

# Marktonderzoek

**VUB sportcomplex Body &  
Mind-zaal**

Groep 10

Ariana Maxhuni 0559111  
Dylan Englebert 0556048  
Eva Claes 0557223  
Marie Moreau 0565900  
Max Pluymers 0566592  
Shwe Uu 0561757

Academic Year 2022-2023

# Inhoudstafel

Inhoudstafel	2
Inleiding	3
Kritische literatuurstudie	4
Sport en gezondheid	4
Body en mind	4
Concurrentieanalyse	6
Onderzoeksvragen	7
Onderzoeksmethodologie	8
Onderzoek A: VUB-studenten	8
Doelgroep	8
Methodologie	8
Onderzoek B: Lokale scholen	1
Doelgroep	1
Methodologie	1
Dataverwerking en -analyse	1
Onderzoek A: de VUB-studenten	1
Demografische gegevens	1
Interesse in de zaal	1
Invulling zaal	2
Betalingsbereidheid	3
Benodigdheden	3
Extra suggesties	3
Onderzoek B: de Lokale scholen	4
Interesse	4
Benodigdheden	4
Betalingsbereidheid	5
Beperkingen	5
Conclusie	6
Referentielijst	8
Appendix	10

# Inleiding

In 2010 begon de VUB met de renovatie van sportzalen, de atletiekpiste en het zwembad die intussen sterk verouderd waren. Hierbij breidde het zwembad uit door de toenmalige vechtsportzaal te gebruiken als extra plaats. 10 jaar later besloot de VUB de tennisterreinen te vervangen met een nieuwe dojo/ vechtsportzaal waarbij er een extra kleine ruimte (35 m<sup>2</sup>) vrij komt naast de vechtsportzaal. Deze zullen vanaf januari 2023 gebouwd worden. Verder stelde het afdelingshoofd beweging en sport bij de VUB, Dirk Van de Wiele, zich de vraag wat de invulling van die zaal zou zijn. Dhr. Van de Wiele dacht eerst aan een body & mind-zaal, wat wij definiëren als: een sportzaal gericht op het aanbieden en uitoefenen van body & mind-sporten, hieronder vallen onder andere yoga, dans, pilates en meditatie. Dit onderzoek tracht de vraag van VUB-studenten en lokale scholen in te schatten voor deze body & mind-zaal. Bijkomend, trachten we ook de meest gevraagde sporten te weten te komen en het benodigd materiaal voor die sporten. Tenslotte stellen we ook de vraag naar de betalingsbereidheid van de respondenten.

Deze paper beantwoordt de vragen rond de interesse naar de nieuwe body & mind-zaal, de aangeboden activiteiten binnen die zaal en de eventuele benodigdheden voor die zaal. Dit zal gebeuren onder de vorm van semigestructureerde interviews met 15 VUB-studenten en 5 lokale scholen. Hiermee trachten we de interesse naar de body & mind-zaal in te schatten en bijkomend vragen we naar de betalingsbereidheid van de respondenten. De VUB-studenten worden verdeeld in 3 subgroepen: (1) de VUB-sportmixgroep is een groep van studenten die momenteel gebruik maken van het sportmix-abonnement, waar ze jaarlijks €25,40 voor betalen. Dit abonnement laat toe om voor 1 jaar deel te nemen aan sportactiviteiten naar keuze (VUB Sportmix – een wekelijks pakket verschillende sporten, z.d.). (2) De VUB-danskring is een niet-officiële groep/ kring van VUB-studenten die op dinsdagavonden (van 19.00 tot 20.00) danslessen organiseren op de VUB, dit organiseren en promoten ze onder de Instagramnaam "@dancecrewvub". Deze groep is opgericht door twee VUB-studenten Inas en Léonie, hiermee wouden ze dansspasjes aanleren aan mensen die ook van dansen houden en rekruteren ze ook studenten die goed kunnen dansen of al in een dansteam buiten de VUB zitten. Onder niet-officieel bedoelen we dat de danskring niet terug te vinden is op de VUB-site onder het rubriek "studentenverenigingen". De laatste groep (3) bestaat uit een groep van studenten die aselect gevraagd worden deel te nemen aan het onderzoek, hierbij stellen we de voorwaarde dat ze geen Sportmix-abonnement hebben en niet behoren tot de VUB-danskring.

Deze paper is opgebouwd door in de kritische literatuurstudie de effecten van body & mind-activiteiten op het lichaam/ welzijn van een individu te bespreken, daarna leggen we kort de prijsgevoeligheid van de doelgroep uit om af te sluiten met een concurrentieanalyse, waarbij we de prijzen van dichtbijgelegen concurrenten vergelijken. Vervolgens beschrijven we de onderzoeksmethodologie met de onderzoeksvraag en specifieke meetvragen. Later verwerken we de gegevens van het kwalitatief onderzoek en tot slot beschrijven wij de conclusies getrokken uit de data en de implicaties voor de opdrachtgever.

# Kritische literatuurstudie

In de kritische literatuurstudie bespreken we eerst de positieve effecten van beweging op vlak van fysieke en mentale gezondheid en bijkomende extra voordelen. Vervolgens bespreekt het deel "body en mind" de effecten van onder andere yoga en meditatie op mentale gezondheid. Tenslotte voerden we in "concurrentieanalyse" een omgevingsanalyse van de body & mind-zaal uit, hierin vergelijken we de prijzen van concurrenten die (1) een gelijkaardige zaal als de body & mind-zaal aanbieden en (2) body & mind-activiteiten aanbieden als lessen (bv. Yogales, pilatesles, meditatieles, etc.)

## Sport en gezondheid

Sport is belangrijk voor de gezondheid en over het belang van de fysieke gezondheid wordt veel gesproken in wetenschappelijke onderzoeken (Have, Graaf, & Monshouwer, 2009; Erickson et al., 2011; Sharma, 2015). Sporten helpt onder meer om ernstige ziekten als overgewicht en hart- en vaatziekten te voorkomen. Bovendien bevordert regelmatige lichaamsbeweging een gezonde levensstijl, een goede nachtrust (Sport en gezondheid – NOCNSF, z.d.) en de snelheid van herstel bij blessures en ziektes (Have, Graaf, & Monshouwer, 2009). Hiernaast is er bewijs dat voldoende lichaamsbeweging het risico op baarmoederslijmvlies-, dikke darm- en borstkanker verkleint, alsook mogelijk de kans op long-, lever- en slokdarmkanker (Lichaamsbeweging verkleint het risico op kanker, z.d.).

Sporten is niet enkel gezond voor de fysieke gezondheid, maar ook voor de gezondheid van onze hersenen. De hippocampus is gelegen in de hersenen van de mens en deze wordt aangetast door onder andere alzheimer, een aandoening die het geheugen van de mens aantast. Door meer te sporten, kan een individu zijn hippocampus gezond houden en dus de kans op alzheimer verkleinen (Erickson et al., 2011). In het onderzoek van Erickson et al. (2011) werd er ook vastgesteld dat door meer te sporten de hippocampus bij oudere mensen minder snel verkleint, wat een positief impact zou hebben op de gezondheid. Vervolgens zorgt sporten ook voor een bescherming van de frontale en temporale delen van het brein wat zorgt voor een ruimtelijk inzicht (Erickson et al., 2011).

Hiernaast heeft sporten ook voordelen voor de mentale gezondheid. Meerdere wetenschappelijke onderzoeken (Have, Graaf, & Monshouwer, 2009) hebben aangetoond dat het percentage van personen met een psychische stoornis in een groep van individuen die regelmatig (één en drie uur per week) sporten, 1.5 keer minder is dan bij een groep van individuen die onregelmatig of niet sporten. Bij uitbreiding is de kans op depressie en angst aanzienlijk minder dankzij sport. Verder werd er ook vastgesteld dat de herstelling van patiënten met psychische stoornissen sneller zou verlopen als zij veel/ meer zouden bewegen (Have, Graaf, & Monshouwer, 2009). Sporten verlaagd ook de kans op een toekomstige depressie (Sporten is gezond én beschermt je tegen depressie, 2017).

Zoals aangekaart uit voorgaand onderzoek (Sport en gezondheid – NOCNSF, z.d.) heeft sport een positieve invloed op de slaaprust, wat in de eerste instantie een grote invloed heeft op het mentale welzijn. Uit het onderzoek van Li et al (2021), kunnen we constateren dat een slaapstoornis gelinkt is aan depressie, als ook dat gezonde slaapgewoonten belangrijk zijn om de mentale gezondheid te bevorderen. De studie van Chen et al (2022) heeft ondervonden dat slaapstoornissen geassocieerd zijn met depressie en cognitieve stoornissen. Deze twee onderzoeken bevestigen dat een gezond slaappatroon cruciaal is voor het mentale welzijn van de mens.

## Body en mind

De toekomstige body en mind zaal wil inzetten op een mindfulness-approach. "Yoga wordt vaak onderschat door sporters, en toch zou het wel 'the key to success' kunnen zijn", volgens Sharma (2015). De auteur vermeldt dat focussen op het ademen centraal staat bij de Yoga, en dat dit een atleet zou kunnen stimuleren om gefocust te blijven tijdens belangrijke wedstrijden. Ten tweede

wordt er bij Yoga gewerkt met verschillende posities wat de spieren en pezen zou versterken en hierdoor krijgt de sporter ook meer evenwicht en algemene fitheid. Tenslotte is Yoga ideaal om de spieren te ontspannen na een heftig sport sessie en ook de mind zou hierbij ontspannen worden. Sport en competitie kan voor sporters een stress worden en volgens dit onderzoek zou yoga kunnen helpen om de trainingen en competities weer aangenaam te vinden. (Sharma, 2015) Verder helpt yoga bij het verlagen van stress en depressie. Volgens Skowronek, Mounsey en Handler (2014) verlaagt het beoefenen van yoga de symptomen van stress en depressie met 12 tot 76 procent. Acute mentale stress is gelinkt aan abnormale coronaire reactiviteit, plaque ruptuur en hartritmestoornissen. Hiernaast veroorzaakt chronische stress de ontregeling van de adaptieve stressresponsystemen die op hun beurt het risico op hart- en vaatziekten verhogen, deze effecten worden versterkt door stress of terugkerende negatieve emoties (Vaccarino et al, 2021). Volgens meerdere studies zijn chronische stress, depressie en PTSD gelinkt aan hart- en vaatziekten (Vaccarino et al, 2021). In de studie van Vaccarino et al (2021) kon men constateren dat patiënten met een traumatisch verleden of depressie meer kans hadden om myocardischemie met mentale stress te ontwikkelen.

Naast yoga, kent meditatie ook verschillende voordelen. Volgens het onderzoek van Levin et al (2014) was er een significant verschil in de mentale en fysieke gezondheid van de participanten. De deelnemers van het onderzoek dat één of meer keer per week mediteren, vertonen een betere mentale en fysieke gezondheid dan de deelnemers dat één keer, minder dan één keer per week of nooit mediteren. Verder stelde de studie vast dat bij de deelnemers die in het afgelopen jaar één of meer keer per week gemediteerd hadden, de hoeveelheid mensen met depressie aanzienlijk minder was dan bij een controlegroep die niet aan meditatie deed. Mediteren verlaagt ook het niveau van het stresshormoon cortisol in het bloed, wat wijst op de verlaging van stress door meditatie (Turakitwanakan et al, 2013). Bamber en Morpeth (2019) bevestigde met hun studie deze conclusie en bij uitbreiding stelden ze ook vast dat meditatie een positief effect had op angst.

Verder mogen we de voordelen van stretchen niet verwaarlozen. We zien in het onderzoek van Mueck-Weymann, Janshoff & Mueck (2003) dat de deelnemers van het onderzoek voor een periode van 28 dagen, dagelijks een stretching programma volgden van 15 minuten lang. Na deze periode kon er een verbeterde flexibiliteit, een verminderde hartslag en een algemeen beter welzijn vastgesteld worden. Hiernaast zorgt stretchen voor een afname van stress, angst en vermoeidheid en verhoogt het niveau van vitaliteit, mentale welzijn en algemene gezondheid (Montero-Marin et al, 2013). Ook helpt stretchen bij het tegengaan van gespannen spieren, die kunnen zorgen voor stijve spieren en pijn, wat deze klachten kan verhelpen (Colorado state univerisity, 2021).

Het belang van een mindfulness-approach wordt in de studie van Hearn en Stocker (2022) uitgelicht, mindfulness is een toegangsgerichte strategie om stress onder controle te houden "door middel van een niet-oordelend besef van het huidige moment". Hierin stelden de onderzoekers vast dat bij studenten die aan mindfulness doen, een lager niveau van cortisol, het stresshormoon, werd aangetroffen en een lager niveau van stress werd ervaren door de deelnemers van het onderzoek. Hiernaast ondervonden Hearn en Stocker (2022) dat met een toename in mindfulness in de vorm van bewustzijn/besef, niet oordelen en niet reageren studenten betere examenresultaten kregen.

## Concurrentieanalyse

In het tweede deel 'concurrentieanalyse' onderzoeken wij de prijzen opgesteld door concurrenten voor het huren van een zaal en de prijzen voor deel te nemen aan 1 sessie of 1 uur van dansles, yogales en pilatesles. We lijsten hierbij de prijzen op in de onderstaande tabellen: tabel 1 bevat de prijzen voor de verhuur van een gelijkaardige zaal, tabel 2 bevat de prijzen voor de lessen. De VUB moet rekening houden met het feit dat de meeste van hun klanten studenten en alumni zijn. Dit is een klantengroep die zeer prijsgevoelig is; dhr. Van De Wiele, afdelingshoofd sport en beweging bij de VUB, vermeldde dat hij zal ingaan op deze prijsgevoeligheid van deze doelgroepen. Hij vermeldde: "De VUB zal gebruik maken van een exploitatiemodel met voordeeltarieven voor studenten, andere tarieven voor partners (alumni en eventueel clubs die mee investeren in de bouw van de zaal) en uiteindelijk een normale prijs voor alle anderen. Hierbij verhuren we dan 60% van de tijd de zaal aan "normale" prijs (boven de exploitatiekost) om dan 40% aan voordeeltarief (op of onder de kostprijs voor exploitatie) te verhuren.". Verder raden wij aan om bij de marketing van de body & mind-zaal in te zetten op het prijsverschil met concurrenten, de kwaliteit aangeboden aan de klanten en bijgevolg ook de inbegrepen materialen zoals matten, spiegels, verlichting dat je kan dimmen/ aanpassen naar keuze, geluidsinstallatie, etc.

We hebben de concurrenten gevonden door gebruik te maken van google en google maps met de zoektermen: "zalenverhuur VUB; zaal huren VUB; zalenverhuur Brussel; zaal huren Brussel; louer salle polyvalente Bruxelles; louer salle de danse Bruxelles; Yogales Brussel; Pilates Brussel; Yoga Bruxelles; Pilates Bruxelles". Bij elk van de verkregen resultaten op google en google maps, keken we eerst naar hoe dicht de zaal gelegen was bij de VUB campus Etterbeek en vervolgens keken we of dat ze eventueel prijzen adverteerde. Sommigen adverteerden geen prijzen, naar hun hebben we dan een mail gestuurd, maar hebben tevergeefs geen antwoord gekregen.

Naam	Locatie	Prijs
Hybrid Studios Brussels / Cie Bud Blumenthal		Niet geantwoord
Collectivo Garcia Lorca Collectif	Voldersstraat 47/49 1000 Brussel	€21 per uur
Le Spot	Chambérystraat 32, 1040 Etterbeek	€35 per les

Tabel 1: Zaalverhuur voor dans, yoga...

Naam	Locatie	Prijs
The flow lab	Cours Saint-Michel, 97/13 1040 Etterbeek	€9,50 per les (1 u/week)
Dance STUDIO 51	Rue des Francs 51 1040 Etterbeek	€5,77 per uur
The Embassy Room Bruxelles Dance/Salsa	Boulevard Bischoffsheim, 38B - 1000 Bruxelles	€15 per les
Dans' Harmonie	Vanderkinderestraat 471 1180 Brussel	€8,19 per les (contemporary dance)
The Lab Dance	Chaussée d'Alseberg, 342 B-1190 Bruxelles	€6,35 per uur
Espace Temps Danse	Dance Studio Calevoet: Rue Egide Van Ophem 4 1180 Uccle Bruxelles  Dance Studio Dieweg: Dieweg 69 1180 Uccle Bruxelles	€180 per semester (1u/week) → €27 per uur

Let's Yoga Bruxelles Ashtanga-Teen yoga	Tongerenstraat 9 1040 Etterbeek	€25 per les
Brussels Yoga Loft	Vleurgatsesteenweg 109 1000 Brussel	€22 per les
CORPUS STUDIOS	Borrensstraat 33 1050 Brussel	€25 per (collective) les
Bodyfit Pilates Studio	Gérardstraat 11 1040 Etterbeek	€45 per groepsles (3-6 personen)
Bodymind – Pilates & Yin Yoga	Alfred Gironstraat 35, 1050 Elsene	€14 voor een les
Bepilates	Cours St Michel 97/3, 1040 Etterbeek	€20 per les
Bhealthy Pilates Studio & Therapy Center	Terkamerenlaan 27, 1000 Brussel	€35 per les (1 les = 1 uur)

Tabel 2: Danslessen, yogalessen, pilateslessen...

## Onderzoeksvragen

In ons onderzoek staan twee onderzoeksvragen centraal:

1. Is er vraag van VUB-studenten naar de nieuwe body & mind-zaal en hoeveel interesse hebben zij in sportactiviteiten aangeboden in die zaal?
2. Hebben scholen uit de buurt vraag naar een nieuwe polyvalente zaal en bij uitbreiding specifiek een body & mind-zaal. Indien ze interesse hebben, welk materiaal moet er aanwezig zijn in deze zaal?

Bovendien onderzoeken we wat de VUB-studenten en de lokale scholen verwachten van zo'n zaal en welke prijs ze bereid zijn te betalen voor het gebruiken van de nieuwe zaal. Deze vraag wordt vervolgens gesplitst in een aantal deelvragen, namelijk:

- Hoeveel zijn VUB-studenten bereid te betalen voor de door ons voorgestelde sportactiviteiten in de body & mind-zaal? Deze activiteiten zijn yoga, dans, pilates en meditatie.
- Hoe frequent willen VUB-studenten deelnemen aan deze sportactiviteiten in de body & mind-zaal?
- Hoeveel zijn de scholen bereid te betalen voor de bovengenoemde sportactiviteiten?
- Hoe frequent willen scholen gebruik maken van de nieuwe body & mind-zaal?
- Welk materiaal moet er ter beschikking gesteld worden om deze body & mind-zaal aantrekkelijk te maken voor studenten en scholen?
- Is er concurrentie voor deze nieuwe zaal in de buurt van de VUB en welke prijs vraagt deze concurrentie?

# Onderzoeksmethodologie

In deze paper voeren wij kwalitatief onderzoek uit en maken wij gebruik van semigestructureerde interviews om op een verkennende manier de interesse naar een body & mind-zaal te achterhalen. De body & mind-zaal is een polyvalente zaal ingericht en bedoeld voor body & mind-activiteiten (bv. yoga, dans, pilates, meditatie...). Dit onderzoek is tweeledig: we voeren 13 interviews bij VUB-studenten, wat onderzoek A vormt. Ook voeren we 5 interviews bij omliggende scholen uit, wat gecategoriseerd wordt onder onderzoek B.

## Onderzoek A: VUB-studenten

### *Doelgroep*

Deze studie onderzoekt hoe geïnteresseerd VUB-studenten zijn in een nieuwe polyvalente zaal en meer specifiek rond de interesse in het gebruik van een body & mind-zaal. De VUB-studenten die we selecteren bestaan uit a) studenten die in de VUB danscrew zitten en frequent gebruik maken van de danszalen op de VUB, b) studenten die gebruik maken van de VUB-sportinfrastructuur, maar het niet voor dansen gebruiken (VUB-sportmix) en c) VUB-studenten die niet meer dan 2 keer per jaar gebruik maken van de VUB-sportinfrastructuur (genaamd de niet-sport-of-dansgroep). Deze laatste groep werd ad random aangesproken en gevraagd om deel te nemen aan het onderzoek. De VUB-danscrew is een groep VUB-studenten die op dinsdagavonden van 19u tot 20u danslessen organiseren op de VUB. Deze danslessen worden gegeven door de oprichters van de danscrew, maar ook door studenten die door hen gerekruteerd zijn omdat ze goed kunnen dansen. Ze zijn geen officiële kring aan de VUB op dit moment, wat betekent dat de danskring niet te vinden is op de VUB-site onder de rubriek "studentenverenigingen". Wel kan je ze op Instagram vinden onder de naam "dancerecrewvub". Wij zullen verder in dit onderzoek de termen "dancecrew" en "danskring" door elkaar gebruik. Verder is de VUB-sportmixgroep een groep studenten die gebruik maakt van een sportmix-abonnement, wat studenten de mogelijkheid geeft om voor een heel jaar deel te nemen aan sportactiviteiten naar keuze (VUB Sportmix – een wekelijks pakket verschillende sporten, z.d.).

### *Methodologie*

We hebben 13 semigestructureerde interviews uitgevoerd bij VUB-studenten, hierbij kwamen 4 studenten uit de VUB-sportmixgroep, 2 studenten uit de danskring en de overige 7 studenten werden ad random aangesproken op de VUB-esplanade om later een interview af te leggen, op een tijdstip dat voor hen uitkwam. De sportmixstudenten werden willekeurig aangesproken binnen of rond gebouw L over verschillende dagen op een week en dit op verschillende tijdstippen (ochtend 9-10 uur, middag 12-14 uur en avond 17-19 uur). We kozen ervoor om mensen aan te spreken over meerdere dagen en op meerdere tijdstippen om een meer representatieve groep te hebben, aangezien een bepaalde groep studenten waarschijnlijk elke week op hetzelfde moment op de VUB-campus in Etterbeek aanwezig is. Vervolgens voor de studenten uit de VUB-danskring hebben we hen de contact opgenomen via Instagram om de Teams-meeting te houden.

De semigestructureerde interviews (zie Appendix 1 voor de topic guide) verliepen als volgt: in de inleiding gaven wij eerst uitleg over de renovaties aan het VUB-sportcomplex en de nieuwe body & mind-zaal. Vervolgens werd er kort uitgelegd dat het interview opgenomen zal worden om de antwoorden achteraf optimaal te kunnen analyseren. Ook werd er meegegeven dat de gegevens anoniem behandeld zullen worden en conform met de EU GDPR-wetgeving die van kracht is sinds 2019. Na deze uitleg werd er expliciet om toestemming gevraagd voor het opnemen en de verwerking van de gegevens. Nadat deze toestemming gegeven werd door de studenten, begon het werkelijk interview met vragen rond verschillende thema's. Deze thema's waren: (1) demografische gegevens en pendelgedrag; (2) VUB-sportgedrag; (3) interesse; (4) invulling nieuwe zaal; (5) frequentie van de activiteiten; (6) concurrentie; (7) prijs; (8) benodigdheden; (9) extra. Deze



interviews duurden gemiddeld genomen 14 minuten. Uit de analyse van de antwoorden werden gelijkenissen vastgesteld voor de behoeften, maar ook kon er een verdeling opgesteld worden voor de vraag naar de zaal en de relatieve interesse in bepaalde activiteiten.

Voor de interesse in de verschillende sportactiviteiten maakten we gebruik van de quasi-statistische aanpak (Robson, 2016; Alsaawi, 2014); hierbij vormden we de gegeven kwalitatieve data om naar kwantitatieve data. Dit doen we om een overzicht te geven van de interesse in elke sportactiviteit (op een 5-punt-Likertschaal waarbij 1 hier zou ik niet aan deelnemen voorstellen en 5 hier zou ik zeker aan deelnemen). Voor de prijs doen we dit om tussen de studenten onderling de betalingsbereidheid te vergelijken. Voor de opsomming van de mogelijke sportactiviteiten en materiaalbehoeften maakten we gebruik van de "thematic coding approach" (Alsaawi, 2014).

Thema's	Doel	Aantal vragen	Voorbeeldvragen
<b>Demografische gegevens en pendelgedrag</b>	Meer informatie omtrent de doelgroep	6	Wat is jouw geslacht? Zit je op kot of pendel je?
<b>Sportgedrag</b>	Huidig/algemeen gebruik van VUB-infrastructuur/familiariteit	7 (JA) 3 (NEE)	Maak je momenteel al gebruik van de VUB sportinfrastructuur?
<b>Interesse</b>	Interesse naar de body & mind-zaal zelf	3	Wanneer zou je gebruik willen maken van de nieuwe body & mind-zaal? Is dit voornamelijk op dagen dat je al les hebt of op dagen dat je geen les hebt?
<b>Invulling zaal</b>	Interesse naar de activiteiten binnen die zaal	2	Wat zie jij als invulling voor de nieuwe body & mind-zaal? Ken je een sport die hierbij zou aansluiten?
<b>Frequentie van de activiteiten</b>	De vraag inschatten naar de zaal	2	Hoe regelmatig zou je de nieuwe zaal gebruiken op een week?
<b>Concurrentie</b>	Ter prijsvergelijking/benchmarking	3 (JA) 2 (NEE)	Doe je al sport in de categorie "body & mind" valt, buiten de VUB?
<b>Prijs</b>	Om onze prijs in te schatten/betalingsbereidheid	1 (Sportmix studenten) 1 (Andere studenten)	Welke prijs zou je bereid zijn te betalen?
<b>Benodigdheden</b>	Vraag naar bijkomend benodigd materiaal	1	Wat zijn de benodigdheden voor het uitvoeren van jouw gewenste activiteit? (kleedkamers, matten op de grond, spiegels,..)
<b>Extra</b>	Iets dat wij als onderzoekers over het hoofd gezien hebben	1	Heeft u zelf nog suggesties voor deze nieuwe body & mind-zaal?

Tabel 33: Interviewschema onderzoek A

## Onderzoek B: Lokale scholen

### *Doelgroep*

Deze studie onderzoekt (1) de geschikte prijs voor de nieuwe polyvalente zaal voor scholenverhuur, (2) of scholen interesse hebben om dans, yoga, pilates en gelijkaardige body & mind-activiteiten te organiseren voor hun leerlingen en (3) welke materialen er in de nieuwe VUB-zaal beschikbaar moeten zijn (Appendix 2). Deze studie richt zich op lokale scholen die reeds gebruik maken van het VUB-sportcomplex. Dit onderzoek richt zich op de organisatoren/ verantwoordelijken voor sport en uitgaven van deze scholen. Hiermee willen we inzicht krijgen in de nood aan een body & mind-zaal voor lokaal gelegen scholen.

### *Methodologie*

Dhr. Van de Wiele (afdelingshoofd beweging en sport bij Vrije Universiteit Brussel) gaf ons de lijst van lokale scholen die reeds gebruik maken van de VUB-sportinfrastructuur. Een selectie van vijf scholen werd gemaakt met een spreiding over lager onderwijs, secundair onderwijs en hoger onderwijs. Deze interviews zullen in persoon op de school van de geïnterviewde verantwoordelijke of via teams doorgaan. De interviews zijn semigestructureerd met een mix van open en gesloten vragen.

De semigestructureerde interviews (zie Appendix 2 voor topic guide) verliepen als volgt: in de intro gaven wij de scholen uitleg over de renovaties bij het VUB-sportcomplex, alsook de nieuwe body & mind-zaal. Hierbij werd gevraagd voor deelname aan het onderzoek en lieten wij de scholen een informed-consentformulier ondertekenen, waarbij de scholen instemden met de opname van de interviews, de transcriptie en verwerking van de data, wat allemaal zal gebeuren volgens de EU GDPR-wetgeving van kracht sinds 2019. Vervolgens stelden wij vragen rond de verschillende thema's: (1) Algemene vragen en concurrentie; (2) sporten reeds op de VUB?; (3) interesse; (4) benodigdheden; (5) prijs. Zie tabel 2 voor een overzicht van de thema's en een voorbeeldvraag per thema. We richtten op een gemiddelde duur van maximaal 8 minuten maar dit kan in uitzonderlijke gevallen afwijken. Tot slot zullen de gegevens van de interviews getranscribeerd en geanalyseerd worden. Uiteindelijk zullen de resultaten van de analyses de antwoorden bieden op de vraag naar, de prijs voor en de materialen benodigd voor de nieuwe VUB-polyvalente zaal.

Voor de algemene vragen en concurrentie, de interesse in de body & mind-zaal en de prijs, maakten we gebruik van de quasi-statistische aanpak (Robson, 2016; Alsaawi, 2014), hierbij vormden we de gegeven kwalitatieve data om naar kwantitatieve data. Voor de prijs doen we dit om de betalingsbereidheid te meten en ter vergelijking met onderzoek A: de VUB-studenten. Voor de opsomming van de mogelijke sportactiviteiten, materiaal benodigdheden en de antwoorden op hoe ze de VUB bereiken (sporten reeds op VUB?), maakten we gebruik van de "thematic coding approach" (Alsaawi, 2014).

Thema's	Doel	Aantal vragen	Voorbeeldvragen
<b>Algemene vragen &amp; Concurrentie</b>	Algemene situering en benchmarking	3	Waar sporten jullie momenteel? Hoeveel uur spenderen jullie gemiddeld genomen aan sporten?
<b>Reeds op VUB</b>	Hoe scholen de VUB bereiken	1	Indien jullie reeds gebruik maken van VUB-infrastructuur voor sportactiviteiten, hoe bereiken jullie de VUB? (Te voet, openbaar vervoer, schoolbus, andere)
<b>Interesse body &amp; mind-zaal VUB</b>	De vraag naar de body & mind-zaal inschatten	6 (JA) 5 (NEE)	Zouden jullie interesse hebben in een zaal waar body & mind centraal staat die gelegen zou zijn bij de VUB?
<b>Benodigdheden</b>	De vraag naar bijkomend benodigd materiaal inschatten	2	Welke materialen zouden ter beschikking gesteld moeten worden? Heeft u nood aan: Yoga matten, muziekinstallatie, spiegels, andere?
<b>Prijs</b>	Betalingsbereidheid van scholen inschatten	2	Welke prijs ben je bereid te betalen voor het gebruiken van deze polyvalente zaal als al het benodigd materiaal voor het uitvoeren van je activiteit aanwezig is?

Tabel 44: Interviewschema onderzoek B

# Dataverwerking en -analyse

Voor de dataverwerking en -analyse splitsen we deze studie weer op in onderzoek A: de VUB-studenten, en onderzoek B: de scholen.

## Onderzoek A: de VUB-studenten

### *Demografische gegevens*

Van de 13 ondervraagde VUB-studenten werden 7 niet-sport-of-dansstudenten ondervraagd, bestaande uit 3 mannen en 4 vrouwen, 2 vrouwelijke danskring-studenten ondervraagd en 4 vrouwelijke sportmixstudenten ondervraagd. Zie risico's en limitaties van het onderzoek voor verdere uitbreiding. Hierbij zitten 2 VUB-studenten in hun eerste bachelorjaar, 2 in hun tweede bachelorjaar, 4 studenten in hun derde bachelorjaar, 1 in hun eerste masterjaar, 3 in hun tweede masterjaar en 1 in haar eerste doctoraatsjaar. Verder zijn alle studenten met uitzondering van de enige doctoraatsstudent, dagstudenten. Verder pendelen 11 van alle studenten, en zitten 2 studenten op kot. De pendelende studenten doen gemiddeld genomen tussen de 30 minuten en 1 uur en een kwartier om naar de VUB te komen, waarbij ze dan tussen de 3 en de 5 dagen op campus in Etterbeek zijn.

### *Interesse in de zaal*

Bij de vraag rond een algemene interesse in de body & mind-zaal hebben uit de 13 studenten 8 studenten volmondig "ja" geantwoord, 1 student "nee" en 4 studenten zaten tussen "ja" en "nee". Hierbij waren de 2 danskringstudenten, 3 niet-sport-of-dansstudenten en 3 sportmix-studenten voorstander van de body & mind-zaal. 3 niet-sport-of-dansstudenten en 1 sportmix-student hebben geantwoord dat ze geen sterke interesse hadden in de zaal zelf, maar dat zo'n activiteit "wel eens leuk zou zijn". Verder vermeldde de danskringstudenten dat ze eerder gebruik zullen maken van de zaal voor hun eigen georganiseerde danslessen, in plaats van de lessen aangeboden via het sportmix-abonnement. Hiernaast wouden op 1 na alle VUB-studenten op dagen dat ze al les hadden sporten in de sportzaal, hiervan wouden 8 studenten in de avond (na de lessen) gebruik maken van de body & mind-zaal en 4 studenten in de middag (tijdens springuren). 1 student zou zowel in de avond als tijdens springuren gebruik maken van de zaal. Van de studenten die volmondig "ja" hebben geantwoord op de vraag naar de interesse in de zaal, hebben de 2 danskringstudenten gezegd dat ze 3 keer per week willen sporten in de nieuwe zaal, 3 niet-sport-of-dansstudenten hebben geantwoord dat ze 1 keer per week willen sporten in de nieuwe zaal, 2 sportstudenten wouden 2 keer per week gebruik maken van de body & mind-zaal en 1 sportstudent zou er 1 keer per week gebruik van maken. Hierbij stelden de danskringstudenten voor om een vast uur af te huren voor de danszaal, zodat ze zeker zijn dat ze wekelijks dansles kunnen geven in de body & mind-zaal. Voor 5 van de niet-sport-of-dansstudenten was flexibiliteit de belangrijkste factor, de andere 2 studenten wouden liever een vast rooster met de mogelijkheid om per semester hun vast uur te veranderen om aan te passen naar hun nieuw lessenrooster. Overigens vinden 2 sportstudenten flexibiliteit belangrijk en bij de laatste 2 sportstudenten gaat de voorkeur uit naar een vast tijdstip.

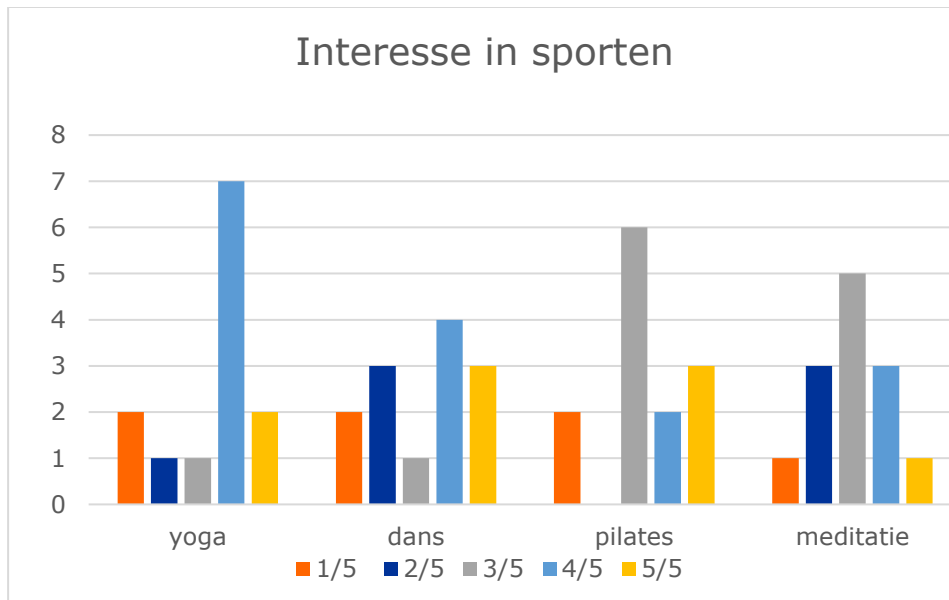
Voor de VUB-studenten die al aan een body & mind-sport doen buiten de VUB, hadden we gevraagd hoe de VUB hun kon overtuigen om toch gebruik te maken van de body & mind-zaal. Hierbij antwoordde de danskring: "spiegels om je moves te zien" en "voor een lange periode huren". Voor 1 niet-sport-of-dansstudent was het interessant indien benodigdheden als yogamatten en spiegels aanwezig zijn, zij "wil dit niet op de metro sleuren".

## Invulling zaal

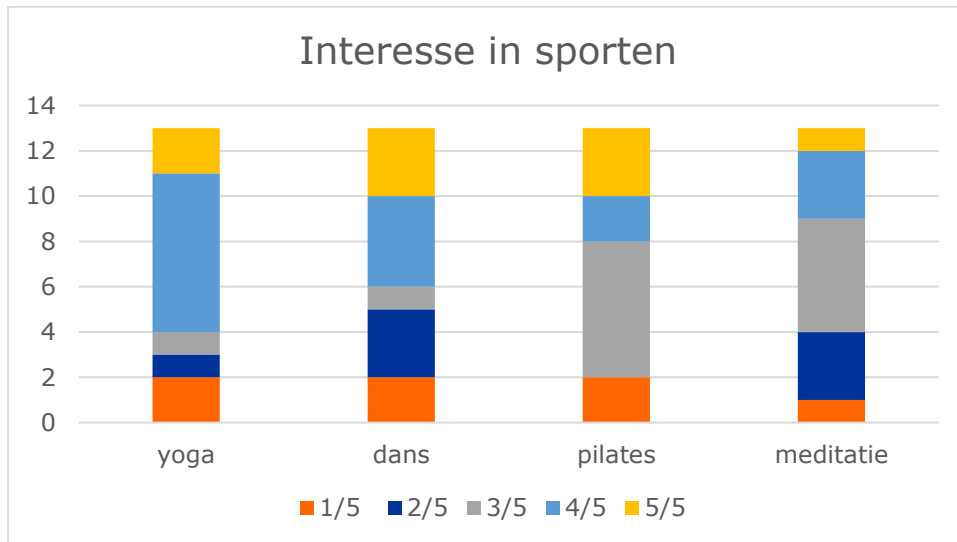
Yoga, dans, pilates en meditatie zijn slechts enkele van de activiteiten die in de nieuwe body&mind-ruimte zullen worden aangeboden. Daarom vroegen we de respondenten om de bovengenoemde activiteiten te beoordelen op een schaal van 1 tot 5, waarbij 1 staat voor "ik wil niet meedoen aan deze activiteit" en 5 voor "ik wil zeker meedoen aan deze activiteit". Uit Figuur 2 blijkt dat de respondenten een grotere voorkeur hebben voor yoga, dit is ook te zien in Figuur 1 waarin 7 respondenten yoga een waardering van 4 op 5 gaven. De respondenten zijn ook geïnteresseerd in deelname aan dans en pilates. Bij deze 2 sporten gaven telkens 3 studenten een score van 5 op 5. Om de sporten te ranken van favoriet naar minst favoriet vermenigvuldigen we eerst voor elke sport het aantal studenten dat een bepaalde score gaf met die score. Hierna tellen we al deze vermenigvuldigingen op per sport. We voeren dit uit voor yoga ter wijze van voorbeeld:

$$yoga\ score: 2 * 1 + 1 * 2 + 1 * 3 + 7 * 4 + 2 * 5 = 45$$

Wanneer we dit voor elke sport berekenen, kunnen we de sporten ranken van favoriet naar minst favoriet; hierbij is yoga de favoriet met een score van 45, vervolgens pilates (43), hierna dans (42) en als minst favoriet hebben we meditatie (39).



Figuur 1: interesse van studenten in bepaalde sport op 5punt-Likertschaal (gegroepeerde kolommen)



Figuur 2: interesse van studenten in bepaalde sport op 5punt-Likertschaal (gestapelde kolommen)

Verder werd gevraagd aan de respondenten om zelf voorbeelden te geven die onder deze activiteiten van body & mind vallen. Deze vergelijkbare sporten werden door de respondenten genoemd: "ademhalingstechnieken, tai chi, zumba, work-out voor core stability en ritmische activiteiten, mindfulness-oefeningen zoals trauma release". Het is belangrijk om te vermelden dat de respondenten van VUB-dance crew meer aandacht geven aan de combinatie van muziek en beweging als het te maken heeft met de mentale en fysieke gezondheid.

### *Betalingsbereidheid*

De betalingsbereidheid voor 1 individu om de hele zaal voor 1 uur af te huren bedraagt tussen de 5 en de 15 euro, hierbij kozen 8 VUB-studenten voor tussen de 10 en de 15 euro, 3 studenten 15 euro of meer en de overige 2 studenten kozen tussen de 5 en de 10 euro. Volgens onze respondenten bleek een faire prijs om de zaal te verhuren aan een groep studenten (van gemiddeld 5 man groot) tussen de 25 euro en de 30 euro met 3 uitschieters van 15, 45 en 60 euro. De overige studenten beschreven het als ergens tussen de 5 en de 8 euro per groepslid.

### *Benodigdheden*

Tot slot werden de VUB-studenten gevraagd om hun benodigd materiaal op te sommen om deel te nemen aan hun sportactiviteiten naar keuze. Om inspiratie te creëren hebben we zelf eerst voorbeelden aangehaald (kleedkamers, matten op de grond, spiegels, stereo...) en gevraagd om indien van toepassing deze ook te bevestigen. Ze stemden hiermee in en verder kwamen volgende antwoorden ook vaak terug: douches in desbetreffende kleedkamers, gewichten, waterkraantje of flesjes ter beschikking, een goede dansvloer en sfeerverlichting/mogelijkheid om felheid van licht aan te passen. Één VUB-student antwoordde dat een rek met boeken of blaadjes over yogapositionen en meditatietechnieken bijvoorbeeld interessant kan zijn om het toegankelijker te maken voor de doorsnee student. 2 studenten haalden ook planten ter decoratie aan, en 1 student vond wierrook in de zaal ook toepasselijk.

### *Extra suggesties*

De weinige suggesties die gemaakt zijn gingen omtrent marketing en het mooi aankleden van de zaal en het gebouw. Hierbij legden ze de focus op de nood aan communicatie tussen VUB en

de studenten; ze vinden namelijk dat er te weinig reclame is rond "sporten op de VUB" en het sportmix-abonnement. Daarnaast vonden ze mooie zaalkleuren een pluspunt.

## **Onderzoek B: de Lokale scholen**

Voor onderzoek B hebben wij vijf scholen ondervraagd die gevestigd zijn in de buurt van de VUB. Het waren twee scholen van lager onderwijs, twee van het middelbaar en één hogeschool. De interviews werden zowel in het Nederlands afgenomen, als in het Frans en in het Engels. In vier scholen werden de interviews gemaakt met de sportleerkrachten, en bij één school hebben wij vragen gesteld aan een persoon die een organisatorische functie had. De doelstelling hierbij was om een concreet beeld te hebben van wat de scholen verwachten van die vernieuwing van het sportcomplex, en of dat ze al dan niet interesse hebben om die zalen te kunnen huren voor hun lessen en/of hun activiteiten.

### *Interesse*

Over het algemeen besteden de scholen zo goed als geen aandacht aan body & mind in hun lessenreeksen. Deels omdat het gewoon niet in hun programma past, maar ook gewoon omdat de meerderheid van de leerkrachten die sporten niet zijn aangeleerd in hun opleiding. Wij hebben geleerd dat meerdere scholen rope-skippping en dans deden, maar er is bijvoorbeeld maar één school die een yoga activiteit aanbiedt aan haar leerlingen. Verder worden meditatie en pilates niet aangeboden aan de leerlingen van de ondervraagde scholen.

Bij de vraag of dat de scholen eventueel interesse zouden hebben om de body & mind zaal te huren waren de antwoorden eerder gemengd. Voor enkele scholen beschikken ze over te weinig tijd om naar de VUB te komen. 'Want als wij dansen bijvoorbeeld, dan hebben we maar één uur. Dus het is dan bijna onmogelijk om tot hier te komen om te sporten.' aldus de sportleerkracht van school nummer drie.

Verder zegt een andere school dat ze misschien wel interesse zouden hebben in die zalen, maar dat ze zelf niet de nodige skills hebben om die lessen te kunnen geven. Ze zouden wel overwegen om die zaal te huren voor sportdagen bijvoorbeeld, maar op de voorwaarde dat er dan een begeleiding is van iemand intern aan de VUB (bijvoorbeeld studenten LO).

Een andere school beschikt momenteel zelf over een body & mind zaal en heeft momenteel geen nood aan een zaal aan de VUB. Maar indien ze meer vraag krijgt van haar leerlingen, dan zou ze wel overwegen om naar de VUB-faciliteiten over te schakelen.

Ten slotte is er één school sowieso geïnteresseerd in de body & mind zaal. Hierbij was de leerkracht heel duidelijk: 'I would be interested! We are always interested in new activities at the VUB.'

### *Benodigdheden*

Vervolgens werd er gevraagd aan de leerkrachten om materiaal te vernoemen die voor hun belangrijk zou zijn in een body & mind zaal. Hierbij waren alle scholen eens over het feit dat yoga matjes zo goed als onmisbaar zijn in zo een zaal. Zo geeft er een school aan: 'Sowieso kleine en zachte matjes omdat wij dat als school niet kunnen meesleuren'. Ook muziekinstallatie en spiegels leken belangrijk te zijn voor de scholen.

Een commentaar van een andere leerkracht was dat de dojo momenteel wat donker is en dat het goed zou zijn om wat ramen te zetten. Maar ook de isolatie speelt volgens hem een grote rol: 'een probleem hierbij is dan de isolatie, want als we daar muziek gaan afspelen, dan moeten wij zorgen dat het niet te luid gaat zijn voor de andere zalen ernaast. Maar ook omgekeerd. Als je meditatie doet of zoiets, dan wil je rustig kunnen zijn om echt van te genieten. En als je dan geluid kan horen van in de gang, dan zou je afgeleid kunnen worden. En ja in de VUB zalen is het vaak koud en dat moet dan ook opgelost zijn voor zo een zaal. Om goed te kunnen ontspannen moet je het warm genoeg hebben.'



## *Betalingsbereidheid*

Het laatste deel van het interview ging over de betalingsbereidheid van de scholen. Hierbij hebben veel scholen hun mening gegeven over de prijzen die nu van toepassing zijn op de sportinfrastructuren van VUB sport. Een conclusie die we hier kunnen trekken is dat het voor heel veel scholen wat duur is om hier sportinfrastructuur te huren, maar dat ze weinig andere mogelijkheden hebben. Zo zegt een sportleerkracht van een basisschool: 'Een opmerking voor de VUB is dat de prijzen momenteel vrij hoog zijn voor ons. Wij zitten ook niet bij de VUB-associatie. We hebben weinig mogelijkheden in Brussel dus we zijn wat verplicht om naar daar te gaan, maar het is wel vrij duur.'

Voor een andere leerkracht is het dan niet echt een kwestie van vergelijking met andere locaties, omdat de VUB gewoon praktischer is voor hun: 'Maar over het algemeen gaan we altijd voorkeur geven aan de VUB omdat het dichtbij is en zo gemakkelijk, omdat je hier alles hebt. Dus zelf als het een beetje duurder kan zijn, we zouden niet zo gemakkelijk switchen'.

## **Beperkingen**

Voor het onderzoek van de lokale scholen werd er gebruikt gemaakt van de sneeuwbalmethode om genoeg respondenten te kunnen vinden. Drie van de vijf scholen waarmee wij een interview hebben gedaan, zijn scholen waarmee ten minste één persoon uit onze groep reeds contacten had in het verleden. Dit is deels te wijten aan het feit dat we maar over een korte tijdsperiode beschikten om de interviews af te leggen. De vragen werden aan alle scholen ook op dezelfde manier gesteld maar dit kan mogelijk toch voor een bias zorgen.

Vervolgens hebben wij in onze respondenten twee keer scholen die elkaars 'grote en kleine' zus zijn. Hiermee wordt bedoeld dat wij zowel een leerkracht uit het secundair onderwijs hebben geïnterviewd, als iemand uit de lagere school. Die scholen waren dan ook gelegen op dezelfde campus wat er dus ervoor kan zorgen dat het antwoord op elkaar kunnen lijken voor die bepaalde scholen. Belangrijk te vermelden is wel dat de leerkrachten niet met elkaar samenwerken, en dat ze niet op de hoogte zijn dat ze allebei aan het onderzoek hebben deelgenomen.

Bovendien wordt er in het onderzoek voornamelijk gekeken naar de potentiële klanten die een verband hebben met de VUB. Hiermee zal het ook interessant zijn om ook de interesse van de nieuwe zaal te onderzoeken bij de particuliere dansscholen en mensen in de buurt van Etterbeek.

Tenslotte, moeten we vermelden dat de resultaten uit diepte interviews nauwelijks te generaliseren vallen, hierbij hebben we geprobeerd om het toch wat externe validiteit te geven door studenten ad random van de esplanade te ondervragen.

## Conclusie

Uit het onderzoek A kan vastgesteld worden dat de studenten geïnteresseerd zijn in de nieuwe body & mind-zaal en dat de studenten die de meeste interesse getoond hebben in de zaal, vaak bereid zijn om in de avond de zaal te gebruiken. Om de deelvraag over de frequentie van de zaal te beantwoorden, zouden ze liefst twee per week de zaal benuttigen en voor de sport-studenten en niet-sport-of-dans-studenten ligt het in het midden hoe flexibel het schema moet zijn. Het is echter belangrijk om te melden dat de dansers van de VUB-dance crew de neiging hebben om meer dagen per week te antwoorden aangezien ze momenteel maar één uur per week de zaal mogen gebruiken. Daarom vragen ze voor drie keer per week. Bovendien is het voor deze groep cruciaal om op een vast uur af te huren zodat het duidelijk is voor de organisatoren en voor de dansers wanneer de danscrew haar danssessies plant. Daarom kan de opdrachtgever dhr. Van der Wiele ervoor zorgen dat de danslessen in de avond vallen en dat ze drie keer per week op een vaste tijdstip gegeven worden. Bijkomend raden we aan – wegens de relatieve onbekendheid van het sportmix-abonnement – om flyers en affiches te gebruiken met QR-codes bij de VUB-resto om aan studenten duidelijk te maken dat er een nieuwe zaal komt en dat je voor een sportmix-abonnement (maar) €25,40 moet betalen. We raden aan om met de QR-code informatie rond het sportmix-abonnement/de sportkaart met sportknip te adverteren, alsook de verschillende aangeboden sportactiviteiten.

Bij de voorgestelde activiteiten (yoga, dans, pilates en meditatie) die kunnen plaatsvinden in de zaal, toonde de meerderheid van de respondenten hun interesse in yoga, pilates en meditatie. Bij de vraag naar de betalingsbereidheid, zijn de studenten het eens dat om de zaal te huren voor één uur voor één individu tussen 10 en 15 euro en voor een groep tussen 25 en 30 euro bedraagt. Bijgevolg kan dhr. Van der Wiele hogere prijzen aanbieden voor de avondlessen van yoga, pilates en meditatie voor de studenten, aangezien hier een grotere vraag naar is, kan dit helpen sommige studenten te “nudgen” naar andere tijdstippen van de dag om te huren. Hierbij zal VUB-sport moeten opletten om de prijs niet te hoog te zetten, dat de studenten afhaken van de aanbieding. Daarom zal de prijs voor een yoga les van 1 uur niet meer dan 20 euro bedragen vermits de prijzen van de yogalessen rond VUB ongeveer 25 euro per uur bedragen. Een student zal voor niet meer dan 15 euro moeten betalen voor een pilates aangezien de laagste prijs in Elsene 14 euro is. De prijs voor een les van meditatie zal niet meer moeten zijn dan 35 euro. Daarboven kunnen er eveneens lessen toegevoegd worden zoals zumba en tai chi die voorgesteld zijn door de studenten zelf. Dit zal eveneens aantrekkelijk zijn voor de mensen buiten de gerichte klantengroep aangezien er weinig aantal studio's zijn die deze activiteiten aanbieden in Etterbeek.

Verder raden we aan ter aantrekkelijkheid van de zaal om voor de klantengroep materialen zoals spiegels, matten, muziekinstallaties, kleedkamers, kraan voor het water en goede dansvloer ter beschikking te stellen. Één respondent suggereerde tevens om blaadjes of boekjes in de zaal beschikbaar te stellen om body & mind-sporten toegankelijker te maken voor een doorsnee-student. Andere respondenten geven aan om de zaal mooier/kleuriger te versieren en veel meer reclames te maken aangezien ze ook weinig geïnformeerd waren met de sportmix.

Uit het onderzoek B kan vastgesteld worden dat er geen aandacht gegeven wordt aan body & mind op de lokale scholen. Dit kan de reden zijn waarom er geen definitief antwoord is op de vraag naar de body & mind-zaal van VUB bij deze scholen. Enkel één van de vijf scholen was enthousiast over de nieuwe zaal en andere scholen hadden redenen gegeven dat het te ver ligt of dat ze de zaal enkel zullen gebruiken op sportdagen met de begeleiding van VUB of dat ze zelf al een gelijkaardige zaal beschikken op hun school.

Net zoals bij de interesse in de VUB body & mind-zaal, zijn de meningen ook verspreid over de prijs om de zaal te huren. Er wordt verteld dat de prijs die momenteel aangeboden wordt door VUB, aan de hoge kant ligt voor hun school en dat ze de mogelijkheid niet hebben om te veranderen door het gebrek aan sportinfrastructuur in hun buurt. Daartegenover heeft een andere school een positieve kijk dat ze minder makkelijk zullen veranderen van de sportinfrastructuur doordat VUB de enige aanbieder is van sportinfrastructuur. Dit is in lijn met de concurrentieanalyse waar de prijzen voor dichtbijgelegen sportinfrastructuur voor body & mind-activiteiten niet gevonden kan worden, aangezien deze simpelweg niet bestaan rond de VUB.

Daarom kunnen we concluderen dat door de goede ligging van de VUB, de VUB de macht heeft om de prijs te zetten naar keuze. Bijgevolg kan dhr. De Wiele een hoge prijs te zetten, indien de nodige materialen ter beschikking gesteld worden. Onder de nodige materialen vallen dezelfde zaken als bij studenten: yogamatten, spiegels, kleedkamers en muziekinstallaties. Een andere

suggestie dat een verantwoordelijke meegaf, is dat de nieuwe zaal goed geïsoleerd moet zijn voor de muziekinstallatie en voor warm en koud weer.

## Referentielijst

- Alsaawi, A. (2014). A critical review of qualitative interviews. *European Journal of Business and Social Sciences*, 3(4). <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.2819536>
- Bamber M.D. & Morpeth E. (2019). Effects of Mindfulness Meditation on College Student Anxiety: a Meta-Analysis, 10, 203-214 <https://doi.org/10.1007/s12671-018-0965-5>
- Chen R.F., Cai Y., Zhu Z.H., Hou W.L., Chen P., Wang J., Jia Y.M., Zhu Z.B., Zhang Y.H., Tao L.Y., Wu J.W., Zhang J., Zhang H., Wang Z.X. Jia Q.F. & Hui L (2022). *Sleep disorder as a clinical risk factor of major depression: associated with cognitive impairment*, 76, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2022.103228>
- Erickson, K. I., Voss, M. W., Prakash, R. S., Basak, C., Szabo, A., Chaddock, L., ... & Kramer, A. F. (2011). Exercise training increases size of hippocampus and improves memory. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(7), 3017-3022. <https://doi.org/10.1073/pnas.101595010>
- Have, M. L., Graaf, R., & Monshouwer, K. (2009). *Sporten en psychische gezondheid: resultaten van de Netherlands Mental Health Survey and Incidence Study'(NEMESIS)*. Trimbos-instituut.
- Hearn J.J & Stocker C.J. (2022). Mindfulness practice correlates with reduced exam-induced stress and improved exam performance in preclinical medical students with the “acting with awareness”, “non-judging” and “non-reacting” facets of mindfulness particularly associated with improved exam performance, *BMC Psychology*, 10(1), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00754-3>
- Levin A.B., Hadgkiss E.J., Weiland T.J., Marck C.H., Van der Meer D.M., Pereira N.P. & Jelinek G.A. (2014). Can meditation influence quality of life, depression, and disease outcome in multiple sclerosis? *Findings from a large international web-based study, 2014*, 1-9. <https://doi.org/10.1155/2014/916519>
- Li W., Ruan W., Peng Y., Lu Z. & Wang D. (2021). *Associations of socioeconomic status and sleep disorder with depression among US adults*, 295, 21-27. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.08.009>
- Lichaamsbeweging verkleint het risico op kanker*. Stichting tegen kanker. (z.d.). Geraadpleegd op 3 november 2022, van <https://www.kanker.be/alles-over-kanker/vraag-je-je-af-een-bepaalde-stof-kanker-veroorzaakt/lichaamsbeweging-verkleint-het>
- Montero-Marín J., Asún S., Estrada-Marcén N., Romero R. & Asún R. (2013). *Effectiveness of a stretching program on anxiety levels of workers in a logistic platform: a randomized controlled study*, 45 (7), 376-383. <http://dx.doi.org/10.1016/j.aprim.2013.03.002>
- Mueck-Weymann M., Janshoff G. & Mueck H. (2004). *Stretching increases heart rate variability in healthy athletes complaining about limited muscular flexibility*, 14, 15-18. <https://doi.org/10.1007/s10286-004-0123-0>
- Robson, C. (2016). *Real World Research: A Resource for Users of Social Research Methods in Applied Settings* (4de editie). Wiley. 455-499
- Sharma, L. (2015). Benefits of yoga in sports–A study. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 1(3), 30-32.
- Skowronek, I. B., Mounsey A., & Handler L. (2014). Can Yoga Reduce Symptoms of Anxiety and Depression? *The Journal of Family Practice*, 63(7), 384-407. Van [https://cdn.mdedge.com/files/s3fs-public/Document/September-2017/JFP\\_06307\\_ClinInquiry.pdf](https://cdn.mdedge.com/files/s3fs-public/Document/September-2017/JFP_06307_ClinInquiry.pdf)
- Sport en gezondheid* - NOCNFSF. (z.d.). Geraadpleegd op 23 oktober 2022, van <https://nocnsf.nl/we-winnen-veel-met-sport/sport-en-gezondheid>
- Sporten is gezond en beschermt je tegen depressie*. EOS. (2017). Geraadpleegd op 4 november 2022, van <https://www.eoswetenschap.eu/psyche-brein/sporten-gezond-en-beschermt-je-tegen-depressie?>
- Tast slaaptkort je mentaal welzijn aan?* Brainwise. (2021). Geraadpleegd op 4 november 2022, van <https://www.brainwise.be/blog/tast-slaaptkort-je-mentaal-welzijn-aan>
- The Simple art of stretching. Colorado state univeristy. (2021). Geraadpleegd op 20 november 2022, van <https://www.research.colostate.edu/healthyagingcenter/2021/06/23/the-simple-act-of-stretching/>

Turakitwanakan, W., Mekseepralard, C., & Busarakumtragul, P. (2013). *Effects of mindfulness meditation on serum cortisol of medical students*. *J Med Assoc Thai*, 96(Suppl 1), S90-5.

Vaccarino V., Shah A.J., Mehta P.K., Pearce B., Raggi P., Bremner D. & Quyyumi A.A. (2021). *Brain-heart connections in stress and cardiovascular disease: Implications for the cardiac patient*, 328, 74-82. <https://doi.org/10.1016/j.atherosclerosis.2021.05.020>

*VUB Sportmix – een wekelijks pakket verschillende sporten*. (z.d.). Vrije Universiteit Brussel. Geraadpleegd op 13 november 2022, van <https://www.vub.be/nl/dienstverlening-op-de-vub-campus-etterbeek-en-jette/sporten-aan-de-vub/vub-sportaanbod-fitness-sport-en-spel/vub-sportmix-een-wekelijks-pakket-verschillende-sporten>

## Appendix

Intro	SPORT-MIX	DANS-KRING	NIET-SPORT-DANS
Wij zijn studenten Handelsingenieur en TEW aan de VUB en verrichten onderzoek naar de nood van studenten voor een nieuwe body en mind zaal op de VUB. Er komt ruimte in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal en wij onderzoeken op basis van interviews met studenten wat de invulling van deze nieuwe zaal zou moeten zijn. Deze zaal zou gericht zijn op "body en mind" activiteiten; dit zijn bijvoorbeeld yoga, pilates en dansen, maar kan nog vrij ingevuld worden naar de noden van studenten aan de VUB.	X	X	X
Deze interviews zullen opgenomen worden om deze op een later tijdstip optimaal te kunnen verwerken. De gegevens zullen geanonimiseerd worden en behandeld worden volgens de EU GDPR wetgeving van kracht sinds 2019. Door dit formulier (informed-consentformulier) te ondertekenen, stemt u in met de opname en verwerking van de data.	X	X	X
<b>Demografische gegevens en pendelgedrag</b>			
-Wat is jouw geslacht? Man/ Vrouw/ Andere/ Geen antwoord	X	X	X
-In welk jaar zit je op de universiteit?	X	X	X
-Ben je een dagstudent of een werkstudent?	X	X	X
-Zit je op kot of pendel je?	X	X	X
-Als je pendelt: hoe lang ben je onderweg naar de VUB?	X	X	X
-Als je pendelt: hoeveel dagen in de week zit je gemiddeld op campus Etterbeek? (Dagelijks, om de 2 dagen, x aantal dagen per week)	X	X	X
<b>VUB-sportgedrag</b>			
-Maak je momenteel al gebruik van de VUB-sportinfrastructuur? JA/NEE	X	X	X
-Zo ja: waarvoor gebruik je de VUB-sportinfrastructuur?	X	X	X
-Zo ja: doe je dit alleen, met een groep vrienden, met een VUB-kring of op een andere manier?	X	X	X
-Zo ja: maak je al gebruik van de VUB-sportmix? -> gegeven info: de sportmix is een VUB-abonnement waarmee je een jaar lang ongelimiteerd deel kan nemen aan sporten georganiseerd in en rond de VUB.		X	X
-Zo ja: hoe regelmatig maak je gemiddeld gebruik van de faciliteiten die de VUB je te bieden hebben op een gemiddelde lesweek? (in uren)	X	X	X
<b>Interesse</b>			
"Er komt ruimte in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal en wij onderzoeken op basis van interviews met studenten wat de invulling van deze nieuwe zaal zou moeten zijn. Deze zaal zou gericht zijn op "body en mind" activiteiten; dit zijn bijvoorbeeld yoga, pilates en dansen, maar kan nog vrij ingevuld worden naar de noden van studenten aan de VUB."	X	X	X
-Zou deze body & mind-zaal u interesseren?	X	X	X
-Wanneer zou je gebruik willen maken van de nieuwe body & mind-zaal? Is dit voornamelijk op dagen dat je al les hebt of op dagen dat je geen les hebt?	X	X	X
	X	X	X

-Over welke momenten gaat dit dan? De ochtend, middag of avond? (hierop verder ingaan – volgens semigestructureerde methode)	X	X	X
Invulling zaal			
De nieuwe zaal zou gericht zijn op body & mind-activiteiten, hieronder vallen: yoga, pilates, dans, meditatie en andere gelijkaardige activiteiten.	X	X	X
-Wat zie jij als invulling voor de nieuwe body en mind zaal? Reeds voorgestelde activiteiten zijn yoga, dans, pilates en meditatie. Ken je een sport die hierbij zou aansluiten?	X	X	X
-Geef nu de bovengenoemde sporten een punt op een schaal van 1 tot 5, waarbij 1 “hier zal ik nooit aan deelnemen” voorstelt en 5 “hier zal ik zeker aan deelnemen”.	X	X	X
Frequentie van de activiteiten			
Hoe regelmatig zou je de nieuwe zaal gebruiken op een week?	X	X	X
Zou dit met voorkeur altijd op vaste tijdstip moeten zijn of heb je nood aan de flexibiliteit om je eigen uren te kiezen?	X	X	X
Concurrentie			
-Doe je al een sport die in de categorie "body en mind" valt, buiten de VUB? Zo ja, waar?	X	X	X
-Hoeveel betaal je momenteel in die zaal?	X	X	X
-Zijn er factoren zoals prijs of benodigdheden die zouden maken dat je overschakelt naar de VUB voor je body en mind activiteiten? Denk hierbij aan een ingebouwde stereo bijvoorbeeld.	X	X	X
Prijs			
<i>Bij deze vragen veronderstellen we dat al het benodigd materiaal aanwezig is.</i>			
-Momenteel betaal je je €25,40 per jaar voor een groot aanbod aan sporten. Welk jaarlijks bedrag zou je bereid zijn te betalen om dit aanbod uit te breiden met body & mind-activiteiten?	X		
-Hoeveel zou je bereid zijn als individu te betalen om deze zaal voor 1 uur af te huren?		X	X
-Stel je zou dit soort zaal huren voor een groepsactiviteit, wat lijkt een faire prijs?		X	X
-ANDERE studenten: als je al buiten de VUB een body & mind-sport doet: Zou je overschakelen naar body & mind-activiteiten op de VUB, als deze goedkoper aangeboden worden dan in je huidige zaal?		X	X
Benodigdheden			
Wat zijn de benodigdheden voor het uitvoeren van jouw gewenste activiteit? (kleedkamers, matten op de grond, spiegels...)	X	X	X
Extra			
Heb je zelf nog suggesties voor deze nieuwe polyvalente zaal?	X	X	X

Appendix 1: Vragenlijst voor de VUB-studenten.

<b>Onderzoeksvragen</b>
In welke mate zijn scholen geïnteresseerd in de body & mind zaal? Welke activiteiten zullen ze daar organiseren en aan deelnemen? Welke prijs zouden scholen betalen voor de body & mind zaal? Welke benodigdheden/ materialen zijn nodig om zo'n zaal aantrekkelijk te maken?
<b>Intro</b>
Wij zijn studenten Handelsingenieur en TEW aan de VUB en verrichten onderzoek naar de nood van scholen voor een nieuwe body en mind zaal op de VUB. Er komt ruimte in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal en wij onderzoeken op basis van interviews met scholen wat de invulling van deze nieuwe zaal zou moeten zijn. Deze zaal zou gericht zijn op "body en mind" activiteiten; dit zijn bijvoorbeeld yoga, pilates en dansen, maar kan nog vrij ingevuld worden naar de noden van scholen gelegen rond de VUB.
Informed consent: Deze interviews zullen opgenomen worden om deze op een later tijdstip optimaal te kunnen verwerken. De gegeven antwoorden zullen geanonimiseerd worden en behandeld worden via de EU GDPR wetgeving van kracht sinds 2019. Bij deelname aan dit onderzoek, stemt u in met de opname en verwerking van de data.
Wat is jullie taak binnen de school (Directie, leerkracht, begeleider, ...)
<b>Algemeen &amp; concurrentie</b>
Hoeveel uur spenderen jullie gemiddeld genomen aan sporten?
Waar sporten jullie momenteel?
Indien jullie een zaal huren externe aan de VUB, welke prijs betalen jullie op dit moment?
<b>Reeds op de VUB</b>
Indien jullie reeds gebruik maken van VUB-infrastructuur voor sportactiviteiten, hoe bereiken jullie de VUB? (Te voet, openbaar vervoer, privé bus, fiets)
<b>Interesse body &amp; mind-zaal VUB</b>
Wordt er al aandacht besteedt aan body & mind-activiteiten tijdens sportlessen? Zo ja, door middel van welke activiteiten? (Yoga, Pilates, Dans, Meditatie, Stretching, andere)
Zouden jullie interesse hebben in een zaal waar body & mind centraal staat die gelegen zou zijn bij de VUB?
Zo ja, in welke activiteiten zouden jullie specifiek interesse hebben? (Yoga, Pilates, Dans, Meditatie, Stretching, andere)
Hoeveel uur zouden jullie gemiddeld genomen per week de nieuwe zaal gebruiken?
Zouden jullie deze sportmomenten via een vast uurrooster (sportlessen op afgesproken uren) of flexibele uren (sportdagen) organiseren?
Indien een vast uurrooster van toepassing is: Hoeveel uur zou u gemiddeld genomen huren voor uw body & mind-activiteiten voor een week of maand.
<b>Benodigdheden</b>
Hebben jullie nood aan kleedkamers voor en na de sportsessie?
Welke materialen zouden ter beschikking gesteld moeten worden? Heeft u nood aan: Yoga matten, muziekinstallatie, spiegels, andere?
<b>Prijs</b>



Welke prijs ben je bereid te betalen voor het gebruiken van deze polyvalente zaal als al het benodigd materiaal voor het uitvoeren van je activiteit aanwezig is?

Als je al buiten de VUB een body en mind-sport doet: Zou je overschakelen naar body en mind activiteiten op de VUB als deze goedkoper aangeboden worden dan in je huidige zaal?

## Appendix 2: Vragenlijst voor lokale scholen

### **Interview 1: VUB-sportmix student (Zaterdag 10/12 om 17u via teams)**

**Ariana:** Wij zijn studenten Handelsingenieur en TEW aan de VUB en verrichten onderzoek naar de nood van studenten voor een nieuwe body en mind zaal op de VUB. Er komt ruimte in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal en wij onderzoeken op basis van interviews met studenten wat de invulling van deze nieuwe zaal zou moeten zijn. Deze zaal zou gericht zijn op "body en mind" activiteiten; dit zijn bijvoorbeeld yoga, pilates en dansen, maar kan nog vrij ingevuld worden naar de noden van studenten aan de VUB. Dit gesprek gaat opgenomen worden zodat het op een later tijdstip optimaal verwerkt kan worden, en jouw gegevens worden geanonimiseerd.

**Respondent:** Oke ik heb het begrepen.

**Ariana:** Oké ik ga eerst een paar vragen stellen over jouw demografische achtergrond. Wat is jouw geslacht?

**Respondent:** Ik ben een vrouw.

**Ariana:** In welk jaar zit je op de universiteit?

**Respondent:** Ik zit in mijn derde jaar, het laatste jaar van mijn bachelor.

**Ariana:** Hou oud ben je?

**Respondent:** Ik ben 23.

**Ariana:** Oké, ben je een dag student of een werkstudent?

**Respondent:** Ik ben een dag student.

**Ariana:** Pendel je naar de campus of zit je op kot?

**Respondent:** Ik pendel.

**Ariana:** Hoe pendel je naar de campus?

**Respondent:** Ik maak gebruik van de bus en de trein.

**Ariana:** Hoe lang duurt het voor jou om op de campus te raken?

**Respondent:** Een uur.

**Ariana:** Hoeveel dagen per week ben je aanwezig op de campus?

**Respondent:** 5 dagen.

**Ariana:** Dus elke lesdag?

**Respondent:** Ja.

**Ariana:** Nu heb ik een paar vragen over uw sportgedrag, dus zoals je weet is er sportinfrastructuur aanwezig op de campus zoals het zwembad, de basic fit etc. Maak je hier gebruik van?

**Respondent:** Ja, de basic fit.

**Ariana:** Enkel de basic fit dus?

**Respondent:** Ja.

**Ariana:** Hoe vaak gebruik je die per week?

**Respondent:** 3 keer per week.

**Ariana:** Hoelang duurt een sportsessie voor jou, en doe je dit alleen of met iemand erbij?

**Respondent:** 1 uur en ik sport altijd alleen.

**Ariana:** En wanneer doe je dit dan, is dat op een vast tijdstip?

**Respondent:** Ja Dat is meestal tussen 1 en 4 uur.

**Ariana:** Wat is de reden dat je sport in de basic fit, is dit puur voor je fysiek of ook voor je mentale gezondheid?

**Respondent:** Enerzijds mijn conditie en anderzijds ook voor mijn mentale gezondheid.

**Ariana:** Dus sporten is wel echt belangrijk voor jouw mentale gezondheid?

**Respondent:** Ja.

**Ariana:** Doe je nog activiteiten dat jou helpen bij jouw mentale gezondheid?

**Respondent:** Ja ik mediteer af en toe.

**Ariana:** Oké terug naar de body en mind zaal, het is dus de bedoeling dat deze zaal verhuurd wordt per uur. Dit kan individueel of in groep, is zo een zaal interessant voor jou?

**Respondent:** Ja toch wel, ik zou er gebruik van maken.

**Ariana:** Wanneer zou je deze nieuwe zaal dan willen gebruiken, is dit op dagen dat je al les hebt of op dagen dat je geen les zou hebben?

**Respondent:** Nee dit zou op dagen zijn dat ik al les heb, dan ben ik al op de campus aanwezig.

**Ariana:** Op welke momenten in de dag zou je de zaal dan gebruiken?

**Respondent:** Tussen mijn springuren, rond de middag vooral.

**Ariana:** Zou je de zaal dan ook gebruiken op de dagen dat je al sport in de basic fit?

**Respondent:** Nee, afzonderlijk op een andere dag.

**Ariana:** Oke, en hoe vaak per week zou dit zijn?

**Respondent:** 2x per week.

**Ariana:** Oké dus zoals ik daarjuist al vermeld heb zijn de voornaamste activiteiten waar wij aan denken bij een body en mind schaal yoga, pilates, meditatie dansen. Heb jij nog suggesties om dit aan te vullen?

**Respondent:** Nee niet meteen.

**Ariana:** Ik ga nu die activiteiten terug opnoemen en kan jij ze dan op een schaal van 1 tot 5 beoordelen. 1 is ik zou hier nooit aan deelnemen, en 5 is ik zou hier zeker aan deelnemen.

**Respondent:** Oké.

**Ariana:** Yoga?

**Respondent:** 4.

**Ariana:** Dans

**Respondent:** 2.

**Ariana:** Pilates

**Respondent:** 5.

**Ariana:** Meditatie

**Respondent:** 5.

**Ariana:** Oke, bedankt. Je zei daarjuist dat je de zaal zou gebruiken op dagen dat je les hebt, maar niet al in de basic fit traint. Zou je deze zaal dan op een vast tijdstip willen gebruiken of op een flexibel tijdstip?

**Respondent:** Nee dit zou flexibel moeten zijn, het is afhankelijk van mijn uurrooster.

**Ariana:** Oké Ik heb een vraag over de prijs, hoeveel ben je bereid als individu te betalen om de zaal 1 uur af te huren?

**Respondent:** € 10 per uur

**Ariana:** En als je de zaal met een groep zou afhuren, wat vind je dan een eerlijke prijs?

**Respondent:** € 5 per persoon, ik verwacht dan wel een groepskorting.

**Ariana:** Oké, momenteel is de zaal nog helemaal leeg en wij moeten deze gaan inrichten op basis van wat studenten zouden willen. Wat zou jij zeker in de zaal aanwezig willen bijvoorbeeld, een kleedkamer, matten, spiegels etc..

**Respondent:** Ik vind een kleedkamer niet meteen nodig aangezien de basic fit ernaast is, maar het is wel wenselijk. Spiegels en matten wel echt noodzakelijk vind ik.

**Ariana:** Zijn er nog dingen dat je zeker aanwezig zou willen hebben in deze zaal, dat jou een gevoel van body en mind geven?

**Respondent:** Ja, ik vind de geur heel erg belangrijk. Als ik aan meditatie denk dan, denk ik meteen ook aan wierrook.

**Ariana:** Verder nog iets?

**Respondent:** Ja, ik denk dat sfeerverlichting ook wel belangrijk zou zijn. Ik hou niet van het typische bittere licht dat je in de meeste sportzalen hebt. Het mag wat warm zijn.

**Ariana:** Heb je het dan over van dat geel warm licht of mogen het ook kleuren zijn?

**Respondent:** Nee geen kleuren, echt gewoon het gele warme licht dat gezelligheid geeft.

**Ariana:** Oké is er verder nog iets dat je aan de body en mind zaal kan toevoegen, dat wij misschien over het hoofd gezien hebben?

**Respondent:** Nee, ik kan niet meteen op iets komen.

**Ariana:** Oké, dat was het interview dan. Heel erg bedankt voor je tijd!

**Respondent:** Geen probleem, nog een goede dag verder.

**Ariana:** Bedankt, jij ook.

*Appendix 3: Transcriptie van interview met VUB-sportmix student*

## **Interview 2: VUB-sportmix student (Zaterdag 10/12 om 18u via teams)**

**Ariana:** Wij zijn studenten Handelsingenieur en TEW aan de VUB en verrichten onderzoek naar de nood van studenten voor een nieuwe body en mind zaal op de VUB. Er komt ruimte in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal en wij onderzoeken op basis van interviews met studenten wat de invulling van deze nieuwe zaal zou moeten zijn. Deze zaal zou gericht zijn op "body en mind" activiteiten; dit zijn bijvoorbeeld yoga, pilates en dansen, maar kan nog vrij ingevuld worden naar de noden van studenten aan de VUB. Dit gesprek gaat opgenomen worden zodat het op een later tijdstip optimaal verwerkt kan worden en jouw gegevens worden geanonimiseerd.

**Ariana:** Ik ga eerst een paar vragen over jouw demografische achtergrond stellen om te beginnen. Wat is jouw geslacht?

**Respondent:** Ik ben een vrouw.

**Ariana:** Hoe oud ben je?

**Respondent:** Ik ben 19

**Ariana:** Welk jaar op de universiteit zit je?

**Respondent:** In mijn eerste jaar.

**Ariana:** Ben je een dag student of een werkstudent?

**Respondent:** Ik ben een dag student.

**Ariana:** Zit je op kot of pendel je?

**Respondent:** Nee ik pendel.

**Ariana:** Hoe lang duurt het voor je op de campus geraakt als je pendelt?

**Respondent:** Een veertigtal minuten.

**Ariana:** Oké en hoeveel dagen per week ben jij aanwezig op de campus.

**Respondent:** 3 a 4 dagen per week.

**Ariana:** Is dit dan op dagen dat je les hebt of kom je ook naar de campus als je geen les hebt?

**Respondent:** Nee dit is enkel op dagen als ik les heb of als ik aan een groepswork moet werken en we daar bijeenkomen.

**Ariana:** Oké, zoals je weet is er sportinfrastructuur aanwezig op de campus zoals het zwembad, de basic fit et cetera. Maak jij gebruik van deze sportinfrastructuur?

**Respondent:** Ja ik gebruik de basicfit.

**Ariana:** Dus enkel de basicfit?

**Respondent:** Ja.

**Ariana:** Als je sport in de basic fit doe je dit dan alleen of met iemand erbij?

**Respondent:** Ik train meestal alleen omdat mijn vrienden meestal niet aanwezig zijn wanneer ik ga trainen.

**Ariana:** Hoe regelmatig maak je dan gebruik van de basicfit per week?

**Respondent:** Enkel op de dagen dat ik al aanwezig ben op de campus, dus 3 keer per week ongeveer.

**Ariana:** Dus je sport er enkel als je les hebt?

**Respondent:** Ja de dagen dat ik geen les heb en dus niet op de campus aanwezig, ben sport ik in de basic fit dicht bij mijn huis.

**Ariana:** Sport je voornamelijk voor jouw fysiek of voor ook voor jouw mentale gezondheid?

**Respondent:** Beiden zijn belangrijk voor mij.

**Ariana:** doe je voornamelijk krachttraining of cardio?

**Respondent:** Ik focus mij op krachttraining.

**Ariana:** Oké terug naar de body en mind zaal. Dus zoals ik daar juist al zei zal deze zaal gebruikt worden voor voornamelijk activiteiten zoals yoga, pilates, dansen, meditatie. Het is de bedoeling dat de zaal dan individueel of in een groep afgehuurd wordt per uur. Ben jij geïnteresseerd in zo een aanbod?

**Respondent:** Ik heb nooit een activiteit van die aard uitgeprobeerd maar ik denk wel dat ik het eens zou uitproberen aangezien het op school georganiseerd wordt.

**Ariana:** Oké en op welke dagen zou jij dan gebruik willen maken van zo een zaal?

**Respondent:** Ik denk dat ik dit voornamelijk in het weekend zou gebruiken en niet op school dagen.

**Ariana:** Dus zou je dan in het weekend naar de campus pendelen om gebruik te maken van de zaal?

**Respondent:** Ja.

**Ariana:** Oké en zou je dan deze zaal op regelmatige basis gebruiken of zou het eerder iets uitzonderlijk zijn?

**Respondent:** Het zou eerder een uitzondering zijn voor mij. Eens in de zo veel.

**Ariana:** Oké je zei dat je dit in het weekend zou gebruiken. Op welk moment van de dag zou dit dan zijn? Eerder naar de ochtend of avond toe?

**Respondent:** Dit zou dan toch in de avond zijn aangezien ik het ter ontspanning zou gebruiken aan het einde van de dag.

**Ariana:** Is dit dat op een vast tijdstip in de avond of flexibel?

**Respondent:** Nee flexibel.

**Ariana:** Oké tot nu hebben we activiteiten als yoga, pilates, dans en meditatie voor de zaal. Is er voor jou nog iets dat hieraan kan toegevoegd worden?

**Respondent:** Ja ik denk dat een mindfulness oefening in een groep wel leuk zou zijn.

**Ariana:** Oké en wat voor mindfulness oefening bedoel jij dan?

**Respondent:** Ik zie vaak op tiktok trauma release oefeningen en dit lijkt mij wel leuk

**Ariana:** En wat voor trauma release oefeningen zijn dit dan?

**Respondent:** Oefeningen zoals de heupen stretchen, zo komt stress en trauma los uit je lichaam.

**Ariana:** Oké Ik ga nu de activiteiten nog eens opnoemen, kan jij ze dan raten van 1 tot 5. 1 is ik zou hier nooit aanwezig zijn en 5 is ik zou hier zeker aanwezig zijn

**Respondent:** Oké.

**Ariana:** Yoga?

**Respondent:** 2.

**Ariana:** Dans?

**Respondent:** 1.

Pilates?

**Respondent:** 5.

**Ariana:** Meditatie

**Respondent:** 3.

**Ariana:** En zo groepsoefening zoals jij zei?

**Respondent:** 5.

**Ariana:** Oké doe jij al aan het sport dat in de body en mind categorie valt?

**Respondent:** Nee.

**Ariana:** Oké een vraag over jou betalingsbereidheid. Hoeveel zou je als individu bereid zijn te betalen per uur om de zaal af te huren?

**Respondent:** Dat hangt af van hoe groot deze zaal is.

**Ariana:** De zaal is 5 op 7 meter dus 35 m<sup>2</sup>.

**Respondent:** Ik zou rond de € 15 betalen.

**Ariana:** En als je de zaal in een groep zou afhuren wat vind je dan een eerlijke prijs?

**Respondent:** Dan zou ik rond de € 10 per persoon betalen.

**Ariana:** Oké momenteel is de zaal nog leeg en moeten wij deze inrichten naar gelang wat de studenten zouden willen. Wat moet jij zeker aanwezig hebben in de zaal? Denk hierbij aan een kleedkamer, spiegels, yogamatten...

**Respondent:** Ja spiegels zeker en vast. Een kleedkamer vind ik niet echt noodzakelijk. Ik zou graag een niet te drukke zaal willen. Hiermee bedoel ik dan ook niet te drukke en veel kleuren maar eerder iets heel rustig wat me kalm maakt.

**Ariana:** En wat zijn dit dan voor kleuren voor jou, eerder lichte of donkere kleuren?

**Respondent:** Eerder donkere kleuren.

**Ariana:** Oké en qua verlichting?

**Respondent:** Ik zou daar wel sfeerverlichting willen hebben, dat in combinatie met de donkere kleuren zou een rustgevend effect hebben denk ik.

**Ariana:** Oké en over wat voor sfeerverlichting heb jij het dan?

**Respondent:** Soort van staande verlichting. Zodat het niet te belicht is, dat geeft me een avond gevoel.

**Ariana:** Dus geen te witte en verlichte omgeving?

**Respondent:** Nee en ook geen ledlights.

**Ariana:** Bedoel jij met ledlights zo van die gekleurde strips?

**Respondent:** Ja die bedoel ik.

**Ariana:** Oké, zou jij nog iets van decoratie aanwezig willen hebben?

**Respondent:** Nee ik zou het echt gewoon zo simpel en clean mogelijk houden.

**Ariana:** Oké is er verder nog iets wat jij misschien wilt toevoegen, dat wij over het hoofd gezien hebben?

**Respondent:** Nee er komt niet meteen iets in mij op.

**Ariana:** Oké dankjewel voor je suggesties, het interview is klaar nu. Bedankt voor je tijd en ik wens jou nog een fijne dag.

**Respondent:** Ja dankjewel jij ook een fijne dag.

*Appendix 4: Transcriptie van interview met VUB-sportmix student*

### **Interview 3: VUB-sportmix student (Dinsdag 13/12 om 14u via teams)**

**Ariana:** Wij zijn studenten Handelsingenieur en TEW aan de VUB en verrichten onderzoek naar de nood van studenten voor een nieuwe body en mind zaal op de VUB. Er komt ruimte in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal en wij onderzoeken op basis van interviews met studenten wat de invulling van deze nieuwe zaal zou moeten zijn. Deze zaal zou gericht zijn op "body en mind" activiteiten; dit zijn bijvoorbeeld yoga, pilates en dansen, maar kan nog vrij ingevuld worden naar de noden van studenten aan de VUB. Dit gesprek gaat opgenomen worden zodat het op een later tijdstip optimaal verwerkt kan worden en jouw gegevens worden geanonimiseerd.

**Ariana:** Ik ga eerst een paar vragen over jouw demografische achtergrond stellen om te beginnen. Wat is jouw geslacht?

**Respondent:** Oké, mijn geslacht is vrouw.

**Ariana:** Hoe oud ben je?

**Respondent:** Ik ben 22.

**Ariana:** Ben je een dag student of avond student?

**Respondent:** Dag student.

**Ariana:** En zit je op kot of pendel je naar de campus?

**Respondent:** Ik zit op kot.

**Ariana:** En in het hoeveelste jaar zit je?

**Respondent:** Ik zit in mijn derde bachelor.

**Ariana:** Oké hoe vaak per week ben je op de campus aanwezig?

**Respondent:** Ik ben eigenlijk altijd op kot, enkel soms als ik mijn ouders ga bezoeken ben ik hier weg.

**Ariana:** En maak je gebruik van de VUB sportinfrastructuur zoals het zwembad en de basic fit?

**Respondent:** Ja ik gebruik de basicfit en de loopbaan op de campus om soms eens te gaan joggen.

**Ariana:** Oke en hoe vaak per week sport je dan?

**Respondent:** Niet zo vaak, ongeveer twee keer per week.

**Ariana:** En doe je dit dan alleen of met een vriendin of iemand anders?

**Respondent:** Ik ga altijd met een vriendin, ik sport niet graag alleen.

**Ariana:** Oké dus zoals ik al aangehaald heb komt er een body en mind zaal. Het gaat hier dan om activiteiten zoals yoga, pilates, meditatie en dansen. Deze zaal wordt dan afgehuurd per uur in groep of individueel. Ben jij geïnteresseerd in z'n aanbod?

**Respondent:** Ja ik ben daar wel geïnteresseerd in.

**Ariana:** En wanneer zou jij dan gebruik maken van zo een zaal, is dit dan voornamelijk op dagen dat je les hebt of op dagen dat je juist geen les hebt?

**Respondent:** Ik denk dat zo'n activiteiten zouden helpen met stress, dus ik zou het gebruiken na mijn laatste les om te ontspannen.

**Ariana:** Oké dus in de avond vooral?

**Respondent:** Ja in de avond.

**Ariana:** Dus zoals ik al zei gaat het voornamelijk om activiteiten als yoga, pilates, meditatie, dansen... Heb jij nog suggesties voor activiteiten dat hierbinnen passen?

**Respondent:** Nee het meeste is wel opgenoemd denk ik, ik kan niet meteen op nog iets komen.

**Ariana:** Oké zou jij deze activiteiten kunnen raten van 1 tot 5. 1 is voor ik zou hier nooit aanwezig zijn en 5 is voor ik zou hier zeker aanwezig zijn. Ik ga ze nu opnoemen.

**Ariana:** Yoga?

**Respondent:** 4.

**Ariana:** Dans?

**Respondent:** 4.

**Ariana:** Pilates?

**Respondent:** 5.

**Ariana:** Meditatie?

**Respondent:** 3.

**Ariana:** Oke dankjewel, en hoe regelmatig zou jij dan gebruik maken van deze zaal per week?

**Respondent:** Ik zou het 1 keer per week gebruiken.

**Ariana:** Je zei daarjuist dat dit dan na jouw laatste les in de avond zou zijn, is dit dan telkens een vast tijdstip voor jou of op flexibele uren?

**Respondent:** Ik hou van structuur dus ik zou toch voor een vast tijdstip gaan.

**Ariana:** Oké en doe je al iets van sport dat in de body en mind categorie valt?

**Respondent:** Ja ik doe dans en yoga.

**Ariana:** Waar doe jij dit dan?

**Respondent:** Vroeger danste ik in een organisatie de IHAM, maar nu doe ik dat gewoon thuis in mijn vrije tijd en yoga ook thuis.

**Ariana:** Oké Ik heb een vraag over jou betalingsbereidheid. Dus het is de bedoeling dat de zaal telkens voor één uur afgehuurd wordt. Hoeveel zou jij als individu voor 1 uur betalen wetende dat de zaal 5 op 7 meter is en dus 35 vierkante meter?

**Respondent:** Ik zou dan € 10 per uur betalen.

**Ariana:** En als je het in groep zou afhuren, wat vind je dan een eerlijke prijs?

**Respondent:** Dan vind ik € 5 per uur een goede prijs.

**Ariana:** Oké momenteel is de zaal nog leeg en moeten wij deze gaan inrichten naargelang wat de studenten willen. Wat moet jij zeker aanwezig hebben in de zaal? Zoals een kleedkamer, spiegels, yogamatten, muziekboxen, bepaalde verlichting.

**Respondent:** Ik vind het wel echt belangrijk dat er zeker yogamatten aanwezig zijn. Voor de verlichting zou ik sfeerverlichting willen dat niet te strak is omdat het een ontspannen ruimte moet zijn vind ik. En verder zou ik beige of witachtige nude muren willen zien, dus simpele kleuren gewoon. Kleedkamers vind ik niet erg belangrijk je kan je op zich gewoon daar binnen omkleden.

**Ariana:** Oké en is er verder nog iets wat je aanwezig zou willen zien, bijvoorbeeld zijn de muziekboxen niet belangrijk voor jou?

**Respondent:** Jawel voor dansen is dat zeker wel belangrijk en ook voor yoga en meditatie voor achtergrond muziek. Dus die zou ik toch wel aanwezig wille. Misschien nog wat planten of pampas voor een natuurgevoel.

**Ariana:** Oké heb je verder misschien nog een suggestie? Iets dat wij over het hoofd gezien hebben?

**Respondent:** Nee ik heb het meeste wel opgenoemd, gewoon een simpele ontspannen ruimte.

**Ariana:** Oké daar ben ik klaar met het interview. Bedankt voor je tijd en nog een fijne dag verder!

**Respondent:** Oke graag gedaan, en jij ook.

*Appendix 5: Transcriptie van interview met VUB-sportmix student*

#### **Interview 4: VUB-sportmix student (Dinsdag 13/12 om 18u via teams)**

**Ariana:** Wij zijn studenten Handelsingenieur en TEW aan de VUB en verrichten onderzoek naar de nood van studenten voor een nieuwe body en mind zaal op de VUB. Er komt ruimte in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal en wij onderzoeken op basis van interviews met studenten wat de invulling van deze nieuwe zaal zou moeten zijn. Deze zaal zou gericht zijn op "body en mind" activiteiten; dit zijn bijvoorbeeld yoga, pilates en dansen, maar kan nog vrij ingevuld worden naar de noden van studenten aan de VUB. Dit gesprek gaat opgenomen worden zodat het op een later tijdstip optimaal verwerkt kan worden en jouw gegevens worden geanonimiseerd.

**Ariana:** Ik ga eerst een paar vragen over jouw demografische achtergrond stellen om te beginnen. Wat is jouw geslacht?

**Respondent:** Ik ben een vrouw.

**Ariana:** Hoe oud ben je?

**Respondent:** 22.

**Ariana:** In het hoeveelste jaar zit je?

**Respondent:** In het tweede jaar.

**Ariana:** Bachelor of master?

**Respondent:** Bachelor.

**Ariana:** Ben je een dag student of een werkstudent?

**Respondent:** Dag student.

**Ariana:** Pendel je naar de campus of zit je op kot?

**Respondent:** Ik pendel naar de campus

**Ariana:** Hoeveel minuten pendel je dan?

**Respondent:** Ongeveer 1 uur en 20 minuten.

**Ariana:** En hoeveel dagen per week ben je aanwezig op de campus?

**Respondent:** Dat is afhankelijk van mijn lessenrooster, 3-5 dagen per week.

**Ariana:** Oké, zoals je weet is er sportinfrastructuur aanwezig op de campus zoals het zwembad, de basic fit et cetera. Maak jij gebruik van de vub sportinfrastructuur?

**Respondent:** Ja ik gebruik de basicfit.

**Ariana:** Als je sport in de basic fit doe je dit dan alleen of met een persoon of in groep...?

**Respondent:** Ik hou van gezelschap dus ik sport altijd met een vriendin.

**Ariana:** Hoe vaak per week gebruik je de basic fit dan?

**Respondent:** 3 keer per week

**Ariana:** Dus je sport er enkel als je les hebt?

**Respondent:** Ja dan ben ik al op de campus aanwezig.

**Ariana:** Oké terug naar de body en mind zaal. Dus zoals ik daarjuist al zei zal deze zaal gebruikt worden voor voornamelijk activiteiten zoals yoga, pilates, dansen, meditatie. Het is de bedoeling dat de zaal dan individueel of in een groep afgehuurd wordt per uur. Ben jij geïnteresseerd in zo een aanbod?

**Respondent:** Ja het lijkt me een leuk initiatief, vooral pilates spreekt me aan.

**Ariana:** Oké en op welke dagen zou jij dan gebruik maken van deze zaal, op lesdagen of juist niet?

**Respondent:** Ik denk tussen mijn lessen door, of er na.

**Ariana:** En op welk moment van de dag zou dit dan zijn? Ochtend, middag, avond?

**Respondent:** In de avond en namiddag vooral.

**Ariana:** Oké en zou je dan deze zaal op regelmatige basis gebruiken? Hoe vaak per week?

**Respondent:** 1x per week zou voldoende zijn voor mij, omdat ik ook al de basic fit gebruik.

**Ariana:** Is dit dat op een vast tijdstip telkens of flexibel?

**Respondent:** Een vast tijdstip.

**Ariana:** Oké zoals ik al zei hebben we tot nu toe activiteiten als yoga, pilates, dans en meditatie. Is er voor jou nog iets dat hieraan kan toegevoegd worden?

**Respondent:** Ja ik denk dat iets in groepsessie met een begeleider wel leuk zou zijn.

**Ariana:** Oké en wat voor groepsessie is dit dan?

**Respondent:** Iets met mindfulness als thema.

**Ariana:** Oké Ik ga nu de activiteiten nog eens opnoemen, kan jij ze dan raten van 1 tot 5. 1 is ik zou hier nooit aanwezig zijn en 5 is ik zou hier zeker aanwezig zijn

**Ariana:** Yoga?

**Respondent:** 4.

**Ariana:** Dans?

**Respondent:** 4.

Pilates?

**Respondent:** 3.

**Ariana:** Meditatie

**Respondent:** 3.

**Ariana:** En zo een mindfulness groepsessie

**Respondent:** 5!

**Ariana:** Oké doe jij al aan het sport dat in de body en mind categorie valt?

**Respondent:** Nee.

**Ariana:** Oké dus zoals ik al zei is het de bedoeling dat de zaal telkens voor 1 uur verhuurd wordt, dit kan individueel of in groep. De zaal is 5 op 7 meter groot en 35m<sup>2</sup>. Hoeveel zou jij per uur betalen om het individueel af te huren?

**Respondent:** Ik zou € 15 per uur betalen.

**Ariana:** En als je de zaal in een groep zou afhuren wat vind je dan een eerlijke prijs?

**Respondent:** Ik vind dat het dan nog steeds 15 euro zou moeten zijn, gewoon een vast tarief voor de zaal. En het dan zelf onderverdelen afhankelijk van met hoeveel personen je bent.

**Ariana:** Oké momenteel is de zaal nog leeg en moeten wij deze inrichten naar gelang wat de studenten zouden willen. Wat moet jij zeker aanwezig hebben in de zaal? Zoals spiegels, kleedkamers, yogamatten, muziekboxen, sfeerverlichting..

**Respondent:** Yogamatten en spiegels al sowieso, een kleedkamer vind ik ook wel belangrijk en een muziekbox ook. Qua verlichting niet te veel licht, gewoon iets gezellig.

**Ariana:** Nog iets wat belangrijk is voor een body en mind zaal voor jou?

**Respondent:** Ja, kleine gewichtjes voor bij pilates. En een projector tegen de muur zodat er iets afgespeeld kan worden op youtube bijvoorbeeld. Geen kleurrijke muren ook.

**Ariana:** En iets ter decoratie?

**Respondent:** Ja, nep planten dat geeft sfeer vind ik.

**Ariana:** Nog iets?

**Respondent:** Nee niet echt. Ik heb alles wat ik belangrijk vind wel opgenoemd.

**Ariana:** Oke, en is er nog iets in het algemeen dat je wil toevoegen over de body en mind zaal? Iets dat wij niet aangekaart hebben en over het hoofd gezien hebben?

**Respondent:** Ik kan niet meteen op iets komen sorry.

**Ariana:** Geen probleem hoor, dan ben ik klaar met de vragen. Erg bedankt voor je tijd!

**Respondent:** Oke, in orde. Daag.

**Ariana:** Daag.

*Appendix 6: Transcriptie van interview met VUB-sportmix student*



## ***Interview 1: VUB-dance crew (Donderdag 8/12 om 10u via teams)***

**Shwe:** Hallo, we zijn studenten Handelsingenieur en TEW op VUB en we doen een onderzoek naar de nieuwe body & mind-zaal die in gebouw L gaat komen. Daar gaat alle activiteiten plaatsvinden waaronder dus eigenlijk yoga, pilates en dans. Daarom willen we een onderzoek voeren bij jullie danskring omdat jullie misschien die nieuwe danszaal gaan gebruiken.

**Shwe:** Is het okay als ik deze interview verwerk in de onderzoek? Moet ik jou anoniem houden?

**Respondent:** Nee, dat is niet nodig.

**Shwe:** Wat heb je liefst? Okay!

**Respondent:** Maakt niet uit!

**Shwe:** Je bent x, kan je jezelf introduceren?

**Respondent:** Wat wil je dat ik zeg? Over de dancecrew vooral?

**Shwe:** Ja!

**Respondent:** Ik ben x en ik heb twee jaar geleden samen met Inas en nog een paar andere mensen de dancecrew opgestart, in 2020. Het was eigenlijk na het ding dat we samenkwamen op een TD toevallig en we zeiden zoiets van ja "we willen heel graag sporten op VUB maar er is niks te maken heeft met dans." Dus dan zijn we samengekomen en gesproken van wat we eigenlijk willen doen en we kwamen op neer dat we danslessen wouden geven omdat we ook allemaal bezig zijn met het dansen en passie hebben voor het dansen. Zo heeft Inas dan contact opgenomen met Caroline Pauwels, onze toenmalige 'dean'. Van het ene kwam het andere dan zijn we eigenlijk begonnen met de dancecrew.

**Shwe:** Dat is fijn! Dan gaan we het hebben over jouw demografische gegevens. Wat is jouw geslacht?

**Respondent;** Ik ben een vrouw.

**Shwe:** Ok, in welk jaar zit je op de universiteit.

**Respondent:** Ik ben begonnen in 2018.

**Shwe:** Welke richting doe je?

**Respondent:** Ik heb toegepaste taalkunde gedaan.

**Shwe:** Ja.

**Respondent:** Als bachelor, en nu multilingual master mediation and communication.

**Shwe:** Dus je zit in de laatste jaar dan?

**Respondent:** Ja.

**Shwe:** Dus je bent bijna klaar! Ben je dan een werkstudent of dagstudent?

**Respondent:** Ik ben dagstudent.

**Shwe:** Zit je op kot of pendel je?

**Respondent:** Ik zit op kot in het centrum van Brussel.

**Shwe:** Dus waar woon je dan eigenlijk?

**Respondent:** Waar dat mijn domiciliëring is?

**Shwe:** Ja.

**Respondent:** Dat is in Oost-Vlaanderen, een klein dorpje genoemd Moerbekewaas.

**Shwe:** Dus je bent niet van Brussel oorspronkelijk?

**Respondent:** Nee nee.

**Shwe:** en okay, VUB-sportgedrag. Maak je momenteel gebruik van VUB sportinfrastructuur? Ja of nee?

**Respondent:** Uh, ik doe eigenlijk nu de danslessen.

**Shwe:** Dus geen zwembad, basic-fit,..

**Respondent:** Nee, ik heb dat wel gedaan met de yoga enzovoort. Dat had ook te maken met de sportmix maar daar ben ik nu ermee gestopt omdat ik nu volledig bezig ben met die danslessen.

**Shwe:** Ja, heb je dan een abonnement gehad van VUB sportmix?

**Respondent:** Voor ons is dat niet nodig omdat we zelf danslessen geven. Maar de voorbije jaren heb ik dat wel gedaan.

**Shwe:** Dus als er een nieuwe body&mind-zaal gaat komen in de gebouw L, zou je dan interesse hebben om naar de body&mind-zaal te gaan?

**Respondent:** Ja, zeker. We merken ook van de mensen die naar de danslessen komen, dat ze eigenlijk meerdere keren per week willen gaan. De sportzalen zijn altijd vol dus we kunnen geen nieuwe uren aanbieden waardoor dat de perfecte zou zijn om erbij te nemen.

**Shwe:** En weet je eigenlijk wanneer je naar die nieuwe body&mind zaal zou willen gaan? Wanneer je geen les hebt of in de weekends?

**Respondent:** Op zich zou dat ook wel kunnen, maar ik weet niet of er veel mensen zullen komen. Maar persoonlijk is dat ook wel handig want ik geef ook nog danslessen ergens anders en om dan bijvoorbeeld te trainen, zou daar ook een spiegel komen?

**Shwe:** Uhm ja!

**Respondent:** Dan zou dat voor mij ook goed zijn om die zaal te huren/ reserveren.

**Shwe:** gewoon in de weekends ofzo?

**Respondent:** Ja.

**Shwe:** Dus in die nieuwe body&mind zaal gaan er dus verschillende activiteiten plaatsvinden zoals bijvoorbeeld yoga, pilates, dans en meditatie. En andere gelijkaardige activiteiten die te maken hebben met de mentale en fysieke gezondheid. Welke activiteiten zou je voorstellen voor de nieuwe body&mind zaal?

**Respondent:** Er zijn ook heel veel mensen die bezig zijn met zumba want in vorige jaren ook was. En dat is nu niet meer in de sportmind dus ik zou zumba voorstellen. Pilates is nu wel heel upcoming dus dat zou ook inderdaad een goed idee zijn.

**Shwe:** Wat versta je eigenlijk onder body&mind?

**Respondent:** Bezig zijn met je lichaam, wat ook goed is voor je mind. We zien ook bij de danslessen als ik een voorbeeld mag geven, mensen worden moe maar je ziet wel dat ze satisfied zijn, dat ze aan het genieten zijn. Energie zit ook altijd goed. Ik denk dat body&mind een mooie naam is om het te benoemen ook voor onze danslessen.

**Shwe:** Dus yoga, pilates, dans en meditatie hoeveel zou je dan geven op een schaal van 1 tot 5 waarbij 1 "hier zal ik nooit aan deelnemen" en 5 dan "hier zal ik zeker aan deelnemen". Bijvoorbeeld ik geef 5 voor yoga omdat ik heel graag yoga wil doen.

**Respondent:** Yoga ook zeker een 5.

**Shwe:** En pilates?

**Respondent:** Pilates weet ik niet. Ik hoor heel van de mensen dat het heel vermoeiend is en heel intensief. Dus misschien een 3.

**Shwe:** En dans zeker een 5?

**Respondent:** Ja zeker.

**Shwe:** En meditatie?

**Respondent:** Dat vind ik ook zeker leuk dus ik geef het tussen 4 en 5.

**Shwe:** Wanneer mogen die activiteiten mogen plaatsvinden? Hoe vaak zou je dan gaan naar die activiteiten in een week?

**Respondent:** Zouden ze dan allemaal op verschillende dagen plaatsvinden?

**Shwe:** Ja, als je mag kiezen.

**Respondent:** 3 tot 4 keer per week?

**Shwe:** Okay, heb je zo een voorkeur welke tijdstip dat je ze zou beginnen?

**Respondent:** Liefst rond de avond, want onze danslessen zijn ook in de avond dan zijn de lessen ook gedaan dus het is dan heel leuk. Dat je na je les ernaartoe kan gaan. Dus ook rond die uren ongeveer.

**Shwe:** Dus nu huren jullie een zaal bij VUB voor danslessen. Huren jullie ook bij andere sportinfrastructuren de zalen om te gaan dansen?

**Respondent:** Dus eigenlijk zijn we nog geen kring, dus volgend jaar gaat het een officiële kring worden waardoor dat we nu nog geen budget hebben om iets te huren. En omdat we een onderdeel zijn van een sportmix krijgen we die zaal en we moeten die niet huren. We zijn wel van plan als we een officiële kring worden om een zaal in het centrum van Brussel bij te huren. Maar daar zijn we nu nog niet mee bezig. Maar het is wel iets dat we willen doen.

**Shwe:** Okay, dus het is wel in jullie gedachten maar jullie weten niet exact hoeveel dat het gaat kosten?

**Respondent:** Ja, nee. Ik weet dat ik dat voor een zaal van VUB rond 60 euro kost voor een uur wat ook veel geld is vind ik. Maar het is wel doenbaar als je een kring bent want dan krijg je genoeg subsidies daarvoor. Maar dat is iets dat we allemaal nog moeten uitzoeken.

**Shwe:** Okay, maar nu betalen jullie niet voor een zaal dat jullie huren van de VUB maar hoeveel zouden jullie dan bereid zijn om te betalen voor die nieuwe body&mind zaal voor een uur?

**Respondent:** Ik denk dat het ongeveer dezelfde zal zijn voor de normale sportzaal. Het is wel handig als er spiegels zijn want dat hebben we in andere zalen niet. Dus daarvoor zijn we bereid om meer te betalen.

**Shwe:** Dus meer dan 60 euro?

**Respondent:** ja maar misschien, onder de 100 wel.

**Shwe:** Dus je hebt al verteld dat je spiegels nodig hebt in een zaal. En dus welke andere materialen heb je nog nodig?

**Respondent:** goede akoestiek en goede box. Dus eigenlijk is dat het wat we nodig hebben voor danslessen.

**Shwe:** En voor yoga? Want je hebt ook gezegd dat je misschien aan yoga willen deelnemen. Dus welke materialen zou je dan willen hebben voor een yogales?

**Respondent:** Ja misschien matjes? Kleedkamers zijn niet echt nodig.

**Shwe:** Okay, heb je zelf nog suggesties voor de nieuwe polyvalente zaal?

**Respondent:** Misschien wat leuk aankleden met kleurtjes enal want daarvoor staat de VUB ook. Dat is ook een mooi initiatief dat veel aandacht verdient. Voor de rest niet echt. Gewoon veel reclames maken want dat is echt een super leuk idee om te doen.

**Shwe:** Okay, dat is het dan hé!

**Respondent:** Ja?

**Shwe:** Dat is heel fijn dat je wilde deelnemen. We appreciëren het enorm.

**Respondent:** Dat is heel graag gedaan.

**Shwe:** Dank u wel! En nog een fijne dag verder!

**Respondent:** Dank u wel! Jij ook! Daag!

*Appendix 7: Transcriptie van interview met VUB-dance crew*

## ***Interview 2: VUB-dance crew (Zaterdag 11/12 om 14u via teams)***

**Shwe:** Hallo, ik zal nu een beetje uitleg geven over ons onderzoek. Wij zijn studenten Handelsingenieur en TEW aan de VUB en verrichten onderzoek naar de nood van studenten voor een nieuwe body en mind zaal op de VUB. Er komt ruimte in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal en wij onderzoeken op basis van interviews met studenten wat de invulling van deze nieuwe zaal zou moeten zijn. Deze zaal zou gericht zijn op "body en mind" activiteiten; dit zijn bijvoorbeeld yoga, pilates en dansen, maar kan nog vrij ingevuld worden naar de noden van studenten aan de VUB. En deze interview zal opgenomen worden en zal later verwerkt worden. Dus is het okay als ik deze data ga nemen voor het onderzoek? En moet ik jou anoniem houden? Wat heb je het liefst?

**Respondent:** Uh, ja dat mag zeker gebruikt worden en dat moet niet per se anoniem van mij.

**Shwe:** Okay, dank u wel! Dus dan gaan we je kennis laten maken. Je bent x. Hoe ben je te weten gekomen van de VUB Dance Crew?

**Respondent:** Ik heb het gezien via Instagram, via Inas. Ze is zo wat de founder van dance crew. En het eerste jaar zat ik niet in het organisatorisch maar ik ging wel vaak/ op wekelijkse basis die danslessen volgen. Aangezien ik zo vaak daarnaartoe ging en zelf ook in mijn vrije tijd danste hadden ze mij gevraagd voor het tweede jaar om mee in het organisatorisch te zitten en om danslessen te geven. Dus ja, ik had het dan geaccepteerd want ik was daar toch wekelijks en ik vond dat toch kei tof dus ik dacht "geen probleem". En zo is het eigenlijk begonnen. Ik was niet bij het originele team dat heeft toen ontstaan maar ik zit nog altijd in het team van dance crew.

**Shwe:** Dat is leuk! Hoe lang doe je het al?

**Respondent:** Ik denk dat het nu mijn derde jaar is, als ik me niet vergis.

**Shwe:** Wow, derde jaar!

**Respondent:** Het was één jaar en dan het jaar van corona dus toen zaten we ook in de lockdowns enzo. Dan heb ik ook nog online lessen gegeven. We gaven zo wekelijks een online les met instagram live en nu is het denk ik derde jaar. Dus nu is het denk ik derde jaar. Het heeft wel stilgelegen.

**Shwe:** Ja, drie is echt lang hé!

**Respondent:** Ja, eigenlijk wel!

**Shwe:** Ja, okay! Nu demografische gegevens. Wat is jouw geslacht?

**Respondent:** Ik ben een vrouw.

**Shwe:** En in welk jaar zit je op de universiteit?

**Respondent:** Als in studeren?

**Shwe:** Ja!

**Respondent:** Ik ben vorig jaar afgestudeerd en ik ben nu doctoraat student.

**Shwe:** En ja, in welk vak specialiseer je eigenlijk?

**Respondent:** Ik ben afgestudeerd met kinesitherapie.

**Shwe:** En nu doctoraat bij kinesitherapie?

**Respondent:** Ja!

**Shwe:** En zit je nu op kot? Of pendel je?

**Respondent:** Nee, ik pendel.

**Shwe:** En als je pendelt, hoelang ben je dan onderweg naar de VUB?

**Respondent:** een halfuurtje ongeveer.

**Shwe:** En hoeveel dagen zit je dan op campus in een week?

**Respondent:** Ik zou zeggen vier op vijf maar ik zit wel in Jette. Niet in Etterbeek.

**Shwe:** Ah ja, okay! Kinesie dus ja dan moet je wel in Jette zijn dan.

**Respondent:** Ik zit in Jette maar voor dance crew ga ik wel naar Etterbeek.

**Shwe:** En maak je momenteel gebruik van de VUB-sportinfrastructuur? Dus dat is dan zo basic-fit, zwembad,..

**Respondent:** Nee, ik heb wel een basic-fit abonnement via de VUB maar ik ga niet daar ter plaatste. Ik ga hier bij mijn huis. Dat is veel gemakkelijker. Dus buiten dance crew maak ik daar niet echt gebruik van.

**Shwe:** Ja, want ik heb ook zo met interview met x gehoord dat mensen van VUB dance crew gratis VUB-sportmix kunnen doen. Dus gebruik je dat ook?

**Respondent:** Nee, ik gebruik dat persoonlijk niet omdat ik daar ook niet vaak ben. Maar ik weet wel dat ik ooit op kot gezeten heb in Etterbeek en toen ik een keer yoga les gevolgd met sportmix. Maar dat was niet voor mij dus ik heb niet verder gedaan. Maar ik heb dat persoonlijk nooit echt gebruik van gemaakt ook omdat ik na de schooluren zelf mijn eigen sport doe. Dus gewoon, planningsgewijs is het eigenlijk altijd bij dance crew gebleven.

**Shwe:** Welke sport doe je dan na school?

**Respondent:** Ik dans en ik doe gym bij basic-fit.

**Shwe:** Dus je hebt nu wel VUB-sportmix maar je gebruikt die nu niet.

**Respondent:** Nee.

**Shwe:** Zou je deze nieuwe body&mind interesseren? Zou je die gebruik maken?

**Respondent:** Ja, zeker maar wel in het kader van dance crew. Maar ik zou dat wel nice vinden.

**Shwe:** En, wanneer zou je die gebruik willen maken?

**Respondent:** In de week, s 'avonds.

**Shwe:** Avond, bedoel je dan 19 uur/20 uur.

**Respondent:** Ja, zoiets. Nu zijn de lessen van dance crew ook maar één keer per week. Maar dat zou toffer zijn als we dat twee keer per week zo zouden kunnen afspreken om te dansen. Ja, dat gaat gewoon niet door de beschikbaarheid van de zalen nu.

**Shwe:** Liever dan na de lessen?

**Respondent:** Ja, toch wel!

**Shwe:** Dus het maakt niet uit wanneer dat het gebeurt maar liever in de avond in de week?

**Respondent:** Ja, dat zou voor mij het makkelijkste zijn.

**Shwe:** Ja dus die nieuwe body&mind zaal zal dus ingevuld worden met verschillende activiteiten die te maken hebben met de body&mind. Wat versta je eigenlijk onder body&mind?

**Respondent:** Ik versta daar, alle activiteiten waarin dat je als individu kan deelnemen om aan jezelf te werken. Dat kan zijn van lichamelijke/ fysieke activiteit zijn maar ook dingen waar dat je meer mind hebt. Iets waar dat je aan jezelf kunt werken. Maar ik link het wel aan een vorm een fysieke activiteit of een vorm van lichamelijke beweging. Dus ik beeld me in in groepsessies of misschien zelfs individueel of in groepen dat je die zalen kan huren om activiteiten te doen. Dat kan alles zijn hé. Dat kan workout, b&b,.. Dat kan echt wel wat zijn.

**Shwe:** Ja, dat is goed! Want zo heeft Dir (de organisator van body&mind) ook in gedachten. Die wilt dan eigenlijk yoga, pilates, dans en meditatie die zaal invullen. Weet je eigenlijk nog andere activiteiten die bij deze activiteiten behoren?

**Respondent:** Bedoelt hij dat?

Shwe: Nee, weet je nog andere? Suggesties.

**Respondent:** Ah ja ja; ik denk vooral, je zegt al yoga en pilates maar ik denk ook andere workout classes waar je core stability of bb of soort van ritmische dingen. Eerder zo wat fitness gericht toch in groep en met muziek. Het lijkt me wel tof. Meditatie... Weet niet.

**Shwe:** Het is okay. Dan gaan we het zo laten. Dus yoga, pilates, dans en meditatie. Dat zijn de activiteiten die ze willen organiseren. En zou je naar één activiteiten willen gaan?

**Respondent:** Ja!

**Shwe:** Wil je dat op een schaal van 1 tot 5 benoemen welke sport je wil deelnemen. Bijvoorbeeld yoga wil ik heel graag deelnemen dus dan geef ik dan cijfer 5.

**Respondent:** Dans zou ik sowieso deelnemen dus ik geef het 5. Goh, yoga vind ik het moeilijk. Ik zeg het, ik snap volledig dat mensen dat graag doen. Ik heb het geprobeerd en het is gewoon niet mijn ding. Dus yoga persoonlijk zou ik misschien 1 geven want ik wil het op zich wel een kans geven maar ik denk niet dat ik daar wekelijks zou staan want ik vind het super moeilijk. Dat is zo niet mijn ding. Pilates had ik altijd al willen proberen en ik heb het nooit echt kunnen doen dus dan zou ik zeggen misschien 3.

**Shwe:** hahaha ja!

**Respondent:** En meditatie vind ik ook heel interessant. Dus dat zou ik misschien ook 3 geven.

**Shwe:** Zeker dans wel maar gewoon kans geven voor andere activiteiten ook wel.

**Respondent:** Ja, want de andere activiteiten zijn eerder activiteiten die zowel via daar zou willen ontdekken zo wat zou willen starten maar ik denk dat als ik bijvoorbeeld zelf met meditatie verder gaan dat ik dat misschien wel gewoon dan thuis verder zou doen. Als ik er iets aan heb. Vandaar die drie.

**Shwe:** Dat is goed! De volgende vraag is het dan wanneer zou je dan eigenlijk die activiteiten zouden willen deelnemen? Dus op maandag, dinsdag,..

**Respondent:** Dus je wil echt dagen in de week?

**Shwe:** Ja

**Respondent:** Voor mij persoonlijk zou de dag zelf niet zo zeer uitmaken. Ik train zelf op donderdag. Dus ik zou zeggen maandag, dinsdag, woensdag, of vrijdag. Nu ik weet dat vrijdag soms een lastige is omdat veel studenten naar huis gaan enzo. Dus ik zou zeggen maandag, dinsdag, woensdag. En ik zou het liefst hebben als ze in avond vallen want ook studenten van kinesithérapie hebben vaak overdag vaak stages of ik nu met mijn werk want ik werk gewoon overdag. Dus ik zou wel sowieso liever na de werkuren of dat nu gerelateerd is aan lessen of werk zou ik zeggen maandag tot woensdag zou ik ook nog tof vinden.

**Shwe:** Dat is goed! En doe je eigenlijk nog een sport die eigenlijk nog in de categorie van body&mind valt? Je zegt al dat je al fitness doet maar ik denk niet dat je dan pilates en yoga gedaan hebt.

**Respondent:** Nee nee, fitness is echt gewoon liften, powerliften, kracht op mijn eentje met mijn vriend. Maar ik zit ook los van dancecrew in een dans team.

**Shwe:** Ah okay!

**Respondent:** Dus we trainen donderdagavonden en elke zaterdag. En ik doe ook met hen mee aan de wedstrijden enzo. Dans is ook echt sport naast dance crew.

**Shwe:** Ja, en huren jullie een zaal voor die dance team?

**Respondent:** Ja, dat is in Mechelen en dat is in een sportzaal van een school die we daarvoor gebruiken. Het is al jaren zo.

**Shwe:** Ja, en weet je eigenlijk de prijs? Voor die dans zaal dat jullie huren?

**Respondent:** Nee, spijtig. Ik heb oprecht geen idee van.

**Shwe:** Dus voor VUB moeten jullie geen geld geven om zaal te huren maar hoeveel denk je dan dat je zou willen betalen voor die nieuwe zaal body&mind?

**Respondent:** Als in wekelijkse basis of in jaar basis?

**Shwe:** Nee per uur.

**Respondent:** Ik zou denk ik wel als ik zo zou mogen kiezen en we praten over een les van een uur dan zou ik nooit meer dan 10 euro geven.

**Shwe:** Okay!

**Respondent:** Ik vind 10 een goede, want als je daar echt wekelijks zou moeten betalen dan zou dat ook wel oplopen als dat meer is dan 10. Vooral voor een student. Dus ik denk 10.

**Shwe:** En dan voor om de zaal te huren? Hoeveel zou je daarvoor willen betalen?

**Respondent:** Ah ja, op die manier! Effe denken, goh, om een zaal te huren voor een uurtje dat je de zaal voor zelf hebt hé?

**Shwe:** Ja!

**Respondent:** Goh, ik zou toch wel niet wekelijks maar ik zou daar toch wel 40 euro willen geven.

Shwe: Ja!

**Respondent:** Ja ik kan echt niet inschatten of dat het veel of weinig is.

**Shwe:** Ja ik snap het! Vooral als je zo geen prijs hebt waarmee je kunt vergelijken.

**Respondent:** Nee, echt totaal niet!

**Shwe:** Ben je bereid om meer te betalen om meer te betalen wanneer verschillende materialen aanwezig zijn in die zaal? Zoals bijvoorbeeld spiegels, boxes,...

**Respondent:** Voor de uitrusting? Ja ja, goh ja op zich wel. Maar misschien kan het interessant zijn als je dan voor een lange periode kunt afhuren. Want ik zou op zich, op zich zou het tof zijn dat je een zaal kunt afhuren en je bent met meerdere of je bent een groepje van 5 of zo en als je dan alle twee 20 euro of zo daarvoor kunt opzij liggen dan heb je voor 100 euro al een super groot budget om die zaal te huren. Zo zou ik ook wel tof vinden maar voor als individu helemaal alleen. Maar ik denk dat langs de andere kant is het ook wel niet dat je dat vaak helemaal alleen kunt afhuren. Dat zou ik toch nooit doen. Zo in groep kan je wel inderdaad wat meer kunt geven omdat je wel kunt bijleggen.

**Shwe:** Ja! Welke materialen zou je dan willen hebben in die nieuwe body&mind zaal?

**Respondent:** Ik zou spiegels echt nice vinden, of misschien iets van muziek uitrusting of zo dat je door bluetooth kunt verbinden, afhankelijk van een activiteit kan het ook handig zijn om matjes te hebben waar je op kan zitten. Misschien iets van kraan om je water te vullen.

**Shwe:** Ah ja!

**Respondent:** Dat kan je op zich ook wel in de wc flessenwater vullen maar als dat zo een kraantje is.

**Shwe:** Dat is heel goed ja, want dat hebben we niet gedacht.

**Respondent:** Dat is wel nodig ja, ik ben aan het denken. Ik denk aan eerder aan dingen zoals pilates. Ik weet dat ze daar materialen gebruiken maar ik ken het persoonlijk helemaal niet dus ik zou denken rekkers of gewichten ofzo. Ik baseer me ook een beetje op die zalen van de basic fit. Daar hebben ze ook zo van die gewichten en zo van die bars waar je gewichten aan kan zetten. Maar ik persoonlijk zou al blij zijn met muziek, water, spiegel en matjes.

**Shwe:** Ja, dat is goed! Heb je nog suggesties voor die nieuwe polyvalente zaal? Misschien decoratie?

**Respondent:** Decoratie, niet perse want ik denk dat de vloer ook wel belangrijk kan zijn. Een vloer die geen mat, een vloer waar dat je wel een beetje op kan niet glijden maar een soort van parket waar je dan ook matten kan op zetten als je ze nodig hebt maar vooral als je echt moet dansen op matten dat gaat niet echt. Daarmee dat ik denk zo een parket.

**Shwe:** Ja dat is ook wel goed dat je vermeldt want Dirk had het ook gezegd dat de vloer waarop jullie nu dansen is echt slecht om dansspasjes te doen dus hij is ook wel bereid om een goede vloer aan te leggen voor die nieuwe zaal.

**Respondent:** Zalig!

**Shwe:** Want ja zo kunnen jullie moves ook beter doen.

**Respondent:** Ja dat is echt kei tof maar vooral de probleem is nu bij ons is, is dat we zitten nu één uurtje in die zaal en dat zijn zalen vooral voor de balsporten enzo en we zijn gewoon heel constrained qua time omdat we wedstrijden voor ons/ na ons die mensen willen hun tool direct opstellen maar dan zijn we nog bezig en die spiegels zijn super moeilijk om eruit te trekken dus het is wat chaotisch qua infrastructuur dus het zou heel tof zijn moest er nu een zaal komen. Maar voor de rest voor de decoratie misschien iets van kapstokken waar dat je dingen aan kunt hangen. Kleedkamers moet niet per se of een heel klein kotje maar dat is geen must maar ik denk dat de meerderheid in de danskieren komt of in de wc's zich snel omkleed. Maar voor de rest is er niet iets dat er iets is waar ik denk dat er moet zijn.

**Shwe:** Okay, dank u wel! Dat is eigenlijk onze interview eigenlijk al!

**Respondent:** Okay, zalig!

**Shwe:** Dank u wel, heel erg bedankt! We appreciëren het enorm. Het is wel beetje last minute maar ik ben heel blij dat je ja-gezegd hebt!

**Respondent:** Nee, dat is geen probleem, want ik doe zelf een onderzoek dus ik weet lastig het is om data te verzamelen en om mensen te vinden. Dus het is geen probleem.

**Shwe:** Dus nog een fijne dag verder!

**Respondent:** Ja, heel veel succes en we zullen wel zien wat het wordt!

**Shwe:** Dankjewel!

**Respondent:** Okido! Dag!

**Shwe:** Dag!

*Appendix 8: transcriptie van interview met VUB-dance crew*

### **Interview 1: niet-sport-of-dansgroep studenten (Vrijdag 09/12 om 10u30 via teams)**

**Eva:** Dus hallo, we zijn studenten handelsingenieur en TEW aan de VUB en we verrichten onderzoek naar de nood van studenten voor een nieuwe body en mind taal op de VUB. Er komt een ruimte in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal en wij onderzoeken dus op basis van interviews met studenten wat de invulling voor deze nieuwe zaal zou moeten zijn. Die nieuwe zaal zal gericht zijn op body en mind activiteiten, zoals bijvoorbeeld yoga, pilates en dansen. Maar dat kan dus nog vrij ingevuld worden naar de noden van de studenten aan de VUB. En deze interviews zullen opgenomen worden om op een later tijdstip optimaal te kunnen verwerken, je interview zal geanonimiseerd worden en volgens de EU gdpr wetgeving behandeld worden. Is dat allemaal in oke voor u?

**Respondent:** Ja tuurlijk

**Eva:** Oke dan gaan we beginnen. Kan je je kort even voorstellen, wie je bent, wat je studeert aan de VUB, in welk jaar enzo.

**Respondent:** Oke, dus ik ben x, ik ben 20 jaar, ik zit dus in mijn derde bachelor. Ik studeer criminologie aan de VUB. Ja dat is het.

**Eva:** OK, top. Dan gaan we over direct naar jouw demografische gegevens. Wat is jouw geslacht?

**Respondent:** Ik ben een vrouw.

**Eva:** In welk jaar zit je dus aan de VUB?

**Respondent:** Ik zit in mijn derde bachelor, maar ik neem wel nog 1 vak op van de 2<sup>de</sup> bachelor.

**Eva:** Oke, ben je een dagstudent of een werkstudent?

**Respondent:** Een dag student.

**Eva:** Zit je op kot of pendel je?

**Respondent:** Ik pendel elke keer naar de les.

**Eva:** OK. Hoelang ben je dan onderweg naar de VUB als je pendelt?

**Respondent:** Euhm, als ik geluk heb, dus als ik een goede verbinding heb, geraak ik daar op een uurtje, maar soms doe ik daar toch wel een uur en een kwartier over.

**Eva:** Oke dan is dat het voor de demografische gegevens. Dan gaan we direct over naar VUB sportgedrag zoals dat wij dat hebben genoemd. Maak jij momenteel al gebruik van de VUB

sportinfrastructuur? Dat is dus in gebouw L onder andere de zalen die daar ter beschikking zijn, maar ook de basic fit of het zwembad.

**Respondent:** Ik maak geen gebruik van sportmogelijkheden op de campus, maar ik ben wel een basic fit abonnement aangegaan met de studentenkorting van de basic fit op de campus, als dat duidelijk is?

**Eva:** Ja ja, dat was duidelijk! Oke, gezien je dus niet gebruik maakt, gaan we dat overslaan. Dus zoals ik in het begin al zei, komt er een ruimte in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal en We zijn een onderzoek aan het verrichten op basis van interviews met studenten wat de invulling voor deze nieuwe zaal zou moeten zijn. Deze zaal zal vooral gericht zijn op body en mijn activiteiten zoals yoga, pilates en dansen. Maar dat kan dus vrij ingevuld worden naar de noden van de studenten aan de VUB. Dus eerste vraag, kort en bondig: zou deze body en mind zaal u interesseren?

**Respondent:** Aangezien ik pendel, en daardoor ook niet zo vaak op de campus ben, denk ik van niet.

**Eva:** Oke. Zou het je wel interesseren op dagen dat je al les hebt en dat je al op de VUB bent of zelfs op dagen dat je geen les hebt?

**Respondent:** Ik zou nooit speciaal naar de VUB pendelen, maar als ik op de VUB ben en mijn vriendinnen zijn geïnteresseerd, dan zou ik misschien wel meedoen.

**Eva:** Het zou u dus interesseren in uw springuren of na uw laatste les?

**Respondent:** Ja dan wel, maar niet alleen, ik zou het eerder in groep doen. Dat is misschien belangrijk te vermelden. In groep met vriendinnen.

**Eva:** Oke dus zoals ik al heb gezegd, zijn voorgestelde activiteiten voor in die zaal "yoga, dans, pilates en zelfs meditatie". Ken je eventueel een sport die hierbij zou aansluiten. Iets dat u misschien zou aanspreken?

**Respondent:** Moet dat een sport zijn die daarmee te maken heeft of mag dat ook een compleet andere sport zijn?

**Eva:** Het zou in de categorie van body en mind moeten vallen.

**Respondent:** Ah want ik dacht misschien aan een vechtsport.

**Eva:** Daarvoor is er al plaats.

**Respondent:** Ah daarvoor is er al plaats, oke. Euhm eens nadenken.

**Eva:** Dat is niets als je er niet op kan komen hoor.

**Respondent:** Neen, niet echt...

**Eva:** Oke awel dan gaan we gewoon kort die 4 sporten "yoga, dans, pilates en meditatie" een score geven op schaal van 1 tot 5 waarbij 1 ik zal hier nooit aan deelnemen voorstelt en 5 Ik zal hier zeker aan deelnemen, dus bij yoga, welke score zou je geven?

**Respondent:** Een 3

**Eva:** Oke, dans?

**Respondent:** een 4

**Eva:** voor pilates?

**Respondent:** Euhm, dat ken ik niet zo goed, maar dat is denk ik ook een soort van yoga vorm, nee?

**Eva:** Ja, dat is intensiever meestal.

**Respondent:** Ook een 3

**Eva:** Oke en dan meditatie.

**Respondent:** Een 2 haha.

**Eva:** oke, dan: Hoe regelmatig zou jij deze nieuwe zaal dan gebruiken op een week?

**Respondent:** Aangezien ik van mezelf vind dat ik een vrij druk schema heb, denk ik 1 keer per week max.

**Eva:** Oke en zou je dit met voorkeur altijd op een vast tijdstip doen of wil je liever een beetje flexibiliteit en je eigen uren kiezen?

**Respondent:** Flexibiliteit

**Eva:** Oke, doe je momenteel al aan een sport die binnen die categorie valt, maar buiten de VUB?

**Respondent:** Nee



**Eva:** Hoeveel zou je persoonlijk bereid zijn te betalen om deel te nemen aan die activiteiten, als we kijken naar 1 uur een les.

**Respondent:** aangezien studenten al sowieso niet veel geld hebben, zou ik max 5 euro uitspenderen per sessie.

**Eva:** Ja, wat vind jij dat echt nodig is in deze zaal om de activiteiten die jij daar wil doen om te verrichten. Je gaf bijvoorbeeld een 4 op dans, wat zijn zowat de benodigdheden? Als je wil som ik er even enkele op, dat zijn bijvoorbeeld: kleedkamers, matten op de grond, spiegels, iets van stereo installatie.

**Respondent:** Ik dacht ook meteen aan spiegels en stereo installatie. Douches in de kleedkamers is ook wel handig. Ja, uiteindelijk alles wat je hebt opgesomd. Ik denk niet meteen aan iets anders...

**Eva:** Oke en als laatste, een vrijblijvende vraag: heb je nog suggesties voor deze nieuwe polyvalente zaal.

**Respondent:** Euhm nee niet bepaald nee.

**Eva:** Oke dat was het, dank je wel.

**Respondent:** Graag gedaan, ik hoop dat ik deftig heb kunnen antwoorden.

*Appendix 9: transcriptie van interview met niet-sport-of-dansgroep student*

## **Interview 2: niet-sport-of-dansgroep studenten (Vrijdag 09/12 om 11u30 via teams)**

**Eva:** Oké, dus Ik ga even beginnen met een korte introductie over het onderzoek.

**Respondent:** Ja.

**Eva:** Dus We zijn studenten handelsingenieur en TEW aan de VUB en we verrichten onderzoek naar de nood van studenten voor een nieuwe body en mind taal op de VUB. Er komt een ruimte in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal en wij onderzoeken dus op basis van interviews met studenten wat de invulling voor deze nieuwe zaal zou moeten zijn. Die nieuwe zaal zal gericht zijn op body en mind activiteiten, zoals bijvoorbeeld yoga, pilates en dansen. Maar dat kan dus nog vrij ingevuld worden naar de noden van de studenten aan de VUB.

**Respondent:** Oké.

**Eva:** En deze interviews zullen opgenomen worden om op een later tijdstip optimaal te kunnen verwerken, je interview zal geanonimiseerd worden en volgens de EU gdpr wetgeving behandeld worden. Is dat allemaal in orde voor u?

**Respondent:** Ja, Dat is allemaal goed.

**Eva:** Oké, kan je je even voorstellen met je naam en wat studeer jij, in welk jaar enzo?

**Respondent:** Ja, dus Ik ben x. Ik studeer rechten aan de VuB. Ik zit nu in mijn laatste master en Ik heb gekozen voor de afstudeerrichting burgerlijk- en procesrecht.

**Eva:** Oké top. Dan gaan we gewoon direct beginnen met uw demografische gegevens. Wat is jouw geslacht?

**Respondent:** Vrouw.

**Eva:** In welk jaar zit je op de universiteit?

**Respondent:** Tweede jaar master.

**Eva:** En, ben je een dag student of een werkstudent?

**Respondent:** Een dagstudent

**Eva:** Zit je op kot of pendel?

**Respondent:** Ik pendel

**Eva:** En hoelang ben je dan onderweg naar de VUB?

**Respondent:** Met de metro heb ik een heel goede verbinding, dus Dat is voor mij 30 minuutjes.

**Eva:** Oke. Hoeveel dagen In de week zit je gemiddeld op de campus.

**Respondent:** Ik denk toch Zeker 3 dagen omdat ik vaak wel in de bibliotheek zit.

**Eva:** OK. Dan gaan we overgaan naar uw VUB sportgedrag. Maak je momenteel gebruik van de VB sportinfrastructuur?

**Respondent:** Nee, helemaal niet.

**Eva:** Oké dat houdt dus ook het zwembad en de basic fit in. Dat ook niet?

**Respondent:** nee ook niet.

**Eva:** Okay, dan kunnen we dat onderdeel overslaan en zullen we beginnen aan interesse. Dus ik zal nog eens kort uitleggen over de zaal. Het is dus een ruimte in gebouw L waar de nieuwe polyvalente zaal gaat komen en We zijn een onderzoek aan het verrichten op basis van interviews met studenten wat de invulling voor deze nieuwe zaal zou moeten zijn. Het zal vooral gericht zijn op body en mijn activiteiten zoals yoga, pilates en dansen. Maar zoals ik al zei, kan het dus vrij ingevuld worden naar de noden van de studenten aan de VUB.

**Respondent:** Ja.

**Eva:** Dan is de eerste vraag, zou deze body en mind zaal u interesseren?

**Respondent:** Ik denk het wel, ja.

**Eva:** Oké, kei goed en wanneer zou je dat interesseren om daar gebruik van te maken? Is dat vooral op dagen dat je dan les hebt en dat je al op de VUB bent of zelfs op dagen dat je geen les hebt.

**Respondent:** Nee dan zou ik mij wel schikken naar wanneer ik op de campus ben voor lessen of wanneer dat ik een ganse dag In de bib heb gezeten om dan gebruik te maken van zo een les.

**Eva:** OK, dus Het gaat vooral over spring uren of na een les of zo?

**Respondent:** Ja ja.

**Eva:** Oké. Is daar een specifiek tijdsmoment voor voor jou, als in: is het eerder de ochtend, middag, avond?

**Respondent:** Ik ben het meest qua studeren productief In de ochtend. Voor mij zou het eerder de avond zijn.

**Eva:** Ja.

**Respondent:** Maar ik ben ook wel iemand dat graag op tijd Zo thuis eet zeg maar, dus voor mij zo tussen 16 en 18 of zo zou echt een geschikt uur zijn.

**Eva:** Oké. Dan gaan we eens kijken naar de invulling van die body en mijn schaal. Zoals ik dus al zei zijn activiteiten die onder body en mind vallen "yoga, pilates, dans en zelfs meditatie". Ken jij Misschien een activiteit die deze lijst zou aanvullen of een activiteit?

**Respondent:** Ja, Ik weet niet eigenlijk. Ik denk dat dat wel activiteiten zijn die zo het beste bij body en mind passen.

Maar ik heb wel zo een paar lessen gevolgd van zo yoga en meditatie enzo en Het is wel altijd belangrijk om zo voor afwisseling te zorgen, dus om bijvoorbeeld met een gewichtje te werken, of... Dan is nieuw of dus ik zou eerder zo dan zeggen van Misschien daar verandering in brengen, Maar ik denk niet dat ik een andere activiteit zou toevoegen ofzo.

**Eva:** Nee, Dat is, Dat is geen probleem en dan gaan we gewoon die 4 sporten, dus yoga, dans, pilates en meditatie een score geven op schaal van 1 tot 5 waarbij 1 ik zal hier nooit aan deelnemen voorstelt en 5 Ik zal hier zeker aan deelnemen, dus voor yoga, ga welke score zou je yoga geven?

**Respondent:** euh, yoga geef ik dan een 5

**Eva:** Oké. Dans?

**Respondent:** Nou, dat zijn dingen die afhangen of dat goed wordt gegeven of niet, Maar ik zou dan 2 geven.

**Eva:** Oké pilates.

**Respondent:** Pilates zou ik 4 geven.

**Eva:** En dan meditatie als laatste.

**Respondent:** Meditatie een 1, Maar dat is dat Omdat ik daar totaal niet in mee kan gaan of zo, dus Dat is bij persoon.

**Eva:** Oké.Hoe regelmatig zou jij deze nieuwe zaal dan gebruiken op een week? Gezien je wel interesse hebt en zo.

**Respondent:** Ik denk als dat heel goed voor mij zou uitkomen, bijvoorbeeld op maandag Ofzo zou echt wel geschikt zijn, dan zal ik wel zo een keer In de week doen, Één keer om de twee

weken. Natuurlijk ook als Misschien zo een vriendin mee vragen of zo. Dat is wel tof altijd Dus ja, ik zou dat wel gebruiken van maken om de om de twee weken zoiets.

**Eva:** Oké en zou dit voor u liefst altijd op een vast tijdstip zijn. Of heb je liever wat flexibiliteit om je eigen uren te kiezen?

**Respondent:** Ik heb, Ik heb graag eigenlijk een vast uur, want Ik denk dat dat voor Iedereen dan het beste is om ja, dan weet je dat gewoon kunt je daar ook zo inplannen In de agenda, dus vast uur is voor mij oké.

**Eva:** En dus je zei al dat je al een paar lessen had gevolgd van yoga ofzo en doe je dit dan effectief als sport buiten de VUB ergens?

**Respondent:** Nee, niet echt, Dat is gewoon meestal Omdat mijn nicht is nu een een yoga instructor, dus daar heb ik zo een paar lessen van mee gevolgd, Samen met mijn zus om maar zo n beetje te te steunen, zeg maar en dan ook. Mijn mama doet op haar werk. Elke woensdagmiddag laat die altijd iemand komen die een yoga les geeft of meditatieles en daar Als ik woensdag op bureau werk, dan heb ik daar ook al een paar keer aan meegedaan, dus voor ik vond dat wel tof, maar zo een keer. Niet dat ik daar elke week ergens naartoe zou gaan om om dat te doen. Maar als dat uitkomt, dan is dat wel tof meegenomen.

**Eva:** Oké en waar hadden waar vinden die zich plaatsen? Is dat Brussel of?

**Respondent:** Dus mijn nicht is in Gent heeft dat daar in een zaal waar wat er beneden fitness wordt gegeven en boven is er een heel grote zaal voor dus yoga enzo en zumba enzo en, dan bij mijn mama, is dat eigenlijk gewoon In de vergaderzaal waar we dan alle stoelen en banken opzij zetten. En ja, dat dat vindt daar plaats dan. En dat is in Zellik

**Eva:** En, heb je een idee Misschien, Omdat het wel bij familie is, Maar hoeveel betaal je momenteel voor die zaal?

**Respondent:** Voor de zaal of voor zo een les mee te volgen?

**Eva:** Ja voor zo een les zullen we zeggen, ik veronderstel niet dat je die zaal afhuurt.

**Respondent:** Nee, nee inderdaad. Voor een les, Ik weet dat ja, bij de mama is dat gratis omdat dat Natuurlijk onder ja onder het werk valt, zeg maar, en bij mijn nicht weet ik dat wij wel denk ik € 15 hebben betaald.

**Eva:** Oke, en Dat is voor een uur dan.

**Respondent:** Dat is voor een uur en half.

**Eva:** Oke, en Zijn er Factoren zoals prijs of benodigdheden die zouden maken dat je van die lessen daar zou overschakelen naar de VUB voor die body en mind activiteiten. Bijvoorbeeld als wij zouden zorgen voor spiegels of een ingebouwde stereo, ofzo zou dan maken dat je liever naar de VUB komt voor die activiteiten.

**Respondent:** Ik denk sowieso van wel Omdat ik zelf in Brussel woon, dus de VUB is ja, veel dichter, zeg maar. Ik denk ook ja sowieso wel de aankleding van de zaal is sowieso belangrijk. Ook het feit dat je zo je eigen matje moet voorzien en zo. Ik denk dat heel veel doet, want ik zou geen zin hebben om dat mee te sleuren op de metro.

**Eva:** Ja.

**Respondent:** Maar inderdaad ook zo zo zo spiegelde enzo. Dat maakt een zaal Natuurlijk wel veel groter en zo, dus de aankleding is belangrijk en ook gewoon het feit dat al het materiaal al daar voorzien is. En qua prijs. Ja denk ik sowieso dat wel aan een studententarief moet gegeven worden, anders is eigenlijk stom om dat op de VUB te doen.

**Eva:** Ja inderdaad, daar ging het ook Juist over gaan In het vervolg van het interview, hoeveel dat je bereid zou zijn om te betalen voor een uur de zaal dan te gebruiken of als: er wordt een les gegeven voor een uur van bijvoorbeeld yoga, hoeveel zou je bereid zijn om Daarvoor te betalen, voor zo een les.

**Respondent:** Ik denk tussen de 5 en de € 10 Is is oké voor mij zo €8 of zo, dat zou ik er graag aan geven, zeker Als al het materialen zo daar al is.

**Eva:** Oké en stel je huurt de zaal af voor een groepsactiviteit. Wat lijkt dan een faire prijs als: je bent met 5 man ofzo een groepje van vriendinnen? Hoeveel zou je dan betalen om daar bijvoorbeeld ook yoga of meditatie of iets van groepsactiviteit te doen?

**Respondent:** Dat wel moeilijker dan...

**Eva:** Zou je Misschien rekenen zoals jij juist zei van € 8 dat je zou betalen, zou je dan rekenen op € 8 De man maal zoveel man.

**Respondent:** Ja, ik zou dat zo doen dan.

**Eva:** Oké, dan als laatste hebben we gewoon, als voorlaatste eigenlijk, wat zijn voor u dan vooral de behoeften voor het uitvoeren van de bepaalde activiteiten je daar zou willen doen we als voorbeeld kleedkamers, Maar dat moet niet Als je daar geen interesse in hebt. Kleedkamers, matten op de grond, spiegels, die stereo waar ik over sprak dus ja, zeg maar.

**Respondent:** Ja sowieso ook kleedkamers want Ja, Dat is gewoon makkelijker om weer even op te frissen. Dat je dan bezweet, ale niet dat je super bezweet op de metro stapt, maar toch dat je wel kunt opruimen In de kleedkamers.

**Eva:** Is dat inclusief een douche dan In de kleedkamer of gewoon een omkleedruimte.

**Respondent:** Liefst ook een douche. Maar een kleedkamer vind ik het allerbelangrijkste. Dat gaat ook gewoon met uw legging ofzo niet op de metro moet.

Dan daarnaast ja zo een muziekinstallatie, zo een deftige dat een grote zaal is dat Iedereen dat hoort Natuurlijk. Ja zo spiegels om de ruimte groter te maken of zo ja matjes. Of, dat zijn heel stomme voorwerpen, maar zo een gewichtje bij een oefening of... zelfs Ik heb ze een keer yoga gedaan met een tennisbal, dus ale dat er gewoon al u gerief daar staat.

Dat vind ik wel belangrijk en ook gewoon Ja deftige matjes, want Als je een harde vloer hebt, dan is dat gewoon niet aangenaam om een gans uur op een harde vloer te zitten. Dus ja.

**Eva:** Oké Dat klinkt goed goede voorstellen. Als laatste vraag, gewoon kort of je nog suggesties hebt voor de nieuwe polyvalente zaal waar je aan denkt.

**Respondent:** Suggesties ja zo zo reclame. Vooral reclame, Ik heb het gevoel, ja, Ik heb het gevoel dat.

Ja, Ik heb Ik heb vriendinnen dat wel zo wel aan sportactiviteiten doen aan de VUB en en die zeggen dat dan wel allemaal enzo, Maar dat komt tot mijn oren zeg maar maar via hun, dus ik zie zo nergens reclame. Ik zie meer reclame over TDS dan over wat er zich op de VUB bevindt buiten fuiven. Dus ik zou zeggen reclame, en het gewoon mooi aankleden, want.

**Eva:** De zaal?

**Respondent:** en ja de gebouwen van buitenuit zijn niet echt ale, Je zal er niet vanzelf binnen stappen, dus ja, Dat zijn mijn suggesties.

**Eva:** Oké top. Dank u wel!

*Appendix 10: transcriptie van interview met niet-sport-of-dansgroep student*

### ***Interview 3: niet-sport-of-dansgroep studenten (Zaterdag 10/12 om 15u via teams)***

**Eva:** Hallo, Ik ga even beginnen met een korte introductie over het onderzoek. Wij zijn de studenten handelsingenieur en tew en de VUB. En we verrichten onderzoek naar de nood van studenten voor een nieuwe body en mind zaal op de VUB. Er gaat een ruimte komen in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal en wij onderzoeken op basis van interviews met studenten wat de invulling voor deze nieuwe zaal zou moeten zijn. Deze zaal zal gericht zijn op body en mind activiteiten, zoals bijvoorbeeld yoga, pilates en dans. Maar dat kan nog vrij ingevuld worden naar de noden van de studenten aan de VUB.

We zullen de interviews opnemen zodat we die later optimaal kunnen verwerken. Maar de gegevens zullen zeker geanonimiseerd worden en behandeld worden volgens de EU gdpr wetgeving. Is dit oké voor u.

**Respondent:** Ja is goed.

**Eva:** Oke zou je je dan gewoon kort willen voorstellen met naam en studierichting enzo, alsjeblieft.

**Respondent:** Dus Ik ben x, ik studeer psychologie in mijn eerste jaar aan de VUB. Ik ben 18 jaar.

**Eva:** Oké, Dat is goed. Ik ga direct beginnen, gewoon met de demografische gegevens. Wat is jouw geslacht?

**Respondent:** Vrouw.

**Eva:** In welk jaar zit je op de universiteit?

**Respondent:** Eerste jaar bachelor.

**Eva:** Ben je een dag student of een werkstudent?

**Respondent:** Een dag student.

**Eva:** Zit je op kot of pendel je?

**Respondent:** Ik pendel

**Eva:** Hoelang ben je dan onderweg naar de VB?

**Respondent:** Ongeveer 50 minuten.

**Eva:** Oké en hoe regelmatig zit je gemiddeld op een week op de campus in etterbeek?

**Respondent:** Ja, Ik ben er bijna elke dag, maar niet elke dag een hele dag, dus soms. Maandag en de woensdag een hele dag en de rest een halve dag.

**Eva:** Oké super. Dan gaan we vragen naar je VUB sportgedrag. En de vraag is gewoon: maak je momenteel gebruik van de VUB sportinfrastructuur? Dat is dus effectief de zalen in gebouw L, maar dat kan ook het zwembad zijn of de basic fit aan de VUB.

**Respondent:** Nee.

**Eva:** Oké. Zoals we dus daarjuist zeiden, komt er dus een nieuwe ruimte ingebouwd L en Wij zijn aan het onderzoeken op basis van deze interviews, wat invulling van deze nieuwe zaal zou moeten zijn.

De zaal zal gericht zijn op body en mind activiteiten zoals yoga, pilates en dansen, maar het kan nog aangepast worden naar wat de noden zijn van de VUB studenten.

Zou deze body en mind zaal u interesseren?

**Respondent:** Moest ik meer op school zijn dan waarschijnlijk eigenlijk nog wel. Maar op dit moment niet echt.

**Eva:** Dus nu zeg je dat je niet voldoende op de VUB bent En het probleem zou eerder zijn dat je zou moeten pendelen naar de VUB speciaal daarvoor, is dat correct?

**Respondent:** Ja.

**Eva:** OK. Zou het u interesseren als deze activiteiten plaats kunnen vinden tijdens uw spring uren of na uw les of zo bijvoorbeeld.

**Respondent:** Ja dat wel

**Eva:** Oké en wanneer zou dat voor u dan voornamelijk zijn? Is dat ja tijdens uw spring uren, na uw les, eventueel voor een les? In de ochtend s middags avonds?

**Respondent:** Na mijn lessen en dan zo In de namiddag, zo niet wanneer ik ga eten maar zo erna.

**Eva:** Oke. Dus, we hebben juist besproken dat je eventueel op die vrije momenten dat je al op de VUB bent, wel nog geïnteresseerd zou kunnen zijn. De voorgestelde de door ons voorgestelde activiteiten zijn dus yoga, pilates, dans en meditatie bijvoorbeeld. Maar ken je Misschien een sport dat hierbij zou aansluiten dat je zou interesseren Misschien?

**Respondent:** Nee.

**Eva:** Oké, Dat is niks. Dan gaan we gewoon die 4 activiteiten die Ik heb opgesomd, yoga, dans, pilates en meditatie en een punt geven op een schaal van 1 tot 5 waarbij 1 hier zal ik nooit aan deelnemen voorstelt en 5 Hier zal ik zeker aan deelnemen. Dus deze heeft betrekking op de momenten waarop je interesse hebt. Welke score zou je geven aan yoga?

**Respondent:** 4.

**Eva:** Oké voor een dans.

**Respondent:** Een 1

**Eva:** Oké Pilates

**Respondent:** Ook een 1

**Eva:** En meditatie.

**Respondent:** Een 4.

**Eva:** En is er een reden waarvoor je danst of pilates en 1 hebt gegeven.

**Respondent:** Pilates heb ik al eens gedaan en ik vond het echt niet zo tof.

**Eva:** Haha, oké en voor dans.

**Respondent:** Hetzelfde.

**Eva:** oké goed om te weten. En bijvoorbeeld yoga of meditatie interesseren u dan toch wel. Hoe regelmatig zou je die activiteit dan op een week willen doen aan de VUB?

**Respondent:** Één of twee.

**Eva:** Oké. Heb je het liefst dat dit altijd op een vast tijdstip is, of heb je meer nood aan de flexibiliteit om je eigen uren te kiezen?

**Respondent:** Flexibiliteit om uw eigen uren te kiezen.

**Eva:** Oke. Doe je momenteel al een sport die in de categorie van body en mind valt maar dan buiten de VUB.

**Respondent:** Nee.

**Eva:** Oké. Dan gaan we dat overslaan. Voor die sporten dat uw interesseerde yoga en meditatie. Hoeveel zou je bereid zijn om te betalen om een uurtje die sport uit te oefenen.

**Respondent:** Ik weet niet wat het gemiddelde prijs is normaal gezien, maar ik weet niet: 10 à 15 euro. Als het echt goede en een professionele enzo erbij is.

**Eva:** Ja

Oké en stel dat je de zaal zal afhuren met een groep, met vriendinnen bijvoorbeeld. Wat lijkt voor u dan een faire prijs om gewoon een uur de zaal te mogen huren voor uw groepsactiviteit?

**Respondent:** 20-25.

**Eva:** Dus je hebt daarnet gezegd tussen de 10 a € 15, maar wel als het professioneel gedaan is enzo en als je vooronderstel ik de benodigdheden hebt ook zal je Misschien eerder na de € 15 leunen dan.

**Respondent:** Ja dat wel

**Eva:** Als je matjes hebt bijvoorbeeld voor yoga in de zaal

**Respondent:**

Ja dan 15.

**Eva:** Oké ja dan is de voorlaatste vraag gewoon, wat zijn volgens u de benodigdheden voor de activiteiten dat je graag wilt uitvoeren?

**Respondent:** Ja die matjes.

**Eva:** Ik zal enkele voorbeelden geven. Er is bijvoorbeeld Kleedkamers, matjes op de grond, spiegels, een stereo eventueel nog dingen dat Je kunt toevoegen?

**Respondent:** Ja dat en dan altijd zo, water flesjes. Zorg dat er altijd wel iets is.

**Eva:** Oké en voor die kleedkamers is dat voor u dan vooral een omkleedruimte of ook effectief met douches en zo.

**Respondent:** Nee, gewoon omkleden.

**Eva:** Oké Ja, de laatste vraag is gewoon kort of je nog suggesties hebt voor de nieuwe zaal.

**Respondent:** Nee, niet echt.

**Eva:** Dat is oké, Dat was het eigenlijk. Kort maar bondig, dank je om ons te helpen met dit onderzoek.

**Respondent:** Geen probleem.

*Appendix 11: transcriptie van interview met niet-sport-of-dansgroep student*

#### **Interview 4: niet-sport-of-dansgroep studenten (Zondag 11/12 om 17u15 via teams)**

**Eva:** Hallo. Ik ga kort gewoon eens uitleggen waarover het onderzoek gaat. Wij zijn de studenten handelsingenieur en tew aan de VUB. En we verrichten onderzoek naar de nood van studenten voor een nieuwe body en mind zaal op de VUB. Er gaat een ruimte komen in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal en wij onderzoeken dus op basis van deze interviews met studenten wat de invulling van deze nieuwe zaal zou moeten zijn. Deze zaal zal dus gericht zijn op body en mijn activiteiten. Dit zijn bijvoorbeeld yoga, pilates en dansen, maar dat kan nog vrij ingevuld worden naar de noden van de studenten.

Dan, deze interviews zullen opgenomen worden om dan later optimaal te kunnen verwerken.

Maar jullie gegevens zullen zeker geanonimiseerd worden en behandeld worden volgens de EU gdpr wetgeving. Is dat oke voor u?

**Respondent:** Dat is oké.

**Eva:** Oké, wil je gewoon kort even voorstellen wie je bent en in welke richting je zitten enzo.

**Respondent:** Ja, Ik ben x, Ik ben 22 jaar. Ik studeer psychologie aan de VUB. Ja, Ik ben een dans leerkracht, dus past wel binnen het body en mind en ik ben leidster binnen de chiro.

**Eva:** Oke, dank u. We gaan gewoon direct beginnen met demografische gegevens, wat is jouw geslacht?

**Respondent:** Ik ben een vrouw.

**Eva:** In Welk jaar zit je op de universiteit?

**Respondent:** In mijn tweede master.

**Eva:** Oké, ben je een dag student of een werkstudent?

**Respondent:** Een dagstudent

**Eva:** Zit je op kot of pendel je?

**Respondent:** Ik pendel.

**Eva:** En hoelang pendel je dan, hoe lang ben je onderweg naar de VUB?

**Respondent:** Ik zit 15 minuutjes op de trein en naar de trein rijden is ongeveer 10 minuutjes en dan wel gewoon nog 5 minuutjes stappen. Dus een halfuurtje.

**Eva:** Oké en als je dan pendelt hoeveel dagen In de week zit je gemiddeld op campus Etterbeek?

**Respondent:** Nu niet veel, want Ik had Ik heb stage nu maar anders was dat wel 4 dagen in de week.

**Eva:** OK. En dan gaan we over naar je vub sport gedrag. De vraag is, maak je momenteel gebruik van de VUB sportinfrastructuur? Dat kan zijn het zwembad, de effectieve zalen die aanwezig zijn op de VUB in gebouw L, maar ook de basic fit op de VUB.

**Respondent:** Nee, ik maak daar geen gebruik van.

**Eva:** Oké, dan gaan we dat deel een beetje overslaan en gaan we direct eens pijlen naar uw interesse, dus zoals ik daarjuist zei, komt er een nieuwe zaal in gebouw L voor. Body en mind activiteiten en onderzoeken wij nu met deze interviews wat de invulling van de nieuwe zaal zou moeten zijn. Daar kan dus bijvoorbeeld yoga, pilates en dans zijn, maar dat is nog variabel. Zou deze body en mijn taal u Misschien interesseren?

**Respondent:** Ik denk het wel, want dat zijn vooral zo sporten waar ge uw rust in kunt vinden en Ik denk wel dat je tussen uw lessen of tijdens het studeren wel even uw rust kunt gaan opzoeken in yoga of dans.

**Eva:** Ja. Wanneer zou jij dan gebruik willen maken van die nieuwe body in mijn zaal? Dat kan bijvoorbeeld zijn op de dagen dat je gewoon les hebt, dus tijdens uw spring uren of na een les of voor een les zelfs, of ook op dagen waar je geen les hebt. En zou je dan Misschien bijvoorbeeld af komen naar de VUB daarvoor?

**Respondent:** Het zou eerder zijn voor moest ik spring uren hebben, denk ik, Maar dat is persoonlijk, want ja, ik doe zelf ook al dans dus ga ik niet extra moeite doen om zo ver te rijden als mijn hobby's hier al zo dichtbij zijn, maar voor zo spring uren te vullen lijkt mij dat wel echt leuk.

**Eva:** Oké en gaat dat dan vooral over de ochtend, de middag of de avond voor u.

**Respondent:** Vooral de middag.

**Eva:** OK. Dus ja, Ik heb al meerdere keren herhaald. Het gaat om body en mijn activiteiten en daaronder vallen yoga, pilates, dans en, meditatie, maar ook natuurlijk andere gelijkaardige activiteiten. Ken je Misschien een sport die bij deze 4 al kan aansluiten?

**Respondent :** Ja, Tai Chi. Zo die waar ze heel traag bewegen.

**Eva:** Oke we hebben dus zojuist 4 activiteiten opgesomd en je hebt er een 5<sup>de</sup> aan toegevoegd. We gaan ze nu gewoon een punt op een schaal van 1 tot 5 geven, waarbij 1 hier zal ik nooit aan deelnemen voorstelt en 5 Hier zou ik zeker aan deelnemen, dus We hadden yoga. Hoeveel zou je geven?

**Respondent:** Toch wel een 4.

**Eva:** Oké, dan hebben we dans?

**Respondent:** Ja een 5.

**Eva:** Pilates

**Respondent:** een 3

**Eva:** Oké en dan meditatie.

**Respondent:** Ook een 3.

**Eva:** En als laatste de Tai Chi.

**Respondent:** Een 2, eigenlijk maar.

**Eva:** Oké, Dat is oké. Oké, dan gaan we gewoon peilen naar de frequentie van de activiteiten. Hoe regelmatig zou je deze nieuwe zaal willen gebruiken op een week?

**Respondent:** In uren?

**Eva:** Als in "ik zou het één keer per week doen of twee keer per week". Of zelfs een keer om de twee weken.

**Respondent:** Ja denk één à twee keer.

**Eva:** Per week.

**Respondent:** Ja.

**Eva:** Oké en zou je dat dan liefst altijd op een vast tijdstip hebben, of heb je meer nood aan de flexibiliteit om je eigen uren daarin te kiezen?

**Respondent:** Ja hangt ook af van mijn lessenrooster, want als in eerste semester, is uw lessenrooster redelijk vast, dus dan zou het altijd op hetzelfde tijdstip zijn. Maar ja, dat in 2<sup>de</sup> semester verandert uw lesrooster, dus dan zou dat op een ander tijdstip zijn, dus ergens voor een lange tijd wel vast, maar dan moet het ergens ook wel flexibel zijn dat Je kunt wisselen.

**Eva:** Ja. Oké, dan gaan we gewoon nog over naar de concurrentie, waarbij we vragen of je al een sport doet die binnen die categorie van body en mind valt, maar dan buiten de VUB.

**Respondent:** Ja, ik doe dans.

**Eva:** En, waar doe je dans?

**Respondent:** In Sint Pieters Leeuw, bij L en A dance company.

**Eva:** En weet je hoeveel je momenteel betaalt in die zaal, bijvoorbeeld voor een uur of zo.

**Respondent:** Oei, nee, dat weet ik niet. Ik weet gewoon mijn jaargeld.

**Eva:** Oke, dat is niets. Dat is gewoon zo dan een analyse zouden kunnen doen van hoeveel de concurrentie vraagt enzo. Dan, zijn er voor u factoren zoals prijs of benodigdheden die zouden maken dat je naar de VUB zal overschakelen voor je body en mind activiteiten.

**Respondent:** Ja, ik zou hier nooit stoppen met mijn dans, maar moest de prijs meevallen, zou ik het Misschien wel extra tussen mijn lesuren kunnen nemen.

**Eva:** OK. We zijn dan al bijna aan het einde. We vragen dan een beetje naar de prijs nu, Omdat we juist bekeken hoeveel je bij de concurrentie betaald. Maar hoeveel zou jij zelf bereid zijn om voor een uurtje een les te volgen van bijvoorbeeld yoga, Of ja, een andere sport dat u interesseert. Voor een uurtje les in die nieuwe zaal op de VUB.

**Respondent:** Ik denk ja een € 10. Zo rond de € 10. Ja.

**Eva:** Oké.

**Respondent:** Tussen de 8 en de 12 zo.

**Eva:** En stel dat het dat de zaal gehuurd wordt door u en uw vriendinnen voor een groepsactiviteit. Wat lijkt voor u dan een faire prijs?

**Respondent:** Om de zaal te huren?

**Eva:** Ja voor een uurtje bijvoorbeeld met uw vriendinnen, bijvoorbeeld een groepje van 5 ofzo.

**Respondent:** Ik denk..., is dat een hele grote zaal?

**Eva:** Ongeveer 35 vierkante meter.

**Respondent:** Ik denk een € 30 of zo. Ja zoiets Als je dat dan deelt door 5 is dat €6 ja.

**Eva:** Ja oke. Dan gewoon de voorlaatste vraag is, wat zijn zo wat de benodigdheden dat je nodig hebt voor het uitvoeren van die gewenste activiteiten? Dus dans, de yoga interesseerde u ook. Ik kan als voorbeeld geven kledkamers matjes op de grond, spiegels en stereo zo van die zaken.

**Respondent:** Ja dat, misschien ook een automaat met water, gewoon als u water op is, of een Kraantje. Ja de simpele dingen een toilet?

**Eva:** Ja, Dat is sowieso In <sup>2</sup>het gebouw al.



**Respondent:** Ja, dat dacht ik wel, maar voor de rest. Ja, gewoon, ja. Ook een warme zaal. Allez In de winter een warme zaal en In de zomer een koudere zaal. Maar voor de rest. Ja, gewoon alles wat je nodig hebt om een sport te beoefenen.

**Eva:** En je zei ook ja. Voor de kleedkamers, klopt dat?

**Respondent:** Ja

**Eva:** En zijn dat dan kleedkamers gewoon om u om te kleden of ook effectief met douches voor u.

**Respondent:** Vooral om om te kleden, Maar ik kan me wel inbeelden dat anderen zich daarna nog willen douchen enzo. Allez dat kan als eens, Als het heel intensief was.

**Eva:** Ja. Oké, dan is de laatste vraag gewoon of je nog zelf suggesties hebt voor deze nieuwe polyvalente zaal.

**Respondent:** Nee, Ik vind het wel leuk de body en mind initiatieven.

**Eva:** Ok super, dan was dat het eigenlijk al. Heel erg bedankt!

**Respondent:** Oké super. Graag gedaan.

*Appendix 12: transcriptie van interview met niet-sport-of-dansgroep student*

### **Interview 5: niet-sport-of-dansgroep studenten (donderdag 8/12 om 12u30 via teams)**

**Max:** Hallo, leuk u te ontmoeten, ik ben student handelsingenieur aan de VUB en wij verrichten onderzoek naar de nood van studenten voor een nieuwe body en mind-zaal op de VUB. Dus er komt ruimte in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal. Polyvalent, daarmee wordt bedoelt dat er meerdere bestemmingen ervoor zijn, maar de algemene bestemming zijn body & mind-activiteiten en wij onderzoeken op basis van interviews wat de invulling voor deze zaal zou zijn, alsook de interesse in deze body & mind-activiteiten. Onder deze activiteiten kunnen yoga, dans, pilates en meditatie vallen, maar er kan nog naar andere noden ingevuld worden. Dus wij doen onderzoek naar wat u interessant vindt, wat volgens u de invulling zou kunnen zijn, uw betalingsbereidheid indien u geïnteresseerd zou zijn of zelfs wanneer u niet geïnteresseerd zou zijn. Verder wil ik nog deelnemen dat deze interviews opgenomen worden om deze op een later tijdstip later te verwerken, de gegevens zullen geanonimiseerd worden en zullen behandeld worden volgens de EU GDPR wetgeving van kracht sinds 2019. Door mee te doen met dit interview stemt u in met de opname van het interview, de bewerking en transcriptie ervan, natuurlijk wordt dit geanonimiseerd, maar voor de rest worden uw data totaal niet gedeeld met andere personen en blijft dit gewoon voor dit onderzoek alleen en daar mag u gerust mee zijn.

**Respondent:** Oké

**Max:** voor we beginnen, heeft u toevallig nog enige vragen?

**Respondent:** Nee, momenteel heb ik geen vragen.

**Max:** oké, de eerste paar vragen zijn over algemene gegevens, nog niets over de body & mind-zaken.

1<sup>e</sup> vraag is wat is uw geslacht?

**Respondent:** Man

**Max:** In welke jaar zit u op de universiteit: dus welke bachelor of master?

**Respondent:** 3<sup>e</sup> bachelor

**Max:** Bent u een dagstudent of werkstudent?

**Respondent:** Een werkstudent

**Max:** Zit u op kot of pendelt u?

**Respondent:** Ik pendel

**Max:** Als u pendelt, hoe lang bent u onderweg naar de VUB?

**Respondent:** Een halfuurtje ongeveer.

**Max:** Hoeveel dagen per week zit u gemiddeld op campus in Etterbeek (1 dag, 2 dagen, x dagen per week)

**Respondent:** Hangt af van semester tot semester, dit semester is het vooral dagelijks

**Max:** Dus dat was dan dit gedeelte, nu gaan we door naar het volgende gedeelte: VUB-sportgedrag. Maakt u momenteel al gebruik van VUB-sportinfrastructuur?

**Respondent:** Neen

**Max:** Neen, nog niet? Ok, dan kunnen we een aantal vragen overslaan en dan komen we aan het volgende gedeelte: het body & mind-gedeelte. Ik herhaal nog eens: er komt een nieuwe ruimte in gebouw L voor een nieuwe polyvalente zaal en wij onderzoeken de invulling voor deze zaal volgens het oog van de studenten, de algemene/ bedoelde bestemming voor deze zaal zou gericht zijn op body & mind en dat is dan bijvoorbeeld yoga, dans, pilates en meditatie, maar kan nog vrij ingevuld worden naar de noden van studenten. Dus eerste vraag: zou deze body & mind-zaal u interesseren?

**Respondent:** Uhm (2sec) niet echt.

**Max:** niet echt... en waarom interesseert u dat niet? Omdat u niet geïnteresseerd bent in de activiteiten of omdat uzelf niet super sportief bent?

**Respondent:** Het is niet dat ik niet sportief ben, maar eerder dat ik niet geïnteresseerd ben in de activiteiten.

**Max:** oké, danku om te antwoorden, stel het is geen body & mind-zaal, maar een polyvalente zaal zou u gebruik maken van die nieuwe zaal en zou u dat doen op dagen dat u al les heeft of op dagen dat u geen les heeft en u speciaal daarvoor afkomt?

**Respondent:** Ik zou het wel gebruiken tussen vrienden (uhm 4sec) dan zou het eerder na de lessen zijn, (2sec) als activiteiten om met iets anders bezig te zijn

**Max:** oké, dan gaat het voor momenten na de lessen, is dat dan in de avond of in de namiddag?

**Respondent:** Uh (1s) dan zou het vooral in de avond zijn

**Max:** Dat is dit gedeelte dan, volgend gedeelte gaan we dan vragen wat u als invulling ziet voor deze body & mind-zaal, u hoeft niet geïnteresseerd te zijn, maar wat u vooral als mogelijke invulling ziet: wat zou u zien als invulling voor de body & mind-zaal, reeds voorgestelde activiteiten zijn yoga, dans, pilates en meditatie. Kent u toevallig al een sport die hierbij zou aansluiten?

**Respondent:** Uh (1s) wacht, polyvalent houdt dan in dat het vanalles is eh?

**Max:** Ja, maar nu gaat het vooral over de body & mind-activiteiten, als u niets kent, is dat zeker niet erg.

**Respondent:** Oké ik heb geen idee momenteel.

**Max:** Oké, dat is oké. Nu ga ik u vragen om bij elk van de voorgenoemde sporten een punt te geven op een schaal van 1 tot 5, waarbij dat 1 "hierbij zal ik nooit deelnemen" en 5 "hierbij zal ik zeker deelnemen", 1<sup>e</sup> sport is yoga, welk punt zou u geven op een schaal van 1 tot 5.

**Respondent:** 1

**Max:** 1, oké, vervolgens heeft u dans

**Respondent:** Dans zou ik wel een 4 geven

**Max:** Oké super, daarna heb je pilates

**Respondent:** Pilates is zeker zo'n soort yoga?

**Max:** Pilates is een, een, een moeilijker vorm van yoga, het is meer... - Yoga is vooral iets spiritueler, terwijl pilates eerder een soort van work-out is, maar yoga-vorm.

**Respondent:** Geef dat maar een 1.

**Max:** Oké, dan heb je nog meditatie.

**Respondent:** Meditatie, twee dan.

**Max:** Oké, dat is dan dit voor de invulling van de zaal. De volgende vragen gaan over de frequentie dan: hoe regelmatig zou je de nieuwe zaal op een week bijvoorbeeld gebruiken, moest je die gebruiken.

**Respondent:** Uh (2s) 1 keer toch – minstens 1 keer per week.

**Max:** Oké, minstens 1 keer per week. Zou je dit doen met een voorkeur op een vast tijdstip of zou je nood hebben aan de flexibiliteit om uw uren te kiezen?

**Respondent:** Het zou vooral flexibel zijn.

**Max:** Super oké, dus dat was dat gedeelte dan over de frequentie van de activiteiten, volgend gedeelte is dan over de concurrentie. Doet u al een sport in de categorie body & mind en dat kan buiten de VUB zijn en zo jaar waar.

**Respondent:** Uhm (1s) neen, ik heb tot nu toe nog geen body & mind-sporten gedaan.

**Max:** Oké, zijn er voor u bijvoorbeeld factoren zoals prijs of benodigdheden die u (2s) die u zouden kunnen overtuigen om aan een body & mind-activiteit te doen, denk hierbij aan een ingebouwde stereo, zodat u met een betere kwaliteit kan dansen eigenlijk.

**Respondent:** Uh (0.5s) dat zou een mogelijkheid zijn.

**Max:** Oké, naast zo'n stereo, zouden er nog andere dingen die u kunnen overtuigen om te zeggen: "alé, kom ik zal een keer eens een..."

**Respondent:** Spiegels ofzo, zodat je naar uw moves kunt kijken, wat is er nog? Een goeie vloer

**Max:** Een goeie vloer en spiegels super

**Respondent:** Ik denk dat dat vooral de belangrijkste dingjes zijn.

**Max:** Oke dus dat was dan ook het gedeelte voor concurrentie en dan het voorlaatste gedeelte is dan over de prijs zelf. Dus bij deze vragen van de prijs veronderstellen dat al het benodigd materiaal dat u nodig heeft, dus de spiegels, de juiste vloer en de geluidsinstallatie bijvoorbeeld. Dus hoeveel zou u bereid zijn als individu zelf te betalen om de zaal voor 1 uur af te huren. Dus ongeacht met hoeveel je in groep bent, want u zei dat u het in groep ging huren eh?

**Respondent:** Ja.

**Max:** Oke dus ongeacht hoeveel zou u zelf willen betalen als bijdrage aan de groep.

**Respondent:** Is er een onderscheid tussen studententarieven of is het echt vast?

**Max:** Ja studenten krijgen dus een korting – krijgen de laagste prijs, boven studenten heb je dan nog alumni, mensen die zijn afgestudeerd van de VUB, daarboven heb je dan verbonden vennootschappen en daarboven heb je dan totaal niet-verbonden vennootschappen. Van beneden naar boven heb je dan verhogingen in prijs, studenten zouden dan de laagste prijs krijgen.

**Respondent:** Ik zou zeggen tussen de 10 (2s) en (1.5s) de 15 euro en dan stijgen naarmate...

**Max:** Dus u zou voor 1 individu 10 tot 15 euro te vragen voor 1 uur af te huren van de zaal

**Respondent:** Als het van goede kwaliteit is, ja, waarom niet?

**Max:** Oke, uhm (2s) dus dan wil ik ook nog vragen, dus dit was de prijs voor 1 individu, stel je kan de prijs kunnen opstellen voor de groep in het algemeen, hoeveel zou je zeggen tegen de groep: dit moeten jullie betalen om voor 1 uur de zaal af te huren?

**Respondent:** Maakt het aantal mensen uit? Is er een minimumvereiste?

**Max:** Nee. Nee.

**Respondent:** Ik zou dan in groep... (2s) uh (1s) 8 euro ofzo nemen

**Max:** 8 euro voor de hele groep?

**Respondent:** Nene, per persoon die in de groep zit dan

**Max:** Ah oké, ik snap het

**Respondent:** Op die manier dus. Of pakt dan gemiddeld 25 euro voor de hele groep.

**Max:** Ca va, super. Dus dat is dan het gedeelte over de prijs. Laatste vraag gaat over de benodigdheden die je nodig hebt voor het uitvoeren van een activiteit, bijvoorbeeld kleedkamers, spiegels, matten op de grond. Dit heeft u eigenlijk al wat eerder beantwoord, maar ik kom even terug om te zien of u nog iets bedacht had, maar als je niets hebt bedacht, is dat niet erg.

**Respondent:** Verlichting is ook nog interessant

**Max:** Oke dus verlichting

**Respondent:** Geluidsinstellingen, -installatie heb ik al gezegd zeker?

**Max:** Uhu

**Respondent:** Uhm (3s) ik denk dat dat dan de voornaamste zaken zijn.

**Max:** Oke super. Heeft u toevallig nog suggesties voor de polyvalente zaal, wat we kunnen toevoegen, wat een interessant ding zou kunnen zijn voor studenten? Het kan vanalles zijn, het is een vrij open vraag.

**Respondent:** Niet echt

**Max:** Nee niet echt? Oke ca va. Dan zijn we klaar met de vragenlijst en is de interview gedaan

**Respondent:** Oke danku

**Max:** Nog eens hartelijk bedankt om deel te nemen aan het onderzoek

**Respondent:** Danku, nog veel succes nog

**Max:** Danku danku, u ook nog veel plezier vandaag

**Respondent:** Daag

**Max:** Daag

*Appendix 13: transcriptie van interview met niet-sport-of-dansstudent*

### **Interview 6: niet-sport-of-dansgroep studenten (donderdag 8/12 om 19u45 via teams)**

**Max:** wij zijn studenten handelsingenieur en TEW aan de VUB, wij verrichten onderzoek naar de nood van studenten van studenten voor een nieuwe body & mind-zaal op de VUB. Dat is dus een nieuwe sportzaal eigenlijk en die zou gericht zijn op body & mind-activiteiten en onder body & mind-activiteiten begrijpen wij onder andere dans, yoga, pilates, enzovoort. Zo'n sporten eigenlijk. Wat onderzoeken wij dus? De interesse, betalingsbereidheid van studenten, bijvoorbeeld wat jullie zien als zien voor invulling voor de zaal, dus sporten en wat jullie nodig hebben als materiaal voor die invulling: geluidssystemen, spiegels, enzovoort eigenlijk. Wat moet ik nog vermelden? Dat deze interviews opgenomen worden – duidelijk, zoals je kan zien en uhm (1s) deze zullen later getranscribeerd worden en verwerkt worden volgens de EU-gdpr wetgeving, dus de data blijft enkel voor ons, we geven die niet weg, worden enkel gebruikt voor dit onderzoek, voor deze doeleinden en... en ja, als je deelneemt, dan stem je in met de opname van dit onderzoek. Dus stem je in met de deelname aan en opname van dit onderzoek. De topics die we gaan behandelen zijn niet veel: algemene gegevens, uw sportgedrag, interesse in de zaal zelf, wat jij ziet als de invulling, vervolgens hoe vaak je zou sporten en dan eventueel concurrentie, als je al een body & mind-activiteit doet, de prijs die je zou willen betalen en de laatste vraag is dan wat jij ziet als extra materiaal dat je nodig hebt. De eerste vraag die ik stel, is: wat is uw geslacht?

**Respondent:** ik ben een man.

**Max:** in welk jaar zit je op de universiteit? Is dat 3<sup>e</sup> bachelor, 2<sup>e</sup> bachelor, 2<sup>e</sup> master, 1<sup>e</sup> master,...

**Respondent:** eerste master

**Max:** Oh fijn, ik ook! Ben je een dagstudent of een werkstudent?

**Respondent:** dagstudent

**Max:** zit je op kot of pendel je?

**Respondent:** nee, ik zit niet op kot, ik zit thuis, dus ik pendel

**Max:** Oké, dus als ge pendelt hoelang ben je onderweg naar de VUB gemiddeld genomen.

**Respondent:** 30 a 40 minuten ongeveer

**Max:** oké, das goed, dus als je pendelt hoeveel dagen per week zit je op campus in Etterbeek, dat is dit semester dan, hoe vaak per week.

**Respondent:** 3 keer per week zou ik zeggen

**Max:** 3 keer per week, super. Dus dit was het gedeelte van de algemene gegevens, nu gaan we door naar het volgend gedeelte, uhm (0.5s) VUB-sportgedrag. Hier stel ik dan de vraag: Maak je momenteel al gebruik van VUB-sportinfrastructuur? Hieronder valt het zwembad, de basic-fit aan gebouw L, de sportzalen die je kan huren, dus maak je daar momenteel gebruik van?

**Respondent:** ik gebruik wel de Basic-Fit aan de VUB

**Max:** oké, dus dat gebruik je momenteel, doe je dit alleen of met een groep vrienden of met een VUB-kring of op een andere manier?

**Respondent:** het hangt af, maar grotendeels alleen zou ik zeggen.

**Max:** oke, oke. Uhm(1s) hoe regelmatig maak je gebruik van de Basic-Fit op de VUB?

**Respondent:** ik zou zeggen 2 keer per week ongeveer.

**Max:** oke 2 keer per week, dat is dan ook het gedeelte over uw sportgedrag. Volgende gaat dan over de interesse in de zaal zelf. Ik ga dus nog eens herhalen: het is een nieuwe zaal dat er gaat komen en die gaat eigenlijk polyvalent zijn, maar de bestemming van het management is voor body & mind-activiteiten, dus die yoga, pilates, meditatie, dansen, enzovoort. Maar als er blijkt dat er niet veel interesse is, kan de bestemming nog veranderen. Maar dus zou louter en alleen de body & mind-zaal en zijn activiteiten u interesseren? Dus het feit dat het alleen gericht is op body & mind, zou u dat interesseren?

**Respondent:** ja dat zou mij wel kunnen interesseren, ja ik denk van wel, als dat eerder gericht is op enkel body & mind, *why not?* Maar hangt af misschien van de frequentie (alé) dat ik ernaartoe zou gaan.

**Max:** oké, super. Wanneer zou je gebruik willen maken van die zaal dan eigenlijk? Is dat op dagen dat je al les hebt of op dagen dat je geen les hebt?

**Respondent:** Ik zou doen zo op het einde van de dag, wanneer ik les heb gehad. Iets waar dat ik kan uitrusten.

**Max:** oke, dus om tot ontspanning te komen eigenlijk? Dus vooral in de late namiddag en avond?

**Respondent:** ja, ik zou het doen wanneer ik op de VUB ben, ik zou daar niet naartoe gaan (alé) vanuit huis en zo 30 minuten om daarnaartoe te gaan. Ik zou het doen wanneer ik op campus zou zijn.

**Max:** oke super, dat is dan het gedeelte over interesse, vervolgens komen we bij de invulling van de zaal: wat zie jij als mogelijke activiteiten die je kan doen? Ik zal nog eens herhalen: de zaal is gericht op body & mind-activiteiten, dus wij zien hieronder: yoga, dans, pilates, meditatie en nog wat meer. Dus ik wil dan aan u vragen eigenlijk: wat zie jij als een mogelijk andere sport die je ook in die zaal zou kunnen doen dat ook onder body & mind valt. Als je geen andere sport kent die daaronder valt, is dat niet erg, maar als je eentje kent zou dat wel leuk zijn.

**Respondent:** onder body & mind (stilte 2s). Iets misschien over zo... - ik weet dat yoga et cetera daarop gericht zijn, maar eerder zo ademhalingsgerichte sport, in de zin van da ge uw ademhaling probeert te trainen. Zodat je bijvoorbeeld... indien je heel veel stress hebt.

**Max:** dus ademhalingstechnieken?

**Respondent:** ja, dat!

**Max:** dat is interessant!

**Respondent:** ja om zo uw stress naar beneden te trekken.

**Max:** oké super, vervolgens vraag ik u dan om de bovengenoemde sporten dus dans, yoga, pilates en meditatie die ik heb opgesomd en dan ook nog uw ademhalingstechnieken die jij hebt opgesomd, een score op schaal van 1 tot 5 te geven. Waarbij 1: "Hierbij zal ik nooit aan deelnemen" en 5: "hieraan zal ik echt zeker 100% deelnemen". Dus laten we beginnen met yoga

**Respondent:** Yoga? Ik zou daar 4 op geven

**Max:** Oké, dan komen we aan dans

**Respondent:** 3, alé, why not?

**Max:** Oké en pilates?

**Respondent:** Pilates? Ook 4, lijkt me nog wel tof

**Max:** Oké vervolgens heb je meditatie

**Respondent:** 2

**Max:** En dan ten laatste ten laatste heb je ademhalingstechnieken

**Respondent:** Ja ik zou daar 5 op geven

**Max:** Oké oké, dat is dan dus het gedeelte over de invulling van de zaal. Nu komen we aan de frequentie van de activiteiten. Hoe regelmatig denk je dat je ongeveer de zaal zou gebruiken op een week? Moest je die eender welk moment in de week kunnen kiezen, hoe vaak zou je die gebruiken?

**Respondent:** Ik zou die 1 keer per week gebruiken

**Max:** Zou je dit doen met een vast tijdstip of liever de flexibiliteit om je eigen uren te kiezen?

**Respondent:** Uhm (1s) alé ik persoonlijk zou zeggen: weet je vrijdagavond, elke vrijdagavond daarnaartoe te gaan. Ale niet echt flexibel, alé de flexibiliteit is wel een belangrijke factor, maar ik persoonlijk zou daar regelmatig naar toegaan.

**Max:** Dus dan zou je eigenlijk, als ik zo verneem: op een online platform zo reserveren zodat je elke week zeker bent dat je dat moment hebt. Is dat correct?

**Respondent:** ja, ja da zou ik doen!

**Max:** oké, doe je al toevallig al een sport die binnen die categorie valt buiten de VUB?

**Respondent:** Nee, alé ik doe da wel bijvoorbeeld thuis met YouTube enzo, dus ik ga niet persoonlijk naar zo'n infrastructuur ofzo.

**Max:** oké das goed, dan komen we nu bij "prijs". Oké dus bij deze vragen, moet ik echt wel zeggen dat al uw benodigd materiaal dat je nodig hebt om aan uw dans, yoga, pilates, meditatie en ademhalingstechnieken te doen, dat die aanwezig zijn. Dus alles da gij wilt dat aanwezig is, is aanwezig voor uw gemak. Dus dan vraag ik u om als individu, als gij alleen de hele zaal wil afhuren, wat denk jij dat een goede prijs is om de hele zaal voor 1 uur af te huren?

**Respondent:** ik denk dat 10 euro per uur goed is.

**Max:** 10 euro per uur, ca va. Stel je wilt een groepsactiviteit organiseren in die zaal, welke prijs zou jij de groep stellen eigenlijk? Dat kan in euro per persoon of in totaal.

**Respondent:** Ik zou daar 5 euro per persoon geven, dus zo'n soort half-price als ge met een groep gaat.

**Max:** Oke super dus 5 euro per persoon, dus ja dat is dan het gedeelte over prijs en dan komen we bij het laatste gedeelte: de materialen die je nodig hebt. Dus voor het uitvoeren van de gewenste activiteiten, wat heb je bijvoorbeeld nodig van materiaal? Bijvoorbeeld spiegels, ik-weet-niet-wat, matten voor yoga, zo'n dingen.

**Respondent:** ja sowieso, voor dansen zou ik wat spiegels zetten, voor yoga ... - ik zou zo'n beetje de zaal opdelen in zones, je hebt een zone voor dans met spiegels en wat ik-weet-niet-wat je nodig hebt voor dansen. Een chill-zone met materiaal voor yoga, pilates et cetera en dan ja ik zou dat zo een beetje organiseren. Maar niets specifiek qua materiaal. Ik denk da een rek met zo boeken met uitleg voor yoga, pilates enzo posities interessant is, dat maakt de zaal wat toegankelijker.

**Max:** oké super, dat zijn zeker goeie opmerkingen, bedankt. Als laatste vraag stel ik dan of jij eventueel nog suggesties hebt.

**Respondent:** naast die zones en die boeken... denk ik niet.

**Max:** oké, dan zijn we nu klaar met het interview, nog eens hartelijk bedankt om mee te doen.

**Respondent:** dat is graag gedaan, alé dat is ook nog wel leuk voor mij.

**Max:** nog een fijne dag en echt bedankt

**Respondent:** merci, jij ook!

*Appendix 14: transcriptie van interview met niet-sport-of-dansstudent*

## ***Interview 7: niet-sport-of-dansgroep studenten (vrijdag 9/12 om 13u via teams)***

**Max:** Oké dus: ik ga dus een intro doen en daarna zal ik de topic guides zeggen: wat de volgorde van de vragen zijn en daarna zullen we eraan beginnen. Dus wij zijn studenten handelsingenieur en TEW aan de VUB en wij verrichten onderzoek naar de nood van studenten voor een nieuwe bod & mind-zaal aan de VUB. Dus er komt een nieuwe ruimte in gebouw L, het sportgebouw, voor nieuwe een nieuwe polyvalente zaal en wij onderzoeken op basis van interviews wat de invulling voor deze nieuwe zaal zou zijn en deze zaal zou gericht zijn op body & mind-activiteiten en dat is dan natuurlijk yoga, pilates, dansen, meditatie, ademhalingstechnieken, al die dingen, maar het kan eigenlijk wel nog vrij ingevuld worden naar de noden van de studenten van de VUB. Deze interviews zullen opgenomen worden om deze op een later tijdstip optimaal te kunnen verwerken, de gegevens die je geeft, via de EU-GDPR wetgeving van 2019 behandeld worden en je zal volledig anoniem blijven, de data blijven enkel voor dit onderzoek, we geven die niet aan derde personen (ik bedoel derden).

Dus als je mee doet aan dit onderzoek, stem je in met het feit dat dit opgenomen wordt, later getranscribeerd wordt en daarna verwerkt wordt. Is dat oké voor u?

**Respondent:** ja dat is zeker oké voor mij.

**Max:** dus de topics die we gaan bespreken zijn uw algemene gegevens en uw pendelgedrag, uw sportgedrag, of da je interesse hebt in de zaal in het algemeen, wat dat jij ziet als invulling van activiteiten voor de zaal, dan de frequentie van die activiteiten als je ze zou doen, mogelijk de concurrentie als je al zo'n activiteiten zou doen, de prijs die je denkt te betalen en welk materiaal je denkt nodig te hebben, als je aan die activiteiten zou doen. Dus we gaan er rustig doorgaan, je mag zeker op je gemak antwoorden en zelfs antwoorden als je een antwoord niet weet op een vraag, dat is zeker oké. Dus ik stel voor dat we dan beginnen met de vragen?

**Respondent:** oké, laten we beginnen.

**Max:** oké, eerste gedeelte is dus algemene gegevens: wat is uw geslacht? Bent u man, vrouw, andere, geen antwoord.

**Respondent:** Man

**Max:** oké, in welk jaar zit je op de universiteit?

**Respondent:** 2<sup>e</sup> bachelor fysica en sterrenkunde

**Max:** oké, ben je een dagstudent of een werkstudent?

**Respondent:** uhm wat is het verschil exact?

**Max:** een dagstudent gaat overdag naar de les, terwijl een werkstudent enkel in de avond les kan volgen.

**Respondent:** ah ja, oké, dan ben ik een werkstudent.

**Max:** oké, zit je op kot of pendel je?

**Respondent:** ik pendel

**Max:** oké, als je pendelt hoe lang ben je ongeveer onderweg naar de VUB.

**Respondent:** toch zeker een uurtje ongeveer.

**Max:** een uur oké, hoeveel dagen zit je ongeveer op campus in Etterbeek? Dan heb ik het over dit semester, gemiddeld genomen over een aantal weken dan.

**Respondent:** uh (0.5s) ik denk nu zeker 4 dagen per week.

**Max:** Oké super, dat is dit gedeelte van algemene gegevens dan voorbij, dan gaan we nu over naar sportgedrag. Maak je momenteel al gebruik van VUB-sportinfrastructuur: dat kan alles zijn, dat kan het zwembad zijn, de sportzalen die je kan huren, de basic fit zelfs,...

**Respondent:** Nee, ik maak daar eigenlijk geen gebruik van

**Max:** Oké, dat is zeker goed, dan slaan we een paar vragen over en komen we al direct bij de interesse voor de zaal zelf, ik ga nog eens herhalen: er komt een nieuwe zaal in gebouw L, die zal polyvalent zijn, maar de eerste bestemming waar het management aan dacht was voor body & mind-activiteiten, dus dans, pilates, meditatie, yoga, zo'n dingen. Zou in het algemeen deze zaal u interesseren om aan zulke activiteiten te doen?

**Respondent:** Uhm (1s) ja, ik denk dat dat nog wel interessant zou zijn.

**Max:** Oké stel je wilt gebruik maken van de body & mind-zaal, wanneer denk je dat je dat wil doen? Op dagen dat je al les hebt of op dagen dat je geen les hebt?

**Respondent:** Uhm liefst op dagen dat ik al les heb, hangt af van mijn lessen, ofwel voor of na al mijn lessen van de dag, liefst erna.

**Max:** Oké, super. Dus ge zegt dan na of voor uw uren of gaat dat dan over de ochtend en niet in de avond en dan niet in de middag, omdat je te weinig tijd hebt?

**Respondent:** Exact, in de middag heb ik enkel vrije tijd om te eten, daarna heb ik direct terug lessen.

**Max:** Oké super, dat is dan ook dit deeltje gedaan over de interesse, dan gaan we verder naar de invulling voor de zaal. Dus je hebt de zaal zelf, we hebben een paar sporten opgenoemd: yoga, dans, pilates en meditatie, en wij zouden nu willen weten of dat jij toevallig ook zo'n gelijkaardige soort van sport kent die ook in de zaal zou kunnen gebeuren. Als je er geen kent, dan is dat niet erg, dan mag je gewoon zeggen "ik weet het niet", maar als je er eentje kent, zou dat wel leuk zijn.

**Respondent:** Dus dat is dan voor de polyvalente zaal?

**Max:** Ja, alle het moet iets te maken hebben met het body & mind-aspect van de zaal.

Uh (2s) ... (2s) ik denk niet dat ik direct op iets kan komen.

**Max:** Als je het niet weet dan is dat niet erg eh, dan zullen we gewoon doorgaan. Uhm dus dan heb ik de volgende vraag hierbij, dus van de bovengenoemde sporten, degene die ik net vernoemd heb, dus yoga, dans, pilates en meditatie, wil ik dat je eigenlijk elke sport op een schaal van 1 tot 5 een score geeft, waarbij dat 1 is "je gaat er nooit aan deelnemen" en 5 is "je gaat er zeker 100% aan deelnemen". Dus ehm, laten we dan beginnen met yoga.

**Respondent:** Uhm (1s) een 4.

**Max:** Een 4, oké, en voor dans?

**Respondent:** Een 2.

**Max:** Een 2, oké. Voor pilates? Weet je wat dat pilates is?

**Respondent:** Niet super specifiek?

**Max:** Pilates is een soort van yoga, een variant ervan, het is meer een work-out dan yoga zelf, yoga heeft meer iets spiritueel.

**Respondent:** Geef dat dan maar een 3.

**Max:** Een 3 oké, en dan laatste meditatie.

**Respondent:** Uhm (0.5s) dat ook een 4.

**Max:** Oké super, vervolgens komen we aan de frequentie van de activiteiten. Als je de zaal gaat gebruiken, hoe regelmatig zou je die gebruiken op 1 week of 2 weken of 3 weken... Hoe regelmatig zou je die gebruiken?

**Respondent:** Uh ik denk zeker 1 keer per 2 weken, soms 1 keer per week.

**Max:** Oké super en zou je dit doen met een voorkeur op een vast tijdstip of zou je liefst de flexibiliteit hebben om je eigen uren te kiezen?

**Respondent:** Uh ik denk dat de flexibiliteit wel beter is.

**Max:** Oké super, uhm (0.5s). dus dat is dan ook al dat deeltje voorbij en dan komen we bij degene voor het voorlaatste gedeelte, ik vraag dan nu: doe je al een sport in een categorie die binnen body & mind-valt? Dus binnen die categorie, doe je daar al een sport?

**Respondent:** Neen.

**Max:** Neen? Oké, dan kunnen we een paar vragen overslaan en dan komen we nu al bij het voorlaatste deeltje: prijs of betalingsbereidheid. Dus hoeveel zou jij als 1 individu om de hele zaal af te huren bereid zijn te betalen voor 1 uur? Dus jij betaald alleen voor 1 uur.

**Respondent:** Ik denk dat 10 euro wel het maximum is dat ik wil betalen.

**Max:** Oké, super. Ehm (0.5s) en stel je zou dit – deze zaal afhuren voor een groepsactiviteit, dus stel ge zou dit aan een groep huren, welke prijs zou je stellen aan de groep? Je kan de prijs per persoon van uw groep zetten of als groep in het algemeen.

**Respondent:** Euh (1s) ik denk dat 25 euro fair is voor een groep,

**Max:** Oké, dat is dan 25 euro in totaal voor de hele groep en niet per persoon?

**Respondent:** Ja.

**Max:** Oké super en dan komen we nu bij het laatste gedeelte: benodigdheden. Dus dat is dan materiaal da je nodig hebt voor de activiteiten waar je een 4 enzo op hebt gegeven in die eerdere vraag, dat is dan yoga, pilates (met een 3) en meditatie. Welke benodigdheden zou je daarvoor nodig hebben? Wat denk je dat echt aanwezig moet zijn voor u in die zaal? Dat kan over alles gaan.

**Respondent:** Ik zou al zeker zeggen de matjes voor yoga en pilates.

**Max:** Oké yogamatten.

**Respondent:** Euh ja ... (2s) gewichten eventueel, maar dat is niet super nodig.

**Max:** Oké gewichten.

**Respondent:** Uhm (2s) ik denk niet dat er eigenlijk super veel nodig is om aan yoga en pilates te doen.

**Max:** Ja, inderdaad, oké dan eens zien he. Laatste vraag: heeft u zelf nog suggesties voor deze zaal? Dat is een heel open vraag, je kan alles antwoorden, maar gewoon of je zelf nog ideeën hebt van "dit zou nog interessant kunnen zijn voor studenten". Maar als je niets weet, dan is dat ook oke, dan stoppen hierbij met het interview.

**Respondent:** Hmm (1s) ... (2s) nee, niet echt



**Max:** Nee? Oké ca va, dan denk ik dat we klaar zijn, dus hierbij nog eens hartelijk merci om dit interview met mij te doen. Ik wens u nog een super fijne dag en veel succes gewenst bij uw richting.

**Respondent:** Danku, ik wens u ook een fijne dag en nog veel succes met uw onderzoek.

**Max:** Danku, danku, nog een super fijne dag en merci.

*Appendix 15: transcriptie van interview met niet-sport-of-dansstudent*

## **Interview school 1: Lagere school in het Nederlands (Vrijdag 2/12 om 20u via teams)**

**Marie:** Ik ben Marie en dat is Dylan en we zijn studenten eerste master Handelsingenieur, en voor het vak marktonderzoek moeten wij een marktonderzoek voeren voor VUB-sport. Mijn eerste vraag is dan hoeveel uren dat een klas sportlessen heeft op een week.

**Respondent:** Een klas heeft twee uur per week maar verdeeld over één uur Lo en één uur zwemmen.

**Dylan:** En hoeveel klassen zijn er die twee uur sporten dan?

**Respondent:** Er zijn 15 klassen in de basisschool en 5 in de kleuterklas.

**Marie:** En waar sporten jullie momenteel. Op jullie school of ergens anders.

**Respondent:** Onze lessen zijn bij ons op school. En voor de zwemlessen gaan we naar de VUB.

**Marie:** Als jullie sportdagen organiseren, waar doen jullie dat dan?

**Respondent:** De sportdagen doen we op de VUB omdat het moeilijk is om ergens anders plaats te vinden.

**Marie:** Hoe geraken jullie aan de VUB?

**Respondent:** Ik ga met de derde graad (5de en 6de leerjaar) met de fiets en met de rest gaan we te voet. Dus geen bussen omdat we niet op die bussen kunnen rekenen. Dus we gaan vanaf nu met de fiets. In het begin is het moeilijk maar nu winnen we tijd. De kleinere kindjes zijn nog net iets te jong.

**Dylan:** Hoeveel uren zitten jullie dan momenteel op de VUB voor sportlessen?

**Respondent:** In totaal zitten we 14 uren op de VUB met de lagere school.

**Dylan:** Is er al een beetje aandacht besteedt aan body & mind tijdens de sportlessen? Yoga, pilates, Dans?

**Respondent:** Ik geef vanaf 2de leerjaar les en er is wat ritmiek in die lessen, zoals dans en rope skipping. Maar dat zijn ook niet mijn specialiteiten en Yoga en pilates, dat zat allemaal niet in ons opleiding.

**Dylan:** Zou je interesse hebben in een zaal waarbij body en mind centraal staat aan de VUB?

**Respondent:** Onze zaal is eigenlijk interessanter omdat het praktischer is. Wanneer dat we de VUB zou huren voor een evenement, dan zou het interessant zijn mocht er initiatie erbij zijn van leerkrachten en studenten van de VUB. Dan zou ik wel overwegen om naar daar te gaan.

**Dylan:** Welke materiaal zou de VUB ter beschikking moeten stellen om die zaal interessanter te maken?

**Respondent:** Vooral zachte matten want wij hebben zo basis matten maar dat schuift gemakkelijk weg. Er bestaan puzzelmatten dat je in elkaar kan steken en dan kunnen de kinderen erop sporten.

**Marie:** Heeft u dan nog vragen of opmerkingen?

**Respondent:** Een opmerking voor de VUB is dat de prijzen momenteel vrij hoog zijn voor ons. Wij zitten ook niet bij de VUB-associatie. We hebben weinig mogelijkheid in Brussel dus we zijn wat verplicht om naar daar te gaan, maar het is wel vrij duur.

**Dylan:** en is de prijs van de zaal momenteel ook te hoog of heeft u geen idee over de prijzen van de zaal dan?

**Respondent:** Dat weet ik niet van buiten. Maar ik weet wel dat ik vorig jaar bij de sportdag toch nog dacht dat het wel duur was.

**Marie:** Ok dan hebben we alles wat we nodig hebben dus een dikke merci om mee te doen, en dan wens ik u nog een fijne avond.

**Respondent:** Ja een fijne avond

**Dylan:** Fijne avond.

*Appendix 16: transcriptie van interview school 1*

## ***Interview school 2: Lagere school in het Frans (Dinsdag 6/12 om 11u op hun school)***

**Marie:** Bonjour, je suis donc étudiante en Ingénieur de Gestion à la VUB. En janvier, il va y avoir une rénovation du bâtiment de sport à la VUB. Il va entre autres y avoir une nouvelle salle polyvalente dans laquelle le bien-être sera au centre. Donc il y aura du yoga, de la méditation, du pilâtes, de la danse et d'autres sports dans le genre. Le but de cet interview est de connaître la demande des écoles qui sont déjà clientes de la VUB. Je dois aussi vous dire que les données récoltées durant cet interview seront anonymisées. Mais avant de commencer, quelle est votre rôle dans l'école ?

**Respondent :** Je suis le responsable de toutes les activités périscolaires ?

**Marie :** Et en quoi consiste les activités périscolaires ?

**Respondent :** Ce sont toutes les activités qui ont lieu après les cours pour nos élèves.

**Marie :** Combien d'heures sont dédiées à ces activités ?

**Respondent :** Il y a des différentes activités qui durent plus au moins une heure tous les jours.

**Marie :** Où est-ce que vos activités ont lieu pour le moment ?

**Respondent :** Dans nos différents gymnases ici à l'école, et certaines sur le campus de la VUB.

**Marie :** Et quand vous allez à la VUB, vous y allez comment ?

**Respondent :** A pied.

**Marie :** vous avez déjà des activités consacrées aux bien-être ?

**Respondent :** Oui nous avons du yoga pour nos élèves de 6 à 11 ans.

**Marie :** Seriez-vous intéressés par la nouvelle salle de la VUB pour les activités ?

**Respondent :** Pour le moment nos salles sont assez grandes, mais si la demande pour ce genre de cours augmente, alors pourquoi pas déplacer ces activités à la VUB.

**Marie :** Et donc serait plutôt pour des activités toutes les semaines ou des activités plus ponctuelles ?

**Respondent :** Ce sera pour nos activités après les cours.

**Marie :** Et si deviez venir à la VUB, auriez-vous alors besoin des vestiaires ?

**Respondent :** Non, nos activités sont très courtes et pour les activités extra-scolaires, les élèves gardent les mêmes habits.

**Marie :** Et est-ce qu'il y a du matériel qui pour vous serait important d'avoir dans une salle comme ça

**Respondent :** Des tapis.

**Marie :** Quel prix seriez-vous prêt à payer pour une location de cette salle ?

**Respondent :** Je ne sais pas trop un prix exact, mais je dirais les mêmes prix que nous payons actuellement à la VUB.

**Marie :** Super alors j'ai toutes les informations qui me fallait. Merci beaucoup d'avoir participé à notre étude.

**Respondent :** Et on sait quand la salle va être prête ?

**Marie :** Je ne sais pas mais je suppose que la VUB va informer sa clientèle lorsque ce sera le cas.

**Respondent :** D'accord merci.

**Marie :** Merci à vous, bonne journée.

**Respondent :** Bonne journée

**Marie :** Merci, Au revoir.

*Appendix 17: transcriptie van interview school 2*

### ***Interview school 3 : Middelbaar in het Nederlands (Dinsdag 6/12 om 12u30 in het sportcomplex)***

**Marie :** Goeiemiddag

**Respondent :** Hallo

**Marie :** Ik ga beginnen met het project voor te stellen. Dus in Januari zal de VUB verbouwingen doen van het sportcomplex. De grote zalen en het zwembad blijven wel toegankelijk. Maar er komen wel nieuwe zalen, waaronder een body & mind zaal. Dat is dus een zaal voor dans, meditatie, yoga, pilates enzovoort. En mijn taak is om te gaan uitzoeken of dat de lokale scholen interesse hebben om die zaal te mogen huren. Ik ga beginnen met hoeveel uren dat jullie spenderen aan sporten met de leerlingen.

**Respondent:** De leerlingen hebben bij ons 2uur per week, en in de richting sport-wetenschappen hebben de leerlingen dan 5 uur waaronder 4 op de VUB.

**Marie:** Waar sporten jullie momenteel?

**Respondent:** Normaal sporten de andere richtingen in de sporthal op onze campus, maar momenteel wordt het vernieuwd. Ze moeten dus gaan sporten bij andere faciliteiten zoals Etterbeek Sport, de Maalbeek, ULB sport, enzovoort. Maar dat is uitzonderlijk, wij sporten normaal op school of op de VUB.

**Marie:** En welke prijs betalen jullie dan voor die externe faciliteiten?

**Respondent:** Dat weet ik niet want ik geef persoonlijk enkel les op de VUB. Maar over het algemeen gaan we altijd voorkeur geven aan de VUB zonder echt de prijzen te vergelijken, omdat het dichtbij is en zo gemakkelijk omdat je hier alles hebt. Dus zelf als het een beetje duurder kan zijn, we zouden niet zo gemakkelijk switchen. Nu is het gewoon een uitzonderlijke situatie. Met die vernieuwing van onze zalen.

**Marie:** En als jullie naar de VUB komen, hoe komen jullie dan naar hier?

**Respondent:** Leerlingen komen zelfstandig naar hier, dus meestal is het met openbaar vervoer of met de fiets.

**Marie:** Hebben jullie al een beetje aandacht voor body & mind tijdens jullie lessen?

**Respondent:** Nee. Onze leerlingen sportwetenschappen hebben één uur waarbij ze turnen en dansen maar meer dan dat hebben wij niet. Andere leerlingen hebben een lessenreeks turnen.

**Marie:** En zouden jullie dan interesse hebben voor de nieuwe zaal?

**Respondent:** Ik denk het niet. Want als wij dansen bijvoorbeeld, dan hebben we maar één uur. Dus het is dan bijna onmogelijk om tot hier te komen om te sporten.

**Marie:** En gebruiken jullie de kleedkamers wanneer jullie naar hier komen?

**Respondent:** Nee omdat de kleedkamers momenteel te ver zijn van de zalen. We verliezen dan te veel tijd als we dat zouden doen. De leerlingen kleden zich om in de garages/squash zalen. Maar het zou wel handig zijn als er nieuwe kleedkamers zouden komen dichtbij de zalen.

**Marie:** Welke materiaal zouden er voor u belangrijk zijn in zo een zaal voor body en mind?

**Respondent:** Sowieso kleine en zachte matjes omdat wij dat als school niet kunnen meesleuren, en dan ook nog muziek en spiegels.

**Marie:** En dan een laatste vraag: hoeveel zou je bereid zijn te betalen om die zaal te huren

**Respondent:** Ik zou denken dezelfde prijzen als nu, want het is hier gewoon zo handig voor ons.

**Marie:** oke dan heb ik alles, heel hard bedankt voor uw tijd.

**Respondent:** Graag gedaan, nog een fijne dag.

**Marie:** Nog een fijne dag, daag.

*Appendix 18: transcriptie van interview school 3*

### ***Interview school 4: Hogeschool Nederlands (Vrijdag 9/12 10u30 via teams)***

**Marie:** Hallo, Ik ben Marie en ik ben een studente Handelsingenieur aan de VUB en ik moet een taak uitvoeren voor VUB sport. Jullie hebben het misschien al gehoord, maar er komen

verbouwingen aan de VUB en er komen dan nieuwe zalen waaronder een body & mind die de dojo gaat verplaatsen. Mijn taak is dus om te weten of de scholen interesse zou hebben om de body & mind zaal te verhuren. Hebben jullie nog vragen voor dat we beginnen?

**Respondenten:** Nee alles is duidelijk

**Marie:** Oké dan ga ik met de eerste vraag beginnen. Waar sporten jullie momenteel?

**Respondenten:** Wij sporten momenteel vooral op de VUB. Alleen de danslessen gaan in Mechelen door in een privé dansclub van die leerkracht zelf dan, maar dat is dan niet echt een externe locatie omdat we dat gewoon via hem kunnen hebben.

**Marie:** En moeten jullie voor die zaal betalen?

**Respondenten:** Dat weten wij niet want dit moeten wij niet zelf regelen.

**Marie:** En als jullie naar de VUB komen, hoe komen jullie dan?

**Respondenten:** De studenten zijn eigenlijk volwassenen dus die komen op hun eentje naar hier. Waar wij zijn in brussel gebaseerd, dus die komen dan meestal met openbaar vervoer, maar meer info daarover hebben we niet.

**Marie:** En zouden jullie interesse hebben in de zaal van body & mind?

**Respondenten:** Wij hebben wel enkele lessen die in die zaal zouden kunnen passen, maar meer dan dit wordt het niet normaal

**Marie:** En zouden jullie dan de kleedkamers nodig hebben?

**Respondenten:** Ja wij zouden ze wel gebruiken zoals we ze nu gebruiken.

**Marie:** En bon jullie zouden in principe geen gebruik maken van die zaal. Maar als sportleerkracht kan jullie mening nog steeds belangrijk zijn. Dus mijn volgende vraag is eigenlijk of dat jullie ideeën hebben van materiaal die heel belangrijk zou zijn voor zou een zaal?

**Respondenten:** Qua materiaal Matjes en spiegels. En eventueel ook een muziekinstallatie. Maar het is daar vooral heel donker dus ik hoop dat er dan meer ramen komen, om meer licht te krijgen.

**Marie:** Er is een idee om het eigenlijk in een glazen box om te vormen waarbij er dan gordijnen zouden zijn voor mensen die privacy willen.

**Respondenten:** Ja dat is dan goed maar een probleem hierbij is dan de isolatie, want als we daar muziek gaan afspelen, dan moeten wij zorgen dat het niet te luid gaat zijn voor de andere zalen ernaast. Maar ook omgekeerd. Als je meditatie doet of zoiets, dan wil je rustig kunnen zijn om echt van te genieten. En als je dan geluid kan horen van in de gang, dan zou je afgeleid kunnen worden. En ja in de VUB zalen is het vaak koud en dat moet dan ook opgelost zijn voor zo een zaal. Om goed te kunnen ontspannen moet je het warm genoeg hebben.

**Marie:** Wat is de prijs dat je zou kunnen betalen voor zo een zaal?

**Respondenten:** Een getal plakken hierop is eigenlijk moeilijk.

**Marie:** Ok geen probleem, dan dank ik jullie voor jullie tijd, en wens ik jullie nog een fijne dag.

**Respondenten:** U ook, daag

**Marie:** Daag

*Appendix 19: transcriptie van interview school 4*

### ***Interview 5: Middelbaar in het Engels (Zaterdag 10/12 om 10u via teams)***

**Marie:** Good morning. First, I would like to thank you for your presence. And then I will explain the project a little bit, so that you can understand it better. In January the VUB will begin some renovations on the sport facilities. The dojo that we have now will be transformed into a body & mind space for activities like yoga, meditation, pilates and so on. And my task is to see whether the schools that the VUB already has as clients are interested in renting this room for their classes. But first, do you have any questions regarding this study?

**Respondent:** No.

**Marie:** My first question is how many hours that the students have for the sport activities each week?

**Respondent:** First, I would like to inform you that I am working in the secondary school. We have the grades which are divided in S1 up to S7. The students in S1-S2-S3 receive 3 hours of sport each week and the students from S4 to S7 have 2 hours each week.

**Marie:** And where do you sport now?

**Respondent:** Well, most of the hours, we are doing it at the school. However, there are moments that we are using also the VUB facilities for instance for the S1 and S2 students we have 2 period of swimming per class and sometimes we use the field and track. And in the past, we used to rent the indoor facilities to.

**Marie:** So, you don't use any other facilities?

**Respondent:** you mean externally? No, we used to go sometimes in the Adeps but not anymore and also, we went to the ice-skating center but not anymore.

**Marie:** And when you come to the VUB, how do you reach the campus?

**Respondent:** Well, that's the convenient thing about the VUB, we are coming by foot because it's very close and also, we don't have to go outside in the streets. We can pass through the campus. That's why VUB is always priority to us when we want to reserve sport facilities.

**Marie:** And do you already have like body & mind activities incorporated in your sport program?

**Respondent:** When you say body & mind, you mean pilates?

**Marie:** for example, yes.

**Respondent:** Mainly not according to the syllabus that we have from our school, but occasionally some colleagues are doing some yoga or some kind of trainings about mobility, but not in our program as such. The syllabus is mainly about sports education rather than physical movement education.

**Marie:** And would you then be interested in renting this room sometimes?

**Respondent:** I would be interested! We are always interested in new activities at the VUB.

**Marie:** And would it be like a fixed activity every week or would it be more occasionally for certain events?

**Respondent:** when we collaborate with the VUB, we have blocks that lasts two months because our annual program is separated in blocks and every block has a duration of two months. So let's say for the third block it would be after Christmas until the next holidays for example.

**Marie:** And when you come at the VUB, do you then use the changing rooms?

**Respondent:** No, the students are changing at our school and then we go together to the VUB.

**Marie:** And do you think of any material that would be useful in a body & mind room?

**Respondent:** It depends on the activity, but definitely some mats and some medicine balls from different sizes I suppose.

**Marie:** Oke then I have everything I need, Thank you very much for doing this interview with me.

**Respondent:** With pleasure, but is this an actual project that will take place?

**Marie:** Yes, so the renovation begins in January, but they will change a lot of things, So I don't really know when it will be ready.

**Respondent:** Oke well I am looking forward to have further information about it, but the VUB will probably communicate.

**Marie:** Yes, I think that you will be updated on the situation as clients of the VUB.

**Respondent:** Ok perfect, thank you for your time and good luck for your studies and your courses.

**Marie:** Thank you, have a nice day.

**Respondent:** You too, bye

**Marie:** Goodbye.

*Appendix 20: transcriptie van interview school 5*