

# Recreatief Mountain- en gravelbiken in Brabant



## Belangrijkste cijfers

**7%** van de Brabanders gaat wel eens mountainbiken of gravelbiken, dit zijn **153.000 personen**.

**15%** van de Nederlanders stapt minstens eens per week op de mountainbike of gravelbike.

**1,4 miljoen** mountainbike- en gravelbiketochten worden jaarlijks door Nederlanders in Brabant ondernomen, exclusief vakanties.

**16%** van de mountainbike- en gravelbiketochten van Nederlanders vindt plaats in Brabant.

**3%** van de binnenlandse vakantiegangers in Brabant heeft tijdens hun vakantie in Brabant sportief gefietst en/of een mountainbiketocht ondernomen.

Brabant heeft een mountainbikenetwerk met **46 routes** van in totaal ruim **1.000 kilometer**.

Bron: NBTC-NIPO, NVTO 2022/2023 en LDA, Vakantieonderzoek Plus – rapportage Noord-Brabant, 2026 en visitbrabant.nl

## Trends en ontwikkelingen

- Het aantal wielersporters in Nederland groeit sterk. Dit geldt voor alle vormen van sportief fietsen. Gravelbiken groeit sneller dan mountainbiken en wordt vaak gecombineerd met andere fietsdisciplines.
- Gravelbiken ontwikkelt zich steeds meer tot een volwaardige recreatieve discipline naast wielrennen en mountainbiken.
- De mountainbike- en gravelbike-activiteiten vinden vaak plaats in bos- en natuurgebieden. De toenemende recreatiedruk vraagt om aandacht voor zonering en spreiding, zodat recreatie en natuurbehoud in balans blijft.
- Mountainbikers en gravelbikers maken veel gebruik van digitale platforms, gps-bestanden en route-apps voor inspiratie, navigatie en delen van ervaringen.

## Wat doet de mountainbiker en gravelbiker?



### Afstand

De gemiddelde routeafstand van een mountainbike/ gravelbiketocht is **34 km**.



### Tijd

**44%** van de tochten duurt 1-2 uur en 39% 2-3 uur.



### Startpunt

**69%** start vanuit huis en 12% fietst naar het startpunt, 16% gaat met de auto.



### Omgeving

**81%** van de mountainbike- en gravelbiketochten in Brabant vindt (ook) plaats in het bos, 33% in het landelijk gebied en 17% op de heide.

# Wie is de mountainbiker en gravelbiker?

## MOUNTAINBIKER

**75%** man  
relatief veel **55-plussers**.  
Technisch, uitdagend  
terrein.



## GRAVELBIKER

**70%** man  
vooral **35-65 jaar**.  
Langere tochten, mix  
verhard en onverhard.

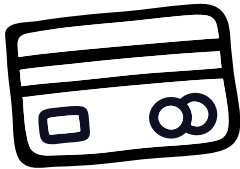


**55%** van de mountainbike- en  
gravelbiketochten worden alleen  
ondernemen.  
**45%** fietst samen met andere.

Bron: Ipsos I&O in opdracht van Wielersportbond NTFU, Wielersport Monitor 2026 – maatwerkuitdraai

## Wat geeft de mountainbiker/gravelbiker uit?

De bestedingen per mountainbike- of  
gravelbike-activiteit in Nederland  
bedragen **€4,82**. Dit is inclusief  
degenen die niets uitgeven.



Het grootste deel (**36%**) van  
deze bestedingen vinden plaats in de  
horeca (€1,76).



Nederlandse mountain- en gravel-  
bikers geven in Brabant naar schatting  
in totaal **€7 miljoen** uit (exclusief  
uitgaven tijdens vakanties).



Bron: NBTC-NIPO, NVTO 2022/2023

## Kansen voor gravelbiken en mountainbiken

### Routes voor Goed Leven in Brabant

- Zet mountainbike- en gravelroutes in als middel om Brabanders meer in beweging te krijgen, met aandacht voor gezondheid, natuurgebieden en ontspanning.
- Gravelbiken biedt kansen op een nieuwe doelgroep aan te spreken. Het is toegankelijker en minder technisch.
- Mountainbiken en gravelbiken combineren sport, natuur en recreatie. Hierdoor bieden deze activiteiten kansen om sportieve recreanten kennis te laten maken met nieuwe gebieden, landschappen en recreatieve voorzieningen in Brabant.

### Routes als middel voor Brabant in beweging

- De populariteit van sportief fietsen in bos- en natuurgebieden vraagt om gerichte sturing op recreatiedruk. Door routes en startpunten bewust te ontwikkelen en te promoten - en wildgroei te voorkomen - kan recreatie beter worden gespreid over Brabant.
- Sportieve fietsers maken veel gebruik van digitale routeplatforms en gps-bestanden. Dit biedt mogelijkheden om gebruikers gericht te informeren, alternatieve routes aan te reiken en bezoekersstromen beter te spreiden.

**Meer informatie?**  [brabantpartners.com](https://brabantpartners.com)  [routes@brabantpartners.com](mailto:routes@brabantpartners.com)

In opdracht van provincie en gemeenten beheert en onderhoudt Brabant Partners alle Brabantse routenetwerken. Daarnaast ontwikkelen we nieuwe routes, ontsluiten we informatie en verzorgen we de (inter)nationale promotie.

**Colofon** Deze factsheet over mountainbiken en gravelbiken maakt deel uit van het *Onderzoek Recreatieve Routes Brabant 2026*, dat bestaat uit factsheets over fietsen, wandelen, varen en een overkoepelende factsheet waarin de thema's worden vergeleken. De bijbehorende rapportage bevat een uitgebreidere analyse en een overzicht van de gebruikte bronnen. Samenstelling factsheet: Monica Wagenaar, Afdeling Onderzoek. Vormgeving: Leonie Nennie, Buro 28. Uitgave: september 2026

**brabant  
partners**