

# Miehet tykkäävät mitata?

[Sports Tracker](#) [liikunta](#) [mobiilisovellus](#) [verkkoyhteisö](#)

## Hanna Pihlajamäki

hanna.k.pihlajamaki[at]utu.fi

Digitaalinen kulttuuri

Turun yliopisto

*Kuka tarvitsee koiraa tai kaveria, kun taskuun voi sujauttaa älypuhelimien ja uuden ajan lenkkikumppanin – urheilun trökkäämiseen tarkoitettun mobiilisovelluksen? Yhä useampi mittaa, tallentaa ja jakaa suorituksiaan julkisesti, mutta keitä he ovat, mitä suorituksia he jakavat ja miten he sovellusta käyttävät?*

Valitse laji. Aloita harjoitus.

Painan valintanäppäintä älypuhelimessani, otan ensimmäiset juoksuaskeleet ja trökkään. Teen siis samaa, mitä sadat tuhannet Suomessa ja miljoonat maailmassa – käytän GPS:llä varustettua älypuhelimeni ja Sports Tracker -mobiilisovellusta urheilu-suoritukseksi mittaan, tallentamiseen ja jakamiseen.

Yhä useammat suomalaiset käyttävät älypuhelimensa ja urheiluun erikoistuneita internet- ja mobiilipalveluita liikkumisensa tukena (Miettinen ja Mäkinen 2014, C1–C5), mutta mistä toiminnassa pohjimmiltaan on kyse?

Tarkastelen katsausartikkelissani älypuhelimien ilmaiseksi ladattavien liikuntasovellusten käyttäjiä ja heidän käyttäjäprofiileitaan. Rajaan katsaukseni suomalaisvalmisteiseen Sports Trackeriin, joka Sports Tracking Technologies Ltd:n mukaan oli vuoden 2013 lopussa viiden suosituimman liikuntasovelluksen joukossa 25 eri maassa (Oksanen 2013). Erittelen katsauksessani erityisesti sitä, millaiset henkilöt Sports Trackeriä käyttävät julkisten käyttäjäprofiilien perusteella, mitä lajisuurituksia he jakavat ja kuinka aktiivisesti. Luon lisäksi silmäyksen siihen, millainen käyttöhistoria sovelluksen käyttäjillä julkisten profiilien perusteella on.

Perustan tässä katsauksessa esittämäni havainnot Sports Tracker -verkkopalvelussa 3.–23. tammikuuta 2014 suorituksiaan julkisesti jakaneisiin, palveluun rekisteröityneisiin käyttäjäprofiileihin ja heidän suoritusjakoihinsa kyseisellä ajanjaksolla. Maantieteellinen tarkasteluni rajoittuu palvelussa olevan karttapaikannuksen avulla Porin ja lähikuntien alueelle.

Olen tarkastellut katsausta varten 59 julkista käyttäjäprofiilia ja näiden yhteensä 300 julkisesti jakamaa liikuntasuoritusta Sports Tracker -palvelussa. Keskeistä katsauksessa on se, mitä tietoja kuntoilijat haluavat itsestään julkisesti jakaa ja minkälaisia profiileja he ovat palvelusivustolle

luoneet. Pois lukeutuvat muun muassa sellaiset käyttäjät, jotka eivät ole halunneet luoda itsestään julkista profiilia tai jakaa suorituksiaan julkisesti Sports Tracker -verkkosivulla.

## Mikä Sports Tracker?

Liikkumisestaan ja kuntoilustaan kiinnostuneiden saatavilla on vuonna 2014 kymmeniä ilmaisia liikunnan mobiilisovelluksia. Esimerkiksi Googlen Play -kaupan Terveys ja kuntoilu -luokassa on ladattavissa useita GPS:ää hyödyntäviä ilmaisia liikuntasovelluksia Android-puhelimille. Suosituimpien listalla kärjessä ovat Sports Tracker, Endomondo Sports Tracker, RunKeeper GPS Track Run Walk ja Runtastic Running & Fitness, joilla kaikilla on yli miljoona latausta. (Google Play 2014.)

Sports Tracker on ylläpitäjänsä mukaan mobiilipuhelimille tarkoitettujen liikuntasovellusten edelläkävijä (Sports Tracker 2014). Sovelluksen historia juontaa juurensa matkapuhelinyhtiö Nokiaan ja vuoteen 2004. Vuonna 2009 Sports Tracker erkaantui Nokiasta ja vuonna 2010 sovelluksen alkuperäiset kehittäjät perustivat oman yrityksen. Marraskuusta 2010 marraskuuhun 2011 sovelluksen käyttäjämäärät kasvoivat Suomessa 20 000:sta 115 000:een. Sovelluksen käyttäjämäärät ovat jatkaneet kasvuaan tämän jälkeenkin. Vuoden 2012 alussa käyttäjiä oli Suomessa yli 160 000 ja vuoden 2013 alussa noin 400 000. (Solja 2012, Juusola 2013.)

Urheiluun erikoistuneiden mobiilipalveluiden toiminta perustuu GPS:n paikannustietoihin. Sports Trackerissä kuntoilija aloittaa suorituksensa tallentamisen käynnistämällä sovelluksen puhelimestaan ja lopettamalla tallennuksen suorituksen jälkeen. Sovellus mittaa harjoitukseen käytetyn ajan, edetyn matkan, keski- ja maksiminopeuden, piirtää reitin kartalle ja arvioi suorituksessa kulutetun energian käyttäjäkohtaisten tietojen perusteella. Jos käyttäjä on yhdistänyt palveluun erikseen hankittavan sykevyön, sovellus listaa ylös myös käyttäjän harjoituskäytön keski- ja maksimisykkeen.

Halutessaan harjoituksen voi jakaa julkisesti Sports Tracker -verkkosivustolla tai vain kavereilleen kyseisessä verkko-yhteisössä, Facebookissa tai Twitterissä. Harjoitusta voi kommentoida, siihen voi liittää kuvia ja suorituksesta voi saada palautetta toisilta käyttäjiltä. Käyttäjä pääsee lisäksi tarkastelemaan muiden rekisteröityneiden käyttäjien jakamia suorituksia, etsimään palvelusta kavereita tai seuraamaan lähellä olevien muiden Sports Tracker -käyttäjien jakoja. Käytännössä keskustelua suorituksista on mahdollista käydä useilla areenoilla – niin sovellukseen kirjautuneiden käyttäjien omissa yhteisöissä kuin muissa sosiaalisissa yhteisöpalveluissa.

Tarkemmin sovelluksen käyttöön pääset tutustumaan alla olevasta videolinkistä.

## Kuntoilijat virtuaalilentällä

Liikkuville suunnatut mobiilisovellukset mahdollistavat urheilu-suorituksen tarkan mittaamisen ja henkilökohtaisen harjoituspäiväkirjan pitämisen, mutta samalla ne toimivat yhteisöllisinä kokoontumispaikkoina. Kännykkäyhteiskunnan syntyä tutkinut Timo Kopomaa ennakoii jo vuonna 2000, että kännykästä tulee tulevaisuuden virtuaalinen agora, kohtauspaikka, elämyspeli tai

tiedonkäsittelyn ja -hallinnan laite (2000, 113). Kännykästä on tullut muiden muassa kuntoilijoiden kohtaamispaikka, mutta myös käyttäjien harjoitustietojen hallinnan laite. Samalla verkosta on tullut useiden eri alakulttuurien koti.

Mediaurheilua tutkinut Riikka Turtiainen ja verkon elämäjulkaisuja tarkastellut Sari Östman määrittävät verkon virtuaaliyhteisöt alakulttuurisiksi yhteisöiksi. He soveltavat internetympäristöjen tutkimukseen Pierre Bourdieun luomaa sosiaalisen vuorovaikutuksen rakennetta kuvaavaa kenttäteoriaa (2009, 341). Bourdieun mukaan yhteiskunta jäsentyy erilaisiin sosiaalisiin kenttiin ja valtataisteluun näillä kentillä. Tämän teorian mukaan menestymisen kullakin kentällä määrittää sille ominainen pääoma, esimerkiksi yksilön sosiaalisessa ympäristössään ansaitsema arvovalta (Häyrynen 2009, 25). Urheilusta ja liikunnasta kiinnostuneiden Sports Tracker -yhteisö voidaan nähdä yhtenä kulttuurin kenttään kuuluvana virtuaalisena alakulttuurina. Tällä kentällä ratkaisevat ennen kaikkea aineettomat pääomat, kuten yksilön saama arvostus verkkoyhteisössä. Ihminen tarvitsee kentällä jonkin verran myös teknologisen osaamisen ja taloudellisten resurssien pääomaa, jotta voi käyttää tietoliikenneyhteyksiä ja omistaa älypuhelimien.

Miten tuo kulttuurinen kenttä, verkkoyhteisö, voidaan määritellä? Isomäen ja kumppanien (2013, 154–155) mediatutkija Howard Rheingoldilta lainaaman määritelmän mukaan verkkoyhteisöille on ominaista se, että niiden jäsenet kommunikoivat keskenään ja esittävät omakohtaisia tuntemuksiaan ja se, että palvelut ovat helposti saavutettavissa. Liikunnan mobiilisovelluksissa kommunikointi on tekstin, kuvien ja reittikarttojen keskinäistä jakamista ja vaihtamista. Käyttäjät myös esittävät suoritusjakojensa yhteydessä subjektiivisia tuntemuksia niin arjestaan kuin yksilöidymmin harjoituksistaankin. Yhteisön synnyn puolestaan mahdollistaa palvelujen saavutettavuus. Esimerkiksi Sports Trackerissä yhteisön seuraaminen on mahdollista palveluun kirjautumattakin, mutta omien harjoitustietojen tallentaminen ja jakaminen on mahdollista ainoastaan rekisteröityneenä käyttäjänä.

Verkkotutkimuksen erityiskysymyksiin perehtyneet Hannakaisa Isomäki, Tiina-Riitta Lappi ja Johanna Silvennoinen (2013, 154) erittelevät lisäksi virtuaali- ja verkkoyhteisön käsitteet. Verkkoyhteisö kuvastaa heidän mielestään enemmän käyttäjiä, jotka esiintyvät verkossa lähes arki-identiteetillään. Tässä valossa Sports Tracker -käyttäjät muodostavat enemmän verkko- kuin virtuaaliyhteisön, sillä ihmiset esiintyvät palvelussa hyvin usein tunnistettavina henkilöinä. Tutkimukseni käyttäjäprofiileista 78 prosentissa kävi ilmi sekä käyttäjän etu- että sukunimi. Tunnistettavalla profiilikuvalla palvelussa esiintyi 56 prosenttia tutkimistani profiileista.

Liikunnan mobiilisovellukset, kuten Sports Tracker, sallivat käyttäjiensä jakaa tietoa jokapäiväisen elämänsä tapahtumista omaehtoisesti internetin verkkosivuilla. Käyttäjät julkaisevat suorituksiaan ja kertovat samalla suoritusten kommenttiteksteissä käyneensä ”kävelyllä kullan kanssa”, ”menevänsä kauppaan” tai ”käyvänsä lenkillä koiran kanssa”. Tässä mielessä verkkosivuilla julkisesti jaetut urheilu suoritukset voidaan nähdä Sari Östmanin määrittelemänä elämäjulkaisuina (2008). Hänen mukaansa elämäjulkaisuihin lukeutuvat käytännöt, joissa yksityishenkilöt julkaisevat omasta tahdostaan jokapäiväisen elämänsä tapahtumia internetissä. Östman näkee elämäjulkaisut osana päiväkirjatraditiota. Tästä näkökulmasta Sports Tracker -

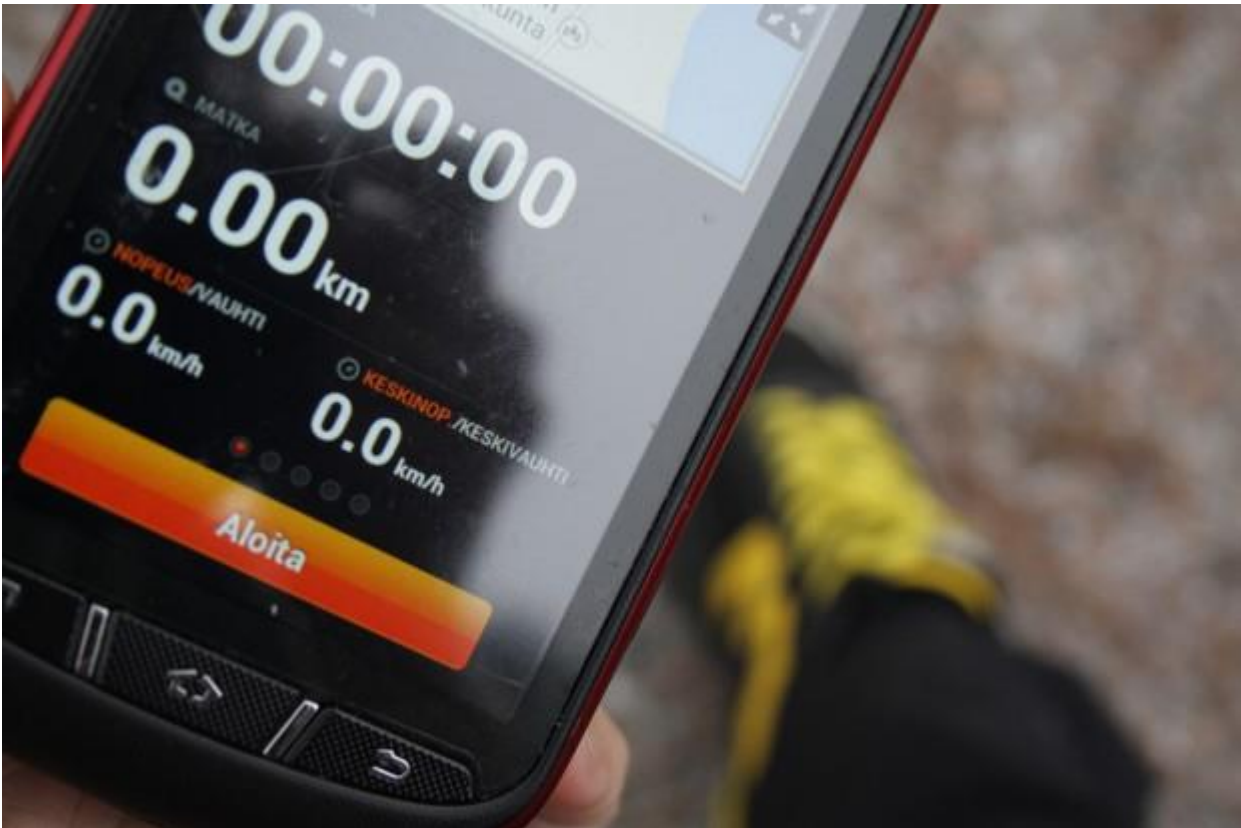
yhteisön jakamien suoritussten voidaan nähdä olevan perua paperivihkoihin raapustettujen harjoituspäiväkirjojen traditiosta.

## Riittääkö tekniikka, entä taito?

Verkolla on kulttuurintutkimuksessa kahtiajakoinen, joskin yhä keskeisempi, luonne. Yhtäältä verkko on paikka, jossa yhä useammat ja erilaisemmat verkkokulttuurit syntyvät ja muotoutuvat. Toisaalta verkko itsessään ja sen teknisellä alustalla toimivat sovellukset ovat kulttuurin tuotoksia, ihmisen synnyttämän teknologian saavutuksia (Laaksonen, Matikainen ja Tikka 2013, 12). Näin, kulttuurituotteena, nähtynä Sports Trackerin käyttöön vaikuttavat keskeisesti mobiililaitteen ja sovelluksen teknologiset ominaisuudet. Ne määrittävät palvelun käytettävyyttä, suoritussten julkaisua ja kuvailua sekä kuvien ja kommenttien jakamista. Yksi keskeisimmistä sovelluksen ominaisuuksista liikunnan kannalta on sen mobiilius – liikuteltavuus ja liikkuvuus. Nämä mahdollistavat ensinnäkin suoritussten mittaamisen, mutta myös sen jakamisen ja kommentoinnin reaaliaikaisesti heti harjoitussten päätyttyä.

Mobiilisisältöjä ja niiden julkaisua tutkinut Piritta Poikselkä (2010, 148–149) muistuttaa, että sosiaalisten yhteisöjen toimintaan osallistutaan yhä enemmän matkapuhelinten kautta, minkä seurauksena tietoa jaetaan entistä enemmän jokapäiväisistä tilanteista, arjen keskeltä. Toimintaan ihmisiä motivoi usein halu tallentaa muistoja ja jakaa niitä muiden ihmisten kanssa.

Sama arjen tilanteiden jakaminen näkyy ja korostuu Sports Trackerissä, jota käytetään suurelta osin ainoastaan matkapuhelinten kautta. Tällöin mobiililaitteen käytettävyyys ja sovelluksen käytön vaivattomuus kannettavalla älylaitteella määrittävät sitä, miten, missä yhteydessä ja kuinka aktiivisesti palvelua käytetään ja tietoja jaetaan.



Kuva 1. Sports Trackerin tekniset ominaisuudet säätelevät sitä, mitä sovelluksella on mahdollista mitata, tallentaa ja jakaa sekä myös sitä, kenelle ja millaisten liitetietojen kanssa suorituksia voi jakaa.

## Kaverin kanssa mukavampaa

Useat tutkimukset todistavat, että yhteisöllisyys lisää ihmisten liikuntamotivaatiota (Kari 2011, Vickey & Breslin 2011, Stragier ja kumppanit 2011). Siksi mobiilisovellusten tarjoamat yhteisölliset ja sosiaalisen vuorovaikutuksen mahdollistavat ominaisuudet eivät suinkaan ole yhdentekeviä. Päinvastoin suoritusten jakamis- ja vuorovaikutustoiminnoilla näyttää olevan suuri merkitys liikkujalle. Tämän puolesta puhuu muun muassa Tuomas Karin tietojärjestelmätieteen pro gradu - tutkielma kilpasuunnistajien verkkoyhteisöllisyydestä (2011, 88–89). Karin mukaan liikuntasuoritusten jakamisella ja seuraamisella internetin välityksellä on selvä urheilijoita yhteisöllistävä vaikutus. Jaetuista liikuntasuorituksista on mahdollista saada verkkoyhteisössä palautetta, minkä lisäksi kilpasuunnistajat myös odottavat suoritusten jakamisen kirvoittavan vuorovaikutusta yhteisössä ja lisäävän ryhmähenkeä. (2011, 88.)

Liikkumismotivaation ja sosiaalisen verkkoyhteisön yhteydet tunnustavat myös urheilun ja vapaa-ajan tutkija Theodore A. Vickey ja verkkoyhteisöihin perehtynyt John G. Breslin tutkimuksessaan liikunnan mobiilisovellusten käytöstä (2011, 66). He tarkastelivat Endomondo-kuntoilusovelluksen käyttäjiä ja heidän jakamiaan suorituksia Twitter-yhteisöpalvelussa vuonna 2011. Heidän mukaansa mobiilit liikuntasovellukset voivat houkutella liikkumaan tekemällä liikkumisen mitattavaksi ja toisaalta mahdollistamalla myönteisen palautteen ja sosiaalisen yhteisön tuen.

Kuntoilun mobiilisovelluksia ja niiden käyttäjiä tutkineet Jeroen Stragier ja Peter Mechant (2011) päätyivät samansuuntaisiin tuloksiin tutkiessaan RunKeeper-sovelluksella tallennettuja ja Twitterin

kautta jaettuja suorituksia. He totesivat, että ihmiset jakavat suorituksiaan julkisesti ennen kaikkea kuuluakseen yhteisöön ja luodakseen siihen yhteyksiä, saadakseen palautetta toiminnastaan sekä jakaakseen tietoa muille.

## Entäpä Sports Tracker?

Sports Tracker -käyttäjät muodostavat useiden määritelmien perusteella oman verkkoyhteisönsä, mutta minkälainen yhteisö oikeastaan on? Ketkä siihen kuuluvat, millaisia suorituksia he jakavat ja kuinka usein? Näin tarkasteltuna käyttäjät muodostavat julkisten profiilinsa perusteella varsin miehisen, mutta julkaisuaktiivisuudeltaan hyvinkin heterogeenisen joukon.

Tutkimistani käyttäjäprofiileista miesprofiileja oli 69,5 ja naisprofiileja 30,5 prosenttia. Tämä on mielenkiintoinen havainto sikäli, kun tiedetään, että päiväkirjojen kirjoittaminen, kuten myös elämäjulkaisujen jakaminen verkossa, on nähty perinteisesti naisten toimintatapana (Östman 2008). Liikkujien verkkoyhteisössä tilanne on päinvastainen. Harjoituspäiväkirjan pitäminen ja urheilusuoritusten jakaminen ovat miesten omaksumia tapoja. Miehet julkaisevat Sports Trackerissä suoritustietojaan naisia tiheämmin ja ovat myös aktiivisempia jakamaan useiden eri lajien suorituksia.

Mielenkiintoista on pohtia, mistä miesten kiinnostus urheilusuoritusten julkiseen jakamiseen kumpuaa. Onko niin, että miehet haluavat mitata suorituksiaan ja harjoitella tavoitteellisesti enemmän kuin naiset vai ovatko miehet teknisesti suuntautuneempia, useammin riittävän hyvän mobiililaitteen omistavia tai sovelluksen käytössä osaavampia kuin naiset? Haluavatko miehet tuoda harrastuksensa julkisesti esiin? Vai liikkuvatko miehet naisia enemmän?

Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen Terveys 2011 -tutkimus kumoaa ainakin arvion miesten naisia aktiivisemmasta liikkumisesta (Mäkinen, Valkeinen, Borodulin ja Vasankari 2012, 55–58). Päinvastoin, suomalaiset naiset ovat tutkimuksen mukaan miehiä innokkaampia liikkujia niin vapaa-ajalla kuin työmatkoillakin.

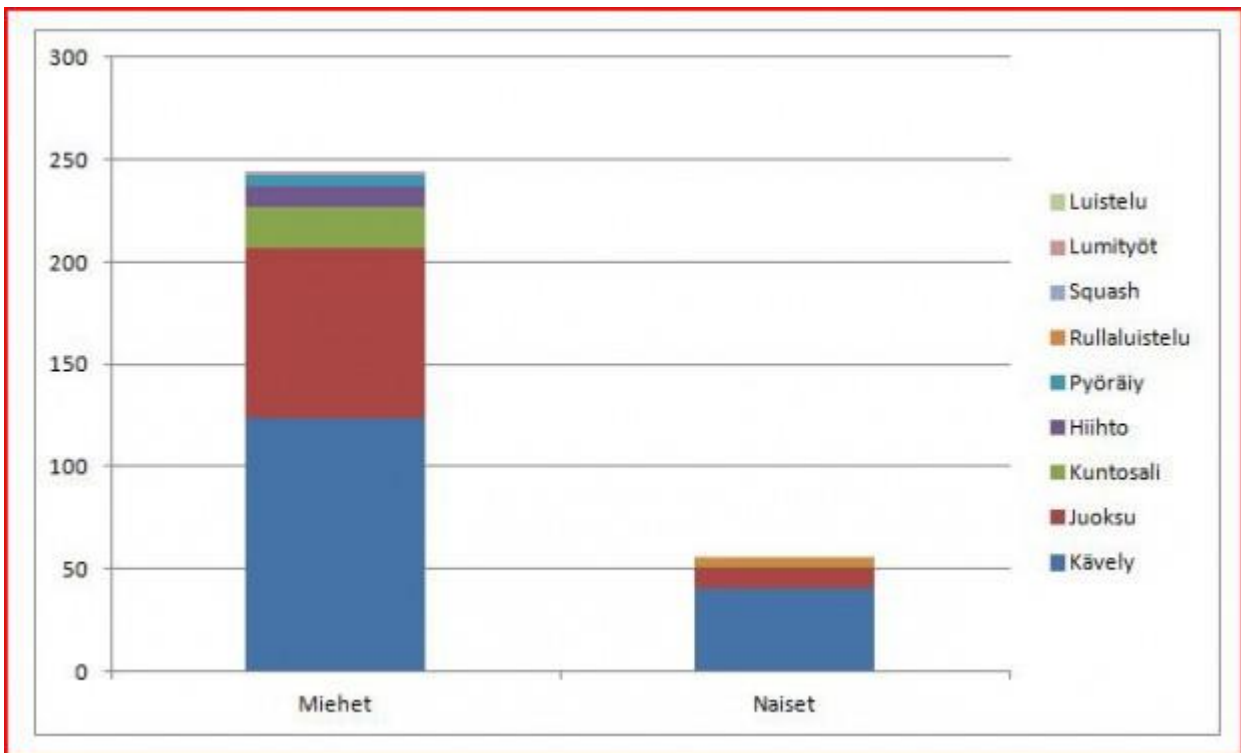
Sports Trackerin teknisyydet ja urheilusuorituksen mitattavuus sen sijaan voivat selittää miesten aktiivisuutta palvelussa. Ainakin nämä seikat motivoivat mieskilpasuunnistajia käyttämään liikuntateknologiaa. Karin mukaan liikuntasuoritusten jakaminen on kilpasuunnistajien keskuudessa yleistä ja sitä harrastavat erityisesti miehet. (2011, 88–89.)

## Kävellen ja juosten

Sports Tracker mahdollistaa useiden eri lajisuoritusten mittaamisen ja seurannan. Tästä huolimatta käyttäjien lajivalikoima keskittyy muutamiin lajeihin, lähinnä kävelyyn ja juoksuun. Ylivoimaisesti eniten julkaistu lajisuorite tutkimuksessani oli kävely, jonka jakoja oli 165 kaikista 300 suorituksesta, eli 55 prosenttia. Juoksusuorituksia oli seuraavaksi eniten, 31 prosenttia, ja kuntosalisuorituksia 7 prosenttia. Muita lajisuorituksia olivat hiihto, pyöräily, rullaluistelu sekä luistelu, squash ja lumityöt yksittäisinä lajeina – vuodenajasta ja säätilasta johtuen. Sisälajien suorituksia ei kuntosaliliikuntaa lukuun ottamatta juurikaan tallennettu tai ainakaan julkaistu.

Havaintojani jaetuista lajisuorituksista tukee Terveys 2011 -tutkimus (Mäkinen, Valkeinen, Borodulin ja Vasankari 2012, 58). Sen mukaan suomalaiset harrastavat pääasiassa kestävyysliikuntaa ja laiminlyövät lihaskunto- ja tasapainoharjoittelun.

Sports Trackerissa lajisuoritusten julkaiseminen eroaa myös sukupuolittain. Naisten jakamat suoritukset painottuvat kävelyyn, kun taas miehet harrastavat aktiivisesti myös juoksemista ja useita muita lajeja naisia monipuolisemmin.



Kuva 2. Naisten ja miesten Sports Trackerissa julkaisemat lajisuoritukset eroavat toisistaan. Naisten liikuntamuotona korostuu kävely. Taulukosta käy ilmi myös miesten naisia suurempi aktiivisuus liikuntasuoritusten julkaisijana.

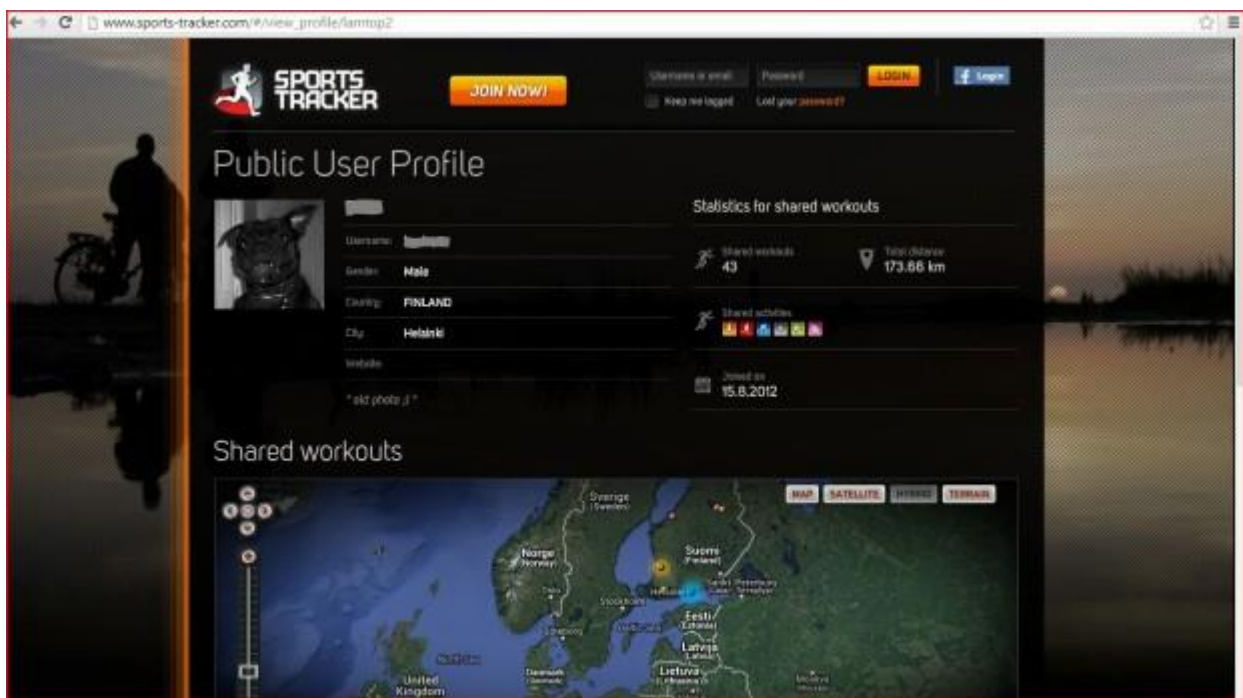
Kävelyn ja juoksun suosiota Sports Tracker -suorituksina selittää suomalaisten yleinen kiinnostus kestävyyslajeja kohtaan (Mäkinen ja kumppanit 2012, 58). Myös ulkoliikuntalajien painotus lajisuorituksissa on urheiluun erikoistuneille internet- ja mobiilipalveluille tyypillistä. Sports Tracker -tutkimuksessani yleisimmät lajit, kävely, juoksu ja kuntosaliharjoittelu, löytyvät myös esimerkiksi liikuntasuoritusten kirjaamispalvelu Heiaheian suosituimpien lajien kärjestä (Miettinen ja Mäkinen 2014, C1–C5).

Muitakin samankaltaisuuksia palveluiden käytössä on. Kuten Sports Trackeria, HeiaHeiaakin käytetään vain harvoin joukkuelajeissa. Helsingin Sanomien HeiaHeiaa käsitelleessä artikkelissa todetaan tämän perusteella, että suomalaiset eivät harrasta joukkuelajeja (2014, C1–C5). Omasta mielestäni tulkinta on liian yksioikoinen. Urheilun mobiilipalvelujen tallennustietojen perusteella voidaan havaita, mihin lajeihin kyseisiä palveluja käytetään, mutta ei sitä, mitä kaikkia lajeja ihmiset ylipäätään harrastavat.

Tarkastelin tutkimuksessani palvelun käytön aloittamista myös käyttäjien liittymisajankohdan mukaan. Laskin, minä eri kuukausina ja vuosina Sports Tracker -käyttäjät ovat ryhtyneet palvelua käyttämään. Kuukausista suosituin liittymisaika oli maaliskuu, jolloin 59 käyttäjäprofiilista oli luotu 10. Toisena erottuivat tammikuut, joiden aikana oli luotu palveluun 8 profiilia. Tammikuun suosiota voivat selittää osaltaan elämäntapamuutokseen tähtäävät uudenvuodenlupaukset, mutta myös tutkimukseni tarkasteluajankohta. Rekisteröityneiden määrässä painottuvat vasta-alkajat, tammikuussa luodut 5 uutta käyttäjäprofiilia. Vähiten käyttäjäprofiileita, ainoastaan 2, oli luotu helmikuiden aikana.

Varhaisimmat liittyjät, toisin sanoen pisimpään palvelua käyttäneet, rekisteröityivät tutkimusaineistoni perusteella Sports Trackeriin vuoden 2010 kesäkuussa. Tämän jälkeen palvelun liittymämäärät ovat kasvaneet. Vuonna 2010 palveluun rekisteröityi tarkastelemistani profiileista 6 sekä vuonna 2011 ja 2012 molempina 12. Eniten uusia liittyjiä, 24 kappaletta, oli vuonna 2013.

Liittymämäärien kehitystä selittävät osaltaan Sports Trackerin käyttäjämäärien kasvu sekä mobiiliteknologian yleistyminen, mutta myös käyttäjäkohtaiset muutokset toiminnan jatkuvuudessa. Vain 6 vuonna 2010 rekisteröitynyttä käyttäjää jakoi suorituksiaan yhteisössä vielä tammikuussa 2014. Enemmistö käyttäjäprofiileista, 49 prosenttia, oli ollut palvelussa alle vuoden. Onkin mahdollista, että palvelun uutuudenviehistä ja/tai liikuntamotivaatio on laantunut ja osa käyttäjistä on jättänyt palvelun käytön. Tämän selvittäminen vaatii kuitenkin lisätutkimusta.



Kuva 3. Sports Trackerin julkisesta profiilista käyvät ilmi muun muassa jaettujen suoritusten määrä, harrastetut lajit, liittymispäivä ja harjoituskilometrien yhteismäärä. (Sports Tracker 2014.)



## **Pari kertaa päivässä vai silloin tällöin?**

Suoritusten julkaisuutiheyden perusteella Sports Trackerin käyttäjät eivät ole kovin aktiivisia liikkujia. Tutkimukseni mukaan lähes puolet, 47,5 prosenttia, käyttäjistä julkaisee suorituksiaan palvelussa harvemmin kuin kerran viikossa. 1–3 kertaa viikossa julkaisevia on 45,7 ja tätä useammin julkaisevia 6,8 prosenttia käyttäjistä. Havainto tukee Sports Trackerin ylläpitäjän omaa näkemystä palvelunsa käyttäjäprofiilista (Solja 2012). Sen mukaan palvelun suurin käyttäjäjoukko on kunnostaan huolehtivat liikkujat, joiden tavoitteena on kohottaa kuntoa, hallita painoa ja elää terveellisesti. Toiseksi eniten käyttäjissä on aktiivisia liikkujia ja aktiivisiksi liikkujiksi tähtääviä, ja jäävuoren huippuna ovat erittäin aktiiviset liikkujat ja ”ammattiliikkujat”.

Huomattavaa Sports Tracker -julkaisijoiden joukossa oli erittäin harvoin julkaisevien käyttäjien suhteellisen suuri määrä. Vähiten aktiiviset käyttäjät saattoivat jakaa suorituksiaan vain muutaman kerran usean vuoden ajanjaksolla.

Naisten kiinnostus suoritusten julkaisemiseen avoimesti Sports Tracker -verkkosivulla oli selvästi miehiä vähäisempää. Kukaan naiskäyttäjistä ei jakanut suorituksiaan sivustolla yli kolmea kertaa viikossa, kun taas muutama miehistä teki sen jopa kaksi kertaa päivässä.

Erikseen pitäisikin tutkia syitä havaintojen taustalla. Julkisten käyttäjäprofiilien tarkastelu ei tässä tapauksessa tarjoa parasta mahdollista tietoa. On mahdollista, että harvoin julkaisseet käyttäjät ovat jakaneet suorituksiaan rajoitetusti vain kavereilleen tai tallentaneet osan harjoituksista vain itselleen. On myös mahdollista, että nämä käyttäjät eivät ole liikkuneet paljon tai eivät ole tallentaneet suorituksiaan Sports Trackerilla, vaan jollakin muulla sovelluksella. Tämän ymmärtäminen vaatii lisätutkimusta ja esimerkiksi käyttäjähaastattelujen tekemistä.

## **Hyvä ajatus, mutta...**

Urheilijoille ja kuntoilijoille suunnattu trakkäyspalvelu Sports Tracker paljastaa käyttäjistään julkisten profiilien ja suoritusjakojen perusteella yllättävän paljon, jos nämä niin haluavat. Vaikka kaikki käyttäjät liikkuvat reaali maailmassa kukin omalla tasollaan, ovat he verkkojulkisuuden areenalla tasavertaisia.

Selvää on, että liikunnan ilmaisilla mobiilisovelluksilla on yhä tärkeämpi merkitys ihmisten hyvinvoinnille, jos ne todella osoittautuvat hyviksi, helppokäyttöisiksi ja tehokkaiksi liikunnan motivaattoreiksi. Useiden tutkimusten mukaan sosiaalisuus ja urheilusuoritusten mitattavuus ovat liikuntamotivaatiossa tärkeitä osatekijöitä ja nämä ominaisuudet nykyiset sovellukset jo mahdollistavat. Tärkeä kysymys kuitenkin on, ovatko sovellukset tarpeeksi innostavia ja kiinnostavia nostaakseen ihmisen takapuolen irti sohvasta – vieläpä riittävän usein ja vuosi toisensa jälkeen.

Tämän katsausartikkelini keskiössä ovat olleet liikkuva yksilö, yhteisö ja ilmiöstä välittyvä kuva verkkomediassa. Laajassa mittakaavassa kysymys on hyvin pitkälti yhteiskunnallinen. Jos liikuntaan erikoistuneet ilmaiset mobiilisovellukset ja niiden yhteisölliset ominaisuudet kykenevät

kannustamaan yksilöt hoitamaan kuntoaan, ulottuvat sovellusten hyödyt paljon ihmisten omaa napaa kauemmas.

*Kirjoittaja on digitaalisen kulttuurin opiskelija. Hän tekee pro gradu -tutkielmaansa Sports Tracker -palvelun käyttäjistä ja käytön motivaatiotekijöistä.*

## Lähteet

Kaikki linkit tarkastettu 3.12.2014

### Aineisto:

Sports Tracker – julkiset käyttäjäprofiilit ja suoritusjaot Porin lähialueella 3.-23.1.2014. <http://www.sports-tracker.com/#/explore> Aineisto tutkijan hallussa.

### Verkkosivut

Google Play. 2014. [https://play.google.com/store/apps/category/HEALTH\\_AND\\_FITNESS?hl=fi](https://play.google.com/store/apps/category/HEALTH_AND_FITNESS?hl=fi)

Oksanen, Juha. 2013. ”Missä ovat parhaat liikuntareitit? Teholaskennalla lisäarvoa sijaintipohjaisiin palveluihin.” Paikkatietomarkkinat 5.11.2013. [http://supra.fgi.fi/docs/Oksanen\\_PTM2013.pdf](http://supra.fgi.fi/docs/Oksanen_PTM2013.pdf)

Solja, Jussi. 2012. ”Sports Tracker. Älypuhelimien urheilutietokoneesta yhteisölliseksi reittikarttapalveluksi.” Seminaari internet- ja mobiilipohjaisista pyöräily-, vaellus- ja melontareittien, -retkien ja –matkojen suunnittelu- ja toteutuspalveluista 15.2.2012.

<http://www.lamk.fi/projektit/ofetela/tapahtumat/Documents/Jussi%20Solja%20pienennetty.pdf>

Sports Tracker. 2014. ”Introducing Sports Tracker.” <http://www.sports-tracker.com/blog/about/>

### Nettivideot

YouTube. 2013. ”Sports Tracker Heart Rate Monitor 2 Tutorial.” <http://www.youtube.com/watch?v=TarpwbDQ5us>

### Lehtiartikkelit

Juusola, Jonna. 2013. Sports Tracker -mobiiliapplikaatio ja sykevyö. *Yhteishyvä*, 31.1.2013.

Miettinen, Anssi ja Mäkinen, Esa. 2014. ”Hiki haussa”. *Helsingin Sanomat*, 19.1.2014, Sunnuntai, C1-C5.

### Tutkimuskirjallisuus:

Häyrynen, Simo. 2009. *Suomalaisen yhteiskunnan kulttuuripolitiikka*. Jyväskylä: Minerva Kustannus Oy.

Isomäki, Hannakaisa, Lappi, Tiina-Riitta ja Silvennoinen, Johanna. 2013. ”Verkon etnografinen tutkimus.” Teoksessa *Otteita verkosta. Verkon ja sosiaalisen median tutkimusmenetelmät*, toimittanut Minttu Tikka, 150-169. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.

- Kari, Tuomas. 2011. *Liikuntateknologia kilpasuunnistajan harjoittelun ohjaajana ja motivaattorina*. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.  
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/37003/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-2011112511729.pdf?sequence=1>
- Kopomaa, Timo. 2000. *Kännykkäyhteiskunnan synty*. Helsinki: Oy Yliopistokustannus University Press Finland.
- Laaksonen, Salla-Maaria, Matikainen, Janne ja Tikka, Minttu. 2013. "Tutkimusotteita verkosta." Teoksessa *Otteita verkosta. Verkon ja sosiaalisen median tutkimusmenetelmät*, toimittanut Minttu Tikka, 9-33. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.
- Mäkinen, Tomi, Valkeinen, Heli, Borodulin, Katja ja Vasankari, Tommi. 2012. "Fyysinen aktiivisuus." *Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa 2011*, toimittanut Noora Ristiluoma, 55-58. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 68/2012.  
[http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90832/Rap068\\_2012\\_netti.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90832/Rap068_2012_netti.pdf?sequence=1)
- Poikselkä, Piritta. 2010. "Liikkuvat sosiaalisen median palvelut." Teoksessa *Yhdessä ja liikkeellä. Mobiili sosiaalinen media*, toimittanut Jaakko Suominen, 147-160. Kulttuurituotannon ja maisemantutkimuksen koulutusohjelma. Julkaisu n:o 21.  
[http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/62911/yhdessa\\_ja\\_liikkeella-web2.pdf?sequence=4](http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/62911/yhdessa_ja_liikkeella-web2.pdf?sequence=4)
- Stragier, Jeroen and Mechant, Peter. 2011. *Mobile fitness apps for promoting physical activity on Twitter: the #RunKeeper case*. Proceedings of Etmaal van de Communicatiewetenschap, Ghent University.  
<http://hdl.handle.net/1854/LU-3129098>
- Turtiainen, Riikka ja Östman, Sari. 2009. "Tavistaidetta ja verkkoviidettä. Omaehtoisten verkkosisältöjen tutkimusetiikkaa." Teoksessa *Kulttuurituotanto. Kehykset, käytäntö ja prosessit*, toimittaneet Maarit Grahn ja Maunu Häyrynen, 336-358. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Vickey, Theodore A. ja Breslin, John G. 2011. *A Study on Twitter Usage for Fitness Self-Reporting via Mobile Apps*. AAAI Spring Symposium Series. North America, mar. 2012.  
<http://www.aaai.org/ocs/index.php/SSS/SSS12/paper/view/4272/4683>
- Östman, Sari. 2008. "Elämäjulkaiseminen – omaelämäkerrallisten traditioiden kuopus." *Elore* vol. 15, 2/2008. [http://www.elore.fi/arkisto/2\\_08/ost2\\_08.pdf](http://www.elore.fi/arkisto/2_08/ost2_08.pdf)