

SZEGED LEGNAGYOBB KÖZTERÜLETI PARKJÁNAK SZABADIDŐSPORTJA, KÜLÖNÖS TEKINTETTEL A NEMENKÉNTI ELTÉRÉSEKRE

Tóth Larissza¹, Berki Tamás², Karancsi Zoltán³, Győri Ferenc^{1,4}

¹ Pécsi Tudományegyetem, Fizioterápiás és Sporttudományi Intézet

² Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem, Tanárképző Intézet

³ Szegedi Tudományegyetem, Testnevelési és Sporttudományi Intézet

⁴ Gál Ferenc Egyetem Kutatóintézet, Sporttudományi Kutatócsoport

Absztrakt

Tanulmányunk célja Szeged legnagyobb közterületi parkja, a nemrégiben felújított Erzsébet-liget rekreációs sportjának bemutatása felnőtt szabadidő-sportolóinak összetételén, sportolási szokásain keresztül, különös tekintettel a nemenkénti eltérésekre. Hipotéziseink szerint a Ligetben rekreációs céllal sportoló felnőtt férfiak és nők szociodemográfiai háttere, a park elérésének sajátosságai, az edzőhelyek használata és az azokkal való elégedettség, valamint a park mint sportszintér választásának indítéka nem különbözik számottevő mértékben egymástól. Mindamellet valószínűsítettük, hogy a sportaktivitás gyakoriságában és terjedelmében különbség mutatkozik a férfiak javára.

Adatfelvételünk véletlenszerű helyszíni mintavételezéssel, anonim, papíralapú kérdőív lekérdezésével valósult meg (N=108). A változók közötti kapcsolatok feltárására Pearson-féle Khi-négyzet tesztet, a Fisher-féle egzakt tesztet és a Spearman-féle rangkorrelációs eljárást, az elégedettség mérésére Likert-skálát alkalmaztuk.

A sportolókat fiatalos korösszetétel, a diplomások és a foglalkoztatottak magas aránya jellemezte, amiben a férfiak és nők mutatói nem tértek el szignifikáns mértékben egymástól. A Liget elérésének távolsága, annak módja és sportolás napszak szerinti ideje szintén nem mutatott nemenkénti eltéréseket. A nők azonban lényegesen több időt szántak a Liget elérésére, mint a férfiak. A férfiak sportaktivitása a gyakoriságot és az edzésidőt tekintve is magasabbnak mutatkozott a nőkéénél.

A legkedveltebb edzőhelynek mindkét nem számára a futópályák, a nyílt füves területek és a szabadtéri fitnessállomások bizonyultak. A sportolási lehetőségek kivá-

lasztásában, az azokkal való elégedettségben, valamint az edzésekre való felkészülésben nem találtunk nemenkénti eltéréseket. A sportolók elsősorban a jó levegő, a természet szeretete és a műanyag borítású futópálya miatt járnak a Ligetbe mozogni, s bár a férfiak és nők preferenciái némileg eltérnek egymástól, a különbségek statisztikai szempontból nem számottevőek.

Kulcsszavak: szabadidősport, rekreáció, parkhasználat, nemi különbségek, Szeged

LEISURE SPORTS IN SZEGED'S LARGEST PUBLIC PARK, WITH PARTICULAR ATTENTION TO GENDER DIFFERENCES

Larissza Tóth¹, Tamás Berki², Zoltán Karancsi³, Ferenc Győri^{1,4}

¹University of Pécs, Institute of Physiotherapy and Sport Science

²Hungarian University of Sports Science, Teacher Training Institute

³University of Szeged, Institute of Physical Education and Sports Science

⁴Gál Ferenc University Research Institute, Sports Science Group

Abstract

The aim of our study is to present the sports recreational offer of Szeged's largest public park, the recently renovated Erzsébet-liget, through the composition and sports habits of adult leisure athletes, with special regard to gender differences. According to our hypotheses, the socio-demographic background of adult men and women exercising in the Park for recreational purposes, the peculiarities of accessing the park, the use and satisfaction of training facilities, and the motivation for choosing the venue for recreational purposes do not differ significantly. However, it was likely that there was a difference in the frequency and scope of sports activity in favour of men.

Our data collection was carried out by random on-site sampling and querying an anonymous, paper-based questionnaire (N=108). Pearson's Chi-square test, Fisher's exact test, and Spearman's rank correlation procedure were used to explore the relationships between the variables. A 5-point Likert scale was used to measure satisfaction with various training facilities.

The athletes were characterized by a youthful age structure and a high proportion of graduates and employees, in which the indicators of men and women did not differ significantly. The distance to reach the Park, the method of access and the time of day of sport also did not differ by gender. However, women devoted significantly more time to reaching the Grove than men. Men's sports activity was higher than women's in terms of frequency and training time.

The most popular exercise sites for both sexes were running tracks, open grass areas, and outdoor fitness stations. We did not find gender differences in the selection of sports opportunities, satisfaction with them and preparation for training. Athletes come to the Park primarily because of the good air, the love of nature and the plastic-covered running track. Although the preferences of men and women differed slightly, the differences were not significant from a statistical point of view.

Keywords: leisure sports, recreation, park use, gender differences, Szeged

BEVEZETÉS

A mozgásszegény életmód terjedése egyre inkább hozzájárul a lakosság egészségi állapotának romlásához az egész világon (Ng & Popkin, 2012). Erre mintegy válaszként – főként urbánus környezetben – felerősödött az igény a zöldterületek nyújtotta sportolási lehetőségek bővítésére. A városi parkok gondozottsága, esztétikai megjelenése, kiépítettsége, elérhetősége, biztonsága ugyanis nagy hatással lehet a sportolási hajlandóságra, a testmozgás iránti igény kielégítésére (Wicker et al., 2012; Bakar et al., 2016; Duncan et al., 2022). A természet közvetlen észlelése, az ott megtapasztalt rekreációs lehetőségek egyben a legmeghatározóbb előrejelzői az ember jó szomatikus, pszichés és szociális közérzetének is (Sullivan et al., 2004; Berman et al., 2008; Seeland et al., 2009; Rundle et al., 2013; Wolch et al., 2014; Kothencz 2017). A városi parkok tehát fontos népegészségügyi feladatot látnak el azzal, hogy hozzájárulnak a lakosság fizikai aktivitásához, helyes egészségmagatartásának kialakításához, ami számos metabolikus és pszichofiziológiai eredetű betegség megelőzésének záloga (Grahn & Stigsdotter, 2003; Kaczynski et al., 2014). A parkok különös mértékben mozdíthatják elő a nők egészségügyi esélyegyenlőségének növekedését is, hiszen közelségük erősebben hat a nőkre, mint a férfiak egészségi állapotára (Cohen et al., 2021).

Korábbi tanulmányunkban feltártuk a városi „zöld infrastruktúra” fontosságát, jelentőségét az ember testi, lelki és szociális egészségének biztosításában (Győri & Tóth, 2022). Jelen munkánk azon kutatások sorába illeszkedik, melyek a zöldterületek és az egészséges életmód összefüggéseit a lakosság parkhasználati szokásain keresztül, a helyi sajátosságok figyelembevételével vizsgálják. Aproposját Szeged legnagyobb közparkja, az Erzsébet-liget 2019. évi felújítása adta. Noha a park rekreációs funkcióival és sportcélú látogatásával kapcsolatban már kerültek felszínre adatok (Karancsi, et al., 2016; Kothencz et al., 2017; Szeged MJVÖ, 2018), a felújítással létrejött új edzőhelyekről, használoik sportolási szokásairól még nem készült felmérés.

Kutatásunk helyszíne a Tisza partján fekvő Szeged (159 ezer fő) a Dél-Alföld régió gazdasági, kulturális és közigazgatási központja. Földrajzi adottságai fontos szerepet játszottak sportkultúrájának, mozgalmasságának kialakulásában (Győri, 2013). A település zöldterület-ellátottsága kiváló, ami nagyrészt az utcák csomópontjaiban található, egykor piacként funkcionáló fás tereknek köszönhető, illetve annak, hogy a Tisza hullámterének zöld sávja végighúzódik a városon (Blazovich, 2007). A folyó és az abba

itt torkolló Maros árvízvédelmi töltései, valamint a várost körbefogó körtöltés-rendszer a szegediek jellegzetes és kedvelt rekreációs színtereiként működnek. Szeged parkjai egymástól meglehetősen eltérő jellegűek és funkciójukak. Kothencz (2015) a város legnagyobb mesterséges zöldfelületeinek vizsgálata alapján arra a következtetésre jutott, hogy közülük rekreációra leginkább alkalmas környezetet az újszegedi Erzsébet-liget képes biztosítani a városlakók számára. Karancsi és munkatársai (2016) a város zöldterületeinek idegenforgalmi jelentőségére, vonzerejére hívták fel a figyelmet.

A város legnagyobb, mintegy 15 hektár kiterjedésű, Erzsébet királyné nevét viselő közterületi parkja (a továbbiakban Liget) közvetlenül a Belvárosi híd szomszédságában terül el. Az 1858-ban létesített közpark a belvároshoz közeli fekvésének köszönhetően hamar népszerű rekreációs színterré vált, mely a hétköznapiakban betöltött szerepe mellett kezdetektől számos városi rendezvénynek adott és ad otthont (pl. fesztiválok, szabadtéri előadások, ünnepek, sportversenyek). Élővilága rendkívül változatos, ökológiai szerepe és értékei miatt 2009-től helyi jelentőségű védett természeti területté nyilvánították.

Sorsát – noha fejlődésében a látványos megújulást és az elhanyagoltságot hordozó periódusok egyaránt jelen voltak – mindig szívükön viselték a szegediek (Bálint, 1969; Bátyai, 1998). Ennek ellenére fizikai állapotát Kothencz (2015) kérdőíves felmérésének idején – a növényzet gondozatlansága, karbantartási hiányosságok, épületromok, biztonság hiánya okán – meglehetősen lehangolónak ítélte a helyi lakosság.

A korszerűsítési munkák megkezdését a Liget lakossági funkcióival kapcsolatos kérdőíves felmérés előzte meg 2015-ben (N=419), mely információkat gyűjtött használatnak rekreációs szokásairól is (Szeged MJVÖ, 2018). Eszerint a megkérdezettek 31 százaléka a szabadidő-eltöltés, 24 százaléka kifejezetten a sportolás, 16 százaléka egyéb célból (pl. játszótérhasználat, kutyasétáltatás) veszi igénybe a parkot, míg 29 százaléka csak közlekedik a területén. Tíz mozogni járó közül négy a gyaloglást, három a futást, kettő a kerékpározást nevezte meg szokásos aktivitásaként, egy pedig egyéb mozgásformát (pl. tenis, kosárlabda) említett.

A Zöld város fejlesztési program részeként megvalósult, uniós forrásból finanszírozott, közel 1 milliárd Ft-os parkfelújítással a város „legrégebbi kertje” valóságos szabadtéri „fitneszteremmé” alakult át: pl. 1,5 km hosszúságú rekortán (öntött gumi) borítású futópálya, mellette gyalogút létesült, több helyre fitneszállomásokat (edzőpontokat) helyeztek el, felújították az extrém sport- és labdajáték-pályákat („Játékok kertje”), mulcsos sétautakat hoztak létre, új padokat, kutakat, kerékpártartókat telepítettek, valamint kerékpárutat építettek az áthaladó forgalom számára. A Liget élővilágának bemutatása céljából tanösvény is készült.

A zöldterületek ilyesfajta felújítása, modernizálása rendszerint megnöveli sportcélú látogatóik számát (Cohen et al., 2019; Vert et al., 2019; Arifwidodo & Chandrasiri, 2020). A parkhasználatot azonban – s ezzel együtt a fizikai aktivitást – a parkok elérhetősége, és látogatóik összetétele, szükségletei is befolyásolják. A nemenként eltérések szembevetőnek, a férfiak gyakrabban élnek a sportolási lehetőségekkel, nagyobb valószínűséggel

vesznek részt erőteljes fizikai aktivitásban, mint a nők (Joseph & Maddock, 2016; Cohen et al., 2021). A nagyobb sportrésztvételt a fiatalabb életkor, a magasabb iskolai végzettség, a több jövedelem és a sport iránti szilárdabb elköteleződés is támogathatja (Paár & Ács, 2015; Berki & Pikó, 2017; European Commission, 2018).

A parkokat persze azok használják nagyobb valószínűséggel, akik mindennapi élete azok közelében zajlik (lakóhely, munkahely, szolgáltatások igénybevétele). Könnyebb elérhetőségük főként a nőket, a fiatalokat és az idősebb korosztályokat ösztönzi ottani testmozgásra (Kaczynski et al., 2009; Cohen et al., 2021). A közelmúlt COVID-19 vírus okozta járványügyi helyzetére utalva nem mehetünk el szó nélkül amellett sem, hogy akik a sportolásra fordított idejüket – leginkább outdoor tevékenységekkel – növelni tudták a pandémiás időszakban, azok szubjektív jólléti állapota is kedvezőbben alakult (Laczkó et al., 2023).

Jelen tanulmányunk célja feltárni az Erzsébet-liget felnőtt szabadidő-sportolóinak összetételét, sportolási szokásait, különös tekintettel a nemenkénti jellemzőkre. Kíváncsiak voltunk arra, hogy a Ligetben sportolók mekkora távolságból érkeznek, miként és mennyi idő alatt jutnak oda, milyen gyakorisággal és mennyi időt töltenek ott testmozgással, miféle edzőhelyeket használnak, s egyben mennyire elégedettek azokkal. A nemenkénti eltérések mellett néhány, a helyi sajátosságokat, körülményeket feltáró összefüggésekre is felhívjuk a figyelmet.

Az előzmények alapján feltételeztük, hogy (H1) a Ligetben rekreációs céllal sportoló felnőtt férfiak és nők összetétele az életkor, a legmagasabb iskolai végzettség és a foglalkozási státusz tekintetében nem különbözik számottevő mértékben egymástól; (H2) a park elérésének jellemzői szintén nem térnek el egymástól nemenként; (H3) a sportaktivitás gyakoriságában és terjedelmében különbség mutatkozik a férfiak javára; (H4) nincs nemenkénti különbség az edzőhelyek megválasztásában és az edzésekre való felkészülésben; (H5) a sportolási feltételekkel mindkét nem képviselői egyformán elégedettek; (H6) férfiak és nők hasonló okokból választják a Ligetet rekreációs színtérként.

ANYAG ÉS MÓDSZER

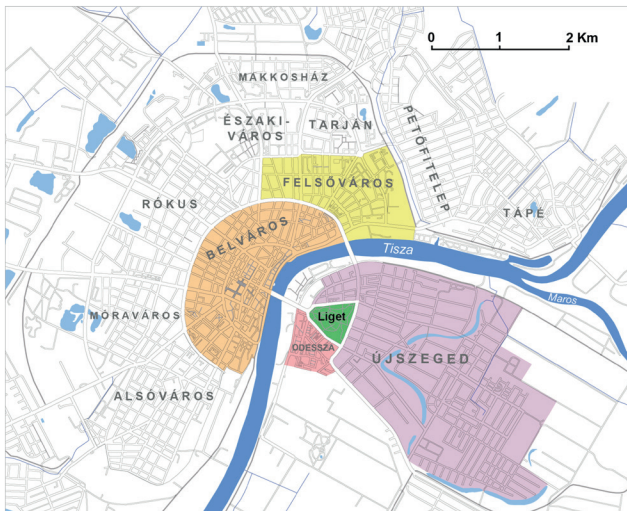
Primer adatfelvételünk véletlenszerű mintavételezéssel, anonim, papíralapú kérdőív személyes lekérdezésével, az EU adatvédelmi rendeletének (GDPR) betartásával valósult meg az újszegedi Ligetben, 2020. szeptember és október hónapban – az első és a második COVID-19 hullám között – tíz alkalommal, valamennyi napszakban (hajnalban, reggel, délelőtt, délután, este és késő este). A mintavétel során a különböző sportszíntereken (pl. futó és gyaloglópályák, extrém sport és labdajáték-pályák, tenispályák, fitnesszállomások) testmozgást végzőket szólítottuk meg ($N=108$, $N_{\text{férfi}}=51$, $N_{\text{nő}}=57$), kizárólag olyanokat, akik nem szervezett keretek között (pl. egyesületi edzésen, testnevelésórán) mozogtak. Mintánkba nem kerültek be a Ligetben csak közlekedő gyalogosok és kerékpárosok.

Kérdőívünk összesen 23 db (11 db zárt, 5 db félig nyitott, és 7 db nyitott) kérdést tartalmazott. A szociodemográfiai változókat a nem, az életkor, a legmagasabb iskolai végzettség és a foglalkozási státusz (aktív keresők: alkalmazottak és vállalkozók; inaktív keresők; eltartottak) adták. Rákérdeztünk a Liget igénybevételenek tér- és időbeli jellemzőire is. Szegedi parkhasználonak tekintettük a városban életvitelszerűen (állandó, v. ideiglenes jelleggel) tartózkodókat. Mivel nem gyűjthettünk pontos címadatokat, a Liget lakóhelyhez mért távolságának meghatározásához, annak településrész szerinti elhelyezkedését vettük figyelembe, két kategóriát kialakítva: (1) 1 km-en belül megközelíthető, azaz „közeli” városrészek (Újszeged, Odessza, Belváros, Felsőváros) és (2) az ennél messzebb lévő, „távoli” városrészek/települések (1. ábra). Figyelembe vettük továbbá a Liget eléréséhez szükséges időtartamot, közlekedési módot, a parkhasználat napszak szerinti idejét, a sport- és egyéb célú látogatások gyakoriságát is. Mivel adatfelvételünk az első két COVID-19 hullám közötti időszakra esett, érdeklődtünk arról is, hogy első pandémiás helyzet miként befolyásolta a sportcélú parklátogatási gyakoriságot.

A sportolási szokásokat a válaszadó által becsült, alkalmankénti átlagos edzésidővel, az edzésidő és a havi edzésgyakoriság szorzatából előálló havi edzésidővel, az edzések tervezettségével („Ki tervezi az edzést?”), valamint a rendszeresen igénybe vett sporthelyszínek számával jellemeztük.

A leíró statisztika mellett a diszkrét változók közötti kapcsolatok feltárására a Pearson-féle Khi-négyszet (χ^2) próbát és a Fisher-féle egzakt próbát, a metrikus változók közötti kapcsolat vizsgálatára a Spearman-féle rangkorrelációs eljárást alkalmaztuk. A különféle edzőhelyekkel kapcsolatos elégedettség mérésére 5 fokozatú Likert-skála szolgált.

1. ábra: Az újszegedi Erzsébet-ligethez közeli városrészek elhelyezkedése



Forrás: saját szerkesztés

EREDMÉNYEK

A kitöltők (N=108) 47,2 százaléka férfi, 52,8 százaléka nő. Az átlagéletkor 34,7 év, (SD=12,1, Min=18, Max=65). 10 megkérdezett közül 5 középkorú (30-49 éves), 4 fiatal felnőtt (18-29 éves) és 1 érett középkorú (50-65 éves) (1. táblázat). A válaszadók közel fele (47,2%) felsőfokú végzettségű, harmadrésze érettségizett, egyötöde szakiskolába járt, tizből egy általános iskolai tanulmányait fejezte be. Foglalkozási státuszát tekintve közel 3/4 rész (78 fő) aktív kereső (alkalmazott/vállalkozó), kevéssel több mint 1/4 részük hallgató/tanuló (20 fő eltartott), vagy inaktív kereső (5 fő nyugdíjas, GYES-en lévő, munkanélküli). A kormegoszlás, iskolai végzettség és a foglalkozás tekintetében nincs szignifikáns nemenkénti eltérés ($p>0,05$). A foglalkozás viszont természetesen erőleg összefügg az életkorral és az iskolai végzettséggel ($p<0,05$), hiszen az eltartottak 4/5 része még tanulmányait végző lévő fiatal felnőtt.

1. táblázat: Az újszegedi Erzsébet-ligetben rekreációs céllal sportolók szociodemográfiai összetétele a kérdőíves felmérés adatai alapján (N=108)

	Férfi		Nő		Összes		χ^2
	fő	%	fő	%	fő	%	
Korcsoport (éves)							0,243
Fiatal felnőtt (18-29)	20	39,22	25	43,86	45	41,67	
Középkorú (30-49)	25	49,02	26	45,61	51	47,22	
Érett középkorú (50-65)	6	11,76	6	10,53	12	11,11	
Legmagasabb iskolai végzettség							1,18
Felsőfokú	23	45,10	28	49,12	51	47,22	
Középfokú	27	52,94	26	45,61	53	49,07	
Alacsonyabb	1	1,96	3	5,26	4	3,70	
Foglalkozási státusz							3,28
Alkalmazott	26	50,98	34	59,65	60	55,56	
Vállalkozó	12	23,53	6	10,53	18	16,67	
Inaktív kereső és eltartott	13	25,49	17	29,82	30	27,78	

Megjegyzés: * $p<0,05$; ** $p<0,01$; *** $p<0,001$

Forrás: saját szerkesztés

A megkérdezettek 72,2 százaléka állandó szegedi lakos, az életvitelszerűen a városban élő „szegediek” aránya pedig 85,2 százalék. További 14,8 százalék a városkörnyéki községekből (Deszk, Röske, Sándorfalva) ingázik. A parkot magába foglaló Újszegeden és a közeli városrészekben a válaszadók 43,5 százaléka él (2. táblázat). A lakóhely Ligethez viszonyított hozzávetőleges távolsága és a szociodemográfiai mutatók között nincs összefüggés ($p>0,05$).

2. táblázat: Az újszegedi Erzsébet-ligetben elérésének jellemzői
a szabadidő-sportolók adatai alapján (N=108)

	Férfi		Nő		Összes		χ^2
	fő	%	fő	%	fő	%	
Lakóhely							0,73
Közei városrész	20	39,22	27	47,37	47	43,52	
Távoli városrész/település	31	60,78	30	52,63	61	56,48	
Elérési idő (perc)							6,34*
Alacsony (1-10)	15	29,41	19	33,33	34	31,48	
Közepes (11-20)	31	60,78	23	40,35	54	50,00	
Magas (20 felett)	5	9,80	15	26,32	20	18,52	
Közlekedési mód							0,47
Aktív közlekedés	29	56,86	36	63,16	65	60,19	
Gépkocsi	11	21,57	11	19,30	22	20,37	
Tömegközlekedés	11	21,57	10	17,54	21	19,44	
Napszak							2,72
Reggel, délelőtt	13	25,49	19	33,33	32	29,63	
Délután	14	27,45	20	35,09	34	31,48	
Este, késő este	24	47,06	18	31,58	42	38,89	

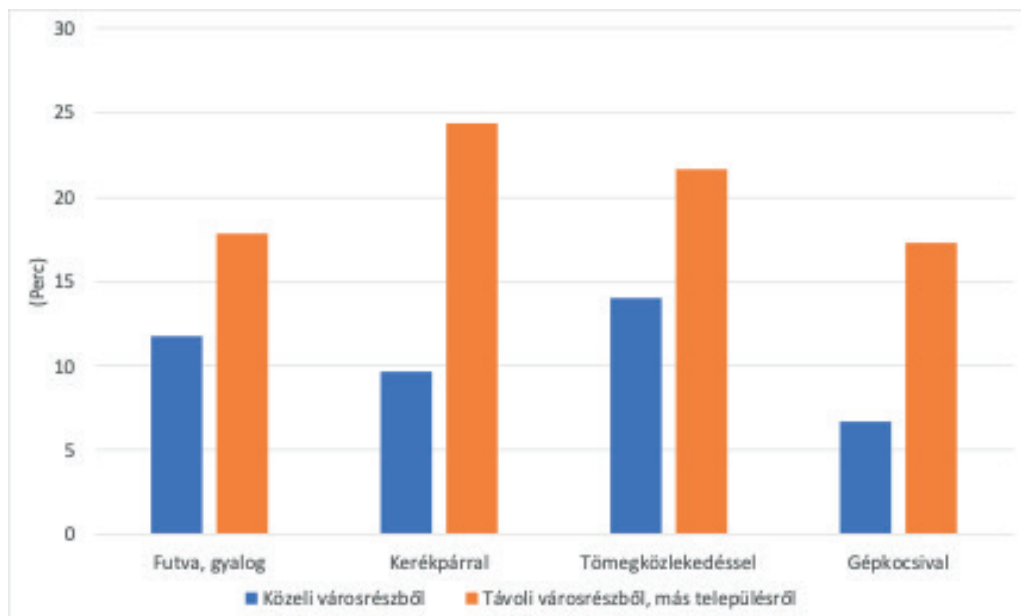
Megjegyzés: * $p<0,05$; ** $p<0,01$; *** $p<0,001$

Forrás: saját szerkesztés

A felmérték átlagosan 16,5 perc alatt érik el Ligetet ($SD=9,7$, $Min=1,0$, $Max=60,0$). A közei városrészek lakói átlagosan 11,5 perc, míg a távolabbról érkezők 20,3 perc alatt jutnak oda. A nők több időt szánnak a parkba való eljutásra, mint a férfiak ($p<0,05$; $A_{férfi}=15,1$, $SD_{férfi}=6,9$; $A_{nő}=17,7$, $SD_{nő}=11,6$): minden negyedik nő (26,3%) hajlandó akár a 20 percnél hosszabb időt is áldozni arra, míg a férfiak közül csak minden tizedik (9,8%).

Centrális közlekedési helyzetéből adódóan a Liget messzebről is viszonylag gyorsan megközelíthető, ugyanakkor elérési ideje értelemszerűen függ a közlekedés választott módjától (2. ábra). Tízből hat fő aktívan (négyen gyalog, ketten kerékpárral), két-két fő pedig tömegközlekedéssel, vagy autóval jár sportolni a parkba. Gyalog/futva átlagosan 14 perc alatt, az autóval 16 perc alatt, a kerékpárral és tömegközlekedéssel 20-20 perc alatt érnek a helyszínre. A közelben lakók kétszer akkora arányban választanak aktív közlekedést, mint a távolabb élők ($p<0,001$).

2. ábra: Az Erzsébet-liget elérési ideje a lakóhely távolsága és a közlekedési mód szerint a szabadidő-sportolók adatai alapján (N=108)



Forrás: saját szerkesztés

A válaszadók zöme az esti, késő esti (38,9%), vagy a délutáni órákban (31,5%) jár sportolni. A közel lakók valamivel nagyobb arányban érkeznek reggel és délelőtt a parkba, mint a távol lakók, ám a különbség nem szignifikáns ($p > 0,05$). Sem a közlekedés módja, sem a parkhasználat napszak szerinti ideje nem függ a szociodemográfiai változóktól.

A Liget sportcélú felkeresésének átlagos gyakorisága 6,6 alkalom/hó ($SD=6,0$, $Min=1,0$, $Max=30,0$). A felmérték közel 40 százaléka csak ritkán (havi 1-3-szor) látogat oda, míg a rendszeresen (heti 1-2-szer) és a gyakran (heti $2 <$) járók aránya 30-30 százalék körül mozog. A nemenkénti különbségek számottevőek, a férfiak gyakrabban és rendszeresebben járnak a Ligetbe sportolni, mint a nők ($A_{\text{férfi}}=7,4$ alk./hó, $SD_{\text{férfi}}=5,8$; $A_{\text{nő}}=5,8$ alk./hó, $SD_{\text{nő}}=6,1$, $p < 0,05$) (3. táblázat). Az életkor, az iskolázottság és a foglalkozás nem befolyásolja a park gyakoribb sportcélú igénybevételét, sőt a parkhoz közelebb lakók sem sportolnak lényegesen többször a parkban, mint a távolabb élők ($p > 0,05$). A látogatási gyakoriság és az elérési idő viszont gyenge összefüggést mutat ($r_s -0,18$, $p=0,06$).

Bár a válaszadók kevéssel több mint fele (53,7%) nem módosított sportolási szokásain a COVID-19 vírushelyzet első hulláma idején, ám majdnem kétszer annyian gyarapították edzéseik számát (30,6%), mint ahányan csökkentették azt (15,7%). Mindebben szignifikáns nemek közötti eltérés mutatható ki a férfiak javára ($p < 0,05$).

A látogatók nagyobb része (5-ből 4 fő) a Ligeten kívül nem jár más zöldterületre mozogni. A nők azonban jobban ragaszkodnak ehhez a parkhoz, mint a férfiak, tíz közül

ugyanis csak egy jár el máshová is, míg a férfiak közül négy ($p<0,01$). Az alkalmazottak, illetve az inaktív keresők és eltartottak nagyobb arányban választják a Ligetet, mint a vállalkozók ($p<0,05$).

3. táblázat: Az újszegedi Erzsébet-liget látogatásának gyakorisága a felmért szabadidő-sportolók adatai alapján ($N=108$)

	Férfi		Nő		Összes		χ^2
	fő	%	fő	%	fő	%	
Sportcélú látogatás (alkalom)							6,20*
Gyakran (heti 2-nél több)	18	35,29	13	22,81	31	28,70	
Rendszeresen (heti 1-2)	19	37,25	15	26,32	34	31,48	
Párszor (havi 1-3)	14	27,45	29	50,88	43	39,81	
Más rekreációs parkok látogatása							9,55**
Igen	18	35,29	6	10,53	24	22,22	
Nem	33	64,71	51	89,47	84	77,78	
Parklátogatás a COVID-19 idején							7,15*
Gyakrabban	18	35,29	15	26,32	33	30,56	
Ugyanúgy	30	58,82	28	49,12	58	53,70	
Ritkábban	3	5,88	14	24,56	17	15,74	
Nem sportcélú látogatás (alkalom)							2,08
Gyakran (havi 9-nél több)	6	11,76	8	14,04	14	12,96	
Rendszeresen (havi 4-9)	8	15,69	10	17,54	18	16,67	
Párszor (havi 1-3)	18	35,29	25	43,86	43	39,81	
Nem járt	19	37,25	14	24,56	33	30,56	

Megjegyzés: * $p<0,05$; ** $p<0,01$; *** $p<0,001$

Forrás: saját szerkesztés

A lekérdezést megelőző hónapban tíz válaszadó közül három kizárólag sportolni érkezett a Ligetbe, míg heten – átlagosan havi négy alkalommal ($A=4,1$, $SD=6,8$, $Min=0,0$, $Max=40,0$) – egyéb célból is jöttek. Ez utóbbiak közül sokan csak sétáltak (58%), kutyát sétáltattak (20%), rendezvényre érkeztek (32%), vagy csupán pihentek, töltöttek (18%). A nem sportcélú parkhasználat gyakoriságában nincs lényeges nemek közötti eltérés ($p>0,05$), a kormegoszlást tekintve azonban igen ($p<0,05$), az érett középkorúak (50-65 évesek) között felülreprezentáltak a gyakori látogatók (33,3%), a fiatal felnőttek közül azok, akik csak néhány alkalommal mennek oda kikapcsolódni (48,9%), míg a középkorúak közül azok, akik kizárólag sportolni járnak a Ligetbe (47,1%). Az iskolázottság és a foglalkozás nem befolyásolja a nem sportcélú parkhasználatot, ugyanakkor a közeli városrészekben lakók átlagban két és félszer nagyobb gyakorisággal élnek ezzel a lehetőséggel, mint a távolabb lakók ($p<0,001$).

A válaszadók alkalmanként átlagosan kb. 1 órát ($A=57,3$ perc, $SD=30,0$, $Min=15$, $Max=150$) mozognak a Ligetben, ám a férfiak szignifikáns mértékben ($p<0,05$) többet, mint a nők ($A_{\text{férfi}}=763,2$, $SD_{\text{férfi}}=35,9$; $A_{\text{nő}}=51,9$, $SD_{\text{nő}}=22,6$) (4. táblázat). További szociodemográfiai jellemzők nem befolyásolják az edzésidőt, sőt a lakóhely parkhoz viszonyított távolsága és elérésének ideje sem. Az edzésidő negatív korrelációs kapcsolatban áll az életkorral ($r_s=-0,20$, $p<0,05$), és igen erős összefüggést mutat a parkhasználat gyakoriságával ($r_s=0,34$, $p<0,001$).

A 60 percnél többet edzők főként este és a késői órákban, a 40 percnél kevesebbet mozgók reggel és délelőtt látogatják a parkot. Az átlagos edzésidő és a havi látogatási gyakoriság szorzatából számított havi összes edzésidőben ($A=423,1$ perc, $SD=529,4$, $Min=20,0$, $Max=3600,0$) ugyancsak tükröződik a férfiak nagyobb aktivitása ($p<0,05$).

4. táblázat: A fizikai aktivitás jellemzői
az újszegedi Erzsébet-liget szabadidő-sportolóinak adatai alapján ($N=108$)

	Férfi		Nő		Total		χ^2
	fő	%	fő	%	fő	%	
Edzésidő egy alkalommal							7,60*
40 percnél kevesebb	14	27,45	17	29,82	31	28,70	
40-60 perc	21	41,18	34	59,65	55	50,93	
60 percnél több	16	31,37	6	10,53	22	20,37	
Havi edzésidő							6,74*
Alacsony	16	31,37	32	56,14	48	44,44	
Közepes	22	43,14	15	26,32	37	34,26	
Magas	13	25,49	10	17,54	23	21,30	
Igénybe vett edzőhely, sportpálya							0,04
Egyféle	34	66,67	39	68,42	73	67,59	
Többféle	17	33,33	18	31,58	35	32,41	
Edzőhelyek, sportpályák¹							1,74
Futópályák	43	84,31	44	77,19	87	80,56	
Nyílt füves területek	26	50,98	34	59,65	60	55,56	
Fitnessállomások	22	43,14	20	35,09	42	38,89	
Teniszpályák	5	9,80	3	5,26	8	7,41	
Extrém- és labdasport-pályák	4	7,84	3	5,26	7	6,48	
Edzéstervezés							4,10
Edző, testnevelő	10	19,61	4	7,02	14	12,96	
Barát, ismerős	4	7,84	4	7,02	8	7,41	
Internetről	15	29,41	20	35,09	35	32,41	
Önállóan	4	7,84	4	7,02	8	7,41	
Senki	18	35,29	25	43,86	43	39,81	

Megjegyzés: * $p<0,05$; ** $p<0,01$; *** $p<0,001$; ¹több válasz is megjelölhető volt

Forrás: saját szerkesztés

A válaszadók bő kétharmad része (67,6%) csak egyféle, szűk harmada (32,4%) legalább kétféle edzőhelyet, sportpályát használ látogatása során. Az igénybe vett sportolási lehetőségek számát a szociodemográfiai jellemzők és a Liget elérésének sajátosságai nem befolyásolják, ugyanakkor a havi összes edzésidő igen erősen szignifikáns kapcsolatban áll azzal ($p < 0,001$). A magasabb edzésidővel rendelkezők tehát többféle edzőhelyet vesznek igénybe, mint a kevesebbet mozgók. A legtöbben a futópályákat választják (80,6%), amit a nyílt füves területek (55,6%), a fitnessállomások (38,9%), a tenispályák (7,4%), valamint az extrém- és labdasport-pályák használata (6,5%) követ.

Az edzések tervezettsége a szabadidősportolók esetében is fontos követelmény. A megkérdezettek mintegy 60 százaléka valamilyen konkrét elképzeléssel vág neki a munkának. A legtöbben (32,4%) az internetről tájékozódnak, s csak kevesen (13,0%) kéri ki sportszakember (edző, testnevelő) tanácsát ehhez. Néhányan barátaik, ismerőseik segítségét kéri, vagy önállóan tervezik aktivitásukat. Ötből kettő válaszadónak nincs előzetes koncepciója arról, miként volna érdemes edzeni. A tervezéssel kapcsolatos válaszok férfiak és nők esetében nem különböznek szignifikáns mértékben egymástól, ugyanakkor az iskolai végzettség erősen befolyásolja azt ($p < 0,01$). A diplomások esetében az internet használata és az önálló tervezés, az alacsonyabb végzettségűeknél a testnevelők, edzők, barátok, ismerősök segítsége dominált. A tervezettség összefügg az edzésidővel is ($p < 0,01$). A 60 percnél többet mozgók tervszerűbben dolgoznak, míg a 40 percnél kevesebbet mozgók bő kétharmada (67,7%) előzetes elgondolás nélkül lát munkához.

Felmérésünk során lehetőséget adtunk a különféle sport és rekreációs helyszínek értékelésére is. A válaszadók a legalább egyszer már igénybe vett edzőhelyet, sportpályát pontozhatták Likert-skálán (1-5-ig) (275 db értékelés, átlag=4,0). A legjobb értékelést a tenispályák kapták (4,4), majd sorrendben a füves területek (4,3), a fitnessállomások (4,3), a futópályák (4,2) és az extrém- és labdasport-pályák (3,6) következtek. Az edzőhelyekkel a férfiak és nők nagyjából egyformán elégedettek ($p > 0,05$; $A_{\text{férfi}} = 4,1$ pont, $A_{\text{nő}} = 3,9$ pont).

Arra a kérdésre, hogy „Miért az Erzsébet-ligetet választotta kikapcsolódás céljából?” a megkérdezettek többféle választ is bejelölhettek ($N_{\text{ffi_válasz}} = 135$ db; $N_{\text{női_válasz}} = 176$ db). Összességében a jó levegőre és a természet szeretetére voksoltak legtöbben (az összes válaszadó 52,8%-a és 50,0%-a), majd sorrendben a jó minőségű futópálya (48,2%), a hely közelsége (36,1%) és az esti edzés lehetősége (26,9%) kapott szavazatot. A férfiak és nők preferenciái között nincs szignifikáns különbség ($p > 0,05$). A férfiak a műanyagborítású (rekortán) futópályát teszik az első helyre a férfi válaszadók 49,0%-a), majd a jó levegőt (43,1%) és a természet szeretetét (35,3%). A nők szintén ezt a hármat, csak ellenkező sorrendben: a természet szeretete (63,2%), jó levegő (61,4%), futópálya (47,4%). A közelség, elérhetőség, mint vonzeró a nők esetében domborodott ki jobban annak ellenére, hogy több időt hajlandóak a Liget elérésére szánni, mint a

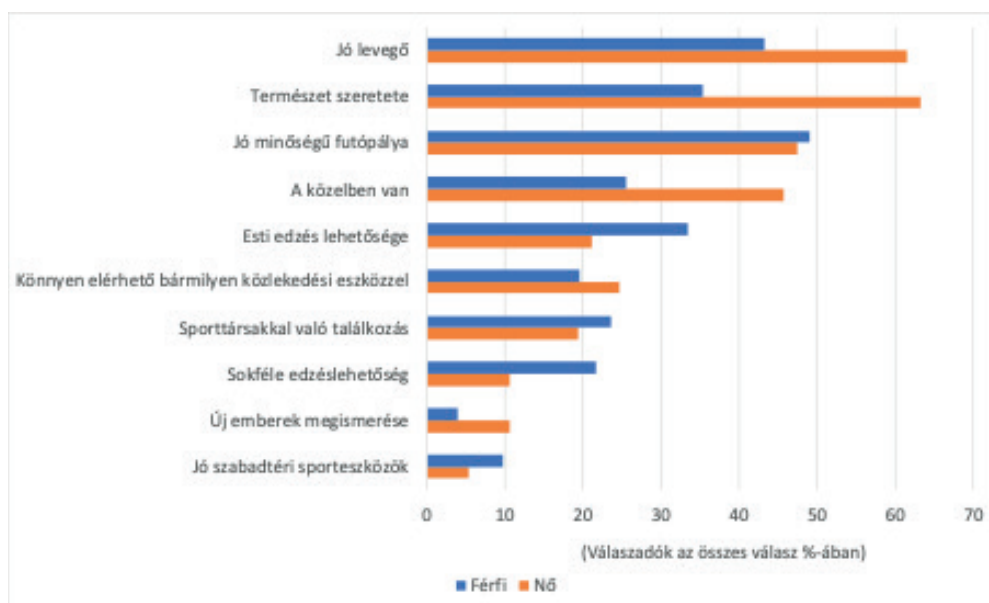
férfiak. A férfiak az esti edzés lehetőségét, a sporttársakkal való találkozást és a sokféle edzéslehetőséget méltányolják nagyobb arányban (3. ábra).

Nyitott kérdést tettünk fel arra vonatkozóan, hogy a testmozgást végzők milyen további lehetőségeket, szolgáltatásokat hiányolnak a Ligetből. Tízből hat válaszadó nem hiányol semmit, négyen új szolgáltatásokat szeretnének (pl. italautomata, büfé, gyermekmegőrző, zárható értékmegőrző), illetve új sportolási lehetőségeket is szívesen látnának a parkban, pl. baseball-pálya, lábtenisz-pálya, szabadtéri játékok (pingpong, sakk), focipálya, valamint csoportos edzések (tájfutás). Javaslát érkezett a meglévő létesítmények, eszközök felújítására, gyarapítására is, pl. jobb világítás, több ivókút és mosdóhelyiség.

3. ábra: Az újszegedi Erzsébet-liget mint rekreációs helyszín választásának okai

nemenként¹ ($N_{\text{ffi}}=51$, $N_{\text{ffi_válasz}}=135$ db; $N_{\text{nő}}=57$, $N_{\text{női_válasz}}=176$ db)

Megjegyzés: ¹több válasz is megjelölhető volt



Forrás: saját szerkesztés

MEGBESZÉLÉS

Vizsgálataink igazolták, hogy a 2019-es felújítást követően az újszegedi Erzsébet-liget magas minőségben kínál szabadtéri rekreációs lehetőségeket a Szegeden élők számára, olyan környezetet biztosítva, ahol a szabadidős sport- és egészségfejlesztő aktivitások integráltan valósulhatnak meg. A vonzó tereprendezés, az új sportolási lehetőségek – csakúgy, mint a hasonló célok és elvek mentén megvalósult parkfelújítások esetében (Kaczynski et al., 2008, Cohen et al., 2019; Vert et al., 2019; Arifwidodo

et al., 2020; Duncan et al., 2022) – aktívabb, ezáltal egészségesebb életmódra ösztönzik a környék és a város lakóit.

Tudvalevő, hogy a parkhasználat a fizikai elérhetőség függvényében, illetve parkhasználók különböző társadalmi jellemzői mentén eltérőképpen alakulhat (Marcus & Francis, 1998; Kaczynski et al., 2014; Bakar et al., 2016; Cohen et al., 2015, 2021). Mivel vizsgálati helyszínünkre vonatkozóan ilyesfajta adatok nem álltak rendelkezésünkre, feltételeztük, hogy a Ligetben rekreációs céllal sportoló felnőtt férfiak és nők életkoruk, legmagasabb iskolai végzettségük és foglalkozási státuszuk tekintetében nem különböznek számottevő mértékben egymástól (H1). Kérdőíves felmérésünk (N=108) a nemek arányát kiegyenlítettnek találta, egyúttal különböző korú, végzettségű és foglalkozású férfiak és nők hasonló arányban sportoltak a Ligetben. A korösszetétel összességében fiatalosnak mutatkozott, ami megerősíti Cerin és munkatársai (2008) megállapításait, aki a fiatal felnőttek (18–35 évesek) magasabb fizikai aktivitásáról számolt be a közterületeken. Esetünkben mindehhez a közelben található két egyetemi kollégium is hozzájárulhatott, hiszen összes válaszadónk 13,9%-ának, a fiatal felnőttek 28,8%-ának nem Szegeden, vagy Szeged környéki településen volt az állandó lakóhelye. Kétségtelen az is, hogy a mintánkba került szegedi egyetemisták (s nem csak a kollégisták) nagyban hozzájárulhattak a középfokú végzettségük, illetve az eltartottak magasabb arányú képviseletéhez is. A diplomások, illetve az aktív keresők (alkalmazottak, vállalkozók) tekintélyes aránya viszont jelzi a magasabb társadalmi-gazdasági státuszúak nagyobb elköteleződését az aktív életmód iránt (Parks et al., 2003; Paár & Ács, 2015; Berki & Pikó, 2017; European Commission, 2018). Mindez férfiakra és nőkre egyaránt jellemzőnek bizonyult, azaz első hipotézisünk (H1) teljesült.

Feltételeztük továbbá, hogy a Liget elérésének sajátosságai férfiak és nők esetében nem térnek el jelentősen egymástól (H2). A lakóhely városrészének távolsága, az igénybe vett közlekedési eszközök és az elérés napszak szerinti megoszlása tekintetében számításaink valóban nem igazoltak ilyen jellegű szignifikáns különbséget. Központi fekvéséből adódóan a Liget nagyobb távolságról is könnyen megközelíthető, ugyanakkor elérési ideje természetesen függ a választott közlekedési módtól, eszköztől is. A felmérték átlagosan kevéssel több mint negyedóra alatt érnek a parkba, ami bizonyítja, hogy a nagy kiterjedésű, felszereltebb közparkok, akár a kényelmes elérhetőség (kb. 5-10 perc) határain túlról is vonzzák rendszeres látogatóikat (Van Herzele & De Vries, 2012; Koohsari et al., 2013; Guan et al., 2020). Az aktív közlekedés nagyobb arányú használata nem járt együtt a park gyakoribb igénybevitelével (l. Veitch et al., 2013). Az elérési idő csak gyenge összefüggést mutatott a parklátogatási gyakorisággal.

A park közelségének nőkre gyakorolt nagyobb ösztönző hatása (Kaczynski et al., 2009) esetünkben nem igazolódott, annak ellenére, hogy a közeli városrészekből számszerűleg valóban több nő érkezett sportolni, mint férfi. A különbség azonban

statisztikai szempontból nem szignifikáns. Mi több, a nők több időt fordítanak a Liget elérésére, mint a férfiak ($p < 0,05$). Második hipotézisünk tehát nem teljesült.

A parklátogatás gyakorisága erős összefüggést mutatott az alkalmankénti edzés-idővel. Vizsgálataink igazolták azokat az előzetes eredményeket (Joseph & Maddock, 2016; Cohen et al., 2021), egyúttal vizsgálati hipotézisünket (H3), miszerint a férfiak a parkokban (is) nagyobb eséllyel mozognak, mint a nők. A férfiak nőkéénél jelentősen gyakoribb sportcélú látogatása, magasabb napi edzésideje, valamint más rekreációs parkok nagyobb arányú felkeresése bizonyítja mindazt. Jellemző, hogy a COVID-19 idején is a férfiak növelték nagyobb mértékben ligetbeli sportolási alkalmuk számát. Hasonló jellegű nemenkénti különbségeket a nem sportcélú látogatási gyakoriság vonatkozásában nem tapasztaltunk.

A válaszadók kétharmada csak egyféle, egyharmada pedig többféle edzőhelyet, sportpályát is használ egy-egy látogatás alkalmával. A többféle lehetőséggel élők alkalmanként hosszabb ideig is edzenek. A legnépszerűbbek a futópályák, a szabad füves területek és a fitnesszállomások.

Tízből hat szabadidősportoló valamilyen szinten tervezi, vagy terveztetni edzőmunkáját. Az edzések tervezettsége pozitív kapcsolatban áll az edzésidővel. Minden második válaszadó az internetről szerez be edzésmintákat, edzésterveket, ami leginkább a felsőfokú végzettségűeket jellemzi. Sportszakemberekhez, ismerősökhöz csak minden harmadik megkérdezett fordul segítségért, jobbra a középfokú végzettségűek. Az edzőhelyek, sportpályák kiválasztásában és az edzésekre való felkészülésben nemenkénti eltérések nem mutathatók ki, azaz feltételezésünk (H4), helyesnek bizonyult.

Felmérésünk kiterjedt a különféle edzőhelyekkel, pályákkal kapcsolatos elégedettség mérésére is. A legmagasabb pontszámokat a tenispályák, a füves területek, a fitnesszállomások, a futópályák, végül az extrém sport-pályák kapták. A sportolási lehetőségek megítélése férfiak és nők részéről nem különbözött szignifikáns mértékben, azaz ötödik hipotézisünk (H5) is megállta helyét. Igényfelmérésünk szerint többen új sportolási lehetőségeket is szeretnének, illetve javasolják a sportolók komfortjának, biztonságának és vagyónvédelmének további javítását.

A rekreációs sportolók elsősorban a jó levegő, a természet szeretete és a rekortán futópálya miatt járnak Ligetbe edzeni, mozogni. Tízből hét válaszadó a természet közelsége és a kiépített sportinfrastruktúra miatt választja a parkot. Mindez megerősíti azt az állítást, miszerint a rendszeres fizikai aktivitáshoz városi környezetben a zöldterületek könnyű megközelíthetősége mellett (Van Herzele & De Vries, 2012; Kothencz et al., 2017) megfelelően kiépített edzőhelyekre, pályákra egyaránt szükség van (Duncan & Mummery, 2005; Hillsdon et al., 2006). Adataink alapján megerősíthetjük a zöldterületek társadalmi funkcióival kapcsolatos korábbi megállapításokat is (Kuo et al., 1998; Sullivan et al., 2004; Seeland et al., 2009). Noha a Liget választásának indítékait tekintve a férfiak és nők preferenciái némileg eltérnek egymástól, a különbségek statisztikai szempontból nem számottevőek, vagyis hatodik (H6) hipotézisünk

is helyesnek bizonyult. Mindamellet a sporthelyszín-választás szempontjából a nők a Ligethez „hűségesebbnek” mutatkoztak, mint a férfiak.

Kutatásunk erősségének tekinthető a lekérdezéssel megvalósult helyszíni adatfelvétel, mely korábban nem vizsgált változók elemzésével szolgáltat új információkat a Ligetben sportolókról. Ugyanakkor vizsgálatunknak léteznek korlátai is. Eredményeinket természetesen (1) limitálja a minta elemszáma ($N=108$). A (2) válaszadók összetételét valamelyest befolyásolhatta, a közelben található két egyetemi kollégium is, annak ellenére, hogy a nem szegedi, vagy nem Szeged környéki állandó lakhellyel rendelkezők csak kis hányadát (13,9%) alkották a mintának. Mivel a GDPR adatvédelmi rendelet betartása okán személyes adatokat, így pontos lakcímadatokat sem gyűjthettünk, a lakóhely távolságát illető (3) térbeli adatokat csak településrészenként, településenként mutathattuk be. Mindez valamelyest korlátozhatja a térbeli elérhetőség eredményeinek értelmezését. A (4) fizikai aktivitás mértékének megítélését limitálhatja, hogy csak a testmozgás extenzív mutatóira (gyakoriság, időtartam) kérdeztünk rá, annak intenzitására nem.

KONKLÚZIÓ

A városi parkok, zöldterületek – ökológiai jelentőségükkel együtt – hozzájárulnak használoik testi és lelki egészségének megőrzéséhez, fejlesztéséhez, segítik csökkenti a nemek közötti egészségügyi egyenlőtlenségeket, ezért társadalmi-gazdasági hasznuk is vitathatatlan. Tanulmányunkban Szeged legnagyobb közterületi parkja, a nemrégiben felújított Erzsébet-liget sportrekreációs kínálatát, az odalátogató felnőtt lakosság összetételét, sportolási szokásait és elégedettségét kívántuk feltárni, különös tekintettel a nemenkénti eltérésekre.

Noha a Liget sportcélú használatával kapcsolatban összehasonlítás alapjául szolgáló korábbi kutatás nem készült, munkánk rávilágít arra, hogy a felújított, sportolási funkciókkal gazdagított városi parknak, milyen komoly szerepe lehet az aktívabb, egészségesebb életmód ösztönzésében, a lakosság életminőségének javításában, a társadalmi jólét fokozásában. Eredményeink nem hoztak nagyobb meglepetést a férfiak aktívabb parkhasználatának vonatkozásában, ugyanakkor az, hogy a parkhasználok sem társadalmi mutatóik, sem sportcélú igénybevételük kapcsán nem mutattak szignifikáns nemenkénti eltéréseket igazolni látszik a városi zöldterületek nemi egyenlőtlenségeket csökkentő funkcióját.

Kutatásunk folytatásában tértudományi szempontból a tér-időbeli paraméterek finomítását, sporttudományi aspektusból pedig a fizikai aktivitás minőségi mutatóinak lekérdezését, illetve a rekreációs sportolók egészségi állapotának mélyrehatóbb feltárását kívánjuk elvégezni. Vizsgálatainkat szeretnénk Szeged és az ország többi parkjára is kiterjeszteni, ami támpontként szolgálhat a lakosság egészségmagatartásának fejlesztésére irányuló helyi és országos koncepciók kidolgozására, a megvalósított gyakorlatokon keresztül pedig az életmód pozitív irányú befolyásolására.

Kapcsolattartó szerző:

Győri Ferenc

Gál Ferenc Egyetem Kutatóintézet

Sporttudományi Kutatócsoport

6720 Szeged

Dóm tér 6.

gyori.ferenc@gfe.hu

Corresponding author:

Ferenc Győri

Sports Science Group, Research Institute

Gál Ferenc University

Dóm square 6.

6720 Szeged, Hungary

gyori.ferenc@gfe.hu

Hivatkozás: Tóth L., Berki T., Karancsi Z., & Győri F. (2023). Szeged legnagyobb közterületi parkjának szabadidősportja, különös tekintettel a nemenkénti eltérésekre. *Deliberationes*, 16(2), 150-169.

IRODALOMJEGYZÉK

- Arifwidodo, S., & Chandrasiri, O. (2020). Better Park Design Contributes to Physical Activity Improvement, *GATR Global Journal of Business and Social Science Review*, 8(4), 260-266. [https://doi.org/10.35609/gjbssr.2020.8.4\(7\)](https://doi.org/10.35609/gjbssr.2020.8.4(7))
- Bakar, N.A., Malek, N.A., & Mansor, M. (2016). Access to Parks and Recreational Opportunities in Urban Low-Income Neighbourhood. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 234, 299-308. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.10.246>
- Bálint, S. (1969). Újszeged. In O. Trogmayer (Ed.), *A Móra Ferenc Múzeum Évkönyve 1969/I*. (pp. 287-294). Móra Ferenc Múzeum.
- Bátyai, G. (1998). *Az újszegedi liget*. Múzeumi Tudományért Alapítvány.
- Berki, T., & Piko, B.F. (2017). Hungarian adaptation and psychological correlates of Source of Enjoyment in Youth Sport Questionnaire among high school students. *Cognition, Brain, Behavior: An Interdisciplinary Journal*, 21(4), 215-235. <https://doi.org/10.24193/cbb.2017.21.14>
- Berman, M.G., Jonides, J., & Kaplan, S. (2008). The cognitive benefits of interacting with nature. *Psychological science*, 19(12), 1207-1212. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2008.02225.x>
- Blazovich, L. (2007). *Szeged rövid története*. Dél-Alföldi évszázadok 21. Csongrád Megyei Levéltár.
- Cerin, E., Vandelandotte, C., Leslie, E., & Merom, D. (2008). Recreational facilities and leisure-time physical activity: An analysis of moderators and self-efficacy as a mediator. *Health psychology : official journal of the Division of Health Psychology*, American Psychological Association, 27(2S), S126-S135. [https://doi.org/10.1037/0278-6133.27.2\(Suppl.\).S126](https://doi.org/10.1037/0278-6133.27.2(Suppl.).S126)

- Cohen, D.A., Han, B., Isacoff, J., Shulaker, B., & Williamson, S. (2019). Renovations of neighbourhood parks: long-term outcomes on physical activity. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 73(3), 214–218. <https://doi.org/10.1136/jech-2018-210791>
- Cohen, D.A., Williamson, S., & Han, B. (2021). Gender Differences in Physical Activity Associated with Urban Neighbourhood Parks: Findings from the National Study of Neighborhood Parks. *Women's health issues: official publication of the Jacobs Institute of Women's Health*, 31(3), 236–244. <https://doi.org/10.1016/j.whi.2020.11.007>.
- Duncan, M., & Mummery, K. (2005). Psychosocial and environmental factors associated with physical activity among city dwellers in regional Queensland. *Preventive medicine*, 40(4), 363–372. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2004.06.017>
- Duncan, M.J., Bell, T., & Austin, G. (2022). The effect of local neighbourhood park redevelopments on park visitations and user physical activity levels: a pre-post test evaluation. *Journal of Public Health*, 30, 2665–2671. <https://doi.org/10.1007/s10389-020-01451-4>
- European Commission (2018). *Special Eurobarometer 472 Report – Sport and Physical Activity*. European Commission. <https://data.europa.eu/doi/10.2766/483047>
- Grahn, P., & Stigsdotter, U.A. (2003). Landscape planning and stress. *Urban Forestry & Urban Greening*, 2, 1-18., <https://doi.org/10.1078/1618-8667-00019>
- Guan, C., Song, J., Keith, M., Akiyama, Y., Shibasaki, R., & Sato, T. (2020). Delineating urban park catchment areas using mobile phone data: A case study of Tokyo. *Computers, Environment and Urban Systems*, 81, 101474 <https://doi.org/10.1016/j.compenvurbsys.2020.101474>
- Győri, F. (2013). Természetföldrajzi adottságokat kiaknázó sportrekreációs és sport-turisztikai kínálat Szegeden és környékén. In L. Veres (Ed.), *Regionális földrajzi tanulmányok* (pp.157-170). Egyesület Közép-Európa Kutatására.
- Győri, F., & Tóth, L. (2022). A városi parkok szerepe a rekreációban és az egészségfejlesztésben, különös tekintettel a fizikai aktivitásra. *Deliberationes*, 15(2), 98-117.
- Hillsdon, M., Panter, J., Foster, C., & Jones, A. (2006). The relationship between access and quality of urban green space with population physical activity. *Public Health*, 120(12), 1127–1132. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2006.10.007>
- Joseph, R.P., & Maddock, J.E. (2016). Observational Park-based physical activity studies: A systematic review of the literature. *Preventive medicine*, 89, 257–277. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2016.06.016>
- Kaczynski, A.T., Potwarka, L.R., & Saelens, B.E. (2008). Association of park size, distance, and features with physical activity in neighborhood parks. *American Journal of Public Health*, 98(8), 1451–1456. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2007.129064>

- Kaczynski, A.T., Potwarka, L.R., Smale, B., & Havitz, M.E. (2009). Association of Parkland Proximity with Neighborhood and Park-based Physical Activity: Variations by Gender and Age. *Leisure Sciences*, 31(2), 174-191. <https://doi.org/10.1080/01490400802686045>
- Kaczynski, A.T., Besenyi, G.M., Stanis, S.A., Koohsari, M.J., Oestman, K.B., Bergstrom, R.D., Potwarka, L.R., & Reis, R.S. (2014). Are park proximity and park features related to park use and park-based physical activity among adults? Variations by multiple socio-demographic characteristics. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 11. <https://doi.org/10.1186/s12966-014-0146-4>
- Karancsi, Z., Szalma, E., Oláh, F., & Horváth, G. (2016). A városi parkok és szerepük az idegenforgalomban Szeged példáján. In I. Pajtókné Tari, & A. Tóth (Eds.), *Magyar Földrajzi Napok 2016* (pp. 695-708). Magyar Földrajzi Társaság, Agria Geográfia Alapítvány, Eszterházy Károly Egyetem.
- Koohsari, M.J., Kaczynski, A.T., Giles-Corti, B., & Karakiewicz, J. (2013). Effects of access to public open spaces on walking: Is proximity enough? *Landscape and Urban Planning*, 117, 92-99. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2013.04.020>
- Kothencz, G. (2015). Szegedi parkok életminőség-befolyásoló hatásainak elemzése látogatói vélemények alapján. *Területi Statisztika*, 55(4), 370-379.
- Kothencz, G., Kolcsár, R.A., Cabrera-Barona, P., & Szilassi, P. (2017). Urban Green Space Perception and Its Contribution to Well-Being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(7), 766. <https://doi.org/10.3390/ijerph14070766>
- Kuo, F.E., Sullivan, W.C., Coley, R.L., & Brunson, L. (1998). Fertile ground for community: Inner-city neighborhood common spaces. *American Journal of Community Psychology*, 26(6), 823-851.
- Laczkó, T., Ács, P., Morvay-Sey, K., Cselik, B., & Stocker, M. (2023). The Role of Sports in the Subjective Psychological Well-Being of Hungarian Adult Population in Three Waves of the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(1), 660. <https://doi.org/10.3390/ijerph20010660>
- Marcus, C., & Francis, M. (1998). *People places: Design guidelines for urban open space*. Wiley.
- Ng, S. W., & Popkin, B. M. (2012). Time use and physical activity: a shift away from movement across the globe. *Obesity reviews : an official journal of the International Association for the Study of Obesity*, 13(8), 659-680. <https://doi.org/10.1111/j.1467-789X.2011.00982.x>
- Paár, D., & Ács, P. (2015). Közgazdaságtan a sport területén. In P. Ács (Ed.), *Sport és Gazdaság* (pp. 321-378). Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar.
- Parks, S.E., Housemann, R.A., & Brownson, R.C. (2003). Differential correlates of physical activity in urban and rural adults of various socioeconomic backgrounds in the United States. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 57(1), 29-35. <https://doi.org/10.1136/jech.57.1.29>

- Rundle, A., Quinn, J., Lovasi, G., Bader, M.D., Yousefzadeh, P., Weiss, C., & Neckerman, K. (2013). Associations between body mass index and park proximity, size, cleanliness, and recreational facilities. *American Journal of Health Promotion*, 27(4), 262–269. <https://doi.org/10.4278/ajhp.110809-QUAN-304>
- Seeland, K., Dübendorfer, S., & Hansmann, R. (2009). Making friends in Zurich's urban forests and parks: The role of public green space for social inclusion of youths from different cultures. *Forest Policy and Economics*, 11(1), 10–17. <https://doi.org/10.1016/j.forpol.2008.07.005>
- Sullivan, W.C., Kuo, F.E., & Depooter, S.F. (2004). The Fruit of Urban Nature: Vital Neighborhood Spaces. *Environment and Behavior*, 36(5), 678–700. <https://doi.org/10.1177/0193841X04264945>
- Szeged MJVÖ (2018): Zöld város kialakítása a szegedi Ligetben. Akcióterületi Terv. TOP-6.3.2-15-SG1-2016-00001. Szeged Megyei Jogú Város Önkormányzata. <https://kimittud.hu/request/18422/response/26140/attach/3/SG1%20LIGET%20ATT.pdf>
- Van Herzele, A., & De Vries, S. (2012). Linking green space to health: a comparative study of two urban neighbourhoods in Ghent, Belgium. *Population and Environment*, 34, 171–193 <https://doi.org/10.1007/s11111-011-0153-1>
- Veitch, J., Ball, K., Crawford, D., Abbott, G., & Salmon, J. (2013). Is park visitation associated with leisure-time and transportation physical activity?. *Preventive Medicine*, 57(5), 732–734. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2013.08.001>
- Vert, C., Carrasco-Turigas, G., Zijlema, W., Espinosa, A., Cano-Riu, L., Elliott, L.R., Litt, J., Nieuwenhuijsen, M.J., & Gascon, M. (2019). Impact of a riverside accessibility intervention on use, physical activity, and wellbeing: A mixed methods pre-post evaluation. *Landscape and Urban Planning*, 190, <https://doi.org/10.1016/J.LANDURBPLAN.2019.103611>
- Wicker, P., Hallmann, K., & Breuer, C. (2012). Micro and macro level determinants of sport participation. *Sport, Business and Management*, 2(1), 51–68. <https://doi.org/10.1108/20426781211207665>
- Wolch, J., Byrne, J., & Newell, J. (2014). Urban Green Space, Public Health, and Environmental Justice: The Challenge of Making Cities' Just Green Enough. *Landscape and Urban Planning*, 125, 234–244. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2014.01.017>