

PARTNERZY:



Dorozumienie
Szikół Jogi



Stowarzyszenie Jogi
i yengara w Polsce



YOGA
& AYURVEDA



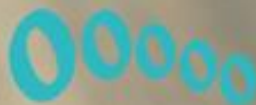
joga-abc.pl

PORTAL
YOGI

Joga się liczy!

RAPORT

ORGANIZATOR:



BOSONACIE.PL

Informacyjny portal o jogie,
uważności i zdrowym stylu życia

HONOROWY PATRONAT:



Embassy of India
in Poland



B O S O N A M A C I E . P L

Informacyjny portal o jodze,
uważności i zdrowym stylu życia

JOGA SIĘ LICZY

raport z badania ilościowego

kwiecień 2016



BOSONAMACIE.PL

WPROWADZENIE

„JOGA SIĘ LICZY”



BOSONAMACIE.PL

Informacyjny portal o jodze, uważności i zdrowym stylu życia, Bosonamacie.pl, we współpracy z [Porozumieniem Szkół Jogi](#), [Stowarzyszeniem Jogi Iyengara w Polsce](#) oraz magazynami: [Joga](#), [Yoga&Ayurveda](#) oraz portalami [joga-abc.pl](#) i [PortalYogi.pl](#) przeprowadził badanie ilościowe na temat osób ćwiczących jogę w Polsce. Badanie wykonali i przeprowadzili redaktorzy Bosonamacie.pl: Anna Chomczyk, Olga Lasota i Krystian Mesjasz.

Badanie objął patronatem Ambasador Republiki Indii w Polsce.

Ankietę internetową na stronie badaniejogi.pl wypełniły 3743 osoby. Z pośród tej liczby 84 % praktykuje jogę obecnie, dalsze 12 % miało kontakt z jogą w przeszłości, a tylko niecałe 2 % badanych nigdy nie miało styczności z jogą. Oznacza to, że badanie przede wszystkim obejmuje próbę osób aktywnie praktykujących jogę i mających styczność z jogą i wnioski z badania dotyczą tej grupy osób.

Warto tutaj wspomnieć, że wyniki badania Diagnoza Społeczna z końca 2015 roku, wskazują, iż 0,9% Polek i Polaków powyżej 15 r.ż. deklaruje ćwiczenie jogi. Czyli można przyjąć, iż w Polsce jogę praktykuje ok. 300.000 osób. Porównując ten wynik z wcześniejszą edycją Diagnozy Społecznej widzimy rosnącą popularność jogi w Polsce (250.000 osób w 2013 roku).



BOSONAMACIE.PL

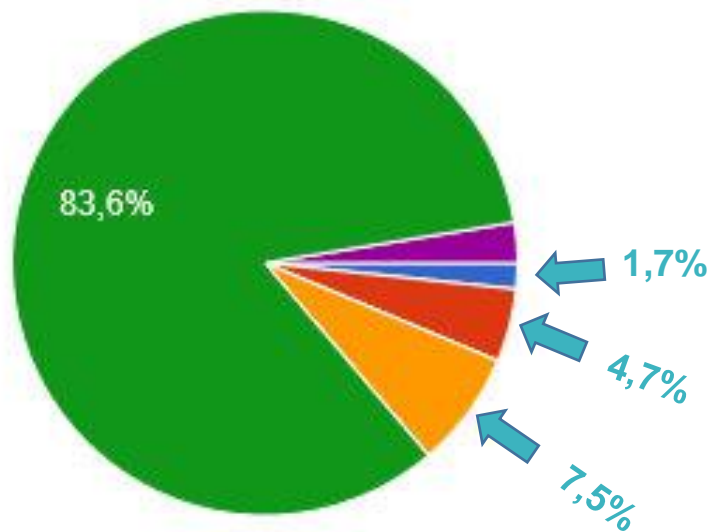
WYNIKI



BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 1

Czy masz lub miałaś/miałeś w przeszłości kontakt z jogą?



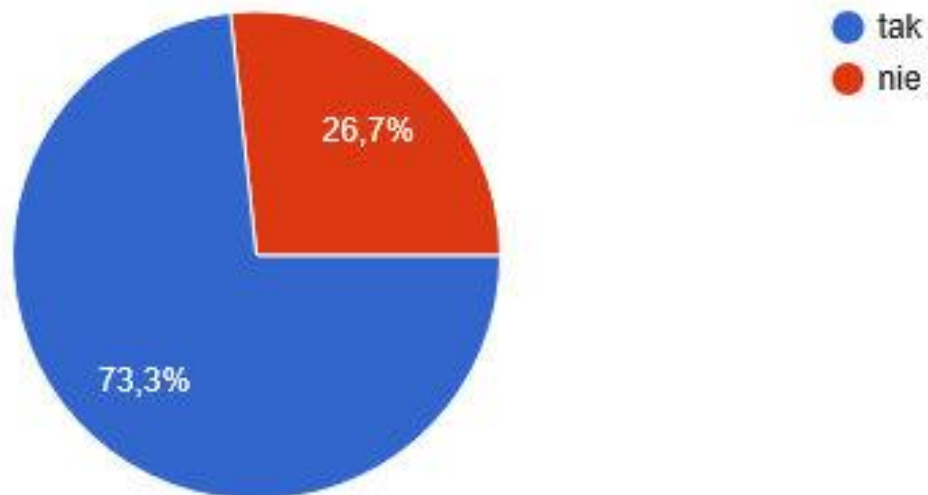
- nie, nigdy nie ćwiczyłam/nie ćwiczyłem, ale wiem, że istnieje coś takiego jak joga
- tak, zdarzyło mi się sporadycznie wziąć udział w zajęciach jogi
- tak, ćwiczyłam/ ćwiczyłam jogę w przeszłości, ale już tego nie robię
- ćwiczę jogę obecnie
- Inne



BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 2

Czy joga jest Twoją podstawową aktywnością fizyczną?

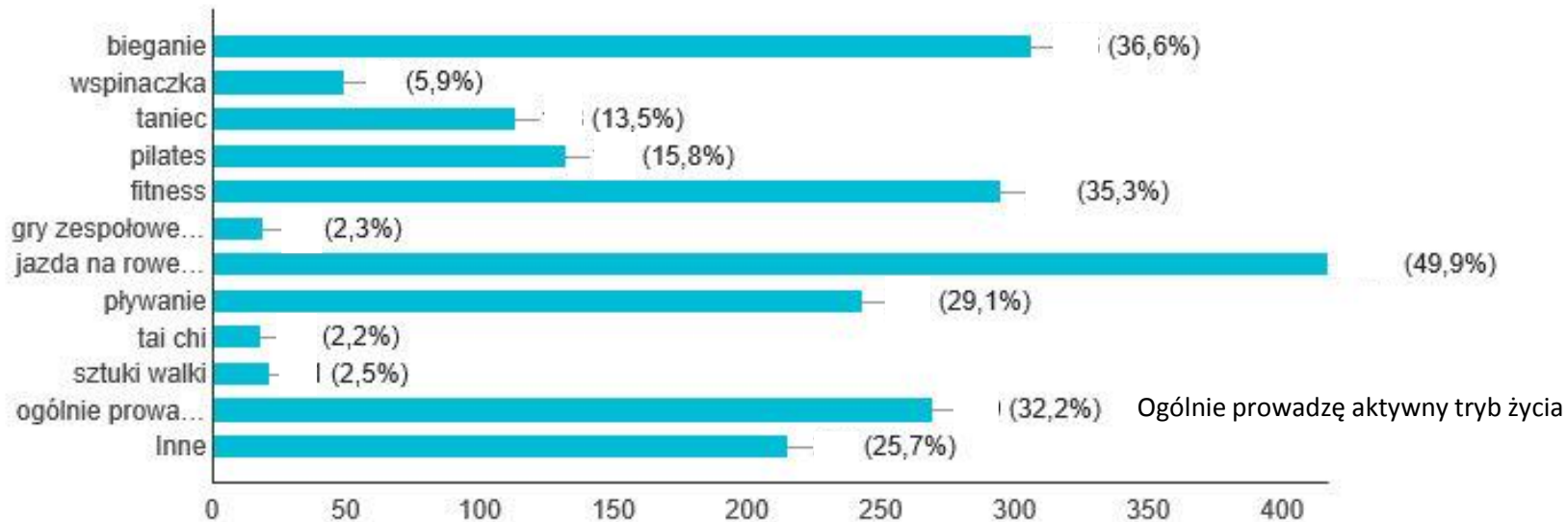




BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 3

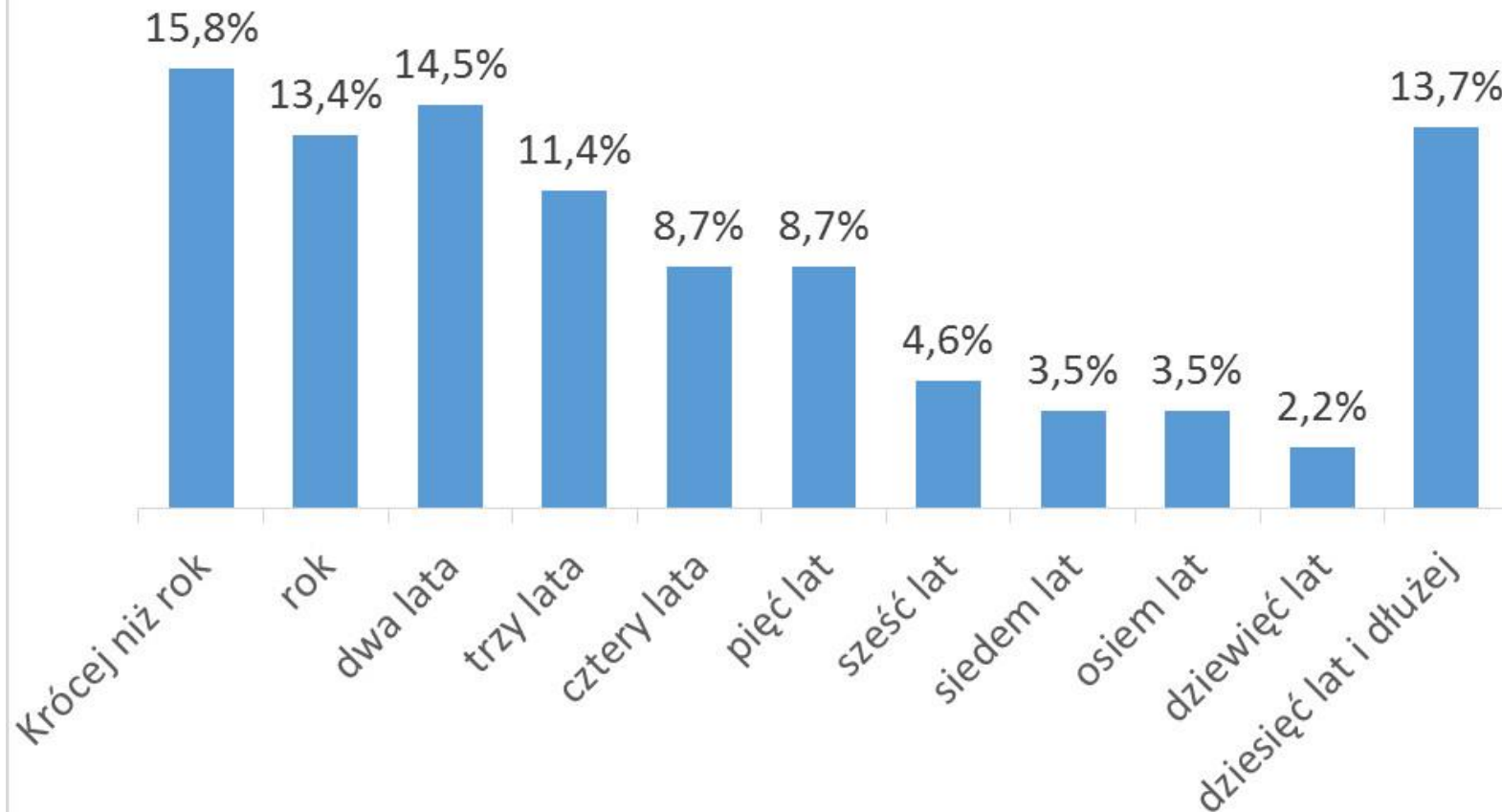
Co jeszcze ćwiczysz poza jogą? / Jakiego rodzaju aktywności fizyczne uprawiasz poza jogą?





PYTANIE NR 4

Od ilu lat praktykujesz jogę?

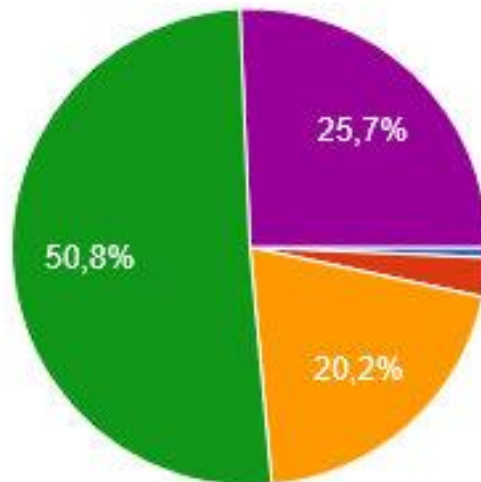




BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 5

Jak często ćwiczysz jogę?



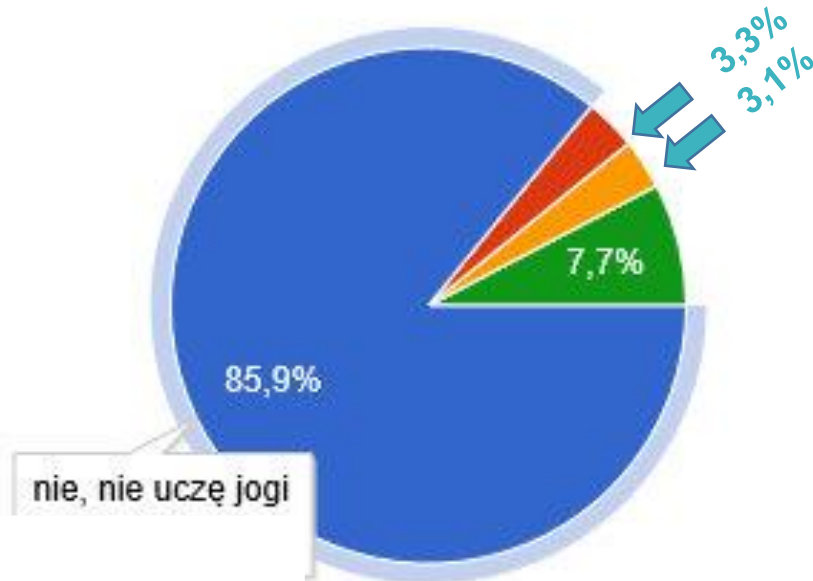
- tylko na zorganizowanych wyjazdach z jogą / okazjonalnie
- raz - dwa razy w miesiącu
- raz w tygodniu
- dwa - trzy razy w tygodniu
- cztery razy w tygodniu i częściej



BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 6

Czy uczysz jogi?



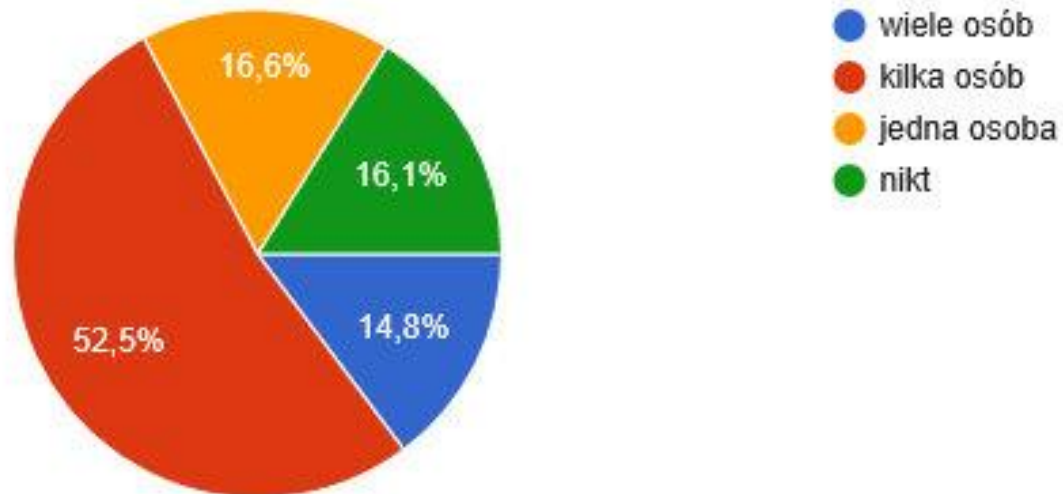
- nie, nie ucze jogi
- tak, ale nie mam certyfikatu czy dyplomu poświadczającego moje umiejętności
- tak, jestem w trakcie szkolenia / treningu nauczycielskiego
- tak, jestem dyplomowanym/ certyfikowanym nauczycielem



BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 7

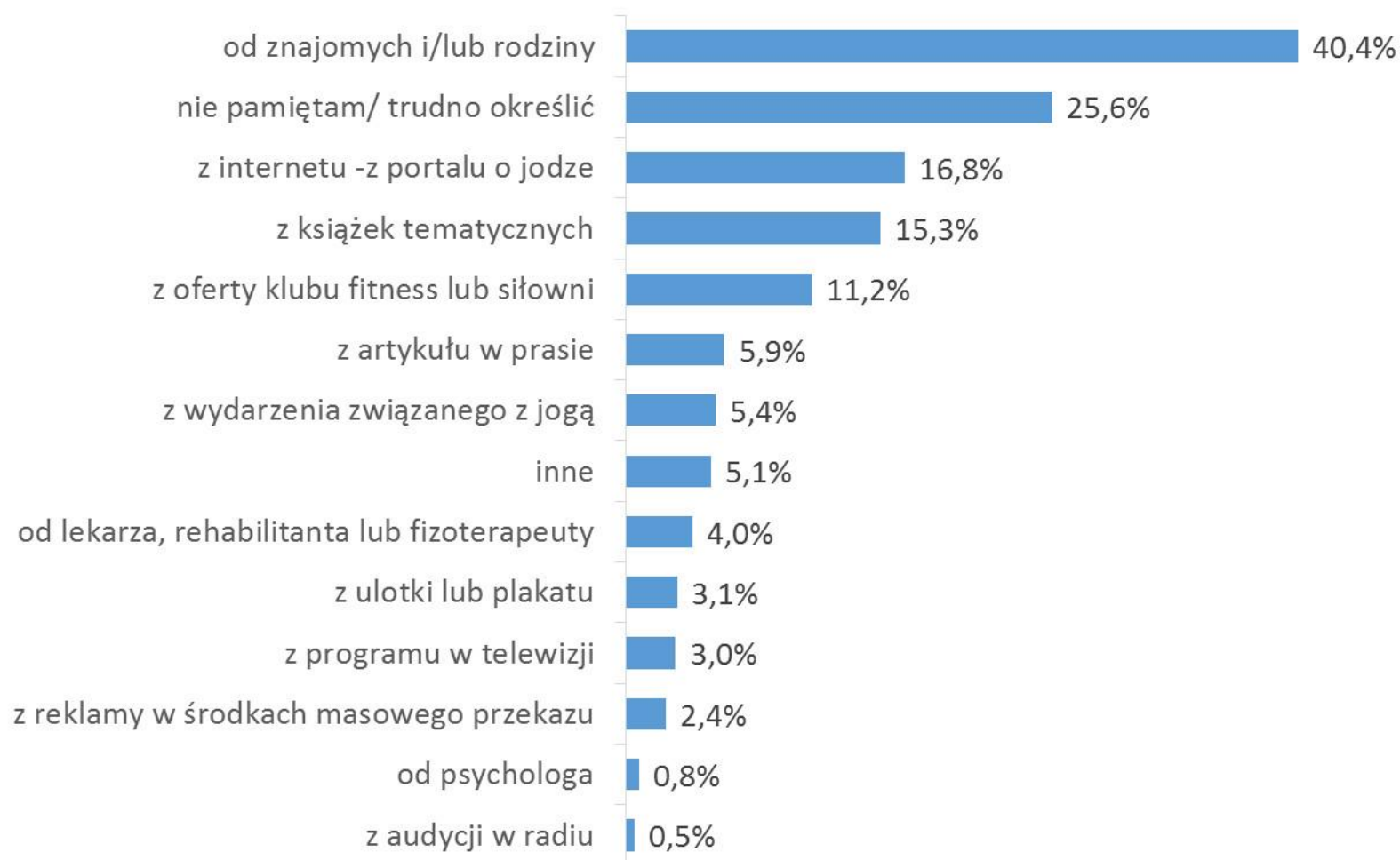
Ile osób w Twoim otoczeniu, wśród znajomych i/lub rodziny, ćwiczy jogę?





PYTANIE NR 8

W jaki sposób dowiedziałaś/eś się o jodze? (możliwość wyboru dwóch odpowiedzi)

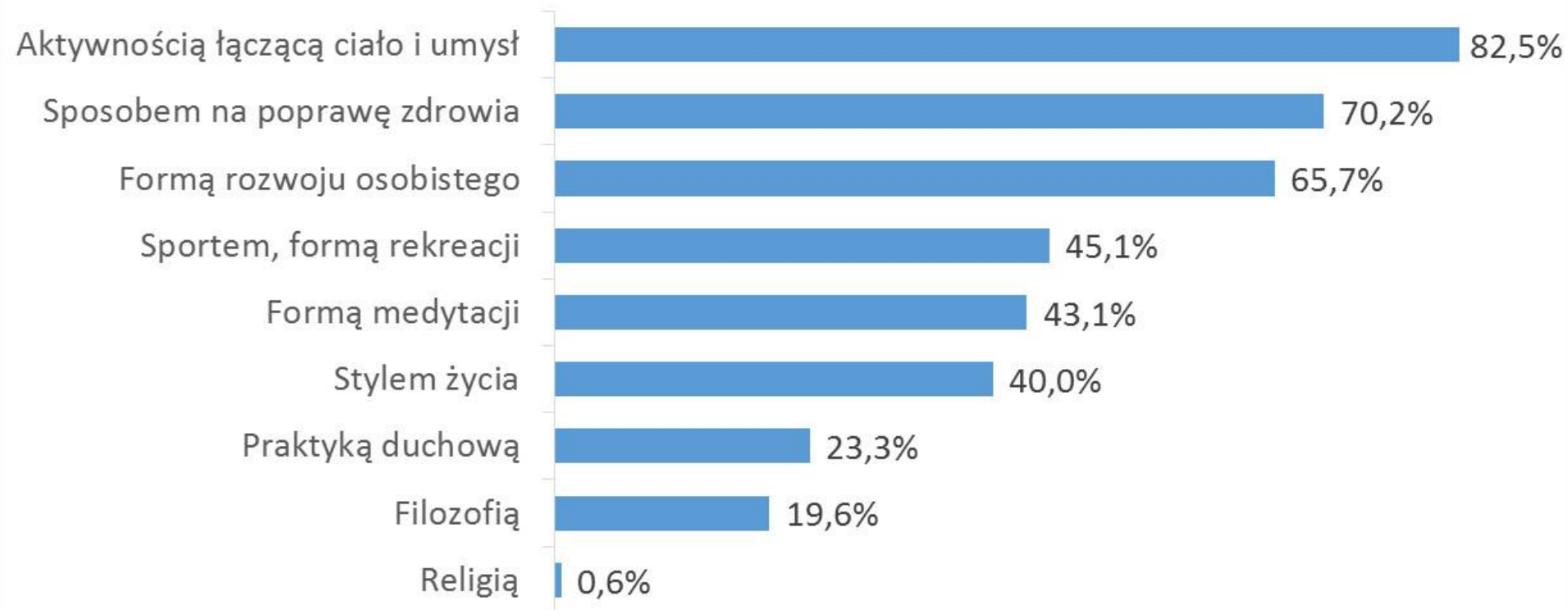




BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 9

Czym jest dla Ciebie joga? (możliwość wyboru kilku odpowiedzi)

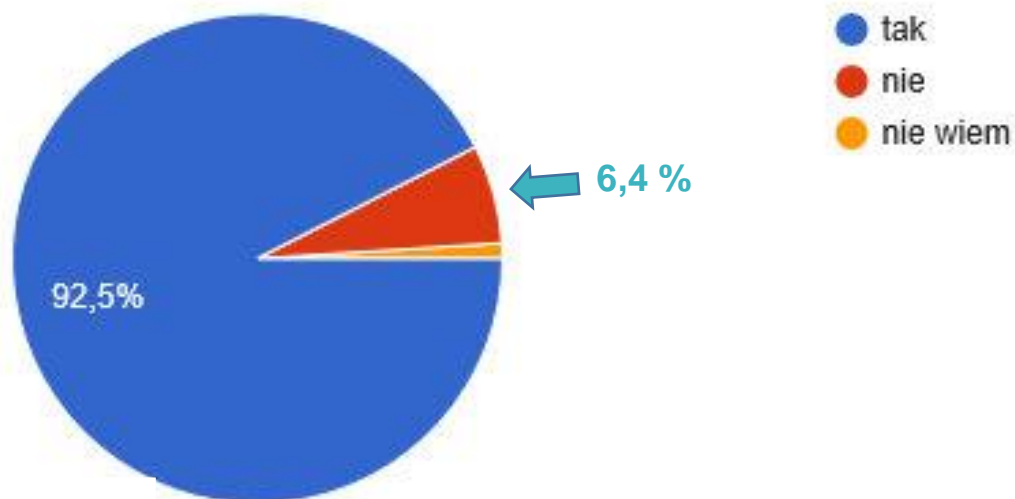




BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 10

Czy w Twojej miejscowości jest miejsce, gdzie można ćwiczyć jogę?

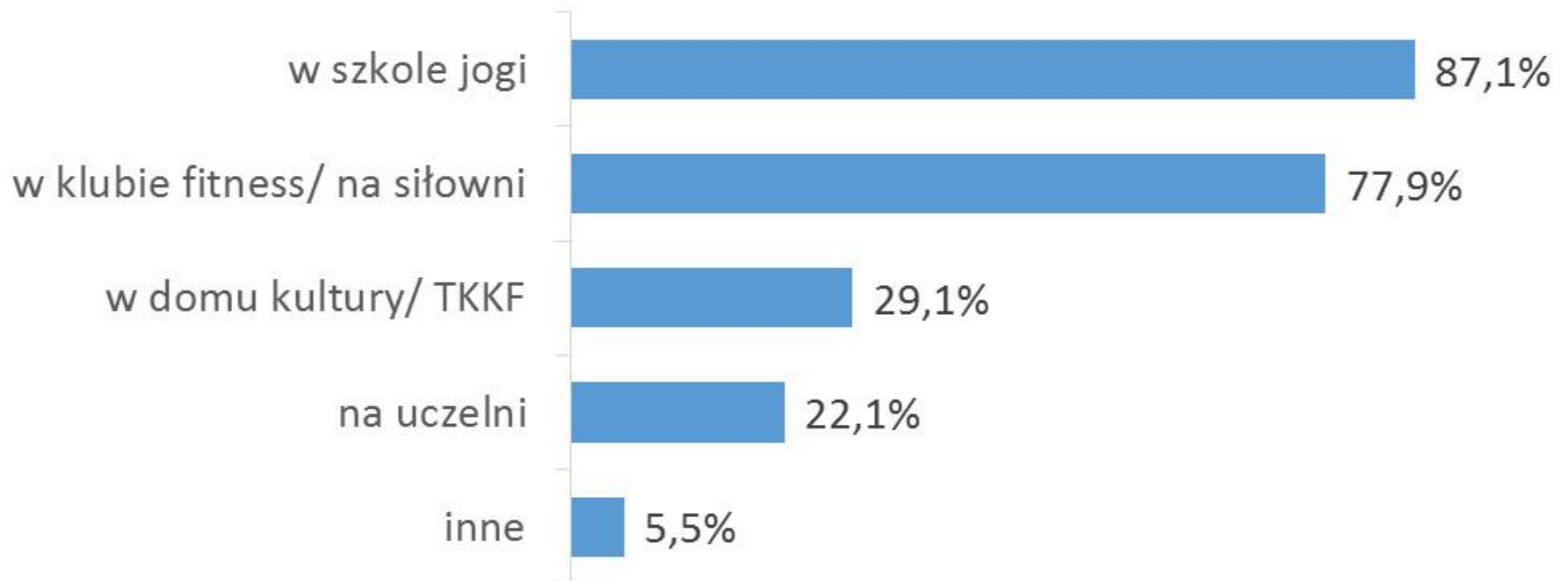




BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 11

Gdzie w Twojej miejscowości można ćwiczyć jogę? Zaznacz wszystkie pasujące miejsca

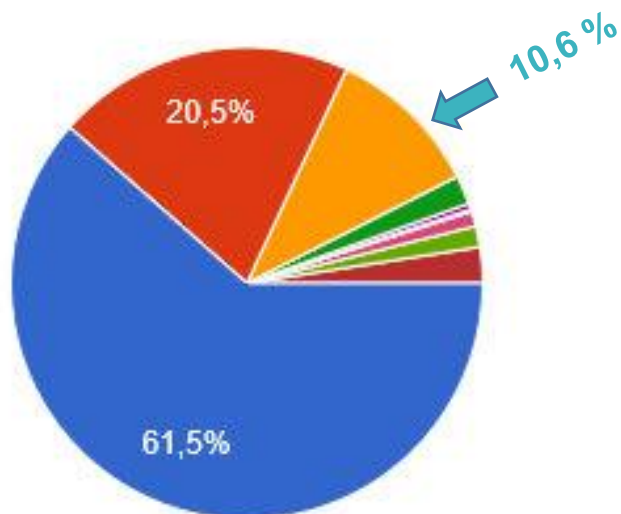




BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 12

Gdzie Ty przede wszystkim praktykujesz jogę?

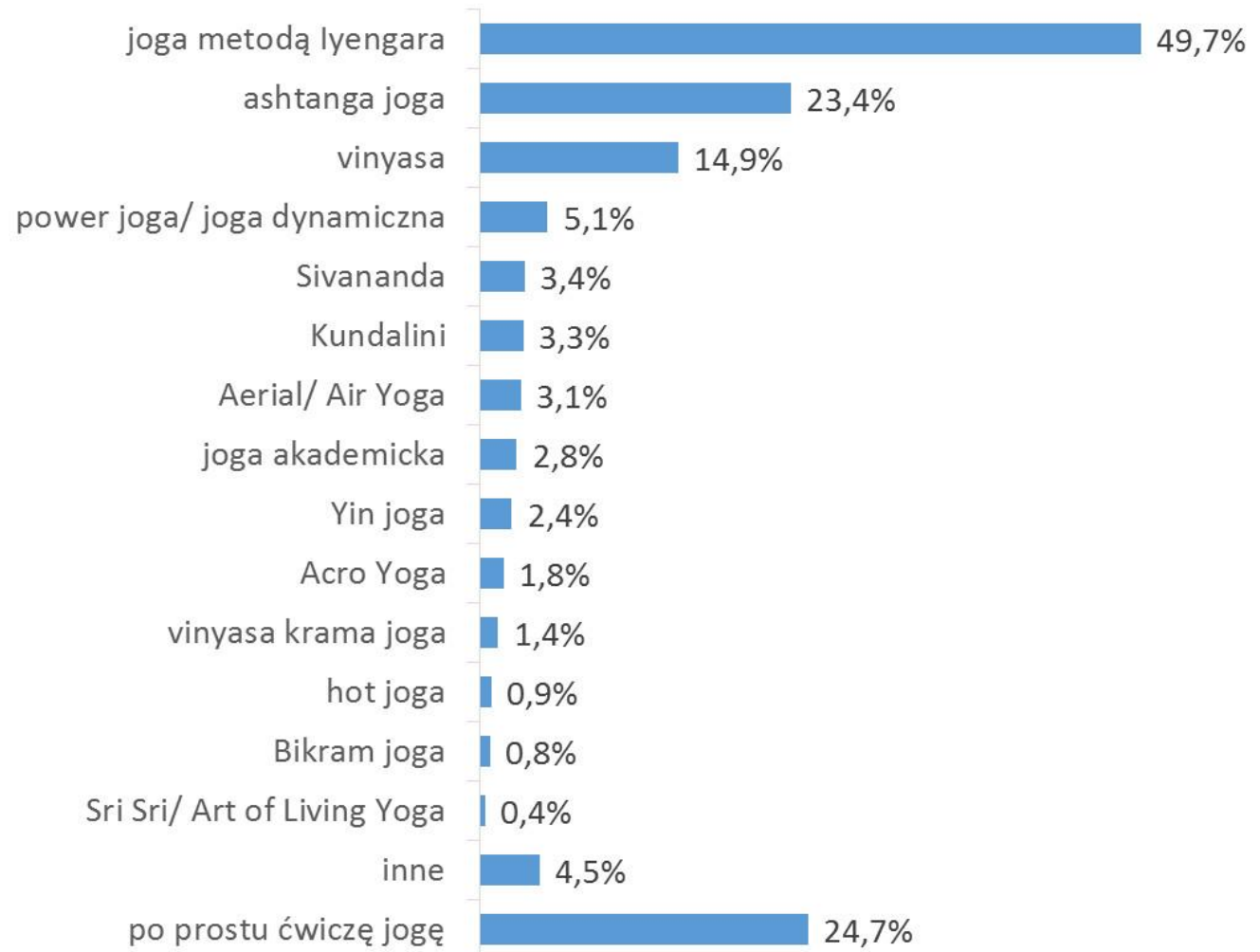


- w szkole jogi
- samodzielnie w domu
- w klubie fitness / na siłowni
- w domu kultury / TKKF
- na uczelni
- na okazjonalnych, darmowych zajęciach
- na zorganizowanych wyjazdach z jo...
- indywidualnie z trenerem osobistym...
- Inne



PYTANIE NR 13

Jaki styl jogi praktykujesz? (możliwość wyboru kilku odpowiedzi)





PYTANIE NR 14

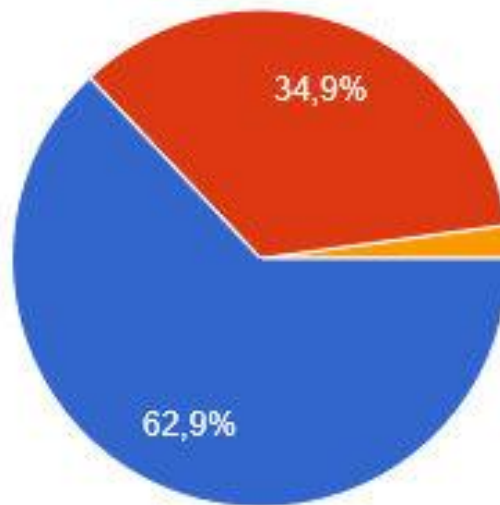
Dlaczego praktykujesz jogę? *(możliwość wyboru kilku odpowiedzi)*





PYTANIE NR 15

Czy spotkałaś/spotkałeś się z pozytywnymi opiniami odnośnie jogi?



- tak, ale nie wpłynęło to na mój stosunek do jogi
- tak i polepszyło to mój stosunek do jogi
- nie, nie spotkałam/spotkałem się z takimi opiniami



PYTANIE NR 16

Czy spotkałaś/spotkałeś się z negatywnymi opiniami odnośnie jogi?

- tak, ale nie wpłynęło to na mój stosunek do jogi
- tak i pogorszyło to mój stosunek do jogi
- nie, nie spotkałam/spotkałem się z takimi opiniami

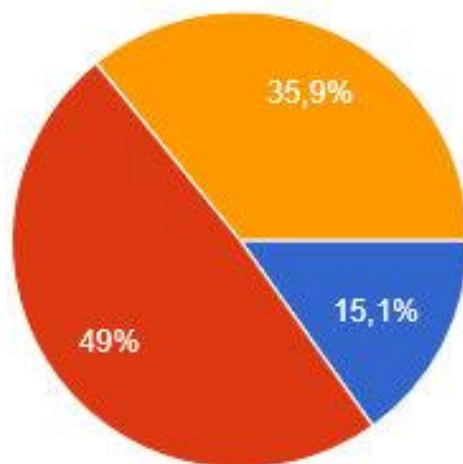




BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 17

21 czerwca 2015 roku po raz pierwszy odbył się Międzynarodowy Dzień Jogi.
Czy słyszałaś/słyszałeś o tym wydarzeniu?



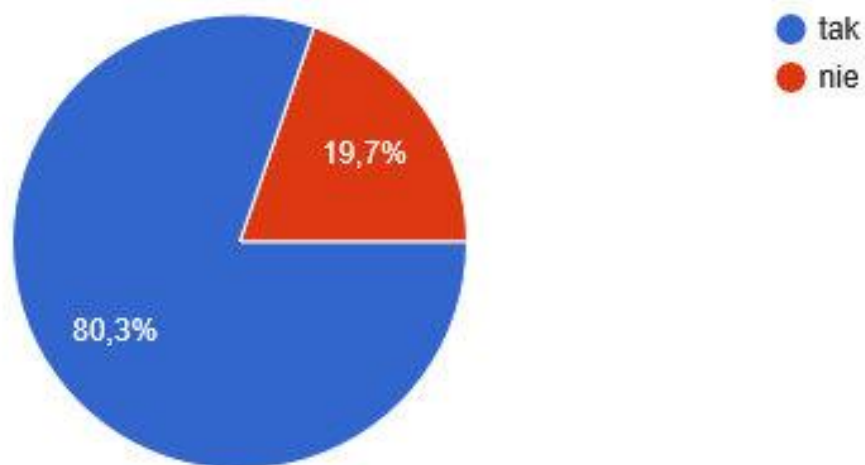
- słyszałam i brałam udział / słyszałem i brałem udział
- słyszałam, ale nie brałam udziału / słyszałem, ale nie brałem udziału
- nie słyszałam / nie słyszałem



BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 18

W 2016 roku w całej Polsce ponownie odbędzie się Międzynarodowy Dzień Jogi
Czy jesteś zainteresowana/ zainteresowany udziałem?

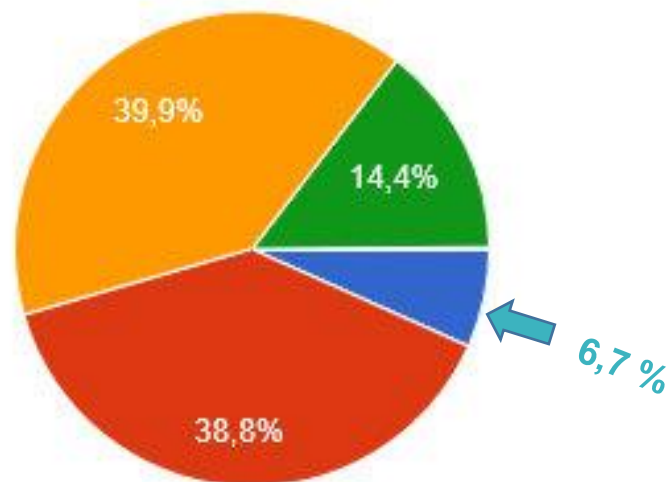




BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 19

Czy czytasz polskie magazyny o jodze?



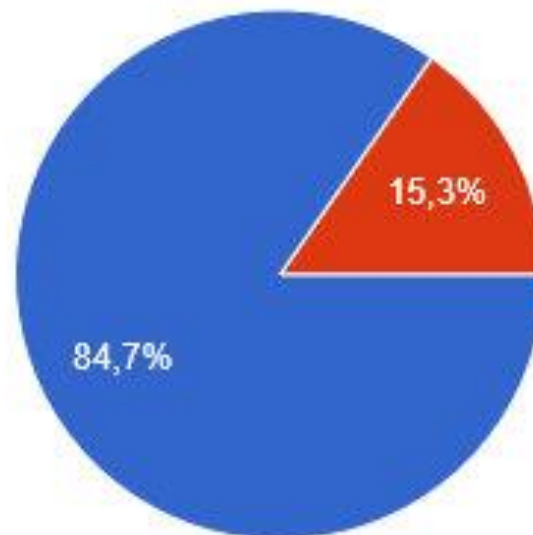
- tak, kupuję regularnie
- czytam od czasu do czasu, gdy gdzieś wpadnie mi w ręcę
- nie czytam
- nie wiem, że są takie
- nie
- tak



BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 20

Czy szukasz informacji o jodze w internecie?



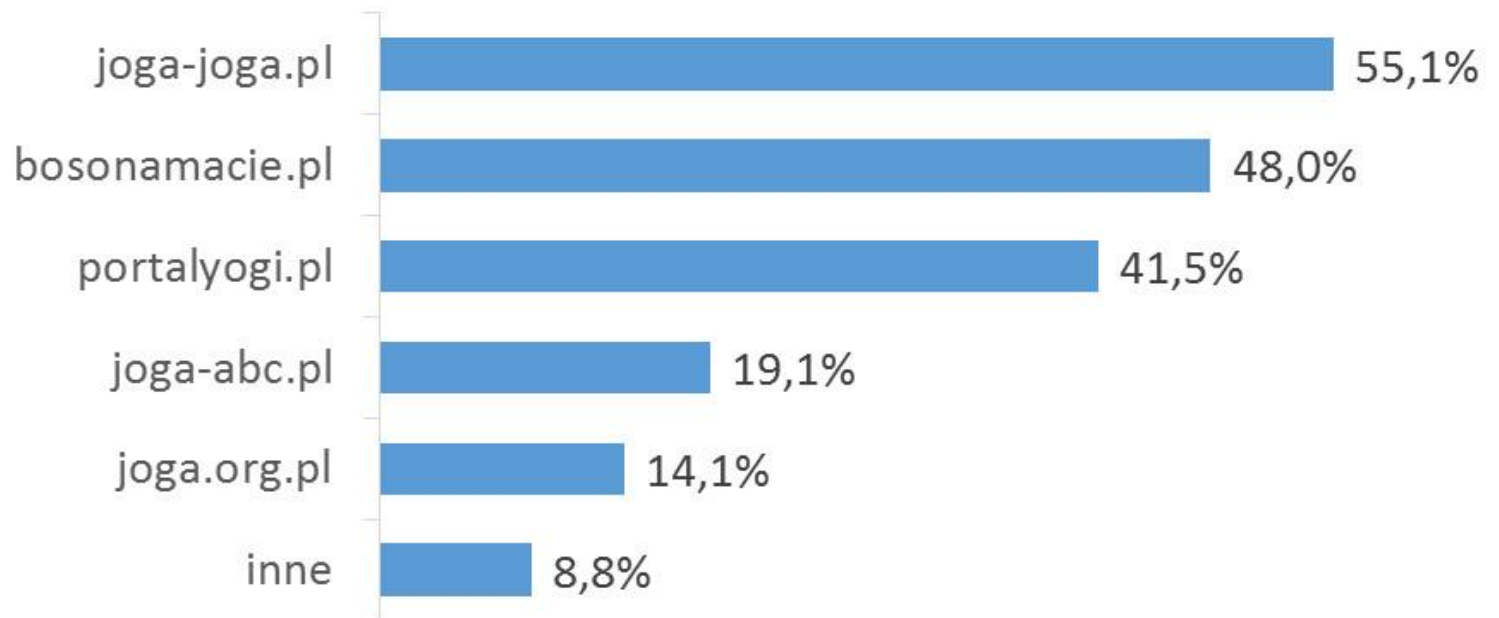
- tak
- nie



BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 21

Na których polskich portalach szukasz informacji o jodze
(możliwość wyboru kilku odpowiedzi)

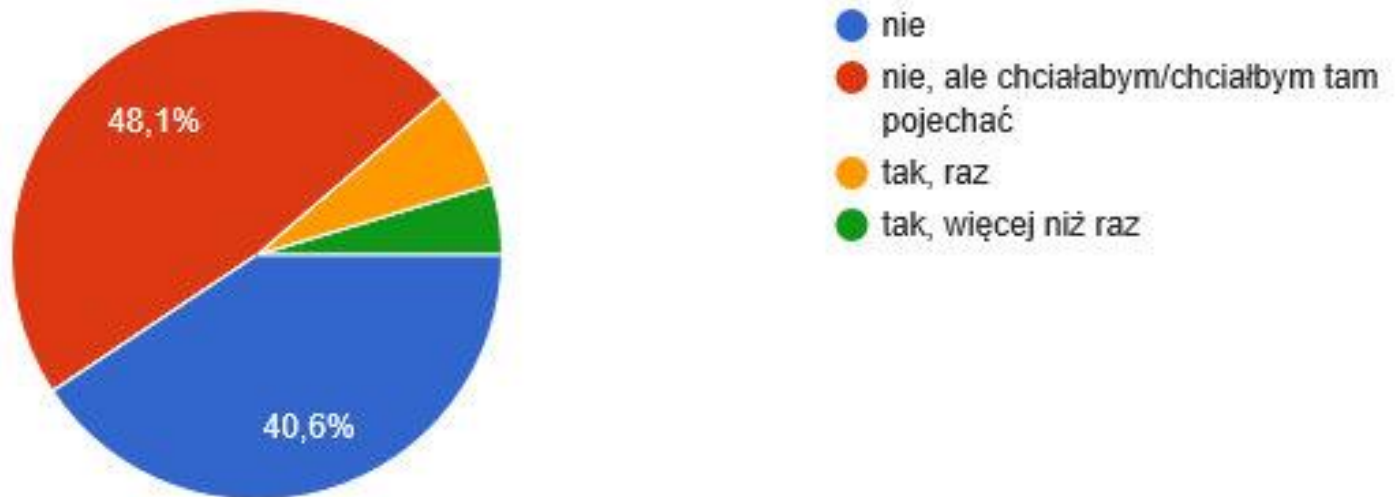




BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 22

Czy byłaś/ byłeś w Indiach?

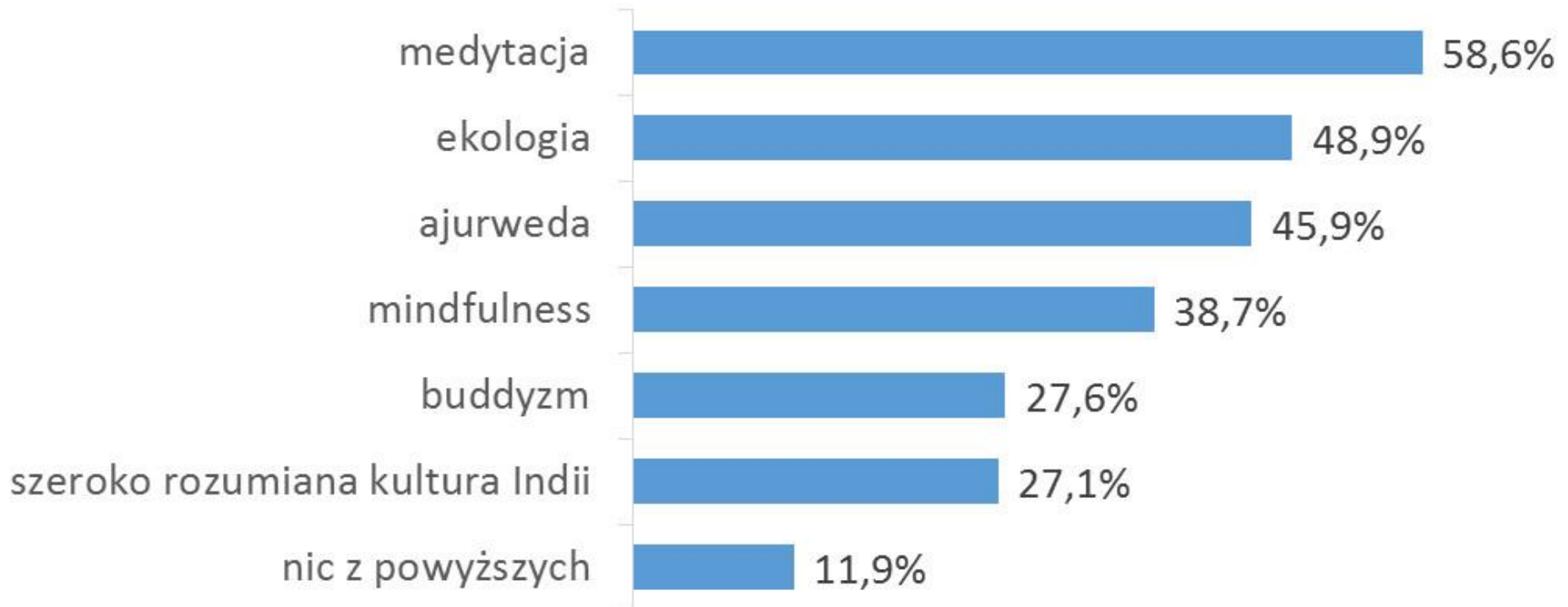




BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 23

Zaznacz interesujące Cię tematy (możliwość wyboru kilku odpowiedzi)

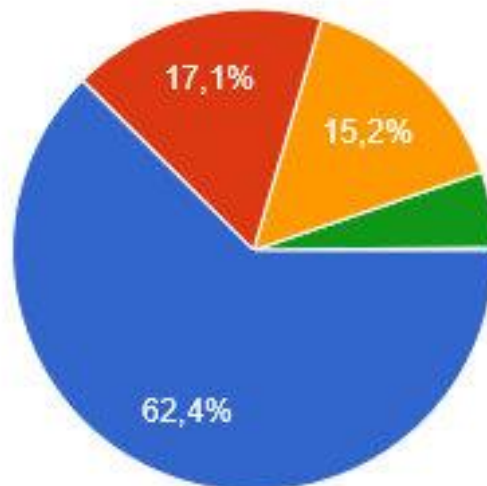




BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 24

Określ swoją dietę:



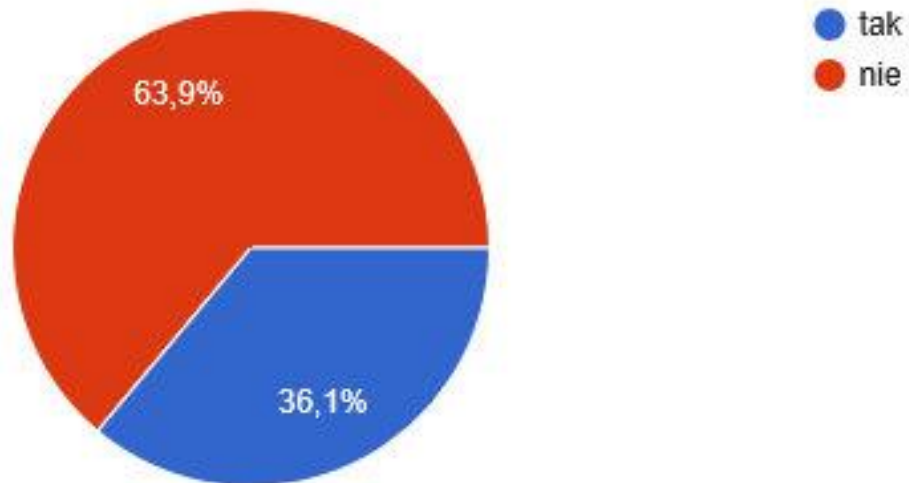
- jem mięso
- jem ryby, ale nie jem innego mięsa
- jestem wegetarianką/wegetarianinem (jem jajka i nabiał)
- jestem weganką/weganinem (nie jem żadnych produktów pochodzenia zwierzęcego)
- jestem witarianką/witarianinem (jem tylko surowe produkty)



BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 25

Czy jest związek, między Twoją rezygnacją z mięsa a Twoją praktyką jogi?

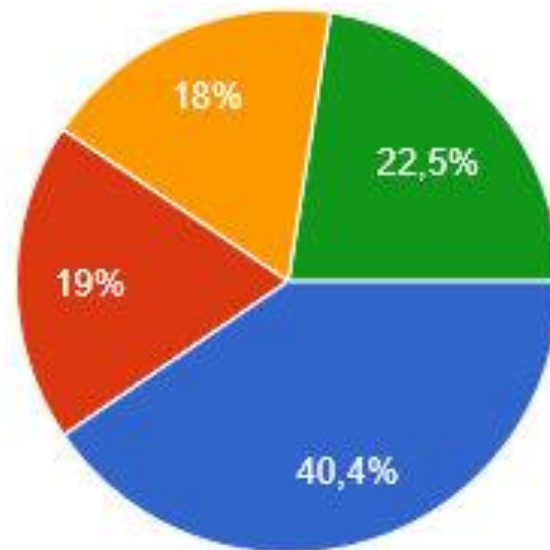




BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 26

Czy uważasz, że jesteś:



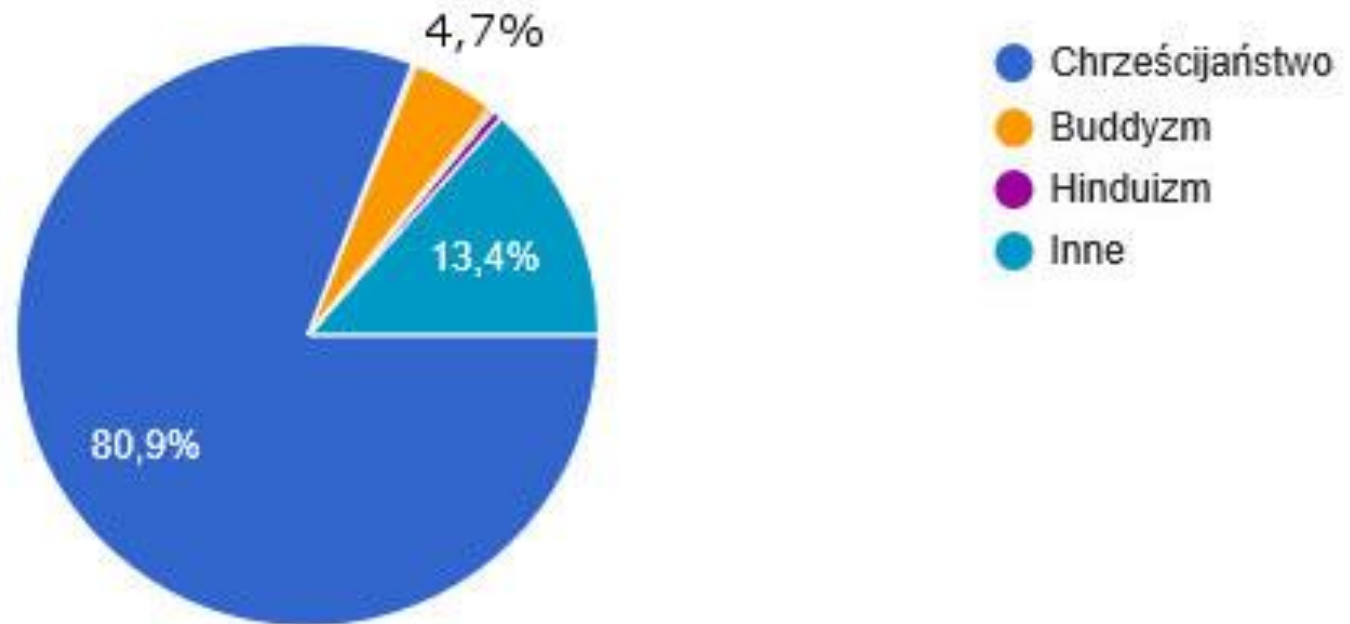
- osobą wierzącą
- agnostyczką / agnostykiem
- ateistką / ateistą
- odmawiam odpowiedzi



BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 27

Z jaką religią się utożsamiasz?

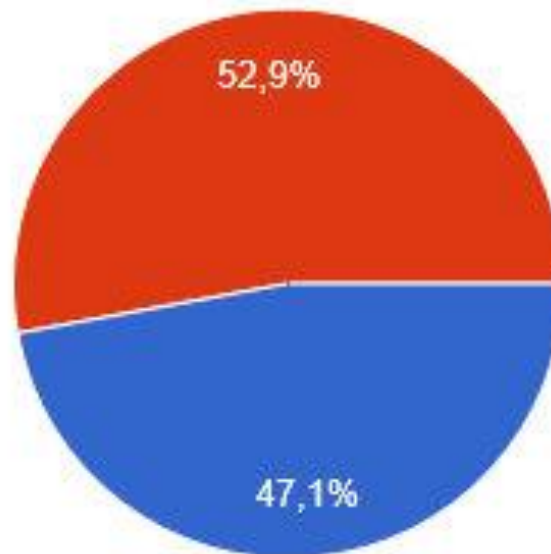




BOSONAMACIE.PL

PYTANIE NR 28

Czy joga umacnia Cię w Twojej wierze?

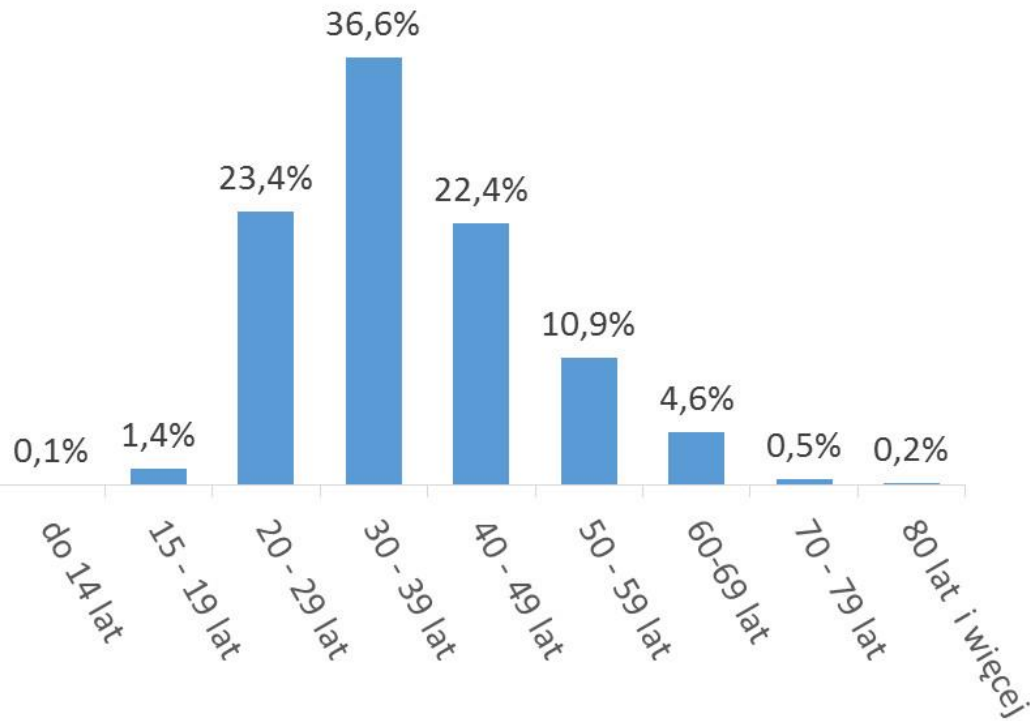




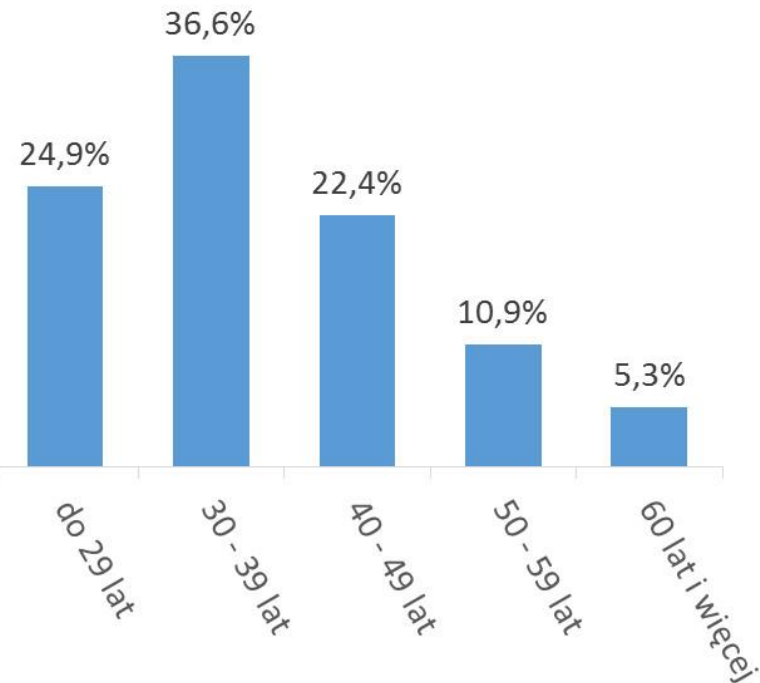
BOSONAMACIE.PL

METRYCZKA - WIEK

WIEK



WIEK

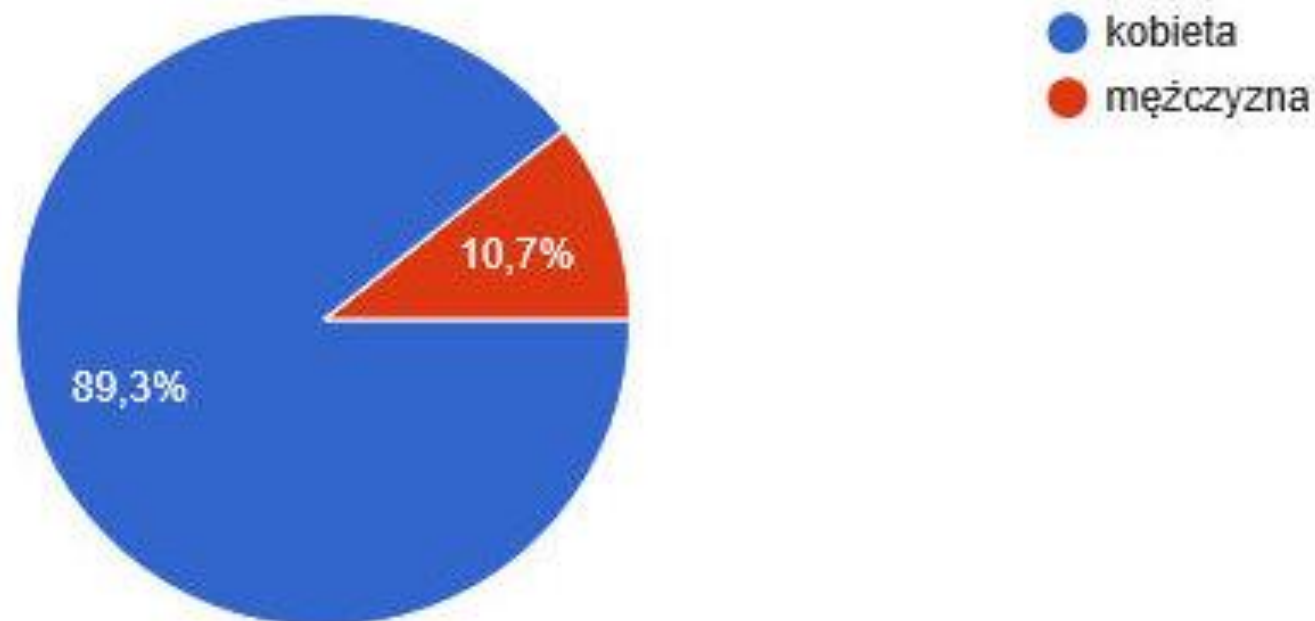




BOSONAMACIE.PL

METRYCZKA - PŁEĆ

Płeć

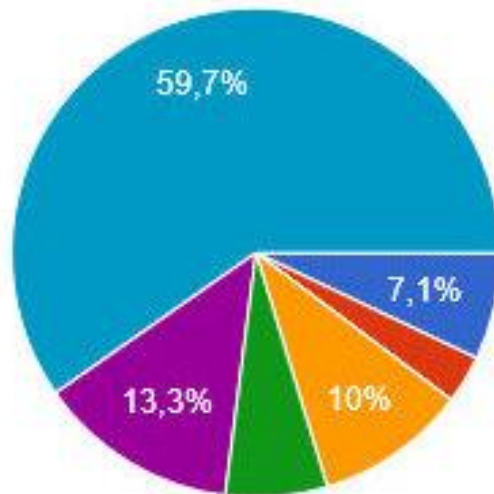




BOSONAMACIE.PL

METRYCZKA – MIEJSCE ZAMIESZKANIA

Miejsce zamieszkania



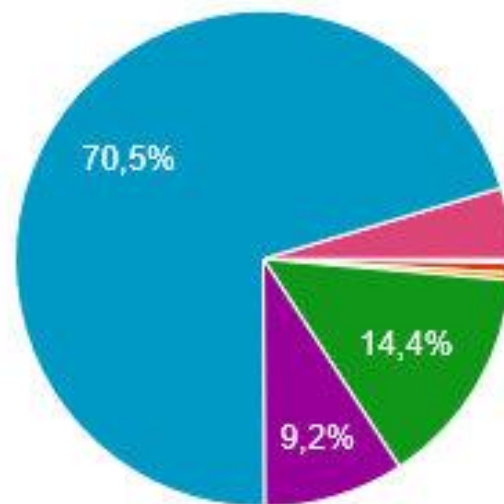
- wieś
- miasto do 10 tys. mieszkańców
- miasto 10 tys. - 50 tys. mieszkańców
- miasto 50 tys. - 100 tys. mieszkańców
- miasto 100 tys. - 300 tys. mieszkańców
- miasto powyżej 300 tys. mieszkańców



BOSONAMACIE.PL

METRYCZKA – WYKSZTAŁCENIE

Wykształcenie



- podstawowe
- gimnazjalne
- zasadniczne zawodowe
- średnie i policealne
- licencjackie
- wyższe
- wyższe - stopień doktorski i wyżej



B O S O N A M A C I E . P L

Informacyjny portal o jodze,
uważności i zdrowym stylu życia

kontakt: redakcja@bosonamacie.pl