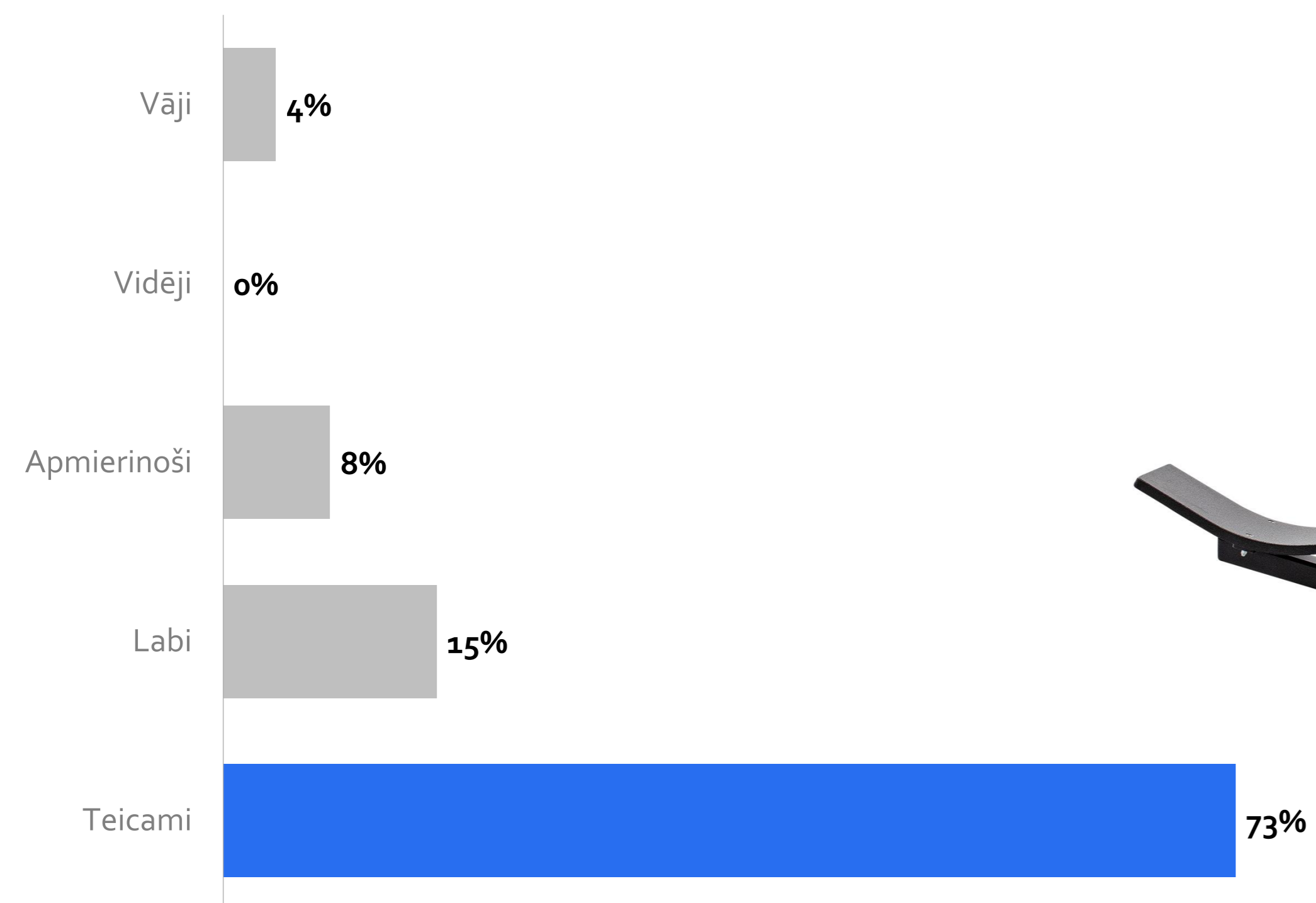
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,5/5

CASE: RĪGA, Āgenskalns

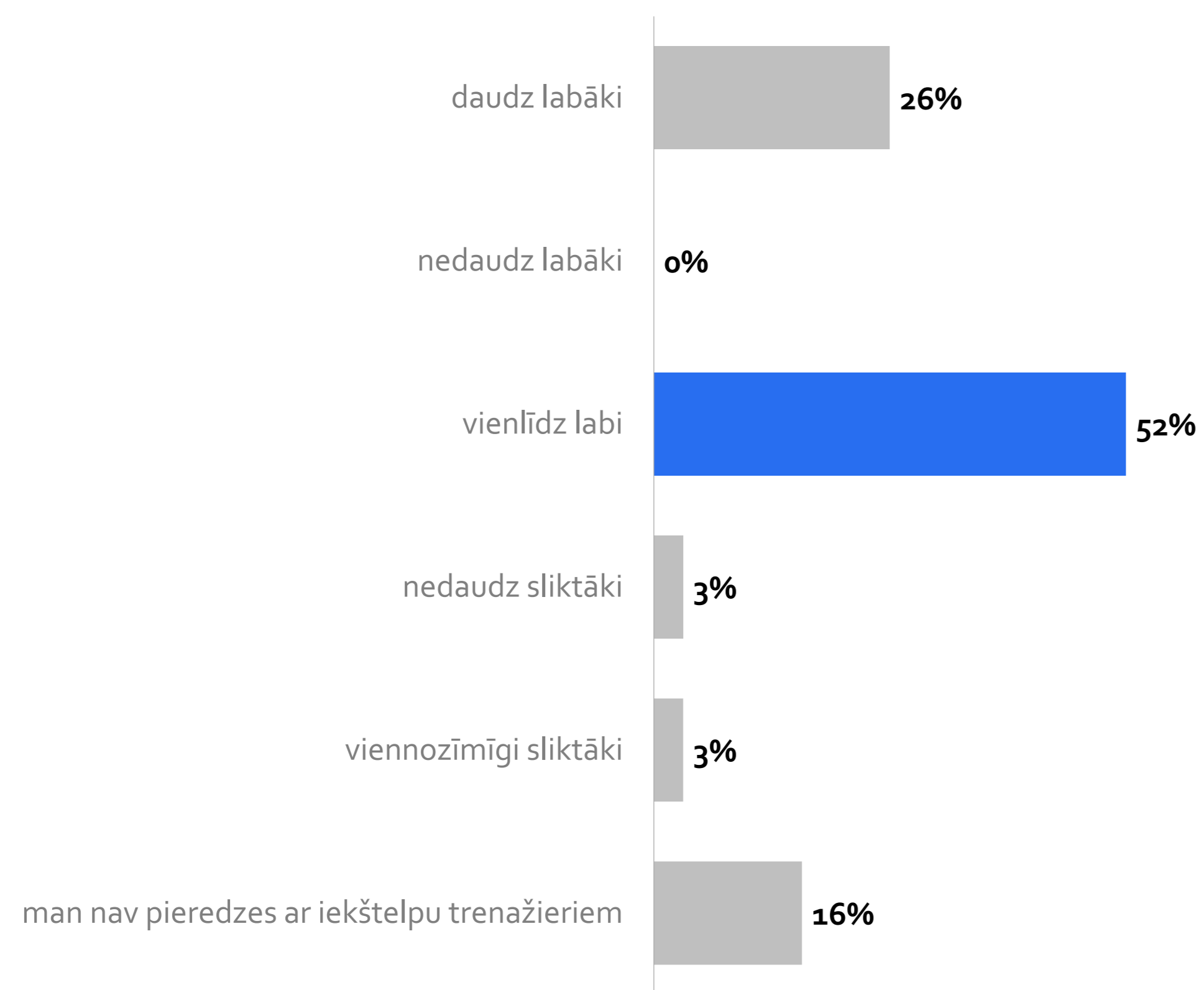
Kā vērtē treniņu pieredzi ar multifunkcionālo staciju un tās elementiem? Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo trenažieri.



OMNIGYM

CASE: RĪGA, Āgenskalns

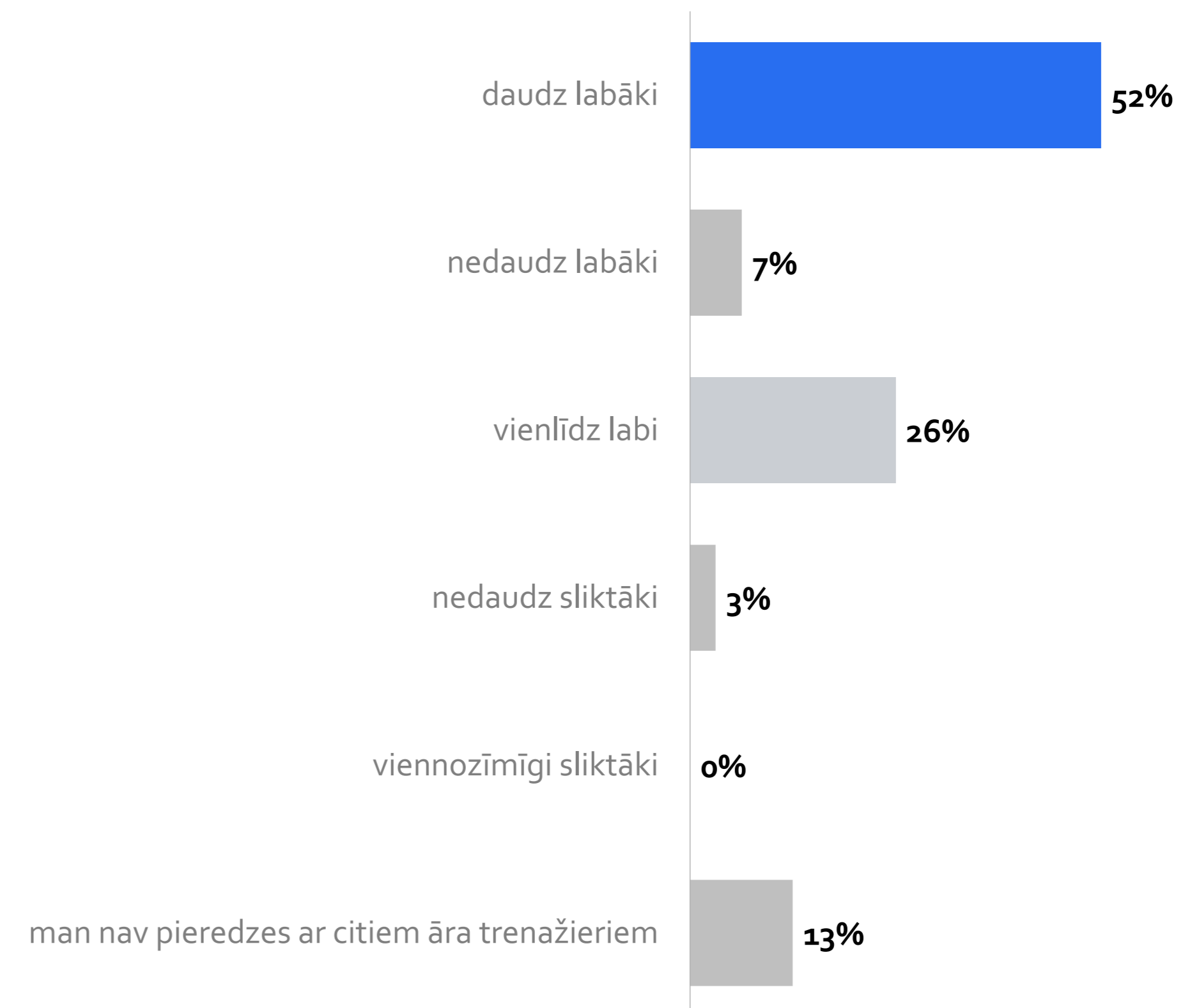
Ja salīdzini Omnigym āra trenažierus ar iekštelpu trenažieriem, vai uzskati, ka tie ir



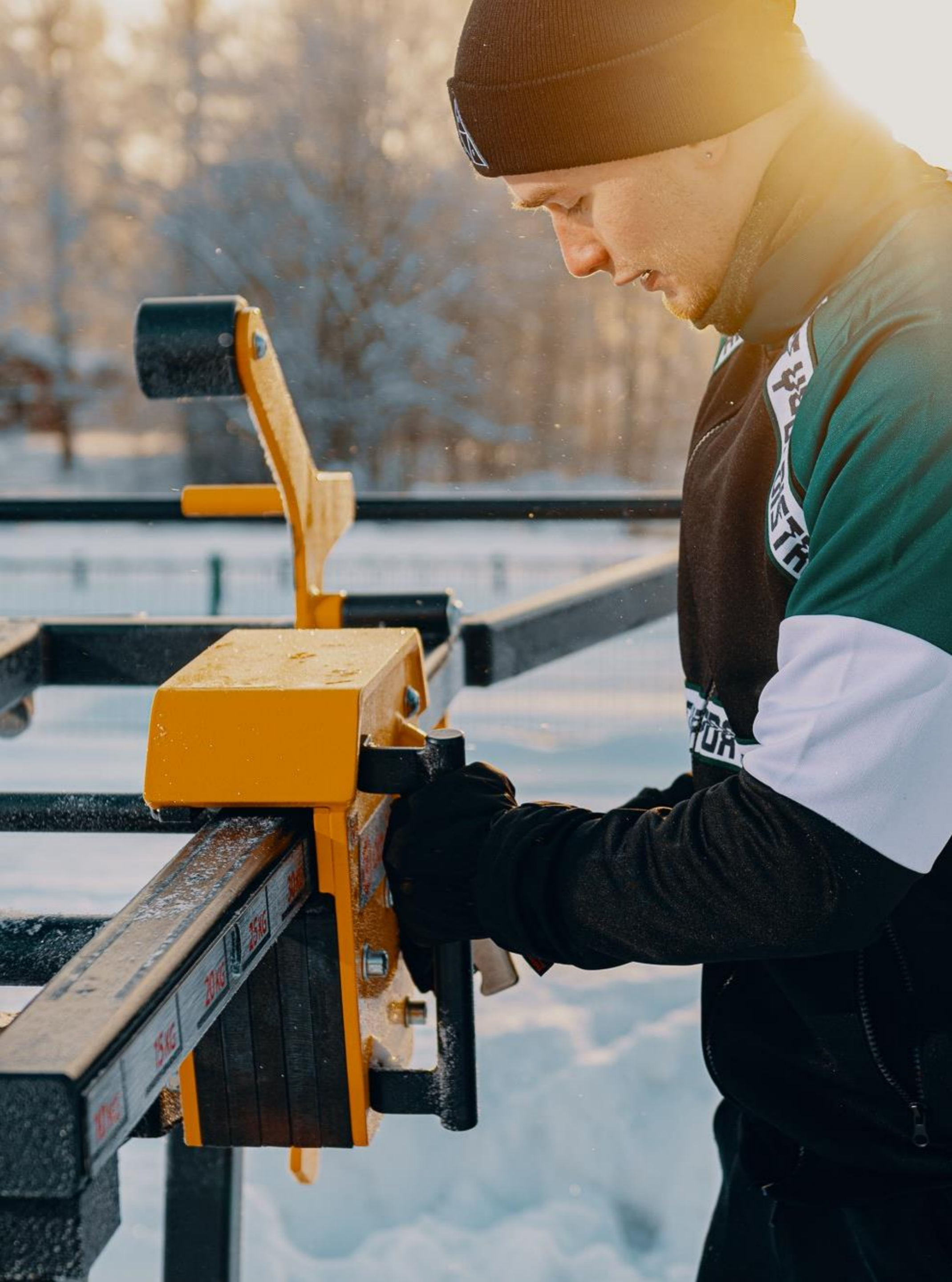


CASE: RĪGA, Āgenskalns

Ja salīdzini Omnigym āra trenažierus ar citiem āra trenažieriem, vai uzskati, ka tie ir



OMNIGYM



CASE: RĪGA, Āgenskalns

Vai šis āra trenāžieru komplekts ir pietiekams, lai nodrošinātu treniņu dažādām muskuļu grupām?



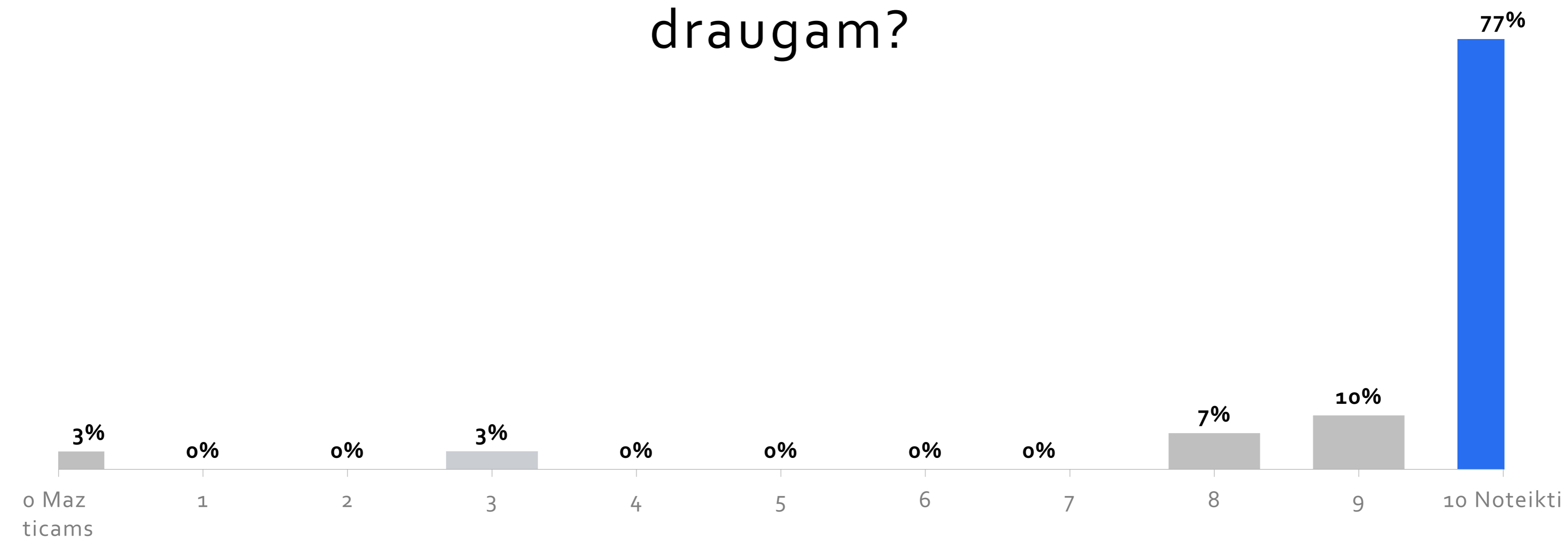
C A S E : R Ī G A , Ā ģ e n s k a l n s

Kāds papildu trenažieris, Tavuprāt, būtu nepieciešams?

- Būtu nepieciešami velo un vai slēpošanas trenažieri, kā arī skrejceliņi.
- Viss nepieciešamais ir pieejams, naxinu vai cilveki sniedz atsaunsmes bet 4 dienu laikā atnakot vienmēr ir kads kas trenejās tīņi un pieaugušie
- Kardio, piemeram, "slēposana"
- Vilkmei,kaut ko.
- Jo vairāk dažādi trenežieri, jo labāk
- Būtu noderīgi vēl kāds trenažieris kājām, bet kopumā super.
- Не увазите
- Eliptiskais, merenai aeirobai slodzei
- Trenažieris spiešanai ar kājām
- Kāds trenažieris kāju muskuļiem
- āgenskalnā varētu pievienot kādu vēdera trenažieri

RĪGA, Āgenskalns

Vai Tu ieteiktu Omnigym aprīkojumu draugam?

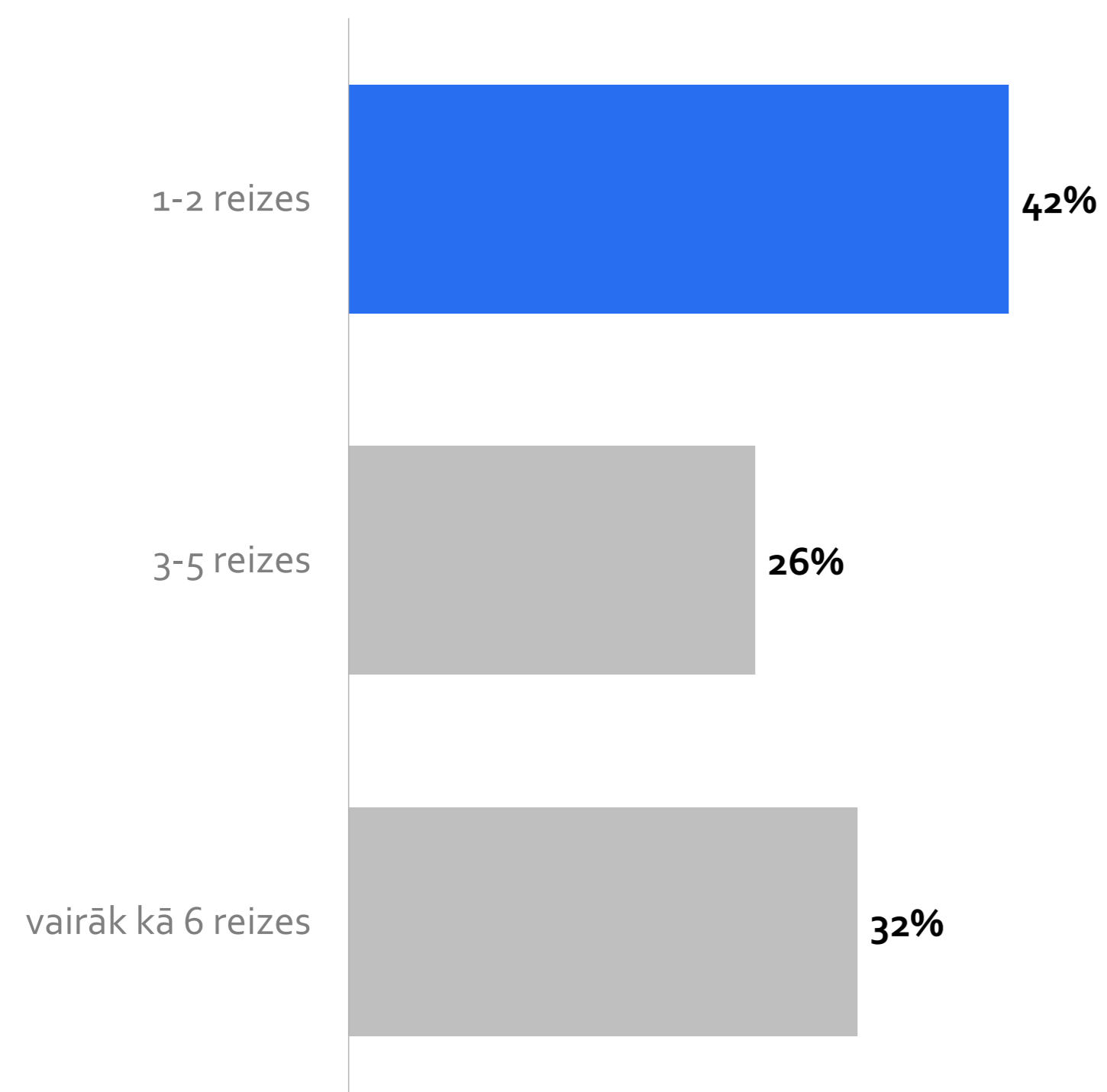


A man with a beard and a determined expression is performing a pull-up on a black metal bar. He is wearing a grey long-sleeved shirt with a red stripe and a patterned sleeve, and a grey athletic top with the number '257' and 'ULTRARON 9' visible. The background is a blurred outdoor setting with trees and a blue sky. The entire image is overlaid with a semi-transparent blue filter. A white rectangular box is centered over the man's chest, containing the word 'VIETA' in white, uppercase, sans-serif font.

VIETA

CASE: RĪGA, Āgenskalns

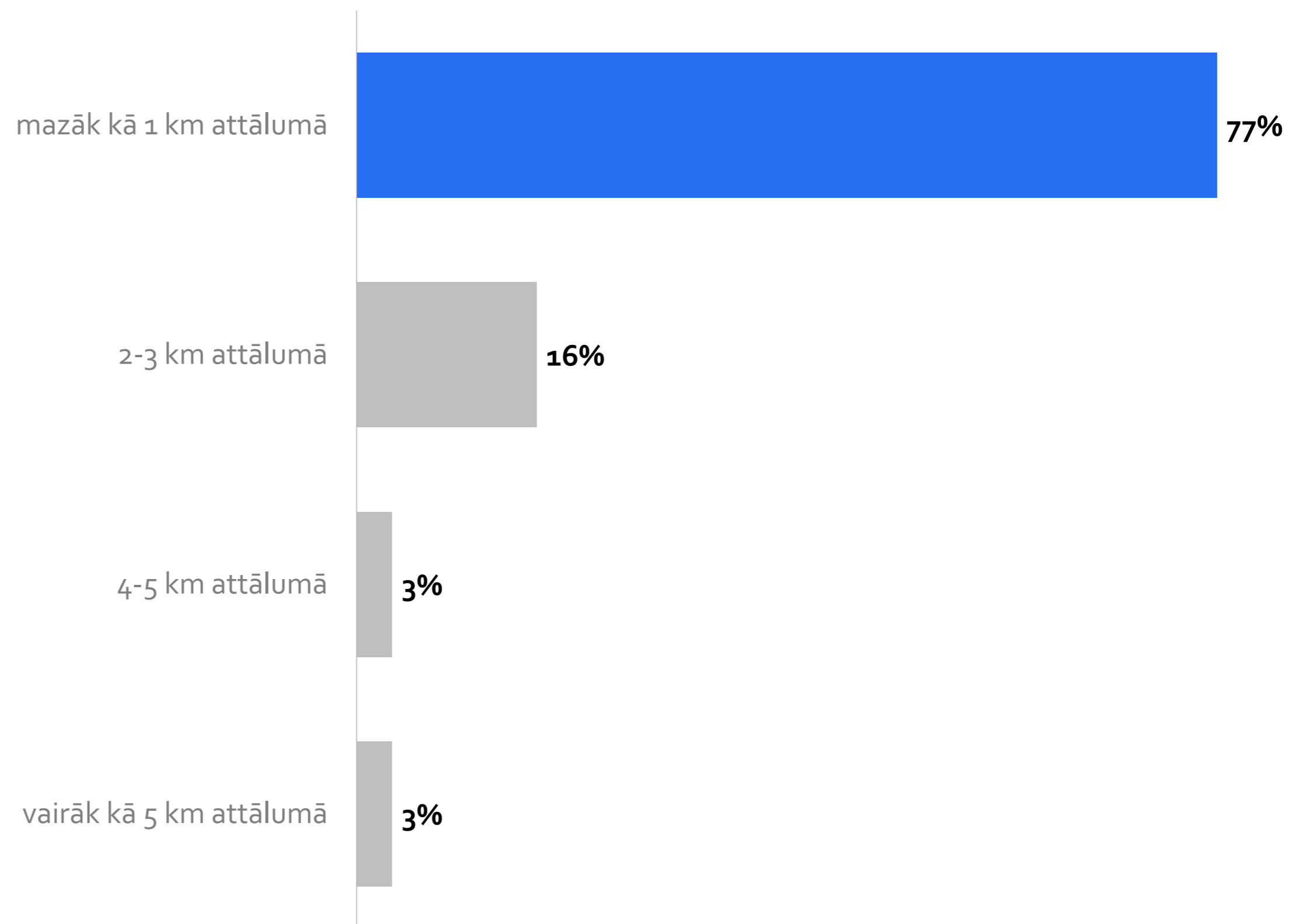
Esmu trenējies šajā āra trenažieru laukumā





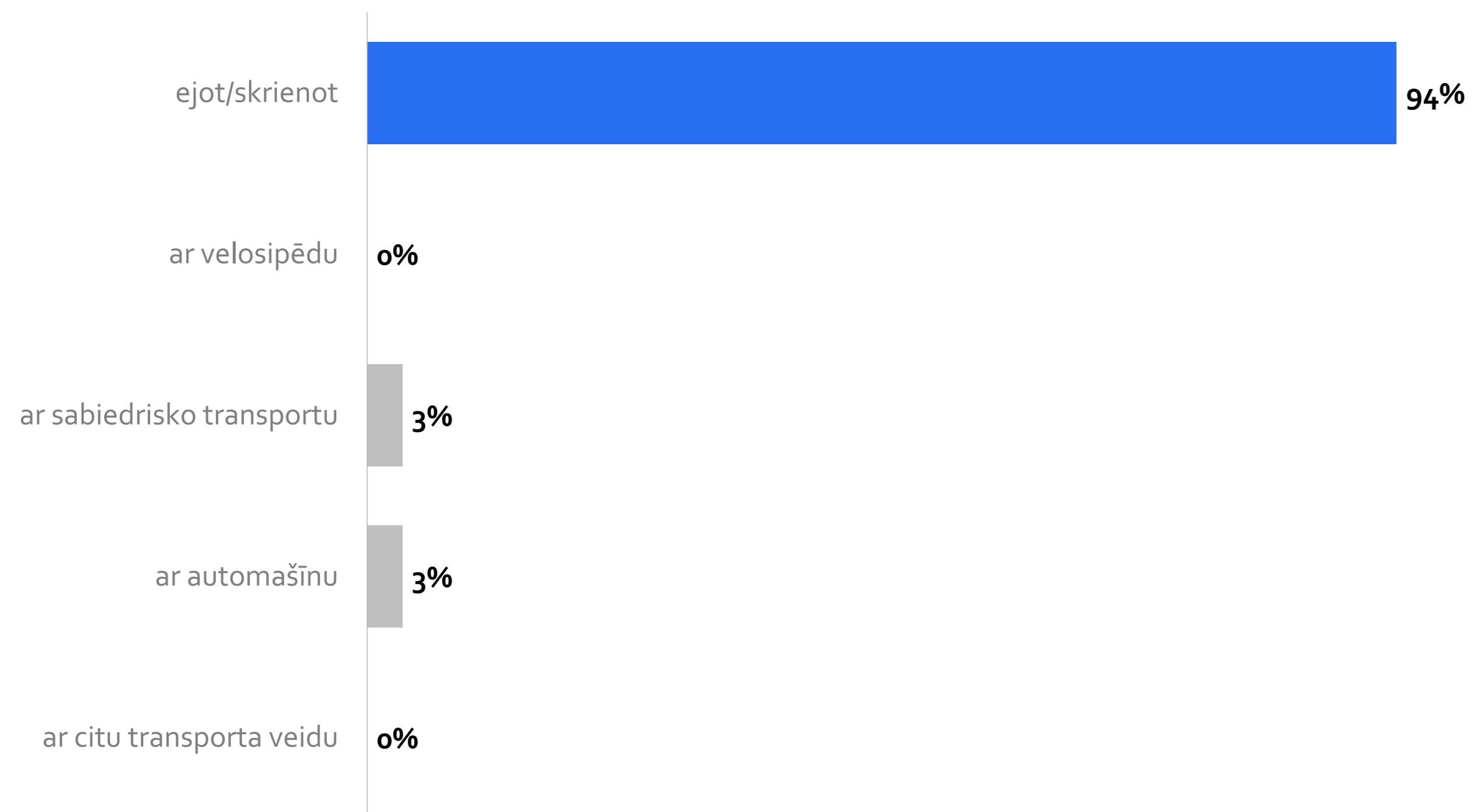
CASE: RĪGA, Āgenskalns

Šis āra treniņieru laukums no manām mājām atrodas



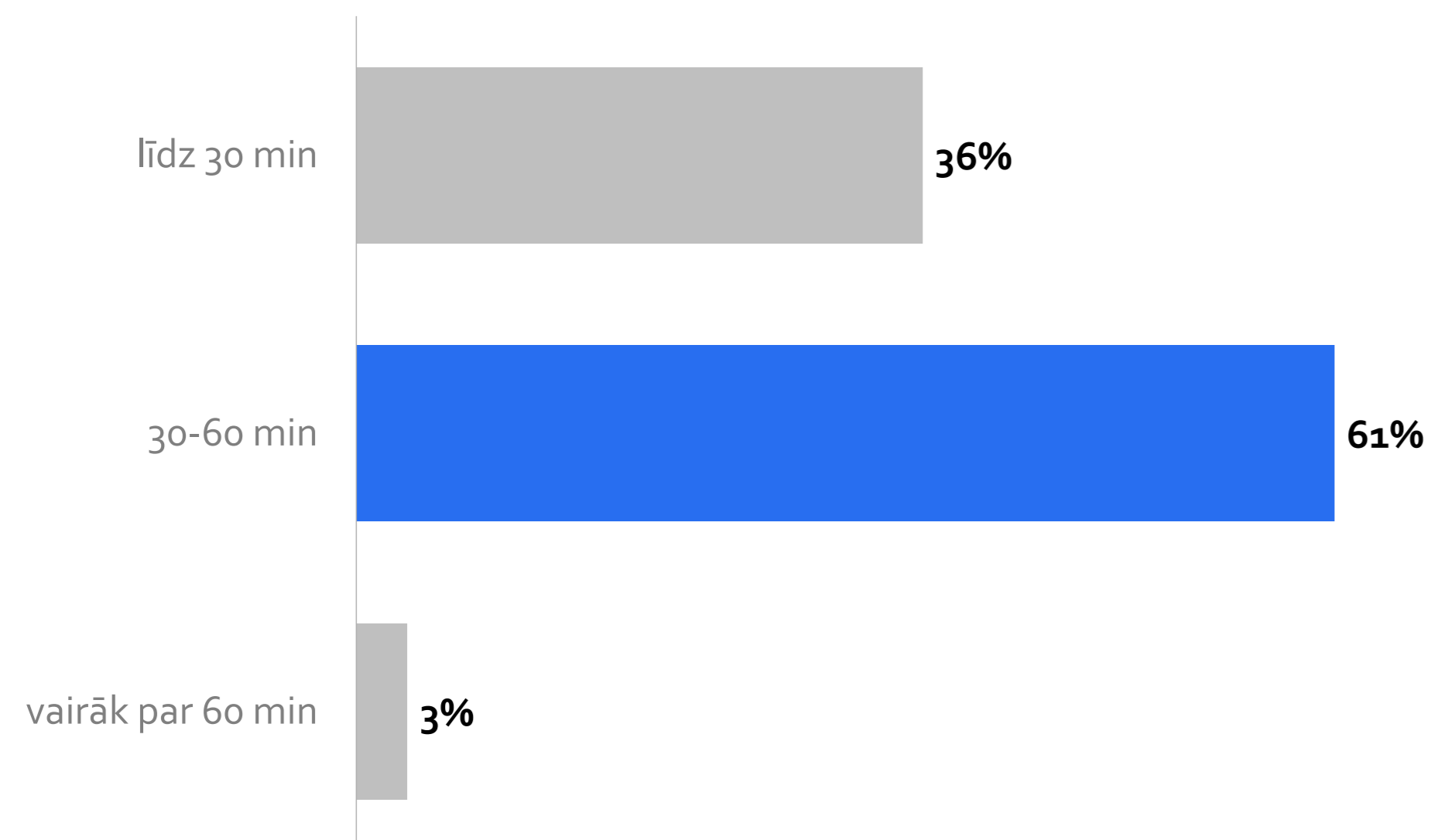
CASE: RĪGA, Āgenskalns

Kā Tu šeit nokļuvi?



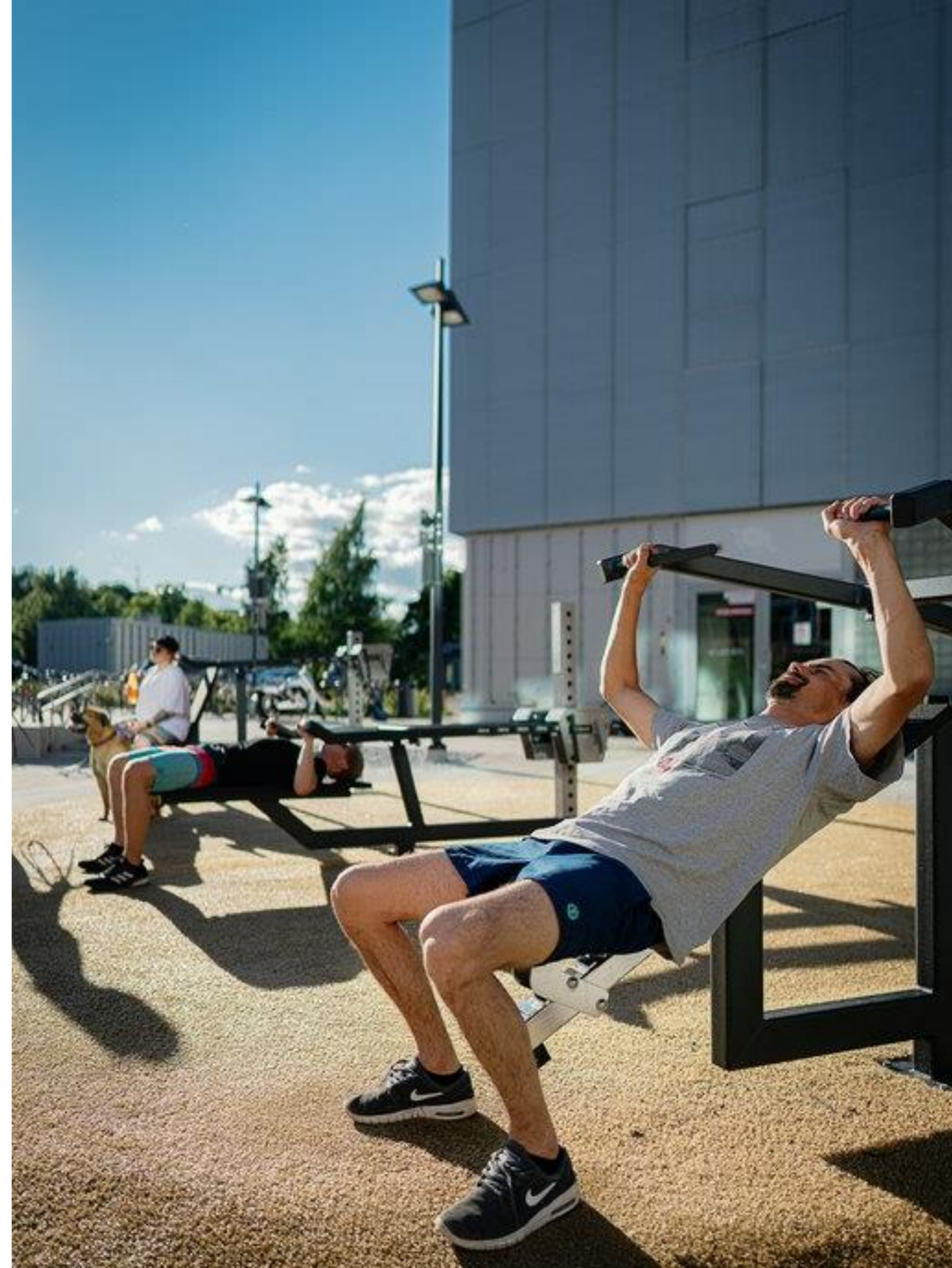
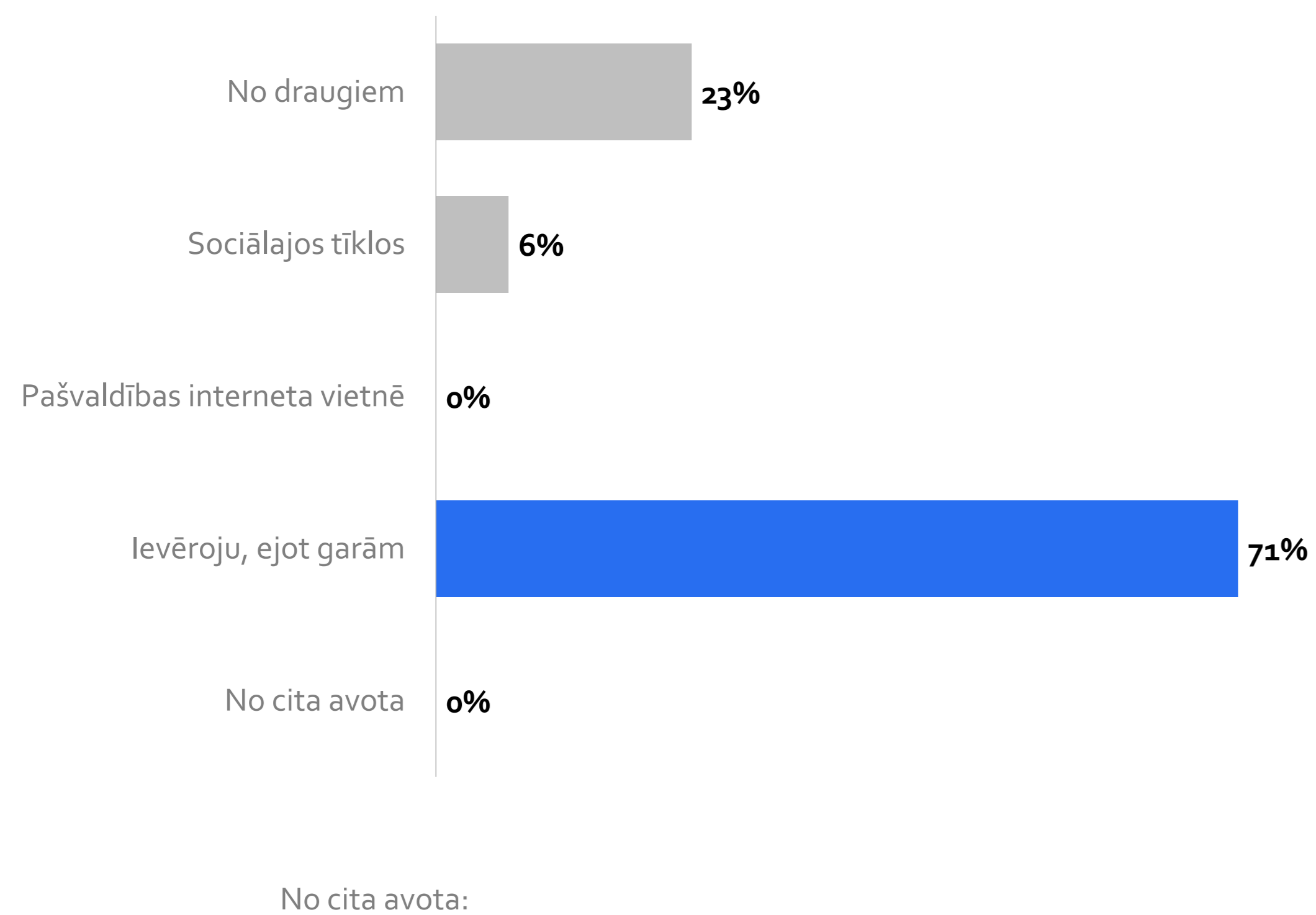
CASE: RĪGA, Āgenskalns

Šajā āra trenažieru laukumā mans
treniņa ilgums parasti ir



CASE: RĪGA, Āgenskalns

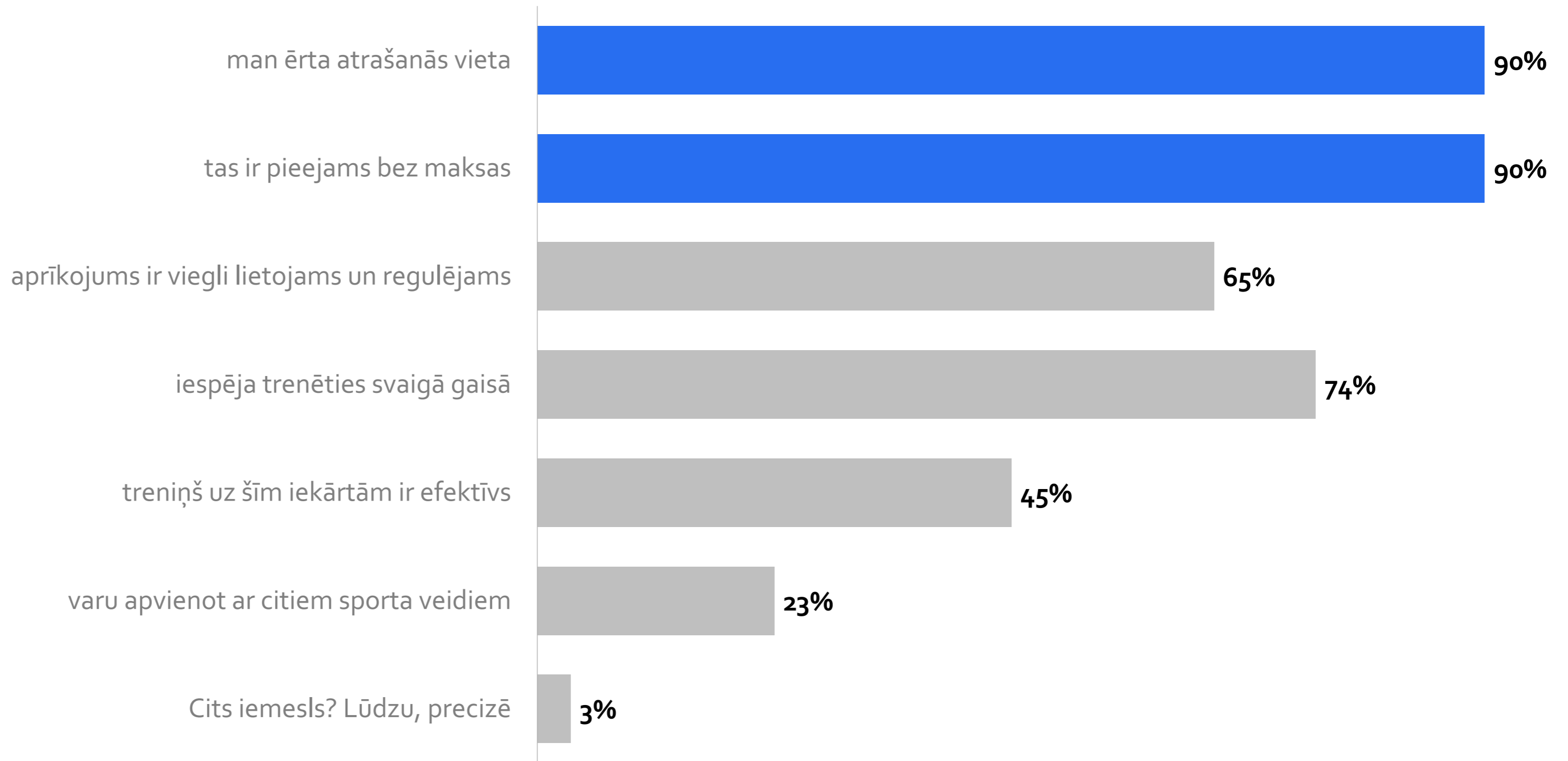
Kā Tu uzzināji par šo āra trenažieru laukumu?





RĪGA, Āgenskaļns

Kāpēc izvēlies šo āra treniņieru laukumu?



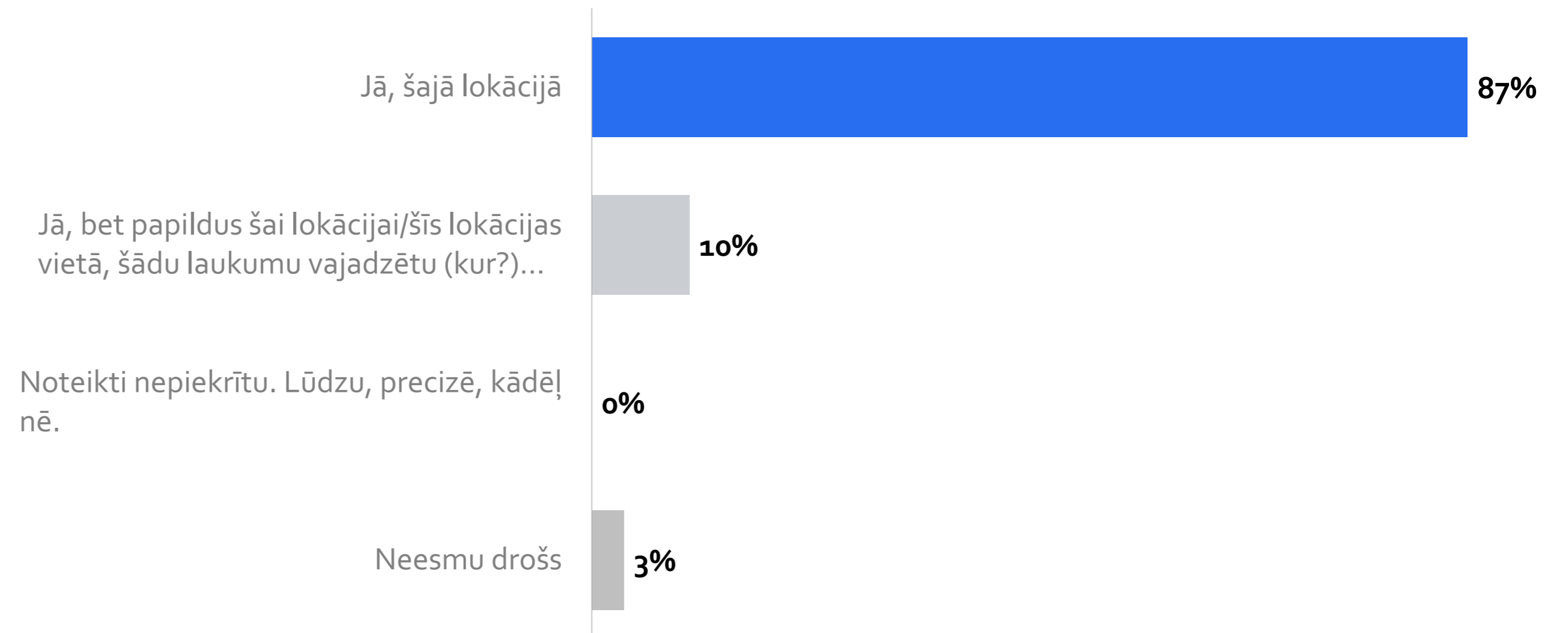
Cits iemesls? Lūdzu, precizē:

- Varu apvienot, kamēr bērni laukumīnā, tas motivē sportot



C A S E : R Ī G A , Ā g e n s k a l n s

Es uzskatu, ka šis āra trenažieru laukums lieliski papildina pašvaldības piedāvājumu attiecībā uz brīvpieejas sporta infrastruktūru un tam šeit būtu jāpaliek





C A S E : R Ī G A , Ā g e n s k a l n s

Jā, bet papildus šai lokācijai/šīs lokācijas vietā, šādu laukumu vajadzētu (kur?)...

- Gregora iela
- Mežaparkā
- Pie bijuša baseina vai tuvāk bernu rotaļu laukumam. Pie ceļa noteikti ne.

C A S E : R Ī G A , Ā g e n s k a l n s

Vai Tev ir kādi papildu komentāri par āra trenažieriem vai āra trenažieru laukumiem, kurus vēlies nodot Omnigym vai pašvaldībai?

- Varētu mainīt trenažieru novietošanas vietu uz pagalma pļaviņu starp Kristapa ielas 16.māju un Melnsila ielas mājām (tuvāk Āgenskalna ielai - aptuveni degradētās padomju laika veļas žavētavas vietā)
- Daži trennežieri pat vieglākajā režīmā ir ļoti smagi, daži savukart vieglākajā ir ļoti viegli, būtu labi dažus padarīt vieglākus. Dažiem trennežieriem zem regulācijas riteņu ceļa jau nolupusi krāsa un nedaudz rūšē - iespējams vajag biežāk apkopt, jo varbut tur iekļūst smiltis un tad beržās.
- Atstajiet, cilvēki nāk :)
- Redzeju trenejoties 2 viriešus bēt nezinu vai tie piwdalijušies aptaujā
- Vairāk tādas vietas,malači!!!! 🗨️ 🗨️
- Liels paldies par šādu iespēju - ikdienā nepietiek laika, lai ietu uz fitness klubu, bet šī ir fantastiska alternatīva - tepat pie mājām izkustēties pēc darba dienas. Nākam kopā ar dēlu un ceram, ka trenažieri tiks uzstādīti uz palikšanu.
- Оставить на месте
- Malači, ideala vieta, jo cilvēki vingro tā pat šeit uz līdzenas vietas
- Ja šādi būtu pieejami vasarā, tas būtu ļoti labi.
- Būtu vēlams aplikt mazu setu apkārt
- Lieliski! Ļoti gribam šādu laukumu Āgenskalna priedēs uz palikšanu!
- varētu būt vairāk vēdera un kāju trenažieri, bet pārējais ir izcils
- Nē, man ļoti patīk ko darat.

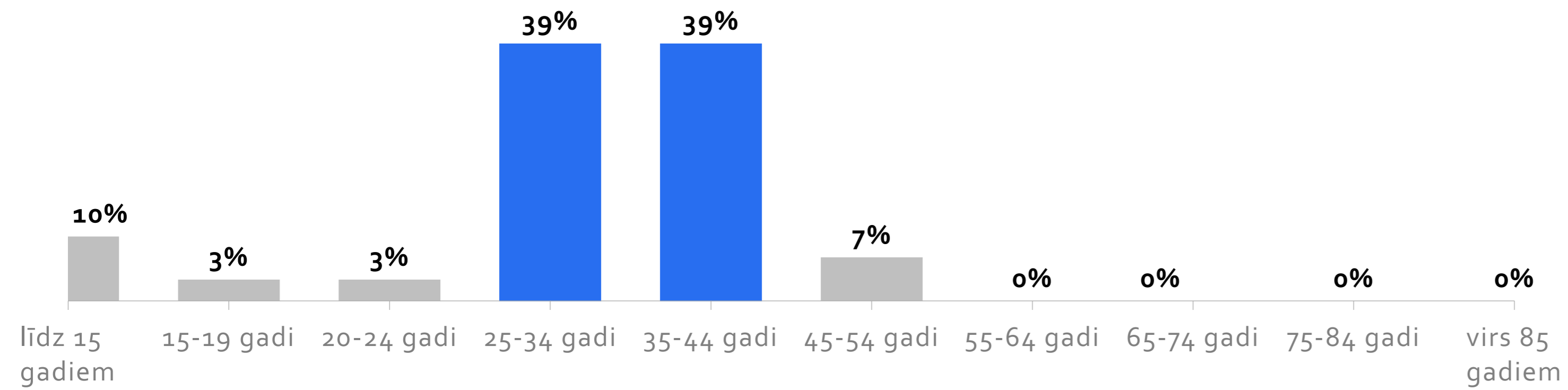
A woman with her hair tied back, wearing a white hoodie, is using an outdoor gym machine. She is looking upwards and to the right with a slight smile. The machine is yellow and black. The background is a clear blue sky. The text 'PAMATINFORMĀCIJA' is overlaid in a white box in the center of the image.

PAMATINFORMĀCIJA

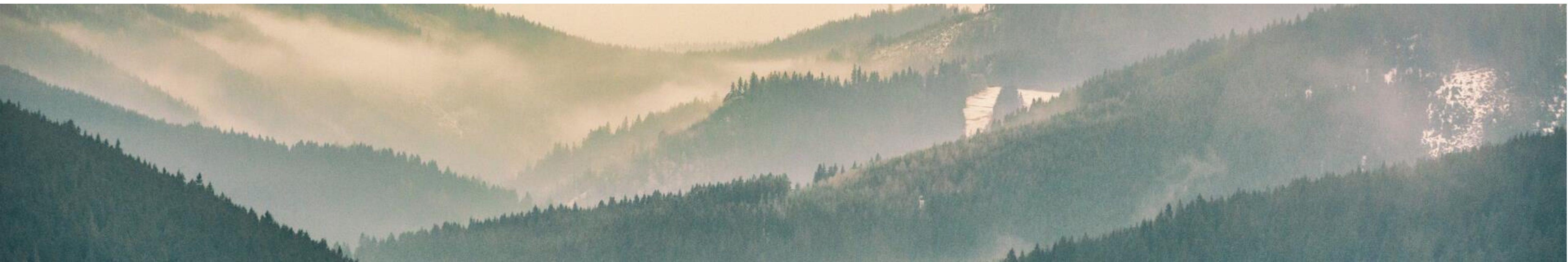
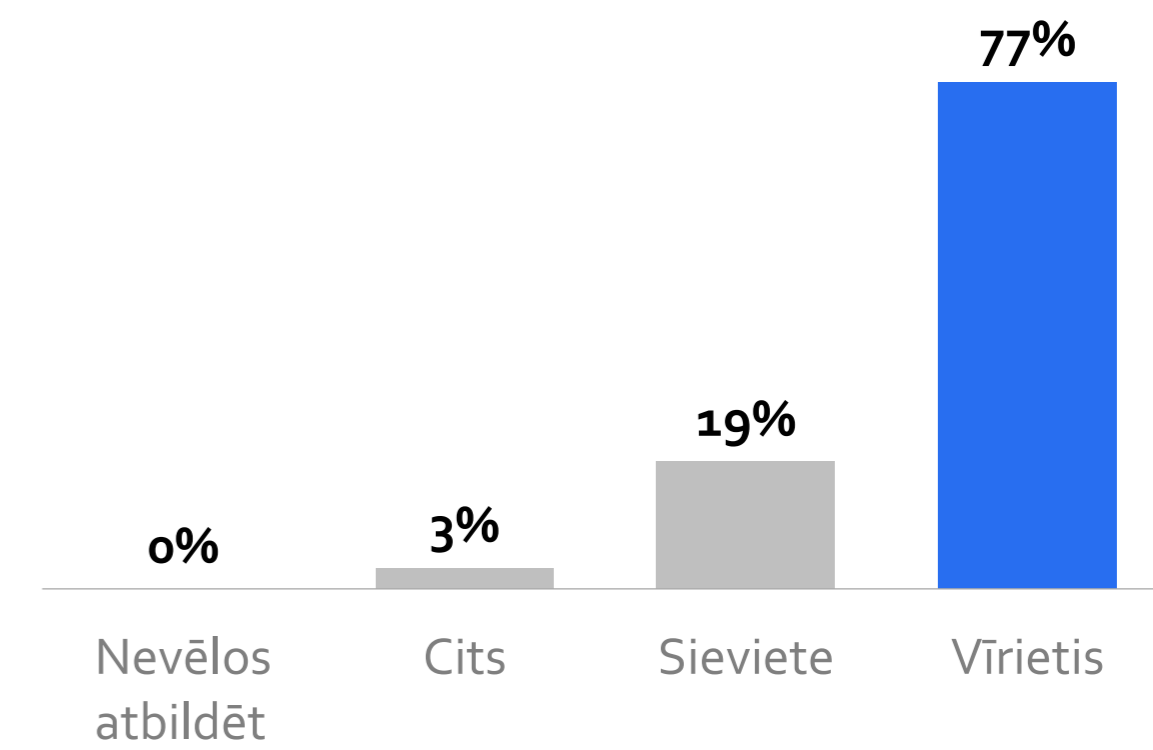
CASE: RĪGA, Āgenskalns

PAMATINFORMĀCIJA

Mana vecuma grupa ir



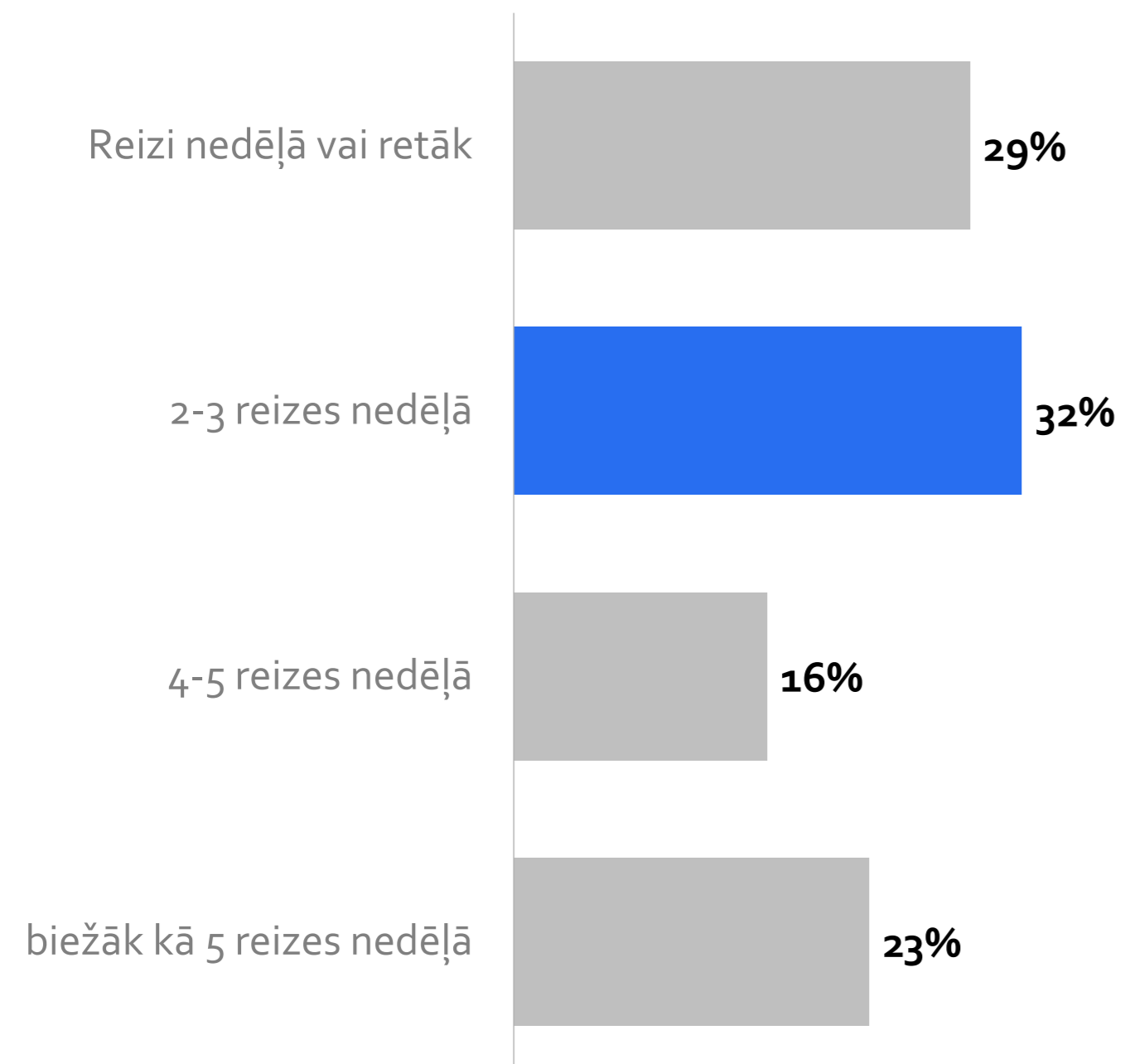
Es esmu



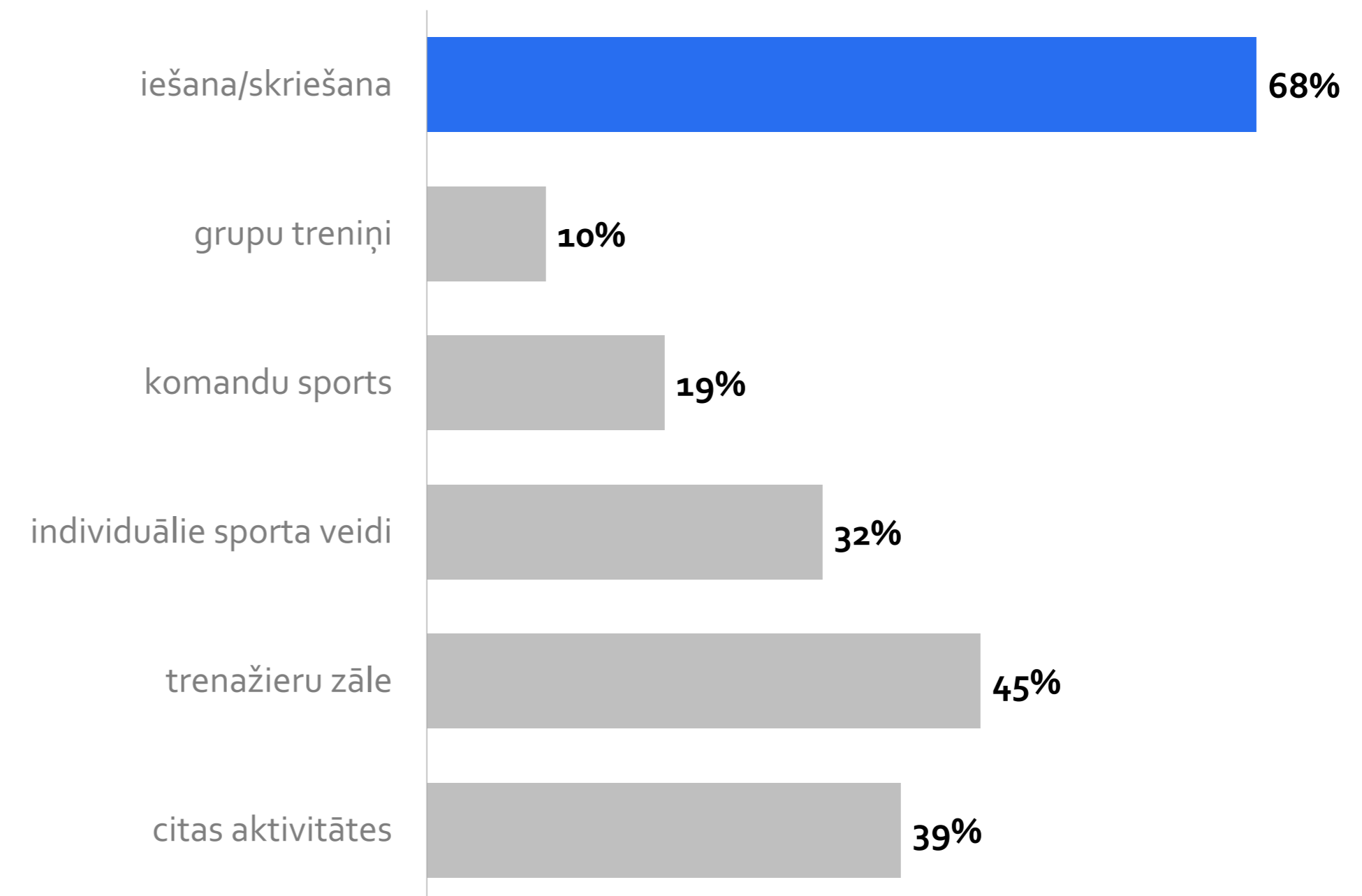
CASE: RĪGA, Āgenskalns

FIZISKĀ AKTIVITĀTE

Ar fiziskām aktivitātēm vidēji nodarbojos



Manas fiziskās aktivitātes ir

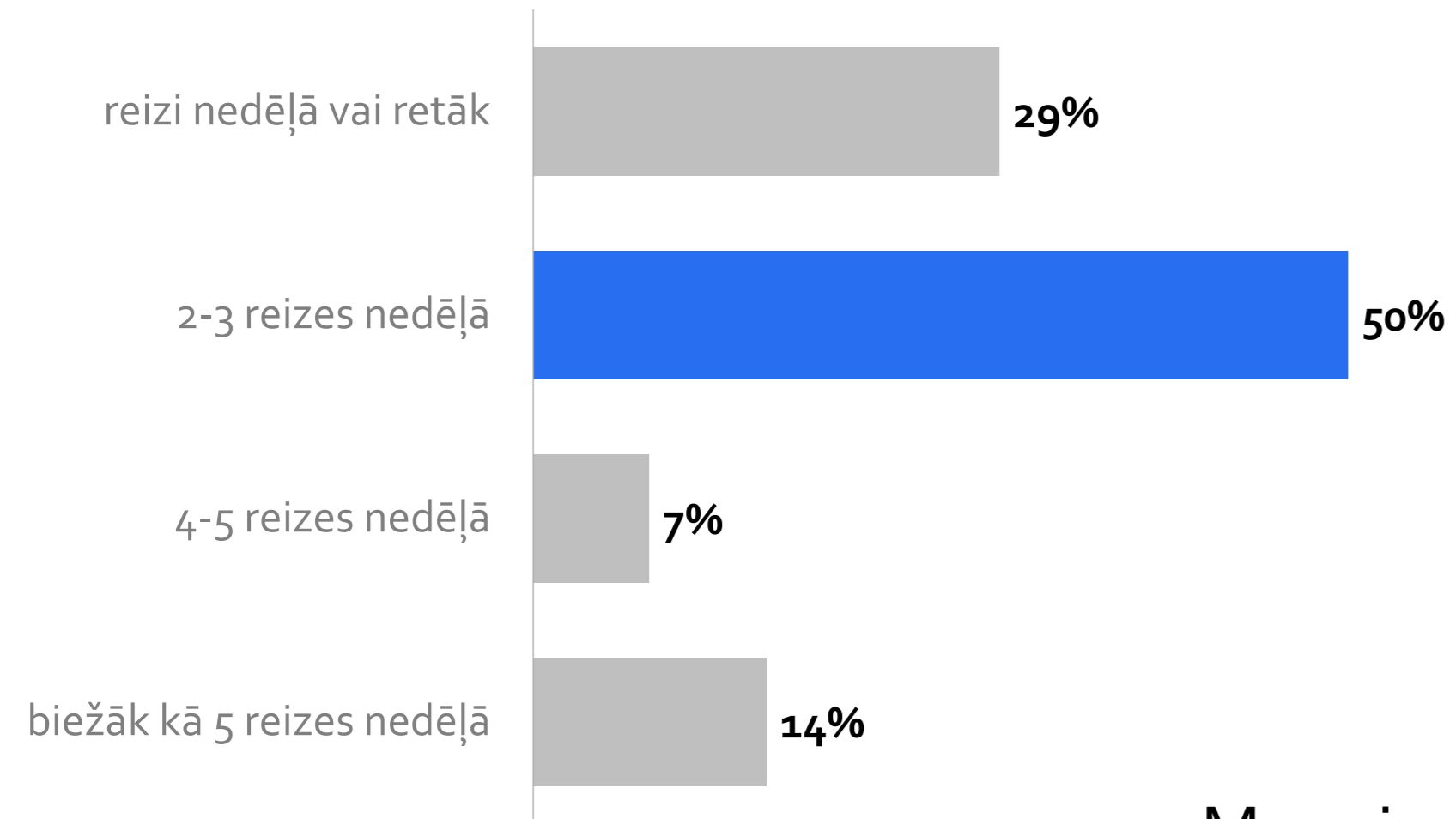


CASE: RĪGA, Āgenskaļns

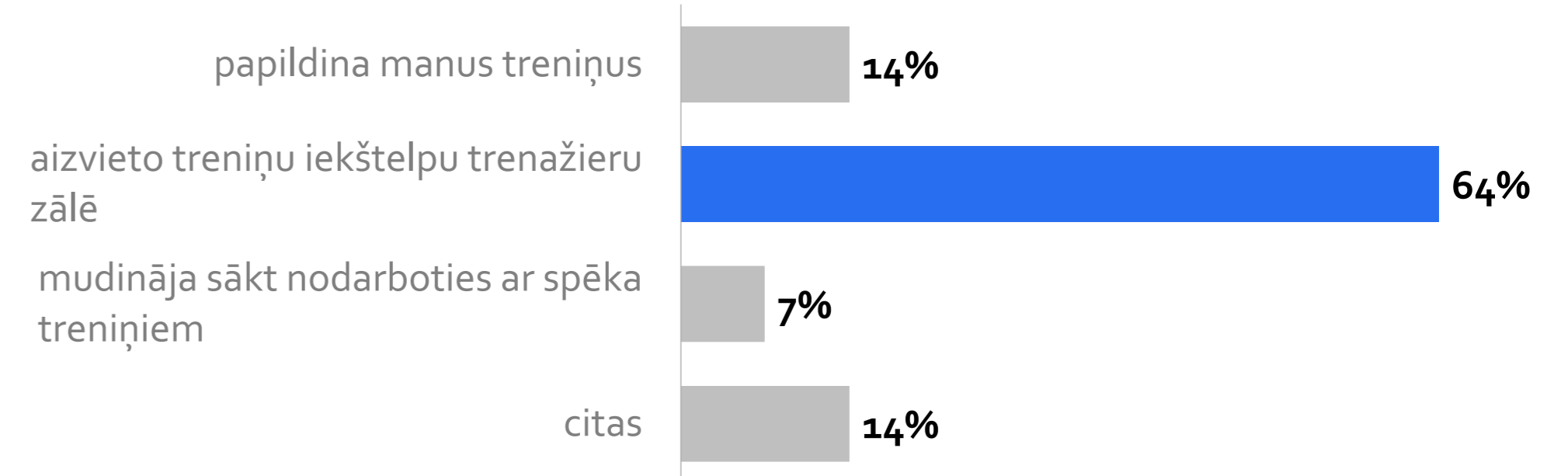
FIZISKĀ AKTIVITĀTE

14 respondenti, kuri trenējas trenažieru zālē, atbildēja:

Trenažieru zālē trenējos vidēji



Treniņi āra trenažieru laukumos



Man ir trenažieru zāles abonements



Paldies!

OMNIGYM

OMNIGYM.COM