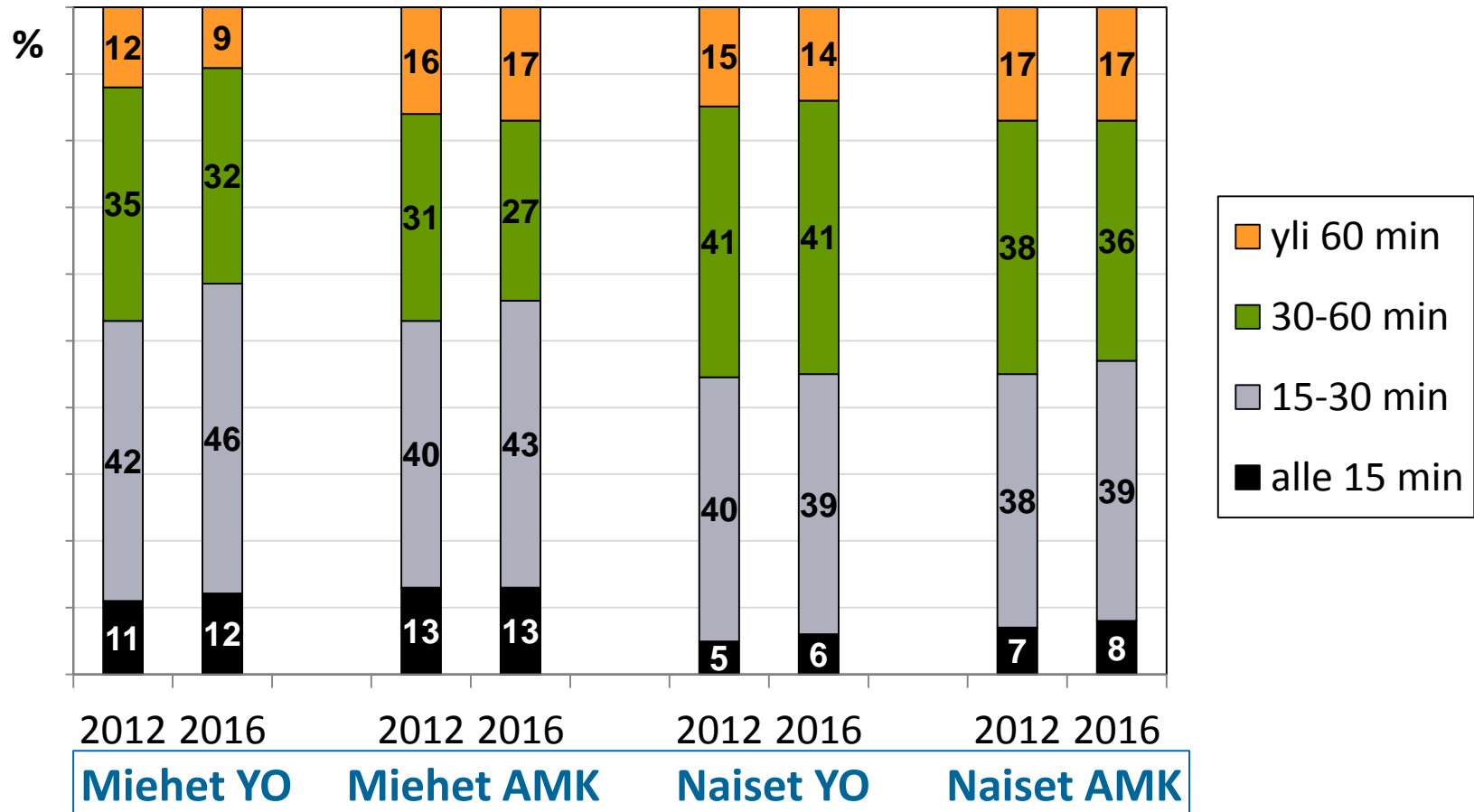


HYÖTYLIKUNNAN HARRASTUS 2012 ja 2016 (% , yo ja amk)

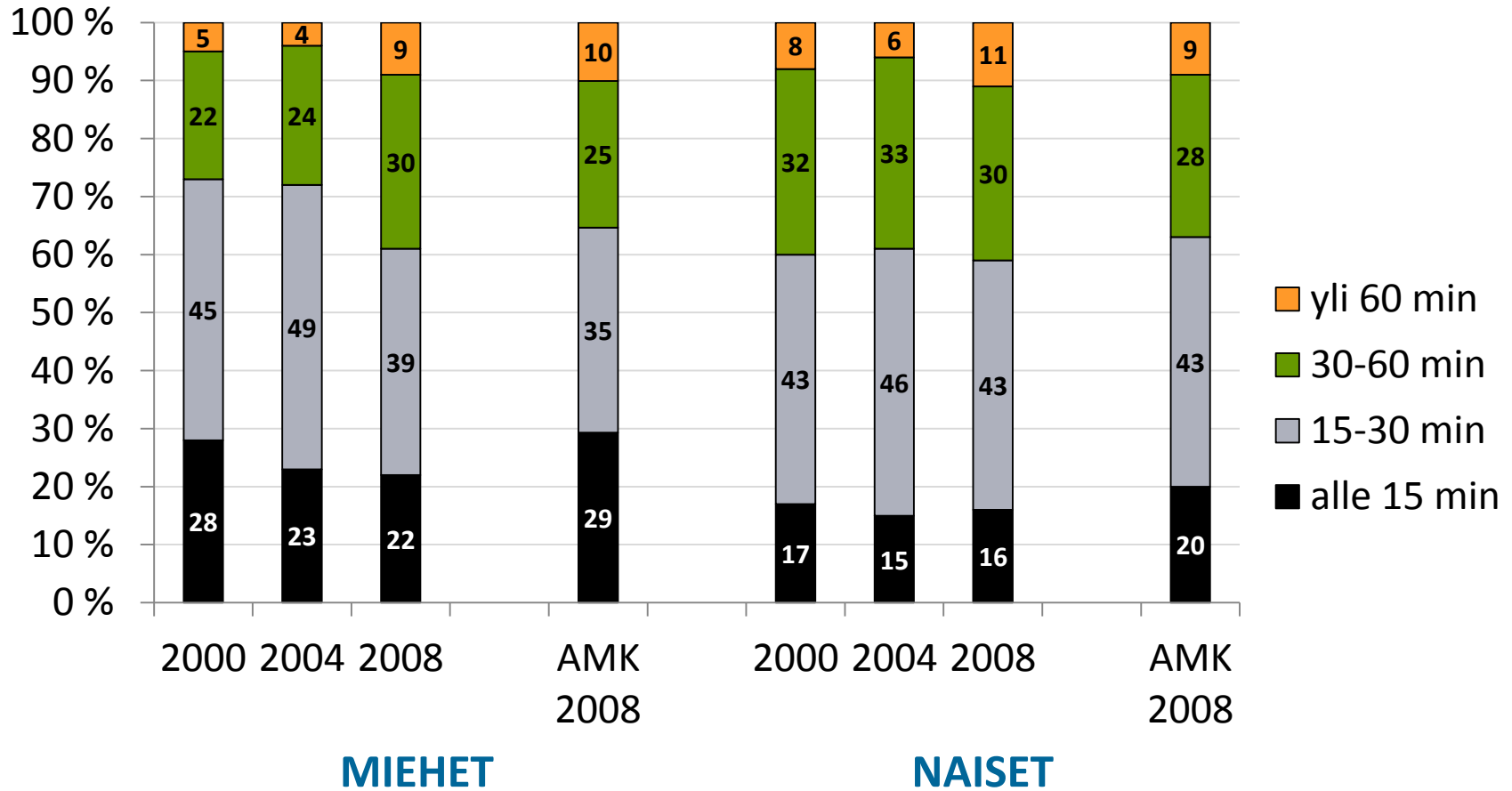
(sisältää kaiken asiointiliikunnan sekä liikunnan muun harrastuksen yhteydessä)



HYÖTYLIKUNNAN HARRASTUS yo 2000-2008 ja amk 2008 (%)

(vain asiointimatkat opiskeluun, työhän, harrastuksiin tms.)

OPISKELIJAN PAREMPAA TERVEYTTÄ



KYSYMYSMUOTOILUT ERI VUOSINA

Vuosina 2000-2008 oli kolme eri liikuntakysymystä: **Kuntoliikunta**, **Kevyt liikunta** muun harrastuksen, kotityön tms. yhteydessä sekä **Hyötyliikunta** (matkat opiskeluun, töihin, harrastuksiin)

Kuinka monta minuuttia kävelet tai pyöräilet päivittäin hyötyliikuntana (edestakaiset matkat oppilaitokseen, harrastuksiin, töihin ym.) ?

- alle 15 minuuttia päivässä
- 15 – 30 minuuttia päivässä
- 30 – 60 minuuttia päivässä
- yli tunnin päivässä

Vuonna 2012 Kevyt liikunta ja Hyötyliikunta yhdistettiin yhdeksi kysymykseksi:

Kuinka monta minuuttia harrastat hyötyliikuntaa päivittäin (edestakaiset matkat oppilaitokseen, harrastuksiin, töihin, asiointimatkat, koiran ulkoiluttaminen, siivoaminen, puutarhatyöt ym.)?

- alle 15 minuuttia päivässä
- 15 – 30 minuuttia päivässä
- 30 – 60 minuuttia päivässä
- yli tunnin päivässä