

運動風潮持續增溫！

# 各世代運動習慣大解析

E-Newsletter | Jun. 2019

**GO SURVEY**  
市場研究顧問

鼎鼎聯合行銷股份有限公司

顧客經營業務部 / 顧客洞察分析暨市調處

**HAPPYGO**





台灣運動人口逐年攀升！運動風正夯！知道現今最流行的運動是什麼？喜歡看的運動YouTuber是誰？GO SURVEY 此次透過各世代對運動的回饋，整理出最新、最完整的運動報告，讓你一起追上運動新趨勢。

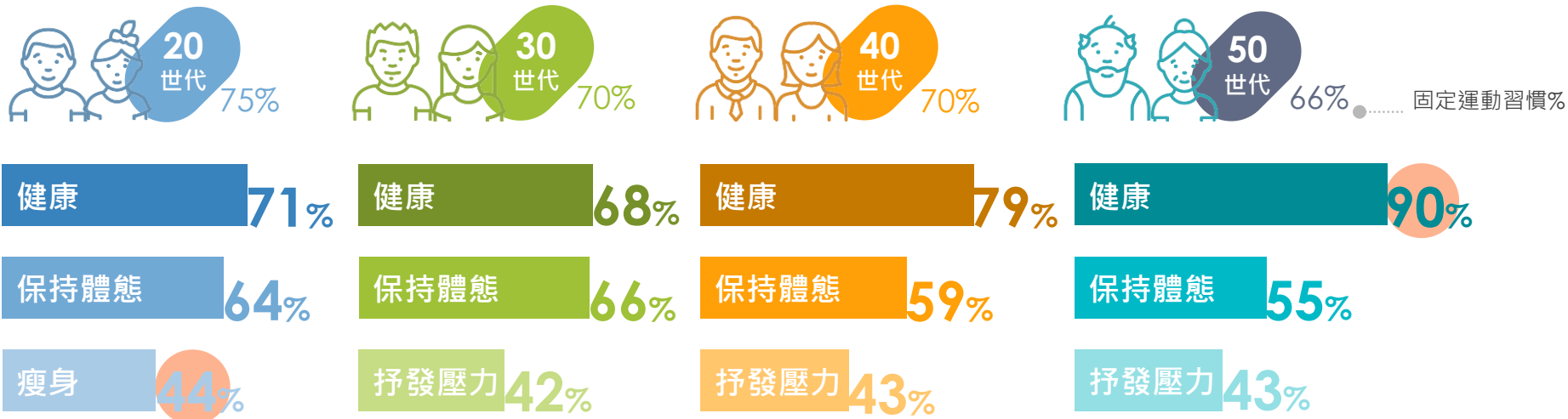
於 **2019/3/6 — 2019/3/14** 期間，在 **GO SURVEY** 平台上執行線上網路調查。

總共回收了 **1,000** 份樣本，受訪者條件為**18~60歲**的 **HAPPY GO** 卡友。

# 年輕世代重外在，成熟世代重健康！

20世代有固定運動比例最高(75%)，50世代最低(66%)；  
 利用保持體態、瘦身話題來點燃年輕世代運動商機，  
 運用健康議題來倡導成熟世代積極運動。

## 運動的目的



[註] ● 表顯著高於其他群 [註] 調查樣本數：各世代250人

# 年輕世代較重局部鍛鍊，成熟世代較重全身訓練！

各世代半數以上皆偏好跑步，

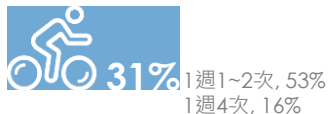
重外在的年輕世代偏愛使用健身房運動器材、重訓來保持體態

成熟世代則偏愛騎自行車、瑜珈、打羽球來保持健康，從事運動的頻率普遍高於其他世代

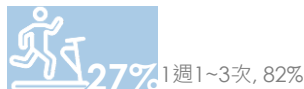
## 從事的運動類型



1週1~3次, 73%



1週1~2次, 53%  
1週4次, 16%



1週1~3次, 82%

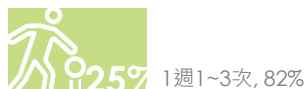
- ④游泳 24%  
⑤重量訓練 22%



1週1~3次, 65%



1週1~3次, 72%



1週1~3次, 82%

- ④重量訓練 23%  
⑤游泳 20%



1週1~3次, 75%



1週1~3次, 74%

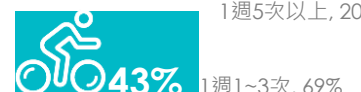


健身器材 1週1~3次, 77%  
籃球 1週1~2次或2週1次, 87%

- ④打羽球 16%  
⑤游泳 14%



1週2~3次, 55%  
1週5次以上, 20%



1週1~3次, 69%  
1週5次以上, 10%



1週1~3次, 91%

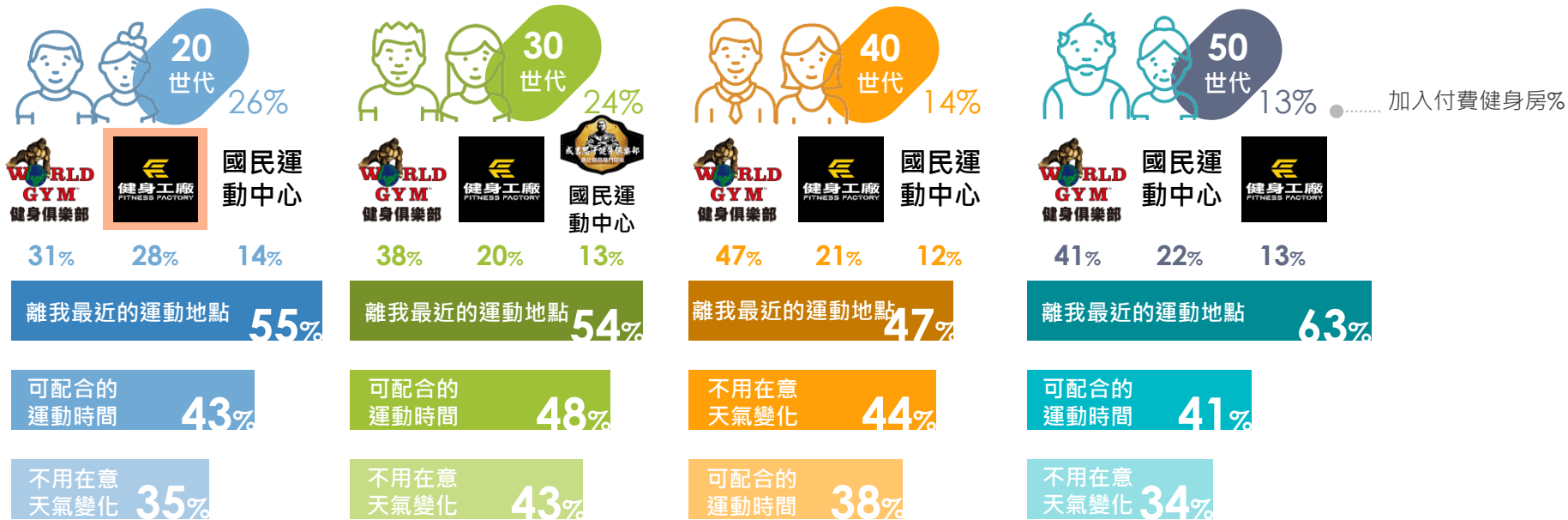
- ④健身房運動器材 18%  
⑤游泳或打羽球 16%

# 付費健身房較吸引年輕世代

擁有專業課程及完善器材的付費健身房吸引年輕世代加入，20世代尤偏好健身工廠

各世代普遍選擇距離近的運動地點、可配合的時間進行訓練，方便前往儼然成為健身房設點新規則

目前加入的健身房及加入原因

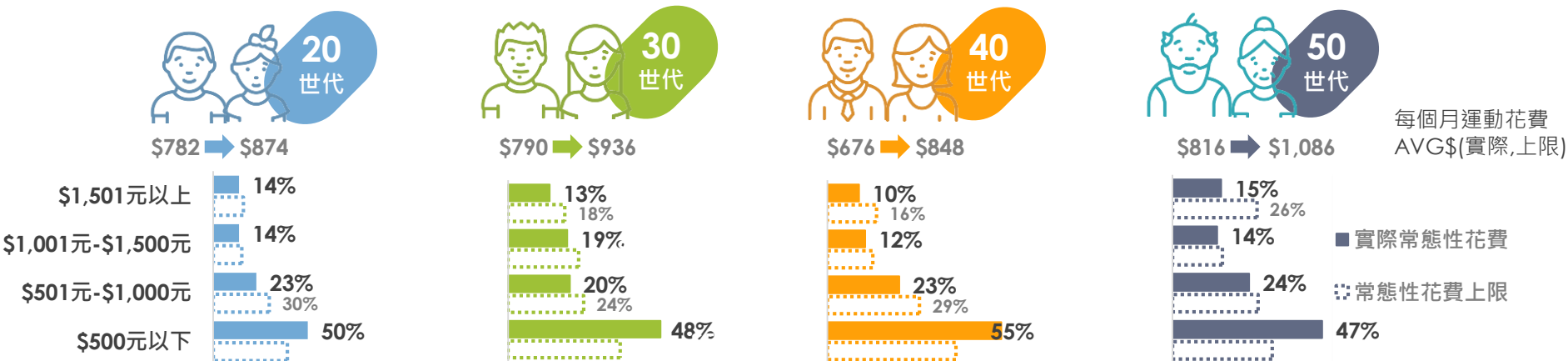


[註] ● 表顯著高於其他群

# 50世代運動消費潛力高!

50世代運動實際花費最高(平均\$816/月)，花費上限超過\$1.5K佔26%；  
重局部鍛鍊的年輕世代則對教練課程價格接受度較高

## 運動花費概況

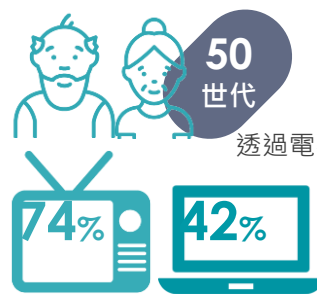
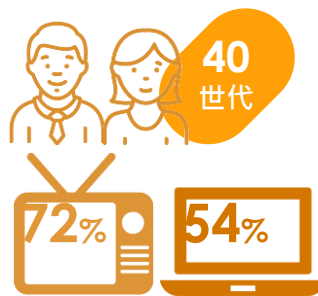
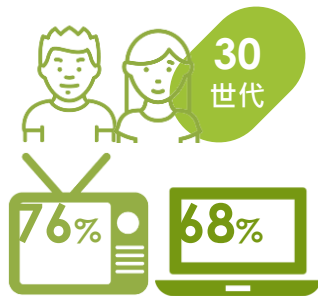
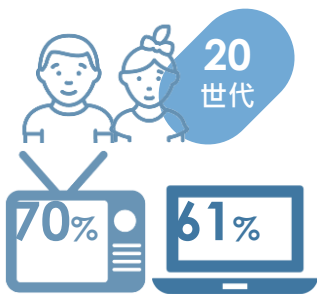


|                     |         |         |         |         |
|---------------------|---------|---------|---------|---------|
| 家用運動訓練器材可接受的平均價錢    | \$1,541 | \$1,750 | \$1,892 | \$2,010 |
| 健身房平均月費             | \$1,160 | \$1,126 | \$1,173 | \$1,231 |
| 個人教練課(60mins)平均合理價格 | \$672   | \$671   | \$579   | \$610   |
| 團體教練課(60mins)平均合理價格 | \$506   | \$505   | \$448   | \$450   |

# 電視為觀賽主要管道，年輕世代網路觀看運動比例高！

年輕世代觀看YouTuber運動頻道比例較高，館長為運動YouTuber第一

## 運動相關媒體管道



透過電視/網路觀看賽事%



- 1 館長 60%
- 2 健人蓋伊 21%
- 3 Peeta葛格 18%



- 1 館長 60%
- 2 健人蓋伊 21%
- 3 Peeta葛格  
Tao & Ashlee 18%



- 1 館長 71%
- 2 健人蓋伊 19%
- 3 Tao & Ashlee 13%



- 1 館長 62%
- 2 Tao & Ashlee 13%
- 3 其他 19%

觀看YouTuber的運動視頻%

看過哪些YouTuber的運動視頻%

# 小結 Summary

## 跑! 跑! 跑! 全民瘋跑步!

年輕  
世代

為外在運動  
著重局部鍛鍊  
偏好付費健身房  
網路觀看運動高

偏好重訓，瘦身，效果佳的運動，  
開發運動數位化商機

- 運動以保持體態、瘦身為由高於其他群
- 加入健身房高於成熟世代
- 教練課程價格接受度高於成熟世代
- 近6成觀看YouTuber運動視頻

成熟  
世代

為健康運動  
從事全身訓練  
運動持續性佳  
運動消費力強

推廣普及性運動，以健康為動力，  
養成運動習慣，抓住持續性商機

- 為健康運動顯著高於其他群
- 常從事自行車、瑜珈、羽球
- 每周運動次數高於其他群
- 運動消費高於其他群





# THANKS!



**HAPPYGO**  
快樂多一點

**GO SURVEY**  
市場研究顧問

分析調研內容主編

**Keanky Liu**

顧客洞察分析暨市調處

分析調研業務聯絡人

**Krysten Lu**

顧客洞察分析暨市調處 市調主任

Tel +886 2 7711-3636 #533

Email [krystenlu@ddim.com.tw](mailto:krystenlu@ddim.com.tw)

