

Denne artikel er udgivet i det elektroniske tidsskrift
Artikler fra Trafikdage på Aalborg Universitet
(Proceedings from the Annual Transport Conference
at Aalborg University)
ISSN 1603-9696
<https://journals.aau.dk/index.php/td>

Motionsløbere er både sunde og sikre

Morten L. Jensen, mlj@viatrafik.dk, Via Trafik
Michael W. J. Sørensen, mis@viatrafik.dk, Via Trafik

Abstrakt

For at undersøge motions-/kondiløberes risiko for at blive involveret i en trafikulykke under en løbetur, har vi foretaget tre små undersøgelser, 1) en ulykkesanalyse, 2) et observationsstudie "i marken" og 3) et videoobservationsstudie, der hver især kan hjælpe med at undersøge omfang og udfordringer relateret til regelefterlevelse og generel adfærd blandt motionsløbere i øvrigt. Undersøgelsen viser bl.a., at trafikulykker med motionsløbere vurderes at udgøre ca. 3-6 % af de politiregistrerede fodgængerulykker i Aarhus Kommune. Sammenholdt med data fra Transportvaneundersøgelsen, hvorfra det skønnes, at motionsløb står for 17-33 % af personkm, der foretages til fods, vurderes ulykkesrisikoen ved motionsløb at være 4-14 gange mindre end for øvrig gang. Dette står i kontrast til ulykkesstatistikken, som viser, at motionsløbere har flere vigepligtsforseelser, hvilket underbygges af observationsstudierne, der bl.a. viser, at kun 15 % af de gående trodser rødt lys, mens det samme er tilfældet for flere end halvdelen af motionsløberne. Det tyder altså på, at motionsløbere er mindre regelrette, men samtidig mere årvågne og klar til at reagere, hvis de pludselig befinder sig i en situation, hvor der er risiko for, at en ulykke kan opstå.

Baggrund

Det er sundt at løbe, men er det også sikkert? Mange tænker nok ikke over, at når det er mørkt, kan motionsløbere være meget svære at se for andre trafikanter, fx når de krydser en sidevej eller løber på en mørk sti. Derfor er det godt for sikkerheden at ikklæde sig pangfarver, reflekterende tøj eller have lys et sted på kroppen. I mørke kan reflekterende tøj give en bilist, der kører 80 km/t, ca. 4 sekunder mere til at reagere og bremse – 4 sekunder, der potentielt kan redde liv.

De seneste 10-15 år er der sket flere alvorlige ulykker med motionsløbere, der er blevet påkørt af bl.a. biler og motorcykler – flere af ulykkerne med dødelig udgang. I den forbindelse viser Vejdirektoratets ulykkesstatistik, at antallet af ulykker med tilskadekomne fodgængere er mere end 60 % højere i de kolde og mørke vintermåneder ift. til niveauet resten af året. Statistikken fortæller dog ikke noget om, hvorvidt der er tale om ulykker med motionsløbere. I 2020 blev 23 fodgængere dræbt i trafikulykker, mens 225 kom alvorligt til skade.

Formål og metode

Hvert år bliver ca. 250 fodgængere alvorligt kvæstet i trafikulykker i Danmark. En endnu ukendt andel af disse er motionsløbere, der bliver kørt ned under en løbetur. Målet med dette projekt har derfor været at 1) dykke ned i Vejdirektoratets ulykkesstatistik for at klarlægge omfanget af fodgængerulykker, hvor der er motionsløbere involveret, og 2) at undersøge motionisternes adfærd, når de færdes ude i trafikken.

Med udgangspunkt i politiets ulykkesregistreringer har vi undersøgt, hvor ofte motionsløbere er involveret i trafikulykker, hvornår på døgnet og under hvilke lysforhold ulykkerne typisk sker, hvilke aldersgrupper der oftest er involveret, hvilke trafikanter er modparter i ulykkerne mm. Derudover har vi gennemført to observationsstudier for at få bedre indblik i motionsløbernes adfærd på strækninger og i kryds.

Projektet tager afsæt i Aarhus Kommune, hvor vi har foretaget observationsstudierne samt fået hjælp af kommunen til at blive klogere på, hvilke typer ulykker med fodgængere politiet har registreret. Til projektet indgår således følgende tre datakilder:

1. Politiregistrerede fodgængerulykker i Aarhus fra 2010-2020
2. Observationsstudie af bl.a. adfærd og påklædning blandt motionsløbere på strækninger i Aarhus
3. Observationsstudie af fodgængeres regelefterlevelse i fire signalregulerede kryds i Aarhus

I samarbejde med Aarhus Kommune har vi undersøgt alle person- og materielskadeulykker med fodgængere, som er registreret af politiet i perioden 2010-2020 (11 år). Politiets ulykkesbeskrivelser er blevet gennemlæst med henblik på at identificere, om der er tale om ulykker med motionsløbere eller øvrige fodgængere. Samtidig har vi analyseret tendenser ved ulykkerne, bl.a. ift. vejudformning på ulykkesstedet, tilgængelige krydsningsfaciliteter, vigepligtsforhold mm.

Til adfærdsanalysen på strækninger har vi bl.a. registreret, om løberne bruger sikkerhedsudstyr, dvs. om de bærer refleksvest, fluorescerende tøj, lygte mm., om de lytter til musik, har en hund med i snor, løber med en løbevogn eller i en gruppe. Alle disse faktorer har betydning for den enkelte løbers sikkerhed og opmærksomhed i trafikken under løbeturen. Oplysningerne har vi desuden koblet med en række andre oplysninger om løberne så som køn, alder (skøn), brug af stifaciliteter mm.

Endelig har vi til analysen af regelefterlevelse i signalregulerede kryds koncentreret vores registrering på, om fodgængere og motionsløbere respekterer eller ignorerer rødt lys. Registreringerne er således opdelt på, om fodgængerne 1) ankommer og fortsætter frem for grønt lys, 2) ankommer for rødt lys, og afventer grønt lys, eller 3) ankommer og fortsætter frem for rødt lys.

Projektet er udført som et internt forsknings- og udviklingsprojekt i Via Trafik og er ikke eksternt finansieret. Aarhus Kommune har været behjælpelige med at stille oplysninger om fodgængerulykker til rådighed til ulykkesanalyserne.

Udvalgte resultater

Fodgængerulykker i Aarhus

Ud af i alt 528 ulykker, hvor der har været mindst én fodgænger involveret, har vi identificeret 72 ulykker (13,6 %), hvor det af politiets beskrivelse fremgår, at en fodgænger har løbet. De 72 ulykker tæller både ulykker med motionsløbere, men også ulykker med fodgængere, der er løbet over en vej eller et kryds – fx for at nå en bus. I 14 ulykker (2,7 %) er vi sikre på, at der er tale om en motionsløber, mens der i yderligere 17 ulykker (3,2 %) formentlig er tale om en motionsløber, men hvor det ikke direkte fremgår af politiets ulykkesbeskrivelse. Dvs. at ulykker med motionsløbere vurderes at udgøre ca. 3-6 % af alle de politiregistrerede fodgængerulykker i Aarhus Kommune siden 2010.

De 31 ulykker, dels hvor der formentlig er tale om en motionsløber, og dels hvor vi er sikre på, at ulykken involverer en motionsløber, har vi sammenlignet med de øvrige fodgængerulykker. Her ser vi bl.a., at:

- Motionsløbere har flere vigepligtsforseelser (48 %) end andre fodgængere (37 %).
- Der sker flere ulykker i mørke med almindelige fodgængere (45 %) end med motionsløbere (26 %).
- 18-24-årige udgør en større andel af motionsløberne (35 %) end af de øvrige fodgængere (17 %).
- Kun få motionsløbere er over 54 år (6 %) sammenlignet med øvrige fodgængerulykker (28 %).

Risiko ved motionsløb

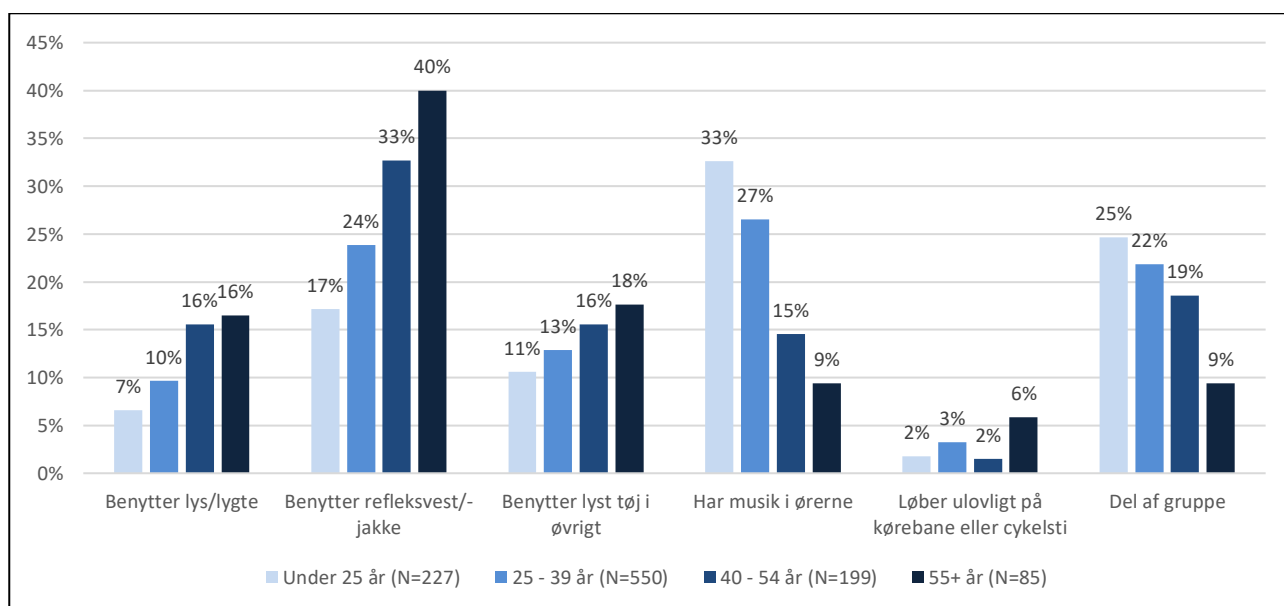
Foruden at foretage selve ulykkesanalyserne har vi efterfølgende sammenholdt antallet af ulykker med tal for transportarbejdet til fods opdelt på hhv. almindelig gang og motionsløb, som vi har nogle gode estimater for fra Transportvaneundersøgelsen. På baggrund heraf er det vurderingen, at motionsløb står for 17-33 % af personkilometrene, som foretages til fods, hvilket skal ses i sammenhæng med, at kun 3-6 % af fodgængerulykkerne involverer motionsløbere. Ulykkesrisikoen vurderes således at være 4-14 gange mindre for motionsløbere end for øvrige fodgængere. De samme forhold og tendenser ses, hvis der alene ses på politiregistrerede personskadeulykker.

Adfærd og påklædning

Vi har i alt observeret 1.061 motionsløbere, hvoraf 520 (49,0 %) løb i dagslys, 183 (17,3 %) i tussmørke og 358 (33,7 %) i mørke. 54 % er mænd og 46 % kvinder. Om morgenen før kl. 9 er 60 % af de observerede motionsløbere kvinder, mens det omvendte ses om eftermiddagen kl. 14-18, hvor 60 % er mænd.

Fra registreringerne kan vi se flere tydelige sammenhænge mellem alder og adfærd med betydning for sikkerheden. Fx ser vi, at det er den ældre del af motionisterne, som er bedst til at få iklædt sig pangfarver og lyst tøj samt at benytte lys/lygter på løbeturen. Omvendt ses yngre motionister oftere med musik i ørerne og at løbe flere sammen.

Ifølge Færdselsloven skal motionsløbere benytte fortovet, hvis dette er til rådighed. Det gælder også, hvis man løber med en løbevogn. Registreringen tyder på, at især motionsløbere i alderen 55 år eller mere oftere tyr til at løbe på enten kørebane eller cykelsti, selvom der er et fortov til rådighed. Det kan skyldes, at fortovene opleves at være for ujævne at løbe på. For motionister med løbevogn, løber hver tredje ikke på fortovet, men i stedet på cykelsti eller kørebane, hvilket ligeledes kan skyldes ujævne fortove, men også trange pladsforhold ved møde med gående på fortovet.



Figur 1. Aldersgruppers forskellige brug af sikkerhedsudstyr, musik og stifaciliteter.

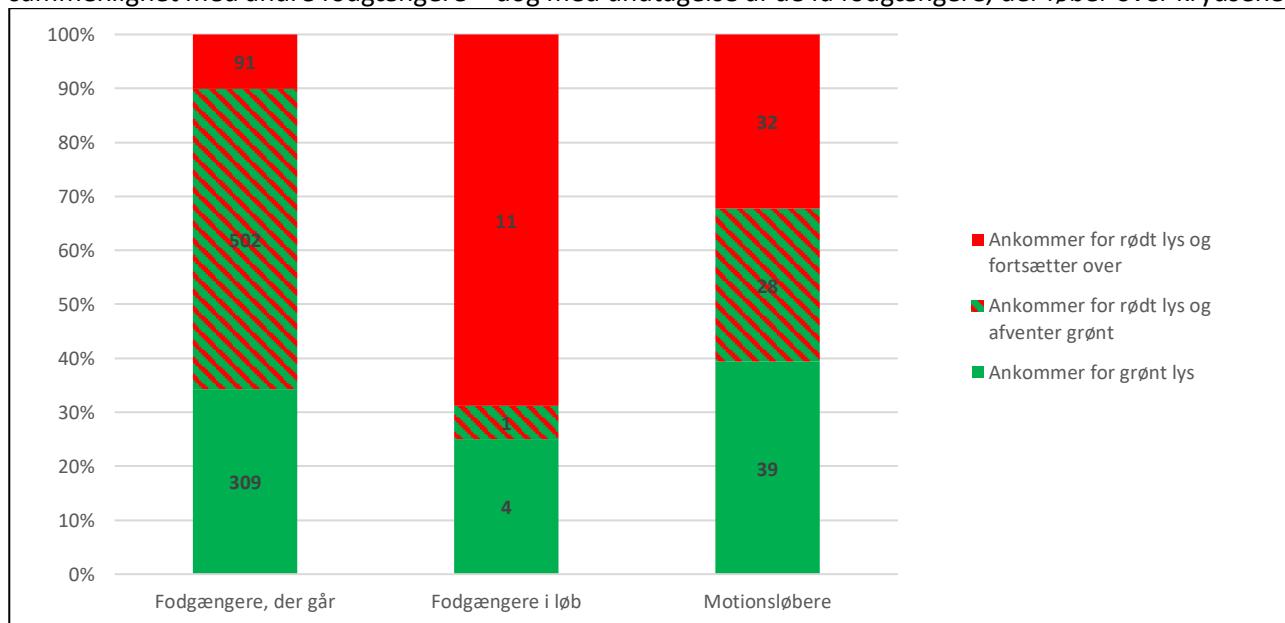
Regelefterlevelse i signalregulerede kryds

Fordelt på fire signalregulerede kryds i Aarhus har vi registreret regelefterlevelsen blandt i alt 902 gående (88,7 %) og 99 motionsløbere (9,7 %). Desuden har vi registreret 16 personer (1,6 %), der løber over krydsene, dog uden at vi har vurderet dem som værende egentlige motionister.

Registreringerne viser, at hver 10. gående ignorerer rødt lys. Blandt motionsløbere vælger ca. hver 3. at fortsætte over for rødt lys, mens 7 ud af 10 fodgængere, der løber over krydsene, gør det for rødt lys.

Ser man alene på de situationer, hvor fodgængerne reelt har haft mulighed for at fortsætte frem for rødt lys, dvs. hvor ankomstsituationer med grønt lys er sorteret fra, går 15 % over for rødt. Blandt motionisterne løber 53 % over for rødt lys. Af fodgængerne, der løber over krydsene, gør 92 % det for rødt lys.

Registreringen viser altså, at motionsløbere er mindre tilbøjelige til at respektere rødt lys i kryds sammenlignet med andre fodgængere – dog med undtagelse af de få fodgængere, der løber over krydsene.



Figur 2. Regelefterlevelse i fire aarhusianske signalkryds.