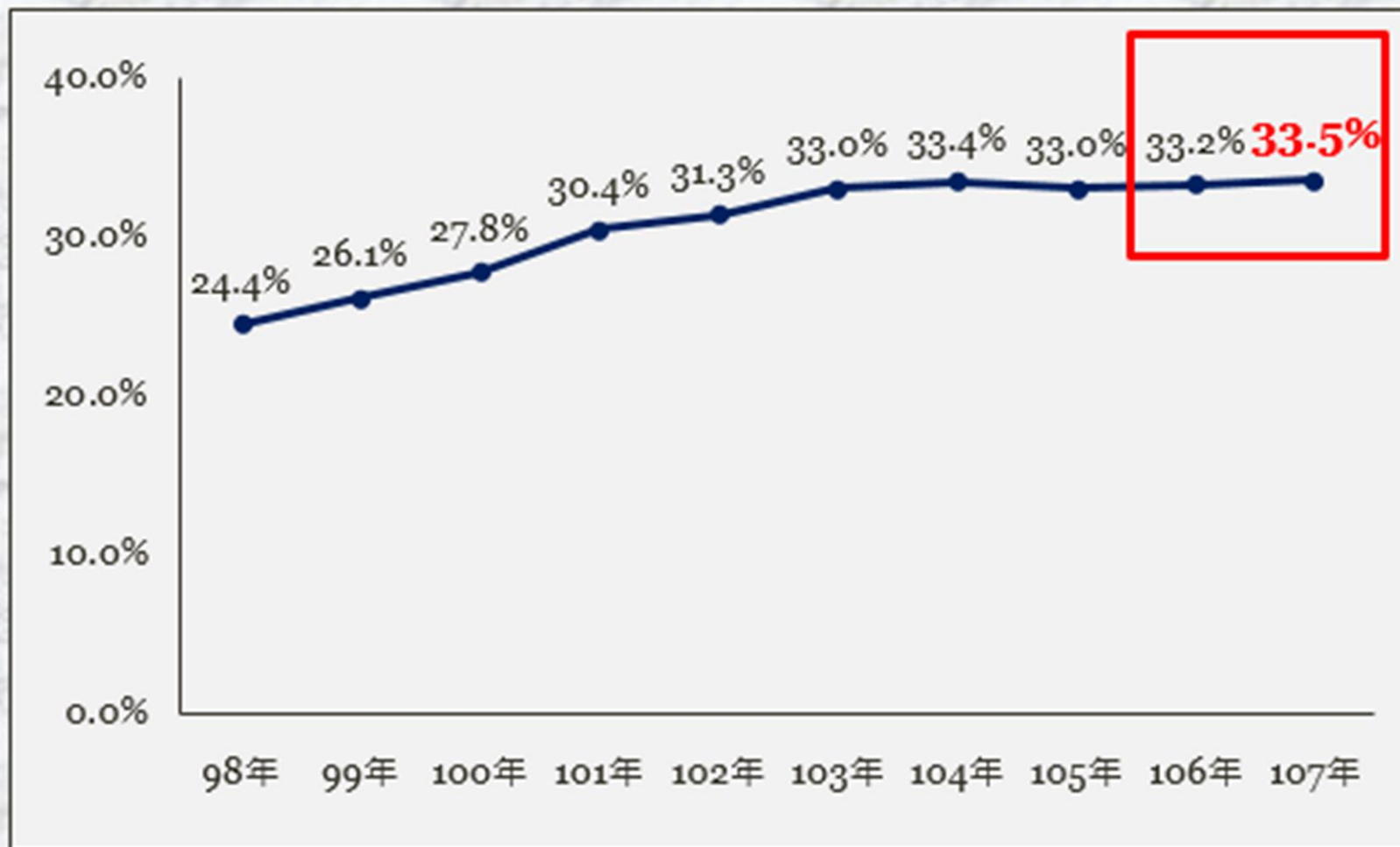


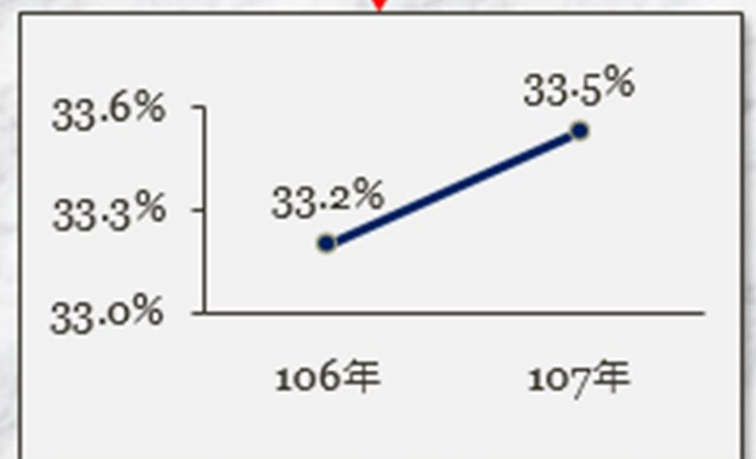
# 107年運動現況調查結果

## 規律運動人口比例創歷年新高

規律運動人口比例為 **33.5%**，較106年（**33.2%**）上升 **0.3%**，為歷年最高。



約增加  
**6 萬人**



## 運動類型

民衆最常從事的運動類型以「**戶外活動**」（**80.5%**）比例最高，其次為「**球類運動**」（**17.4%**）、「**武藝/伸展/舞蹈**」（**16.2%**）。

民衆最常運動項目為「**散步/走路/健走**」，平均運動時間為 **53.69 分鐘**。

## 運動地點

- |               |              |
|---------------|--------------|
| ① 學校運動場地      | <b>34.7%</b> |
| ② 公園          | <b>33.0%</b> |
| ③ 人行道/道路      | <b>18.6%</b> |
| ④ 國民運動中心/運動公園 | <b>10.2%</b> |