

# A SZOLNOKI FIATALOK FIZIKAI REKREÁCIÓS TEVÉKENYSÉGEINEK JELLEMZŐI

## CHARACTERISTICS OF PHYSICAL RECREATIONAL ACTIVITIES OF YOUNG PEOPLE IN SZOLNOK

Dr. Mondok Anita<sup>1\*</sup>, Savella Orsolya<sup>2</sup>, Fekete Mariann<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Turizmus-Vendéglátás Tanszék, Gazdálkodási Kar, Neumann János Egyetem, Magyarország

<sup>2</sup> Turizmus-Vendéglátás Tanszék, Gazdálkodási Kar, Neumann János Egyetem, Magyarország

<sup>3</sup> Turizmus-Vendéglátás BA szakos hallgató, Gazdálkodási Kar, Neumann János Egyetem, Magyarország

---

### **Kulcsszavak:**

szabadidő  
rekreáció  
fiatalok

### **Keywords:**

leisure  
recreation  
young people

### **Cikktörténet:**

Beérkezett: 2017. szeptember 18

Átdolgozva: 2017. október 3.

Elfogadva: 2017. október 17.

---

### **Összefoglalás**

*Tanulmányunk célja Szolnok város rekreációs és sportlehetőségeinek, jelentőségének valamint pozitív hatásának feltárása. A város szabadidős- és sporttevékenységeinek bemutatása mellett primer, kérdőíves kutatási eredmények segítségével két életkori kategória szokásai alapján mérjük fel azok kihasználtságát, életmódjukban játszott szerepét.*

### **Abstract**

*Aim of our study to explore Szolnok city's leisure, recreational and sport opportunities' importance and positive influence. Not just an evaluation of the variety of leisure and sport facilities but a questionnaire-based examination of the use rate and role of them by two age groups is in focus in this paper.*

---

## 1. Bevezetés

A szabadidő nagyságának és presztízsének emelkedése együtt jár annak hatóerejének növekedésével is, ami már nemcsak a munka kiegészítő vagy kompenzáló eleme, hanem életvitelünk egyik meghatározó tényezője is. Habár a technikai fejlettség szintje és az európai jóléti társadalmi rendszer elvileg széleskörű lehetőségeket kínál az egyéni szükségletekhez igazodó, saját döntésen alapuló szabadidős attitűdök megvalósítására, ez a potenciál azonban nem hat a lakosságra külső behatás nélkül a szabadidő-eltöltés változatos és rekreatív formáinak elterjedését eredményezve. A társadalmi és fiziológiai időn felül megmaradó idő felhasználása kulturális kötöttségekhez (családi, nemzetiségi, vallási hagyományok), regionális különbségekhez, a tömegkommunikáció és trendek befolyásoló szerepéhez, stb. is kapcsolható.

A közép- és felsősoktatásban Szolnokon részt vevő (14-24 év) diákok a város kínálta szabadidős tevékenységeket saját érdeklődésük, életmódjuk, gazdasági és társadalmi viszonyaik alapján használják, amely intenzitását a képző intézmények valamint a rekreációs tevékenységet nyújtó szervezetek is befolyásolni próbálják. Cikkünk a rekreáció fogalmi lehatárolása és kapcsolódási pontjainak bemutatását követően a vizsgált életkori csoport helyi fizikai rekreációs kínálata használati gyakoriságát kívánja felmérni annak megismerésére, hogy a városi lehetőségek összhangban állnak-e a kereslet sajátosságaival.

---

\* Kapcsolattartó szerző. Tel.: +36 56 516 066; fax: +36 56 512 499  
E-mail cím: [mondoka@szolf.hu](mailto:mondoka@szolf.hu)

## **2. A szabadidő és a rekreáció értelmezése**

### **2.1. A szabadidő és a rekreáció kapcsolata**

A szabadidő az a teljesen üresnek tekinthető időkeret, amely rekreációs célokra (is) szabadon fölhasználható. A szabadidő eltöltése visszahat az emberre, alakítja személyiségünket és közösségformáló hatása is lehet. Ebből fakadóan minden életkorban, de főként a fiatalkorban, fiatal felnőtté válás időszakában van nagy jelentősége a szabadidő hasznos és kellemes eltöltésének. A tevékenység hasznossága szükséges, de nem elégséges feltétele annak, hogy a szabadidős tevékenységet rekreációnak tekinthessük. Ahhoz, hogy rekreációról beszélhessünk, a szabadidős tevékenység által valamilyen érzékelhető pozitív változásnak kell bekövetkeznie az egyén közérzetében. Megfordítva már nem igaz: nem minden közérzetjavulás rekreáció, ám a fentiekből következően, minden rekreációs tevékenység javítja a közérzetet. Csíkszentmihályi szerint a szabadidő annál több előnyt ad, annál inkább alakul rekreációvá, minél erősebb kapcsolatban áll a képességek, készségek használatával, vagy új cselekvési lehetőségek felfedezésével [1].

A rekreáció eszköz- és feltételrendszere bonyolult és összetett struktúra, melyek között szövevényes összefüggés-szerkezet alakult ki, együttes hatásuk csak megfelelő tervezés, szervezés és irányítás biztosításával lehet hatékony. Ebben a vonatkozásban meghatározó szerepe van a rekreáció működésében a helyi és országos sportirányításnak, a szociális és egészségügyi hálózatnak, az infrastrukturális rendszernek, a turizmus piacának és az elérhető szolgáltatásoknak, az egyesületeknek, civil szervezeteknek vagy a médiumoknak.

### **2.2. A fizikai rekreáció a rekreációs tevékenységek körében**

Hutiray-Várkonyi értelmezésében a rekreáció fogalmába olyan, az emberi szervezet felfrissülését elősegítő tevékenységek tartoznak, amelyek a mindennapi szabadidő-eltöltés részét képezik, és leggyakrabban ingyenesen, vagy minimális térítés ellenében végezhetőek [2]. A rekreációt aktivitás jellege szerint szellemi és fizikai rekreációs formákra bontjuk. A fizikai rekreáció során a tevékenységben dominánsan vannak jelen a mozgásos cselekvések, azaz döntően fizikailag aktív tevékenységekről van szó. Nehéz elválasztani a szellemi rekreációtól, mivel minden egyes mozgásforma részét képezik a pszichés-mentális tevékenységek, azok kapcsolódnak valamilyen szellemi tevékenységhez is, sőt, a fizikailag aktív tevékenységek segítik a kikapcsolódást, a mentális felfrissülést is.

A fizikai rekreáció folytatásának motivációi széleskörűek: a mozgás szeretete és a rendszeres fizikailag aktív tevékenységek végzése iránti igény mellett az alkalmanként végzett tevékenységek is a fizikai rekreáció körébe tartozhatnak, ahol a kikapcsolódás, a szórakozás, a szabadidő hatékony eltöltése, a társas kapcsolatok építése, a természetes környezetben tartózkodás, vagy akár a sportjellegű tevékenységek űzése is mozgatóerő lehet.

A rekreáció habár kapcsolódik a sporttevékenységhez, azonban azzal nem egyenértékű. A fizikai rekreáció jellemzője, hogy szabadidőnkben végezzük, szabad akaratunk, döntésünk alapján. A tevékenység űzésére irányuló elhatározás, elkötelezettség mellett a rekreációs tevékenység űzéséhez szükséges lehet anyagi, tárgyi és esetenként személyi feltételrendszer biztosítása is, amely biztosítja a rekreációs tevékenység megvalósulását.

Kovács szerint a fizikai rekreációt több mozgásforma alkotja, leggyakrabban a tánc és tánc jellegű mozgások, a turisztika (pl. vízi-, gyalog-, kerékpártúra) célú tevékenységek, a szabadidőben űzhető mozgásos játékok (pl. lánitenisz, asztalitenisz), a rekreációs célú sportok (pl. görkorcsolyázás, síelés) [3], illetve Ábrahám a fizikai igénybevétellel járó hobbikat (pl. vadászat, kertészkedés) alcsoportokra tagolja [4].

### **2.3. A rekreáció és a turizmus kapcsolata**

Gibson értelmezésében a rekreáció egy sajátos területe a sportturizmus, mely az egyén számára a lakóhely időleges elhagyását jelenti abból a céllal, hogy vagy sport-rekreációs tevékenységet végezzen, vagy versenyezzen, vagy amatőr, vagy professzionális szintű versenyeket, mérkőzéseket nézzen, illetve sportlátványosságokat, múzeumokat vagy stadionokat látogasson [5].

A szakirodalomban a turizmus és a rekreáció fogalma gyakran keveredik egymással, amely oka elsősorban az, hogy az aktív turizmusban résztvevők által végzett tevékenység a mozgásos (fizikai) rekreációhoz sorolt cselekvésekkel mutat átfedést [6]. A rekreáció és a turizmus esetében is a tevékenység végzése valamilyen környezetváltozással jár, ám amíg a turizmusban részt vevők fő célja az élménykeresés, az élmény megélése, addig a rekreációs célú tevékenység a szervezet jobb érzetére, a felfrissülésre, a kikapcsolódásra irányul [7].

### 3. Szolnok város fizikai rekreációs kínálata

Szolnok város fizikai rekreációs kínálatában a megyeszékhely által üzemeltetett, fenntartott egységek és a magánlétesítmények együttesen jelennek meg. A város vagy valamely sportklub fenntartásában működik a Tiszaligeti Labdarúgó Stadion, a Városi Sportcsarnok, a Műfüves Labdarúgó Központ, a Széchenyi Lakótelepi Műfüves Labdarúgó Pálya (szabadtéri és fedett csapatban üzött labdajátékok), a Véső úti Sportközpont, Abonyi úti Judo Központ (atlétika, teremsportok, erősportok, harcművészet), a Liget Termálstrand és Élményfürdő, a Vízilabda Aréna, a Holt-Tiszai Vízisport Telep (vizes sportok), a Szolnoki Teniszkлуб és a Tiszaligeti Squash Klub, a Szolnok-Szandaszőlős repülőtér (repülősport), a Szolnoki Squash & Szauna Club (szabadtéri és fedett egyéni és páros labdajátékok) illetve a szabadtéri szabadidős rekreációs terek, mint a street workout pályák, szabadtéri sportpályák, Tallinn Sport- és Szabadidő Központ vagy a többfunkciós játékterek [8].

A város amatőr és professzionális sportéletét az alábbi klubok, egyesületek jellemzik: Szolnoki Sportiskola, Olaj Kosárlabda Klub, Szolnoki Vízilabda Sport Club, Szolnoki Evezős Egylet, Szolnoki MÁV FC, Openhouse RKSI, Szolnoki Búvárklub, Szolnoki Honvéd Sportegyesület, Szolnoki Wing Tsun Kung-Fu Iskola, SZOLDance Táncklub, Aranycsillag Társastánc Klub, Tisza Táncegyüttes, Szolnoki Triatlon Sportegyesület, Pelikán Sportegyesület, Szolnoki Kézilabda Club SE, Pelikán Repülő Egyesület. Emellett a fiatalok nem szervezett formában egyénileg vagy személyi edző segítségével is végezhetnek még fizikai rekreációs tevékenységeket akár a fent említett sportágakban egyesületi sporteszközök használatával, akár saját sportszerek segítségével.

### 4. Vizsgálati módszer

A kutatási terület megismerése érdekében primer kutatási módszertant alkalmaztunk. A célcsoport életkori sajátosságait és internet-használati szokásait figyelembe véve online kérdőívet állítottunk össze, amely 16 kérdést tartalmazott. A főképp zárt kérdések alkalmazása a fiatalok egyszerűbb és gyorsabb véleményformálását segítette, s egyben növelték a logikailag helyes kitöltések számát.

A válaszadók életkori sajátosságai a minta kiválasztásában döntő szerepe játszottak, a vizsgálatba csak a 14-24 év közötti korosztály, vagyis jellemzően a közép- és felsőfokú oktatási intézmények diákjai kerültek bevonásra. A város kínálta aktív rekreációs kínálati elemekhez a szolnoki képzési helyű, de nem a megyeszékhelyen lakók is hozzáférnek, ezért a területi lehatárolás alapján olyan minta vételét valósítottuk meg, amely életvitelében vagy lakóhelyében kötődik Szolnok városához.

A kérdőívet összesen 103 fő töltötte ki, minden kitöltés hibátlan volt. A mintába 58 nő, és 44 férfi válaszadó került, így a nemek közötti arány 56-44%. A válaszok kódolása és rögzítése, valamint statisztikai módszerekkel történő elemzése Microsoft Excel szoftver segítségével történt.

### 5. Eredmények

A fiatalok és fiatal felnőttek korcsoport lehatárolásához két életkori kategóriát határoztunk meg: a döntően középiskolai tanulmányokkal jellemezhető 14-18 év közötti kort valamint a 19-24 éves korcsoportot, amelyet a felsőszintű oktatásban részvétel vagy akár a munka világába való kilépés jellemez. A válaszadók többsége, 53,4%-a szolnoki lakos, a többi kérdőív kitöltő vagy a város 30 kilométeres agglomerációjában lakik (39,8%) vagy attól távolabb (6,8%). A fiatalabb életkori csoport dominálja a mintát 68%-32%-os arányban a 19-24 éves korcsoporttal szemben. Ennek megfelelően a legtöbb válaszadó középiskolai tanuló (62,2%). Közel azonos arányban

felsőoktatási hallgatók, tanfolyami tanulók vagy foglalkoztatottak a megkérdezettek a mintában, míg 6 fő iskolai tanulmányait befejezte, de még nem létesített munkaviszonyt. A nemek, az életkor és a lakóhely szerinti mintaelem-megoszlást az 1. táblázat mutatja.

1. Táblázat. A minta megoszlása szociodemográfiai jellemzők szerint

Szociodemográfiai tényezők	Válaszlehetőségek	Férfi (fő)	Nő (fő)	Összesen (fő, %)
Lakhely	Szolnok	26	29	55 (53,4%)
	Szolnok 30 km-es körzete	16	25	41(39,8%)
	Szolnok 30 km-es körzetétől távolabb	2	5	7 (6,8%)
Életkor	14-18 év	33	37	70 (68%)
	19-24 év	11	22	33 (32%)
Foglalkoztatotti státus	Középiskolai tanuló (tanköteles)	30	34	64 (62,2%)
	Felsőoktatási hallgató	3	8	11 (10,7%)
	Tanfolyami, OKJ-s képzés tanulója	4	6	10 (9,7%)
	Dolgozik	5	7	12 (11,6%)
	Nem tanul, nem dolgozik	2	4	6 (5,8%)

A téma vizsgálata szempontjából releváns fizikai rekreációs tevékenységek igénybe vétele és az igénybe vétel gyakorisága a kutatás fő vonulatát adta. A fizikai rekreációs tevékenységeket a 2.2. pontban bemutatott csoportosítás szerint alkalmaztuk a kérdőívben. A válaszadók több rekreációs tevékenységben való részvételüket is megjelölhették, hiszen érdeklődési körnek megfelelően más és más jellegű aktivitások is vonzóak lehetnek az egyén számára. A fizikai rekreációs aktivitások egyes szociodemográfiai változók szerint a 2. táblázatban kerülnek bemutatásra.

2. Táblázat. A szabadidőben űzött fizikai rekreáció jellege nem és életkor szerint

Fizikai rekreáció jellege	Nem (jelölés db)		Életkor (jelölés db)		Összesen (jelölés db)
	Férfi	Nő	14-18 év	19-24 év	
tánc és tánc jellegű mozgások (pl. társastánc, versenytánc, néptánc, balett, modern tánc, zumba)	5	28	26	7	33
turisztikai célú tevékenységek (pl. vízi-, gyalog-, kerékpár-, lovastúra, fotótúra, tanösvény bejárása)	12	19	24	7	31
szabadidőben űzhető mozgásos játékok (pl. láb- és asztalitenisz, tenisz, labdajátékok)	21	24	40	5	45
rekreációs célú sportok (pl. görkorcsolyázás, rollerezés, nordic walking, kocogás, futás, harcművészetek ágai, erősportok, sportrepülés)	28	31	44	15	59
fizikai igénybevétellel járó hobbik (pl. vadászat, sporthorgászat, kertészkedés)	6	5	2	9	11
nem végez fizikai rekreációt	9	12	18	3	21

A nem esetében a kontingencia-vizsgálat a fizikai rekreációs aktivitásokban való részvételre eredménye  $\chi^2= 11.66$ ,  $p=0,0201$ , míg az életkor esetében  $\chi^2= 24.48$ ,  $p<0,0001$ . A kapott eredmények tükrében megállapítható tehát, hogy fejlődési skála által jósolt és a valós fejlődési kimenet jelentős összefüggést mutatott az életkor esetében.

A fizikai rekreációtól távol maradás okaként a válaszadók elsősorban a következőket adták meg: elegendőnek tartják a napi testnevelés órán végzett aktivitást (9 említés), nincs rá idejük (5 említés), nem szeretnek fizikai tevékenységet végezni szabadidejükben (4 említés) és munka mellett már nincs erejük mozogni (3 említés).

A fizikai rekreáció végzésének gyakorisága tekintetében napi gyakorlástól a havi gyakorlásig mutató skálán adtunk lehetőséget a válaszadásra abból kiindulva, hogy rendszeresség hiányában

a tevékenységnek csak kismértékű hatása van a szervezet állapotának pozitív befolyásolására. A rekreáció jellege a végzés gyakorisága alapján a 3. táblázatban található.

3. Táblázat. A szabadidőben űzött fizikai rekreáció jellege és annak gyakorisága

Fizikai rekreáció jellege	Tevékenység folytatásának gyakorisága (jelölés, %)					Összesen
	naponta	hetente többször	hetente	havonta többször	havonta	
tánc és tánc jellegű mozgások (pl. társastánc, versenytánc, néptánc, balett, modern tánc, zumba)	2 (6,1%)	11 (33,3%)	5 (15,2%)	12 (36,3%)	3 (9,1%)	33 (100%)
turisztikai célú tevékenységek (pl. vízi-, gyalog-, kerékpár-, lovastúra, fotótúra, tanösvény bejárása)	0 (0%)	0 (0%)	2 (6,4%)	16 (51,6%)	13 (42%)	31 (100%)
szabadidőben űzhető mozgásos játékok (pl. láb- és asztalitenisz, tenisz, labdajátékok)	6 (13,3%)	15 (33,3%)	17 (37,9%)	5 (11,1%)	2 (4,4%)	45 (100%)
rekreációs célú sportok (pl. görkorcsolyázás, rollerezés, nordic walking, kocogás, futás, harcművészetek ágai, erősportok, sportrepülés)	10 (16,9%)	18 (30,5%)	18 (30,5%)	11 (18,6%)	2 (3,4%)	59 (100%)
fizikai igénybevétellel járó hobbik (pl. vadászat, sporthorgászat, kertészkedés)	0 (0%)	0 (0%)	1 (9,1%)	4 (36,4%)	6 (45,5%)	11 (100%)
<b>Összesen</b>	<b>18 (10,1%)</b>	<b>44 (26,6%)</b>	<b>43 (24%)</b>	<b>48 (26,8%)</b>	<b>26 (14,5%)</b>	<b>179 (100%)</b>

A megkérdezettek fizikai rekreációt hetente többször, hetente vagy havi többszöri rendszerességgel űzik, amely az összes jelölés háromnegyede. Napi szinten csak a válaszadók 10%-a végez fizikai rekreációs aktivitást, havi rendszerességgel pedig főképpen turisztikai célú tevékenységet vagy fizikai igénybevételt igénylő hobbitevékenységet űznek.

A tevékenységek űzésének megyeszékhely kínálta feltételeivel való elégedettséget ötfokozatú Likert-skálán mértük. Az átlagos elégedettséget a nem és életkor vonatkozásában a következő táblázat mutatja (4. Táblázat).

4. Táblázat. A szabadidőben űzött fizikai rekreáció szolnoki feltételeivel való átlagos elégedettség nem és életkor szerint 5 fokozatú Likert-skálán mérve

Fizikai rekreáció jellege	Nem		Életkor	
	Férfi	Nő	14-18 év	19-24 év
tánc és tánc jellegű mozgások (pl. társastánc, versenytánc, néptánc, balett, modern tánc, zumba)	5,0	4,8	4,9	4,9
turisztikai célú tevékenységek (pl. vízi-, gyalog-, kerékpár-, lovastúra, fotótúra, tanösvény bejárása)	3,9	4,1	4,2	3,8
szabadidőben űzhető mozgásos játékok (pl. láb- és asztalitenisz, tenisz, labdajátékok)	4,6	4,2	4,0	5
rekreációs célú sportok (pl. görkorcsolyázás, rollerezés, nordic walking, kocogás, futás, harcművészetek ágai, erősportok, sportrepülés)	4,5	4,6	4,6	4,5
fizikai igénybevétellel járó hobbik (pl. vadászat, sporthorgászat, kertészkedés)	3,5	4,8	3,9	4,5
nem végez fizikai rekreációt	2,4	3,1	2,2	3,2

A megkérdezettek a legtöbb mozgásforma igen magas elégedettséget mutatnak. A fizikai rekreációban résztvevők kevéssé elégedettek a turisztikai célú tevékenységek és a fizikai igénybevétellel járó hobbik adottságaival, de ezek mintátlaga is meghaladja a 4,0-es értéket. A fizikai aktivitást nem végzők a legkevésbé elégedett válaszadói szegmens, ők átlagosan 2,6-ra értékelték a város kínálta lehetőségeket. Saját tapasztalat híján az alacsony értékelés az általuk valamilyen forrásból ismert lehetőségekre vonatkozott.

A fizikai aktivitás végzése bizonyos mozgásformáknál csak szervezett körülmények között, megfelelő személyi és tárgyi feltételek mellett valósítható meg. Ehhez kapcsolódóan a válaszadókat megkérdeztük arról, hogy tagjai-e valamilyen sportegyesületnek, klubnak, amelyben a fizikai rekreációt folytathatják. A fizikai aktivitást végző 82 válaszadó főképp iskolai diáksport egyesületnek (53%) és szabadidős sportegyesületnek (28%) tagja, míg versenysport egyesületi tagsággal csak a megkérdezettek 6%-a rendelkezik. Megjegyzendő, hogy a diáksport-egyesületi tagságot több középfokú oktatási intézmény kötelezővé tette, ám a válaszadók kéthetede rendelkezik tagsággal valamely szolnoki szabadidős sportegyesületben. A versenysportot igazoltan, klubkeretek között űzők aránya igen alacsony, a 6%-nyi jelölés 5 főt jelent.

A fizikai aktivitások 53%-át egyedül, 18%-át párban, míg 29%-át csapatban végzik a válaszadók. A 10 leggyakrabban űzött tevékenységként a futást/kocogást, a konditerembe járást, az úszást, a kosárlabdázást, a futballozást, a falmászást, a teniszezést, a táncot, a röplabdát és a vízilabdát nevezték meg a kutatásba bevont fiatalok.

A 14-24 éves célcsoport sokfelől tájékozódhat a fizikai aktivitások elérhetőségéről, ám napjaink infokommunikációs érája nem okozott meglepetést a kapott eredményekkel kapcsolatban: az információszerzés forrása az internet (weblapok, közösségi oldalak) 72%-ban, az iskola 13%-ban, míg nyomtatott vagy sugárzott médiumokból mindössze 3 és 4% értesül. 8 fő információit az ismerősöktől szerzi. Nem mutat szoros kapcsolatot a nemek vagy az életkori csoport szerint az információforrások használata, ám a foglalkoztatott munkavállalók esetében magas a sugárzott média aránya, míg a választ adó felsőoktatási intézmények hallgatói kizárólag az internetről szerzik értesüléseiket a fizikai rekreációs lehetőségekről. Az iskolából és munkából kimaradók körében a médiumok és a barátok, ismerősök tekinthetők elsődleges információforrásnak.

A válaszadók a kérdőív utolsó kérdésében megadhattak olyan tevékenységeket, amelyek feltételeit hiányolják a megyeszékhelyről. A legtöbbet említett helyszínek, szolgáltatások, tevékenységek a következők voltak: motorsport / gokart pálya, adrenalin park, bungee jumping, korcsolyapálya.

## 6. Következtetések

Véleményünk szerint Szolnok városa megfelelő adottságokkal és lehetőségekkel rendelkezik mind a sportot, mind a szabadidős elfoglaltságokat tekintve. A rendelkezésre álló szabadidős létesítmények, programok minden korosztály számára kielégítő kínálatot nyújtanak szabadtéri és beltéri környezetben egyaránt. Rekreációs tevékenységek tekintetében művészeti, turisztikai és rekreációs célú, valamint sportlehetőségekkel egyaránt rendelkezik a város. A Szolnoki Sportcentrum – Sportiskola külön figyelmet fordít nemcsak a sportolók, de az utánpótlás kinevelésére is. Emellett a versenysporton túl cél a szabadidősportok népszerűsítése is. Ezek a sportolási, kulturális és szabadidős adottságok mind hozzájárulnak a város turisztikai életének élénkítéséhez. A kínálat megléte hatékony marketingtevékenység nélkül nem eredményez turisztikai keresletet, s figyelmet kell fordítani a fenntartás mellett a kínálat fejlesztésére is. Általánosságban kijelenthető, hogy mivel egyre kevesebben sportolnak rendszeresen, a vizsgált életkori csoport tagjait külön is ösztönözni kell a fizikai aktivitásra. A fiatalok figyelmét fel kell hívni a mozgás és az egészségmegőrzés fontosságára, ezáltal járulva hozzá a szabadidős tevékenységen keresztül való egészségfejlesztés céljaihoz.

## Köszönetnyilvánítás

A tanulmány az EFOP-3.6.1-16-2016-00006 „A kutatási potenciál fejlesztése és bővítése a Pallasz Athéné Egyetemen” című pályázat támogatásával jött létre.

## Irodalomjegyzék

- [1] Csíkszentmihályi M. (1997): Living Well. The psychology of Everyday Life. Weindenfeld & Nicolson, London, p. 16-22.
- [2] Hutiray J. - Várkonyi Zs. (1995): Szabadidő – turizmus – rekreáció in Kereskedelmi Szemle 1995/11. pp. 25-30.
- [3] Kovács Tamás Attila (1999): Rekreáció irányzatai. III. Országos Sporttudományi Kongresszus, Budapest, 1999. március 5-6. (előadás)

- [4] Ábrahám J. (2010): Rekreációs alapok. Nemzeti Erőforrás Minisztérium Sportért felelős Államtitkárság, Budapest, pp. 22-23.
- [5] Gibson, H. J. (1998): Sport tourism: A critical analysis of research in Sport Management Review 1/1, pp. 45-76.
- [6] Gardavsky, V. (1993): On geography of recreation in Acta Universitatis Carolinae Geographica 1993/2, pp. 47-54.
- [7] Michalkó Gábor – Vízi István (2002): A rekreáció szerepe az aktív turizmusban In: Magyar Sporttudományi Szemle 2002/3-4, pp. 19-23.
- [8] <http://info.szolnok.hu>, letöltés ideje: 2017. 09. 12.