



Smak för motion

Fysisk aktivitet som livsstil och social markör

Författare: Lars-Magnus Engström

ISBN 978-91-7656-667-1

152 sidor

Unik studie om motionsvanor

I *Smak för motion* presenterar Lars-Magnus Engström sin unika studie som rönt stor uppmärksamhet internationellt. Hur såg motionsvanorna ut för 15-åringarna 1968? Och hur ser de ut för samma personer i 50-årsåldern, ca 40 år senare?

I denna longitudinella studie, där författaren följt ca 2000 flickor och pojkar från tonåren till medelåldern, kommer nya och överraskande resultat fram. Motionsutövning är uttryck för en livsstil som är tydligt relaterad till ålder, klass och kön, och inte minst till erfarenheter från ungdomsåren. Valet att ägna sig åt motion, liksom smaken för olika aktivitetsformer, har visat sig vara tydliga markörer för social position.

Boken vänder sig till alla som är intresserade av frågor som berör folkhälsa, livsstilar, idrotts- och motionskulturer. Den kan med fördel användas inom lärarutbildningar och andra utbildningar vid högskolor, folkhögskolor och gymnasieskolor, som har kurser med inriktning mot livsstilsfrågor, idrott och hälsa.

Lars-Magnus Engström, professor emeritus vid Stockholms universitet och under senare år knuten till Gymnastik- och idrottshögskolan i Stockholm samt Malmö högskola, har under många år studerat idrotts- och motionsvanor hos den svenska befolkningen.

För ytterligare information, kontakta författaren Lars-Magnus Engström, lars-magnus.engstrom@utep.su.se, eller Stockholms universitets förlag, Marie-Anne Colliander, 08-1207 67 76.

Med vänlig hälsning

Stockholms universitets förlag