



Suomen Voimisteluliitto
Drop out -kyselytutkimus lopettaneille ja seurojen yhteyshenkilöille
Tiivistelmä keskeisistä tuloksista

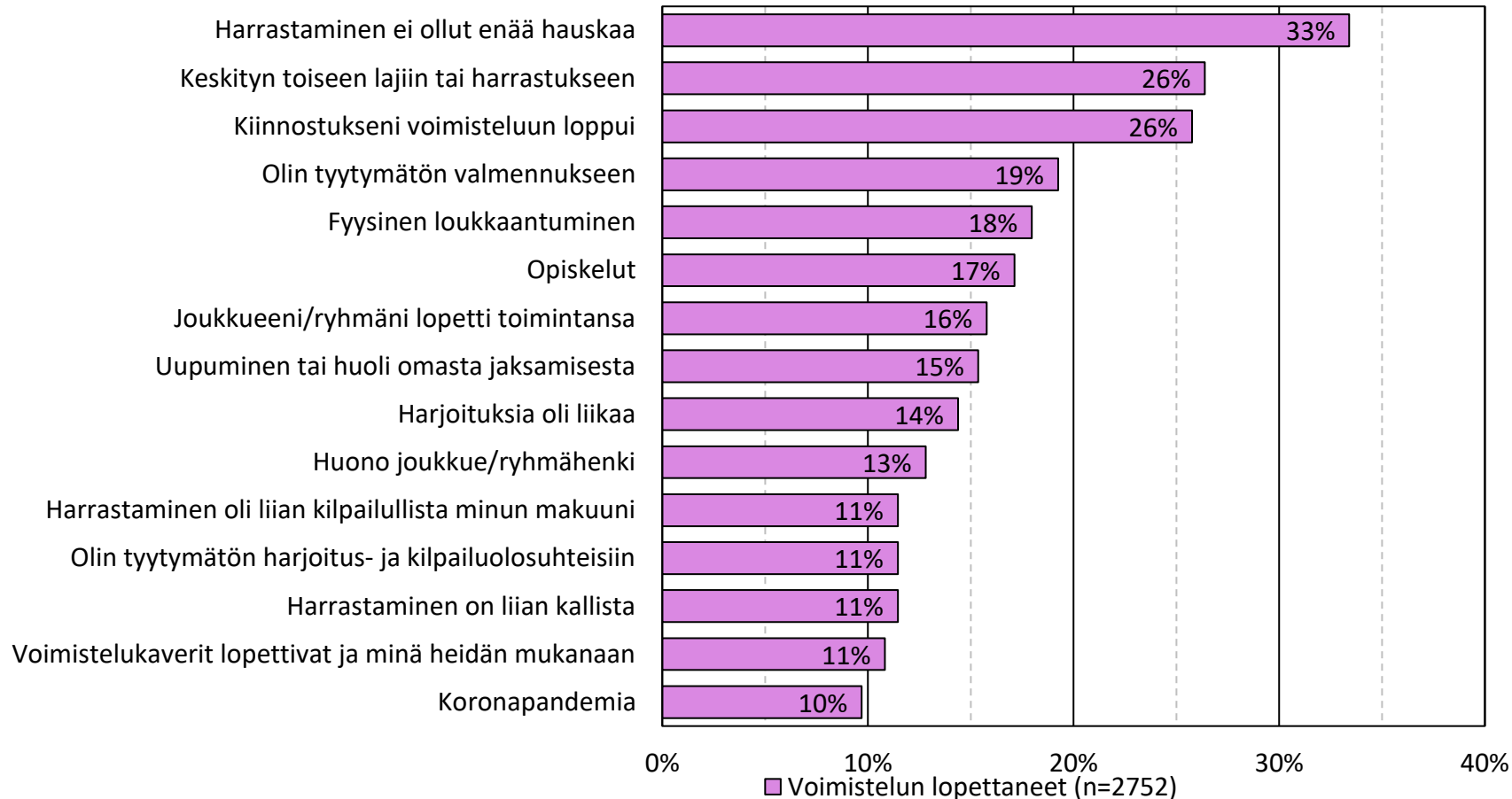


Taustaa tutkimuksesta

- Aula Research Oy toteutti Voimisteluliiton toimeksiannosta kyselytutkimukset, joiden tavoitteena oli selvittää, millaiset syyt ja olosuhteet ovat johtaneet voimistelun lopettamiseen lisenssin alla
- Tutkimuksen kohderyhminä olivat voimistelun viiden vuoden sisällä lopettaneet voimistelijat sekä seurojen yhteyshenkilöt
- Drop out-kysely ja kysely seurojen yhteyshenkilöille toteutettiin sähköisinä kyselyinä 12.5.2025 –1.6.2025
 - Drop out -kyselyyn vastasi 2 752 entistä voimistelijaa vastausprosentin ollessa 14
 - Seurojen yhteyshenkilöille suunnatussa kyselyssä oli 100 vastaajaa ja vastausprosentti 12

Voimistelun lopettamiseen johtaneet syyt

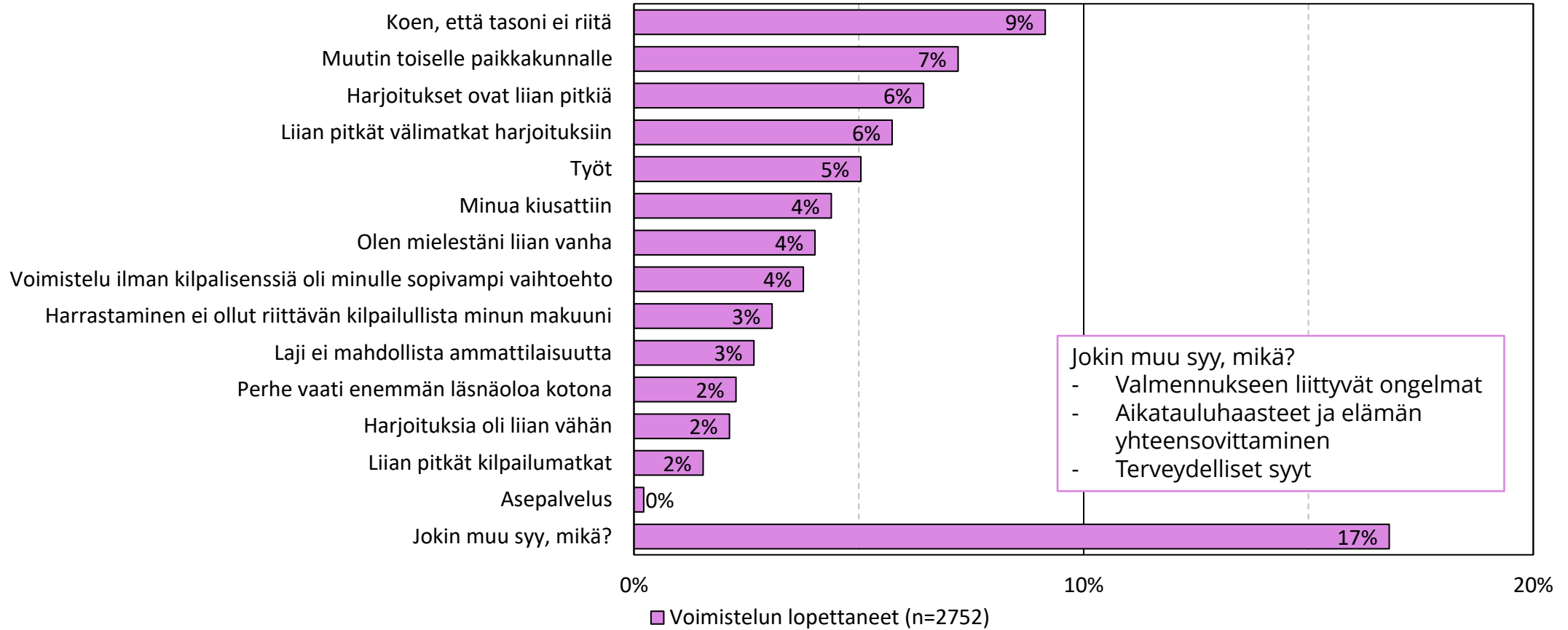
Mitkä kaikki eri tekijät ovat johtaneet siihen, että olet lopettanut voimistelun? Voit valita kaikki sopivat vaihtoehdot.(1/2)



- Yleisimmät syyt lopettamiseen ovat hauskuuden loppuminen, toiseen lajiin keskittyminen ja kiinnostuksen loppuminen
- Lopettamisen syissä nähdään lajikohtaisia eroja
- Tiheimmin harjoittelevat ja kilpailevat sekä SM- ja kansainvälisen tason voimistelijat lopettavat muita useammin valmennuksen, fyysisen loukkaantumisen tai uupumisen takia

Voimistelun lopettamiseen johtaneet syyt

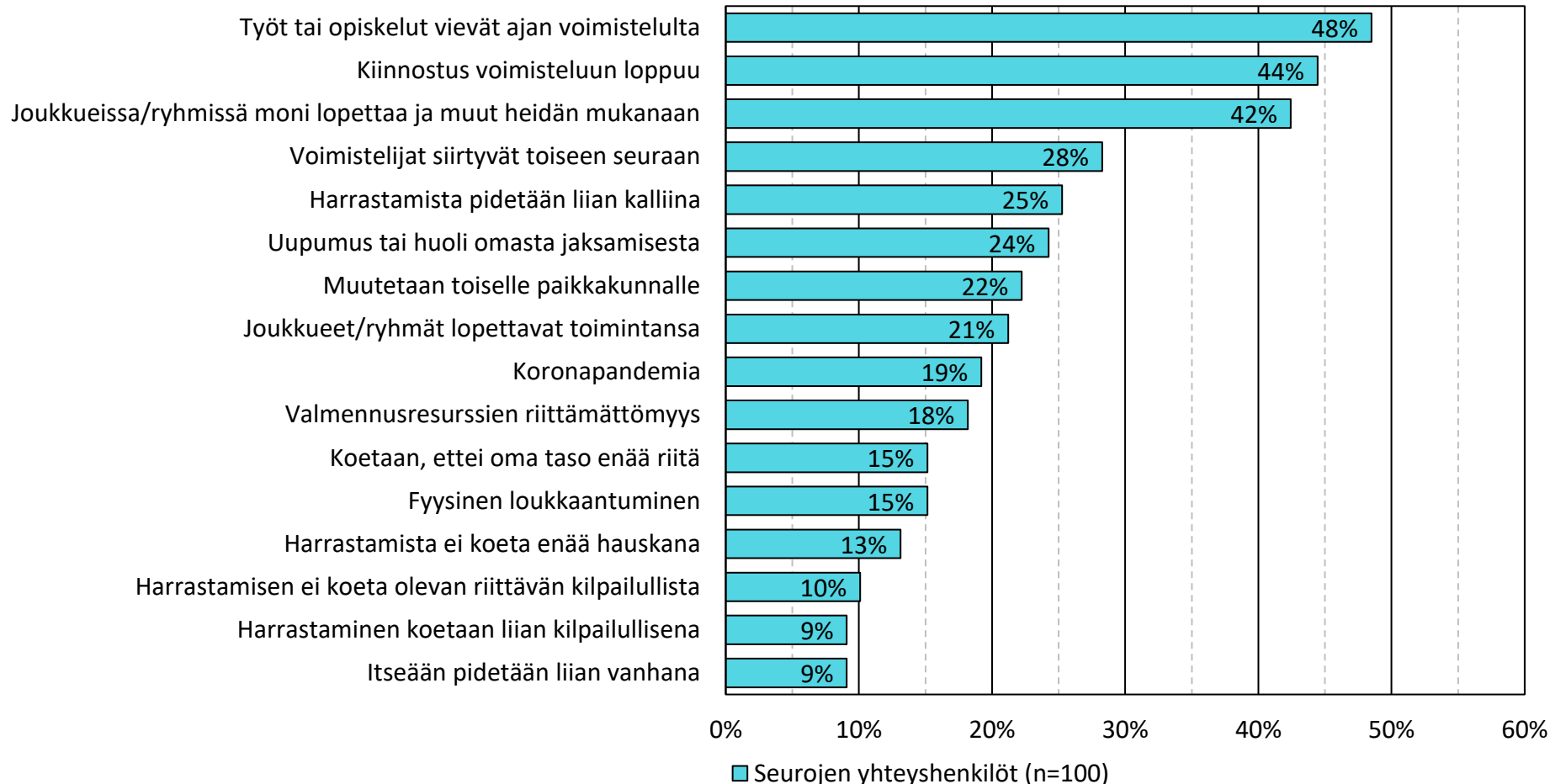
Mitkä kaikki eri tekijät ovat johtaneet siihen, että olet lopettanut voimistelun? Voit valita kaikki sopivat vaihtoehdot.(2/2)



Seurojen näkemys lopettamisen syihin

Seurojen yhteyshenkilöt

Mitkä ovat mielestäsi keskeisimmät syyt miksi seurassanne lopetetaan voimistelu? Valitse kaikki sopivat vaihtoehdot. (1/2)

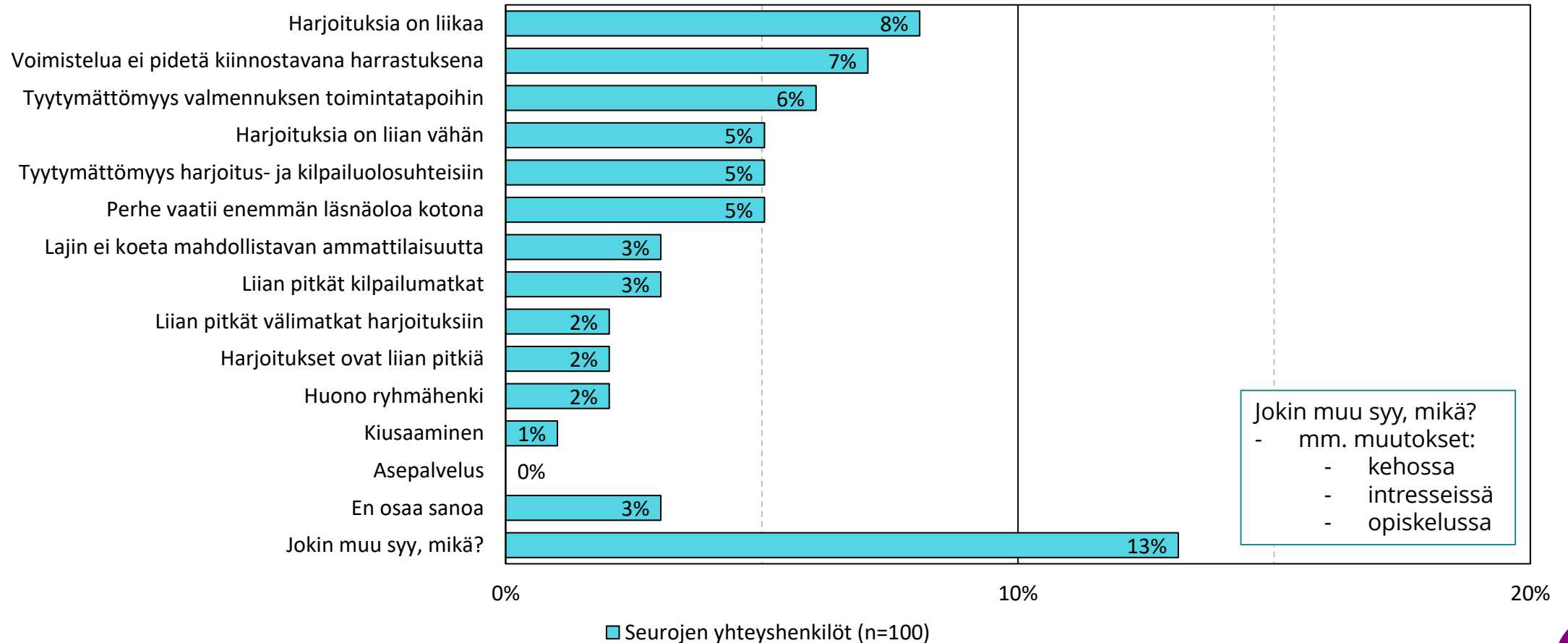


- Seurojen yhteyshenkilöt näkevät syiksi työt ja opiskelut, kiinnostuksen loppuminen ja se, että joukkueissa lopetetaan ja muut heidän mukanaan
- Seurat näkevät yhdeksi yleisimmäksi syyksi myös siirtymisen toiseen seuraan

Seurojen näkemys lopettamisen syihin

Seurojen yhteyshenkilöt

Mitkä ovat mielestäsi keskeisimmät syyt miksi seurassanne lopetetaan voimistelu? Valitse kaikki sopivat vaihtoehdot. (2/2)





Tärkeät asiat harrastuksessa

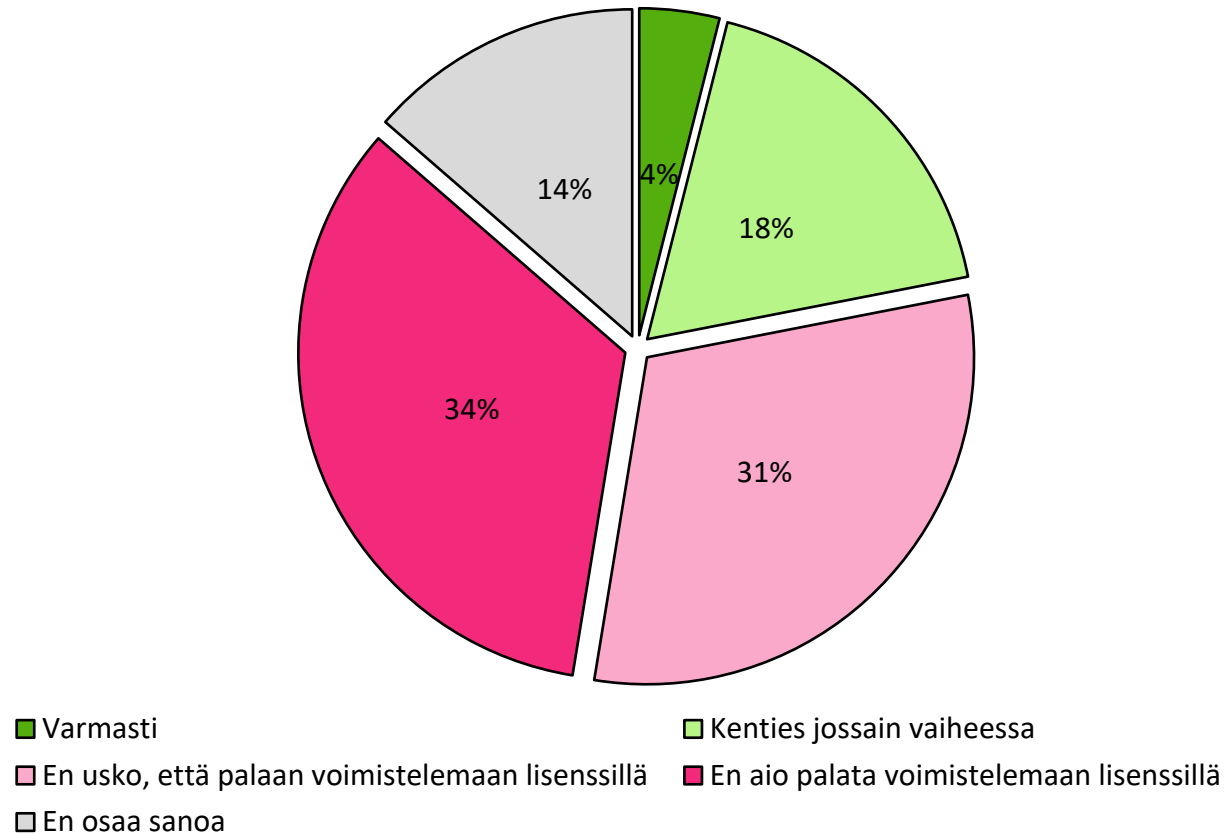
Avoin kysymys - Voimistelun lopettaneet (n=1748)

Mikä on sinulle tärkeää harrastuksessa?

- Hyvä **ilmapiiri** ja **yhteishenki** (28 %)
 - Treeneissä on oltava hyvä ilmapiiri niin joukkuelaisten kuin valmentajien välillä
 - Hyvä joukkuehenki ja se, että on kiva mennä treeneihin.
- Harrastuksen **hauskuus** ja **ilo** (26 %)
 - Että se on kivaa, tulee hyvä mieli, kehittyy ja iloitsee omasta kehitymisestä.
- **Kavereiden** kanssa harrastaminen (24 %)
 - Kavereiden kanssa yhdessäolo ja harrastus on mieluista
- Kehittyminen, **uuden oppiminen** ja **onnistumiset** (24 %)
 - Mahdollisuus kokeilla, mihin saakka omat taidot riittävät
- Hyvä **valmennus** (20 %)
 - Kunnioittava ja kannustava valmentaja suhde, motivoivat ja kehittävät treenit
 - Haasteet ovat oman kokoisia, ja valmennus/opetus/ohjaus tukee niiden saavuttamista pala kerrallaan.
 - Tulee hyvä mieli, saa kehuja, hyvä mieli harjoitusten jälkeen, ilmapiiri ja valmentajat ovat kannustavia
- **Kilpaileminen**, tavoitteellisuus (18 %)
 - Kaverit ja voittaminen
 - Hyvä ilmapiiri ja sopiva kilpailullisuus
 - Että on kivaa ja mahdollisuus menestyä
- Sopiva treenimäärä, **joustavuus** (14 %)
 - Tärkeää on, että harrastus innostaa, ei kuormita liikaa, ja viikoittainen harjoittelumäärä on ikätasolle ja elämäntilanteeseen sopiva
- **Motivaatio**, harrastuksen **mielekkyys** (13 %)
 - Aidosti lajista tykkääminen, että jaksaa pitkäjänteisesti tehdä
 - Tärkeää harrastuksessa on motivaation pysyminen ja se, että se tuo mielihyvää, eikä tunnu pakkopullalta.
- **Yhteenkuuluvuuden** tunne (12 %)
 - Koen, että yhteisöllisyys harrastuksessa antaa paljon
 - Saa uusia kavereita ja tuntee että kuuluu johonkin
- **Fyysisen** kunnon kehittäminen (10 %)
 - Kunnon ja liikkuvuuden ylläpito
 - Haluan pitää itseni kunnossa
- **Henkinen hyvinvointi**, hyvä olo (10 %)
 - Pirstynyt ja hyvän olon tunne treenien jälkeen

Voimisteluun palaamisen todennäköisyys

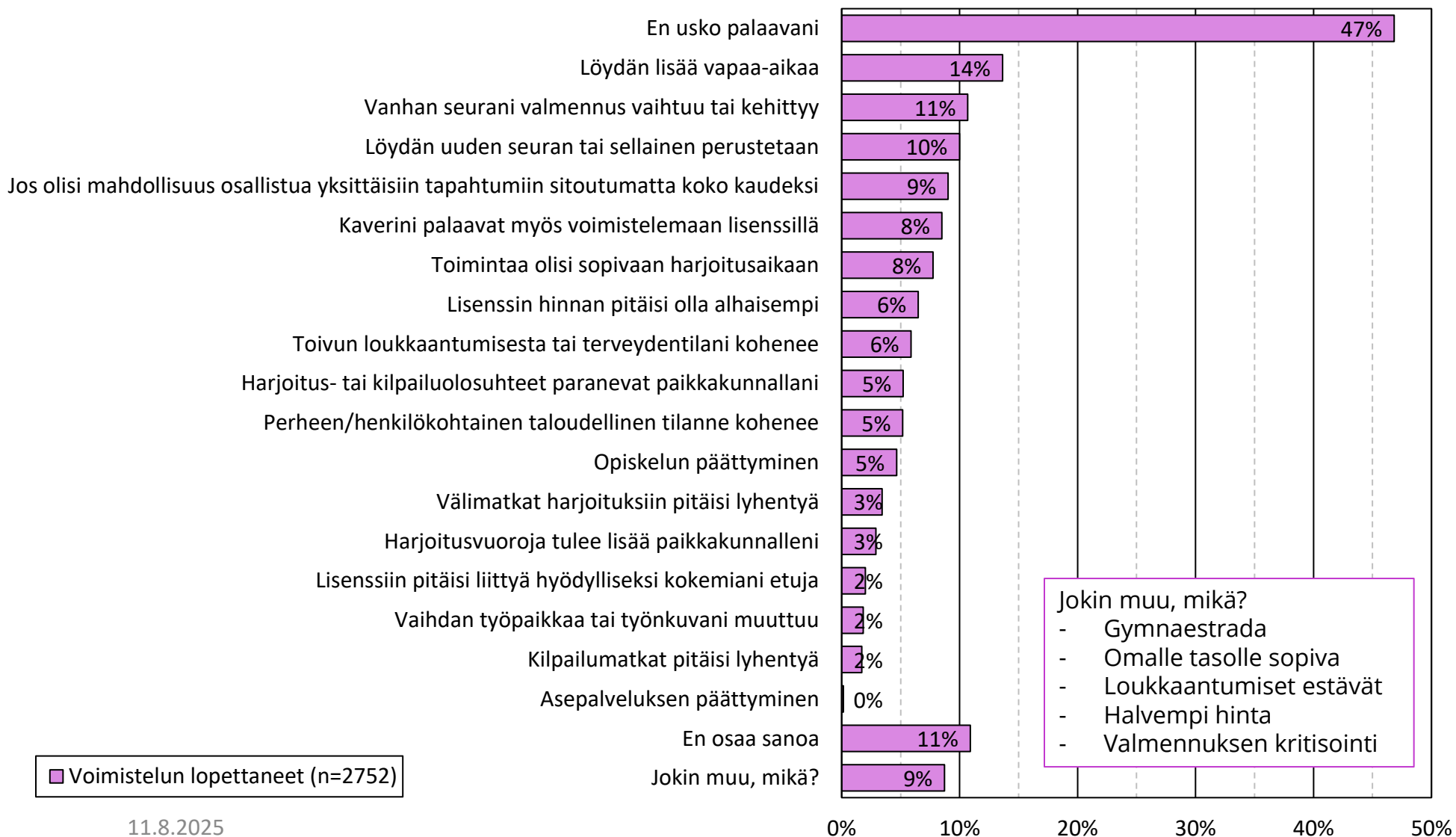
Uskotko, että palaat vielä voimistelemaan lisenssillä?
Voimistelun lopettaneet (n=2752)



- Reilu viidennes vastaajista olisi valmis palaamaan lisenssivoimisteluun
 - Muita todennäköisemmin palaisivat aikuiset, tanssillisen voimistelun ja tanssin harrastajat ja kauemmin harrastaneet

Voimisteluun palaamisen keinot

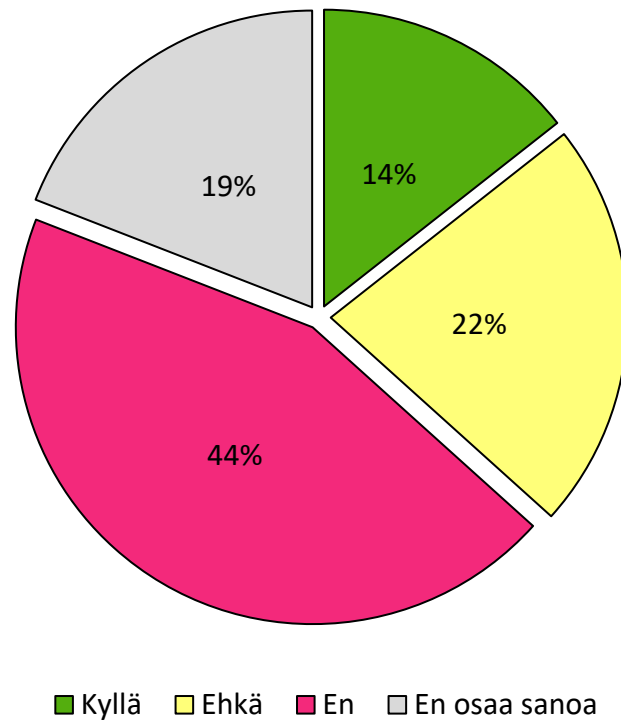
Mitä pitäisi tapahtua, jotta palaisit voimistelemaan Voimisteluliiton lisenssillä? Voit valita kaikki sopivat vaihtoehdot.



➤ Lopettaneissa näkyy pettymystä seuraan ja valmennukseen. Usea aloittaisi uudelleen uudessa seurassa tai uuden valmennuksen alla

Kiinnostus voimistelun taustarooleihin

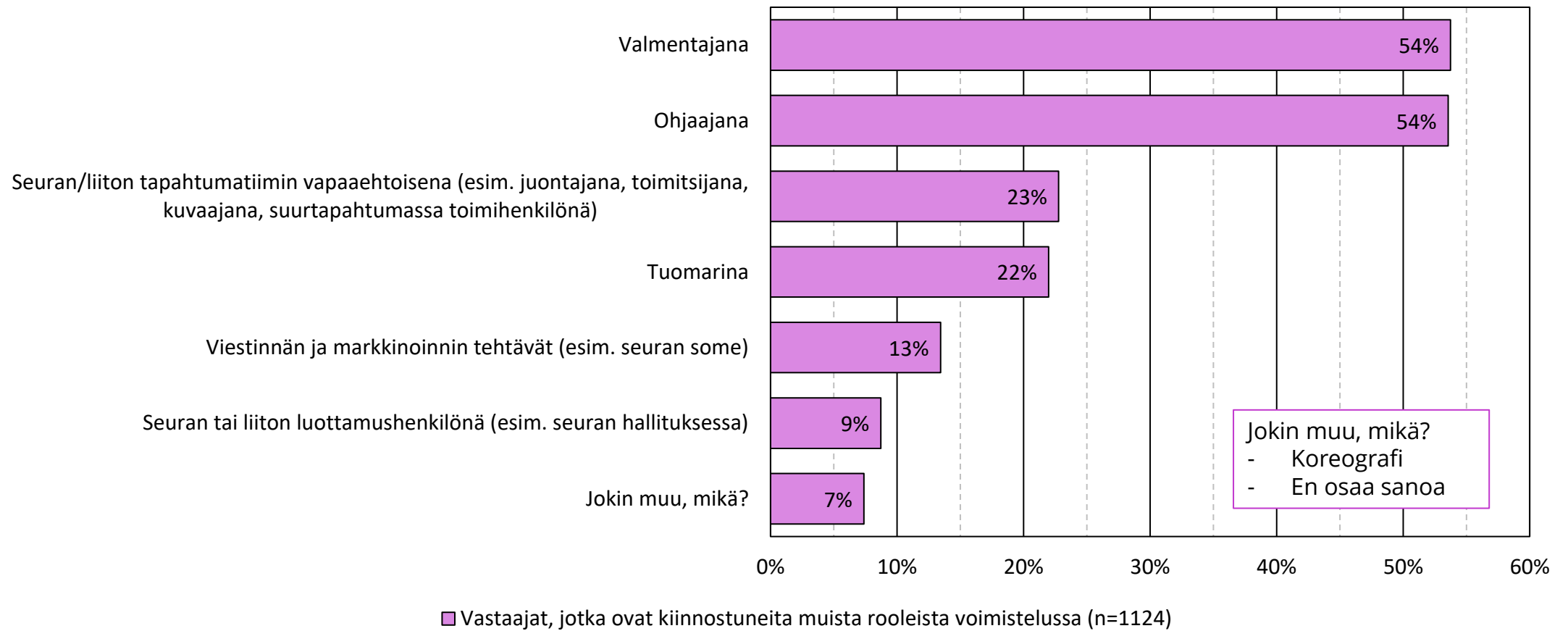
Olisitko kiinnostunut olemaan mukana voimistelussa jossain muussa roolissa kuin voimistelijana?
Voimistelun lopettaneet (n=2752)



- Mitä pidempään on ollut lajin parissa, sitä todennäköisemmin aloittaa uudelleen tai aloittaa taustatehtävissä
 - Valmennuksesta olivat kiinnostuneet menestyneemmät voimistelijat
 - Harrastetason voimisteliijoita ja aikuisia kiinnostivat muut taustatehtävät
 - Yli puolet opiskelijoista olisi kiinnostunut taustatehtävistä

Kiinnostus eri rooleihin

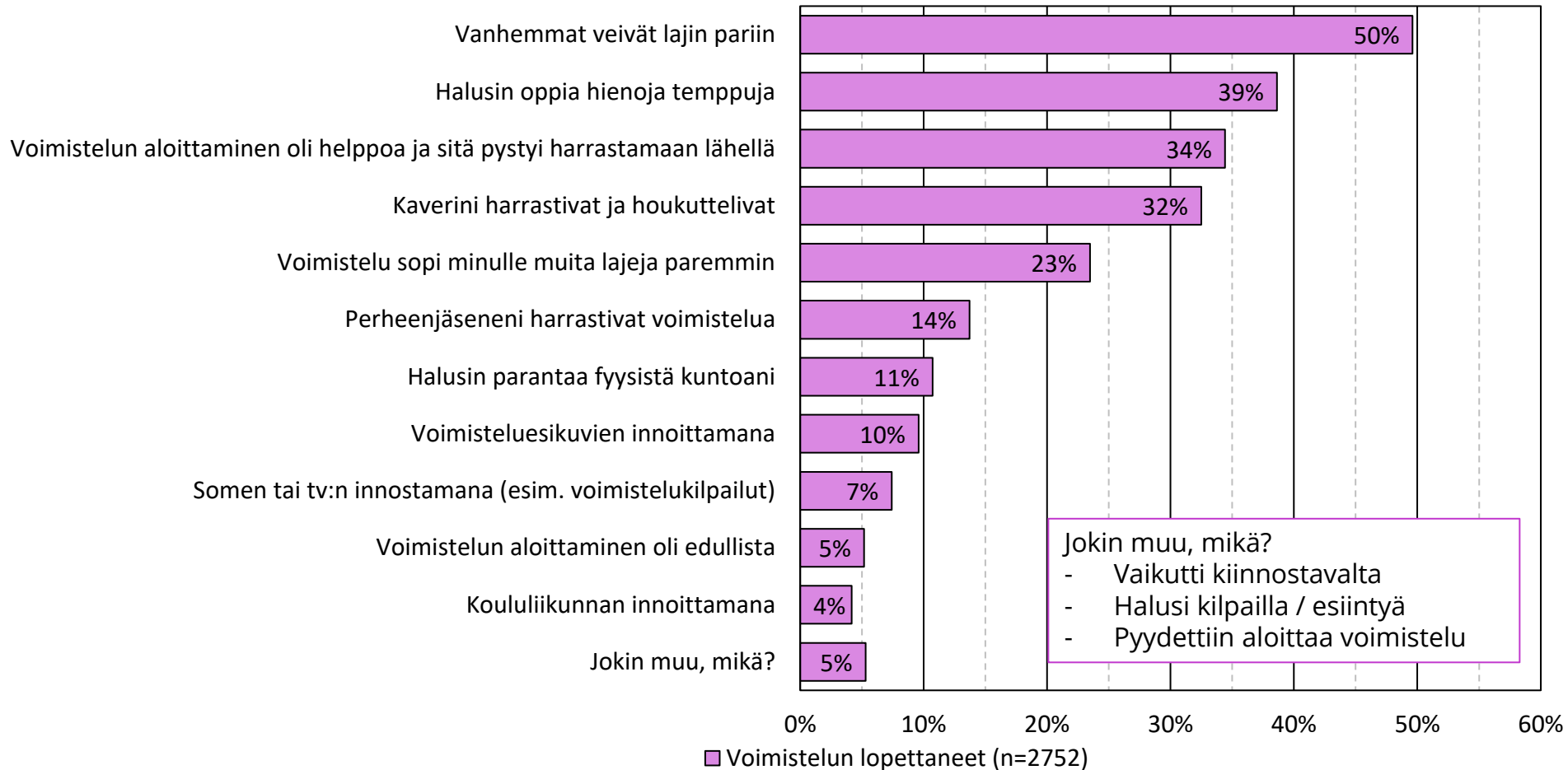
Mitkä roolit kiinnostaisivat sinua?





Asiat, jotka saivat aloittamaan voimistelun

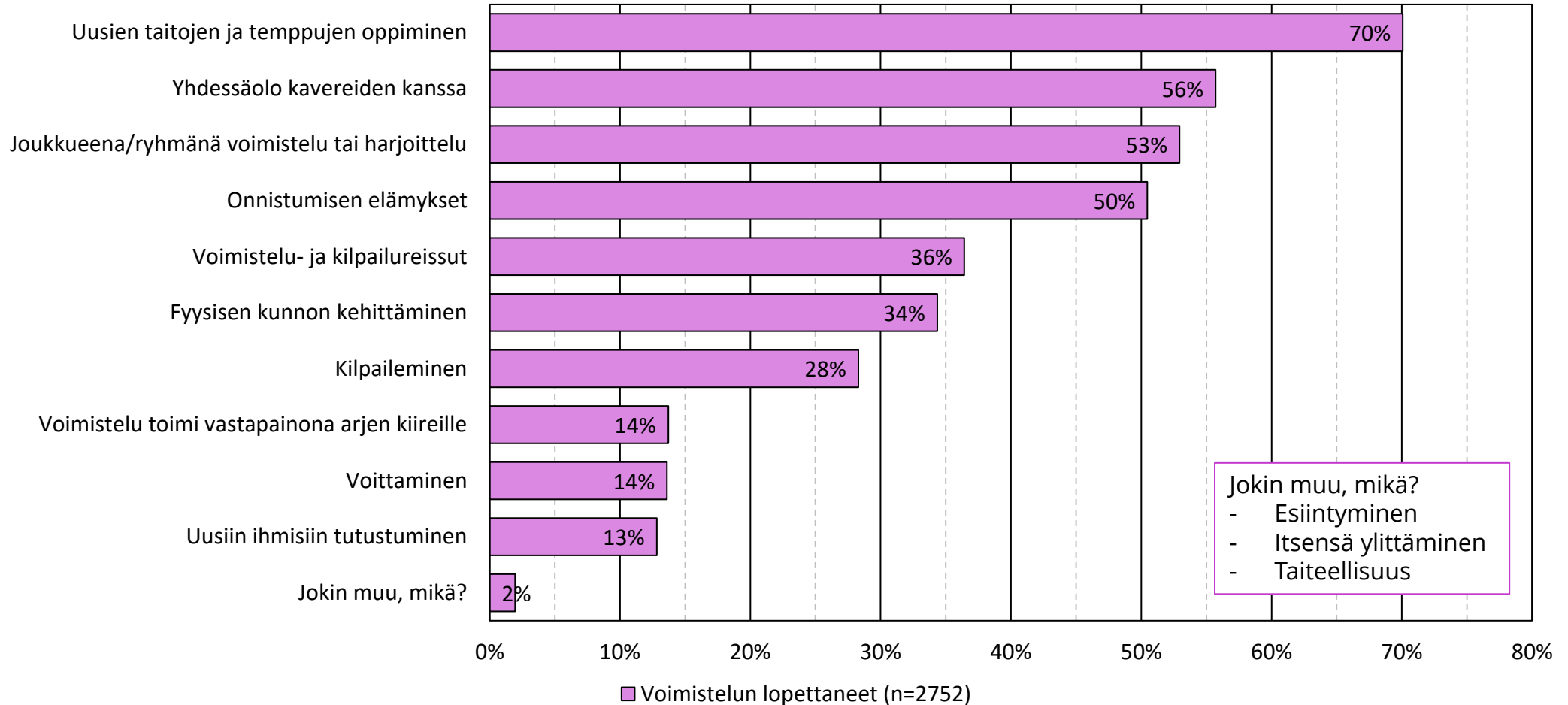
Mistä syystä aloitit harrastamaan voimistelua? Voit valita kaikki sopivat vastausvaihtoehdot.



➤ Vain harva oli aloittanut voimistelun somen, TV:n tai esikuvien innoittamana

Parasta voimisteluharrastuksessa

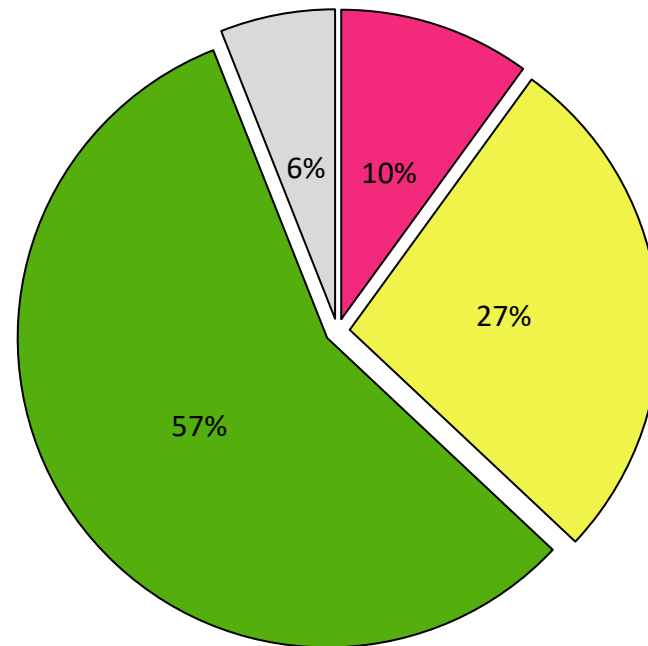
Mikä voimisteluharrastuksessa oli mielestäsi parasta? Voit valita kolme sopivinta vaihtoehtoa.



Voimistelijamäärien muutokset seuroissa

Onko seuranne voimistelijoiden määrä ollut laskussa viimeisen 3 vuoden aikana?

Seurojen yhteyshenkilöt (n=100)

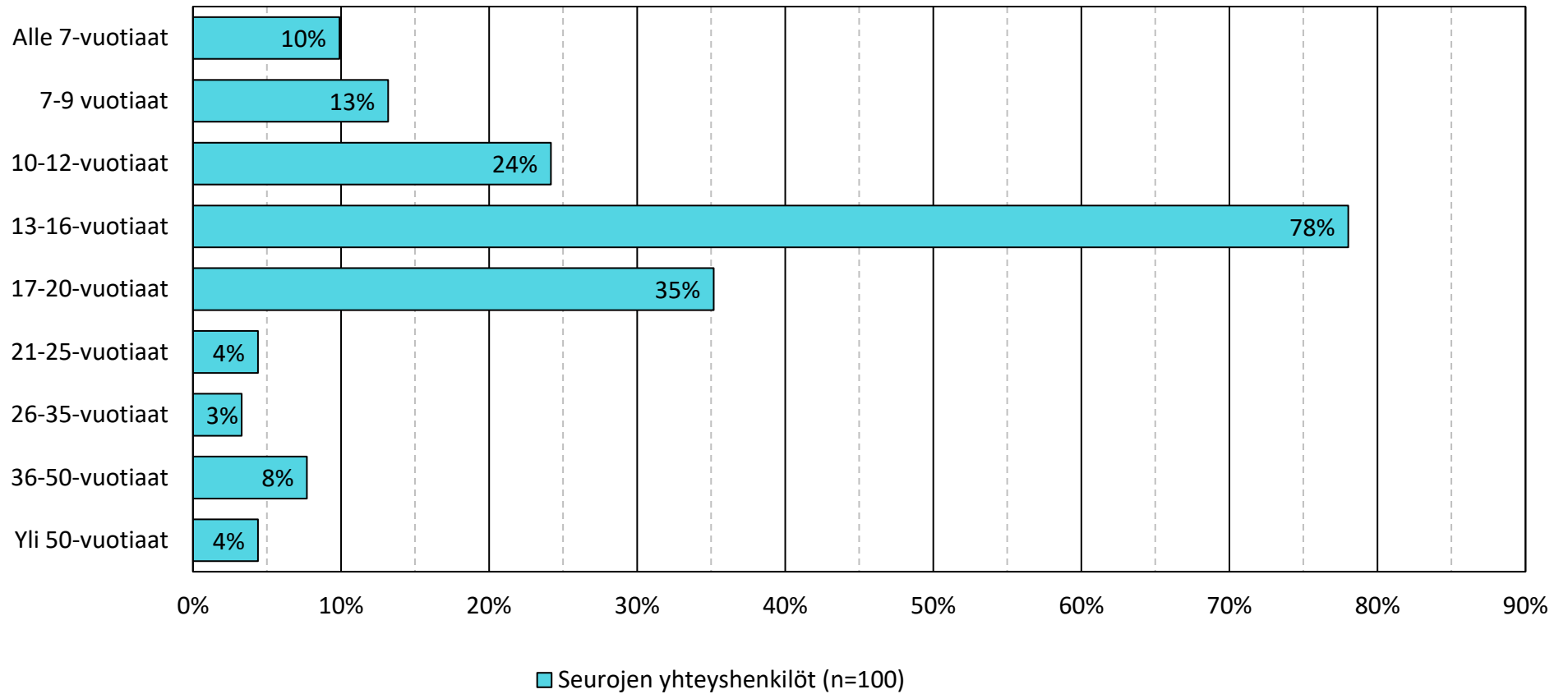


■ Kyllä, laskenut huomattavasti ■ Kyllä, laskenut jonkin verran ■ Ei ole laskenut ■ En osaa sanoa

- Reilu kolmasosa seuroista kärsii voimistelijoiden määrän laskusta
 - Näkyy erityisesti pienissä alle 300 voimistelijan seuroissa
 - Joukkuevoimistelussa lopetetaan selkeästi useimmiten
 - 13-16-vuotiaiden ikäryhmässä lopetetaan eniten

Ikäryhmät, joissa lopettaminen yleisempää

Onko seurassanne havaittu tiettyjä ikäryhmiä, joissa lopettaminen on yleisempää? Voit valita kaikki sopivat vaihtoehdot.



Toimet lopettaneiden määrän vähentämiseksi

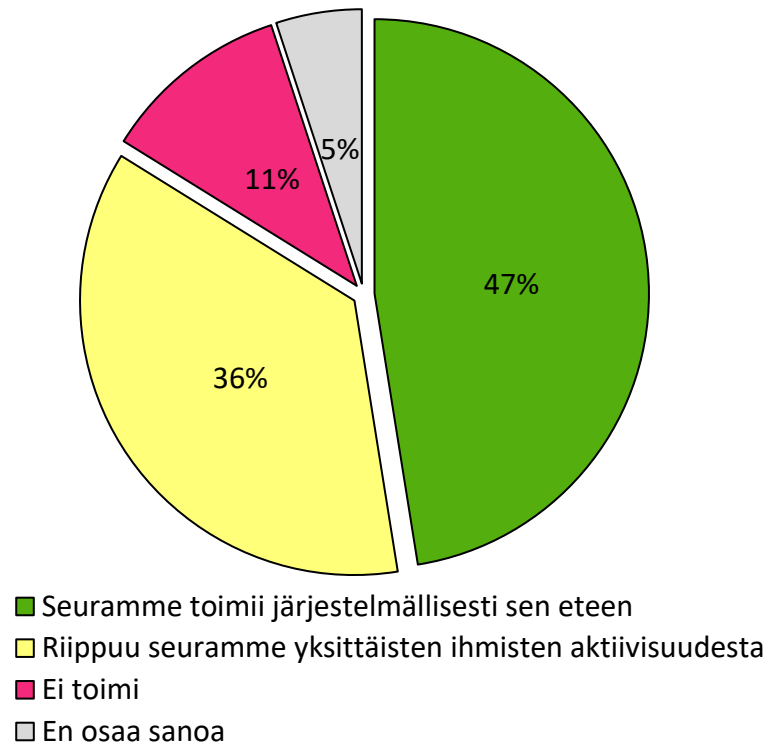
Avoin kysymys - Seurojen yhteyshenkilöt (n=68)

Millä toimilla seurassanne voimistelijoiden lopettaneiden määrää saataisiin mielestäsi vähennettyä?

- Toiminnan **monipuolistaminen** ja **matalankynnyksen** vaihtoehtojen tarjoaminen (26 %)
 - Nuorille pitäisi olla leikkimielisempiä kilpailuvaihtoehtoja ja mahdollisuuksia esiintyä ilman kilpailuasetelmaa, koska kaikki eivät halua sitoutua kilpailutoimintaan ja sen raadollisuuteen
 - Lisäämällä valinnanvaihtoehtoja ryhmä/tuntitarjontaan. Monilajisuuden tukeminen.
- **Kustannusten**, kuten kausimaksujen, alentaminen (22 %)
 - Kilpailukustannuksien nousun takia moni vaihtoi lajiin, jossa harrastaminen halvempaa. Ennen isommilla joukkueilla saatiin alennettua kustannuksia ja sponsoriin rahat pystyttiin keskittämään esimerkiksi kisamaksuun. Nyt summat niin isoja, että sponsoreita vaikeampi saada ja pienillä avustuksilla ei yhtä isoa merkitystä
 - Harrastamisen kustannukset jo pelkästään harrastesarjassa ovat nousseet huomattavasti meidän lajissa kuluneen 5vuoden aikana. Perheillä ei yksinkertaisesti ole ollut varaa maksaa maksuja ja ne on mennyt muutamalla ulosottoon
- **Valmennuksen** kehittäminen ja valmentajien kouluttaminen (16 %)
 - Valmentajien malttia ja tietoa fyysisen harjoittelun merkityksestä on lisättävä. Muuttuva keho tarvitsee voimaa ja huoltoa, jotta loukkaantumisilta välttyttäisiin.
 - Valmennuksen pitäminen laadukkaana, hyvien ja innokkaiden valmentajien toimiminen joukkueiden ja ryhmien parissa, muun toiminnan eli joukkueiden, ryhmien ja yleensä seuran toiminnan pitäminen hyvin organisoituna, tarpeeksi ammattimaisena ja asioiden hoituminen sujuvasti.
- **Yhteisöllisyyteen**, ryhmähenkeen ja **sitouttamiseen** panostaminen (16 %)
 - Yhteisöllisyys ja hyvä ilmapiiri: Jokainen harrastaja kokee olevansa tervetullut ja tärkeä osa ryhmää
 - Sitouttamalla perheet seuran toimintaan ja pitämällä hyvä yhteishenki yllä. Kontaktoimme paljon vanhempia ja teemme yhdessä talkoita
- Liikkuminen **kilpa-** ja **harraste**joukkueiden välillä (9 %)
 - Mahdollisuuksien mukaan järjestää ryhmiä joissa voi harrastaa kevyemmin tiukan kilpavoimistelun sijaan. Pyrkiä mahdollistamaan siirtyminen kilpa-harrastekilpa-harraste -ryhmien välillä mahdollisimman joustavaksi
- **Viestintä** ja **avoimuus** seuran ja vanhempien välillä (9 %)
 - Avoimempaa keskustelua voimistelijoiden vanhempien kanssa
- Paremmat **tilat** ja treeniolosuhteet (7 %)
 - Paremmat salivuorot ja tilat, jotka tukevat lajiharjoittelua
- **Ulkopuoliset** syyt ja haasteet (7 %)
 - Osa lopettamisesta johtuu yhteiskunnallisesta muutoksesta; seuratoimintaa ei enää nähdä itseisarvona, eikä seuraan sitouduta samalla tavalla kuin ennen. Tarvittaisiin tukea seuroille seurahengen ja seuraan sitouttamisen tueksi. Nyt Voimisteluliitonkin kurssitarjonnat yms. ovat menneet lyhytjänteisempään suuntaan, eli ei sitouteta jäseniä seuraan kuin lyhyelle kurssille ja se ei luo pitkäaikaista sidettä seuratoimintaan
 - Murrosiän tuomat kiinnostuksen muutokset ovat sellaisia, mihin emme kovinkaan hyvin voi vaikuttaa. Perheen kannustava merkitys on tärkeä

Seurojen aktiivisuus voimistelijoiden saamiseksi takaisin toimintaan

Toimiiko seuranne sen eteen, että lopettaneita voimistelijoita saataisiin takaisin voimistelun pariin? (esim. voimistelijaksi, ohjaajaksi, valmentajaksi)
Seurojen yhteyshenkilöt (n=100)



- Suuremmat seurat houkuttelevat aktiivisemmin ja järjestelmällisemmin voimistelijoita takaisin lajin pariin



Lisätietoa:
Henri Kääriäinen
henri.kaariainen@aularesearch.fi
040 583 5202

