

PLACEPOINT AI · DEMOGRAFIRAPPORT

Lørenvangen 22, Oslo

Nedslagsfelt for et nytt treningssenter: befolkning, alder, husholdninger, inntekt og formue per grunnkrets, dagbefolkning og eksisterende konkurrenter innen gange og sykkel 10 minutter.

Matrikelnummer 0301-124-74-0-0 · 10,7969038 ø, 59,9311896 N

Utarbeidet 12. september 2026 · Placepoint AI

Nedslagsfeltet rundt Lørenvangen 22

Innen 10 minutters gange bor det rundt 22 700 mennesker, innen 10 minutters sykkel rundt 106 200. Dagbefolkningen i sykkelfeltet er enda større, 111 800, drevet av arbeidsplassene på Økern, Løren og Hasle. Konkurransetett er tett: 17 treningssentre ligger innen 10 minutters sykkel, og ett, EVO Løren, ligger 385 meter unna og er dermed innen gangavstand.

BEFOLKNING, GANGE 10 MIN

22 700

BEFOLKNING, SYKKEL 10 MIN

106 200

DAGBEFOLKNING, SYKKEL 10 MIN

111 800

vs. 63 500 bosatte

TRENINGSSENTRE INNEN SYKKEL
10 MIN**17**

1 innen gange 10 min

NÆRMESTE KONKURRENT

385 m

EVO Løren, gange 5 min

SNITTINNTekt, SYKKEL 10 MIN

428 600 kr

83 % av Oslo-snitt

Befolkningen i både gange- og sykkelfeltet er ung: over halvparten av innbyggerne i sykkelfeltet er mellom 19 og 44 år, kjernemålgruppen for kommersielle treningssentre. Snittinntekten i sykkelfeltet ligger under Oslo-snittet (428 600 kr mot 517 700 kr, 83 %), og snittformuen enda lavere (624 300 kr mot 1 286 600 kr, 49 %). Gangfeltet rundt Løren og Frydenberg ligger nærmere Oslo-snittet på begge mål.

Om oppdraget og nedslagsfeltene

Denne rapporten svarer på spørsmålet en treningssenterkjede stilte i et kundemøte: hvordan ser demografien ut når den måles mot faktisk reisetid til adressen, ikke kommunesnitt. To nedslagsfelt er beregnet som isokroner (reisetidspolygoner) fra Lørenvangen 22:

- **Gange, 10 minutter:** areal 1,65 km², strekker seg over deler av Løren, Frydenberg, Refstad og Økern.
- **Sykkel, 10 minutter:** areal 21,3 km², dekker store deler av indre øst: Grünerløkka, Sagene, Torshov, Rødeløkka, Grønland, Tøyen, Sinsen, Kampen, Vålerenga, Storo og Ensjø.

Befolknings-, alders-, husholdnings-, inntekts- og formuestall er hentet fra Statistisk sentralbyrå (SSB) sine grunnkretstall (via Geodata AS sin demografitjeneste), aggregert for hver grunnkrets som isokronen skjærer gjennom. Dette er en **grunnkretsvis aggregering, ikke en arealveid klipping**: en grunnkrets telles med i sin helhet når isokronen berører den, selv om bare en del av grunnkretsen faktisk ligger innenfor reisetiden. For gangefeltet, som er lite og uregelmessig formet, betyr det at det reelle tallet trolig er noe lavere enn det oppgitte. For sykkelfeltet, som dekker et stort sammenhengende område, er avviket mindre.

Gangefeltet består av 12 grunnkretser. Sykkelfeltet består av 78 grunnkretser for aldersfordeling og husholdninger, og 81-84 grunnkretser for inntekt og formue. De to datasettene fra SSB/Geodata dekker ikke nøyaktig samme grunnkretsutvalg i sykkelfeltet, trolig fordi temalagene oppdateres og publiseres uavhengig av hverandre. Det påvirker ikke gangefeltet, der alle fem temaene dekker de samme 12 grunnkretsene fullt ut.

Eksisterende treningssentre er funnet via Azure Maps sitt stedsdataregister (POI), søkt opp per kjede (Sats, Fresh Fitness, EVO, samt uavhengige sentre) innen 3 km fra adressen, fordi kjedeutsalg ligger under lokale enheter og ikke svarer på navnesøk i selskapsregisteret. Avstand er luftlinje fra Lørenvangen 22, ikke faktisk gang- eller sykkelrute.

Gange, 10 minutter

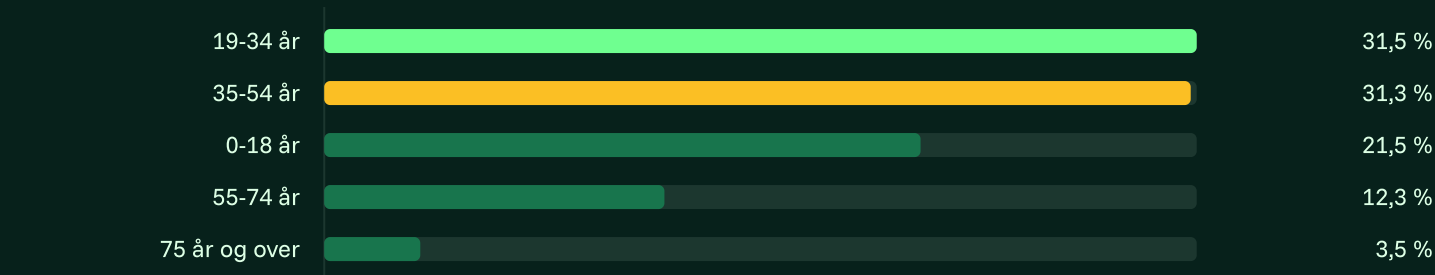


Nedslagsfelt for 10 minutters gange fra Lørenvangen 22 (grønn kontur), areal 1,65 km². Kartgrunnlag: Azure Maps satellitt.

Befolkning og alder

22 652 bosatte (11 528 menn, 11 124 kvinner) fordelt på 12 grunnkretser. Snittalder ligger i midten av 30-årene i de fleste kretsene.

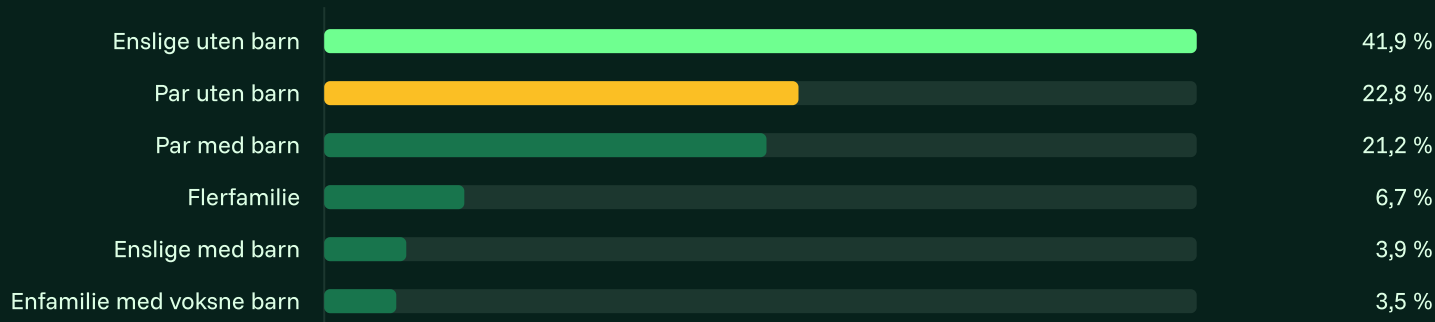
Aldersfordeling, gange 10 minutter



Husholdningstyper

10 641 husholdninger. Par med barn utgjør 21 %, langt over sykkelfeltets 11 %, et tegn på at Løren og Frydenberg er nyere familieområder.

Husholdningstyper, gange 10 minutter



Inntekt og formue per grunnkrets

Tallene er snittinntekt og snittformue per person med registrert inntekt/formue i hver grunnkrets, fra SSBs grunnkretsstatistikk, ikke kommunesnitt. Oslo kommune-snitt er 517 700 kr i inntekt og 1 286 600 kr i formue, til sammenligning.

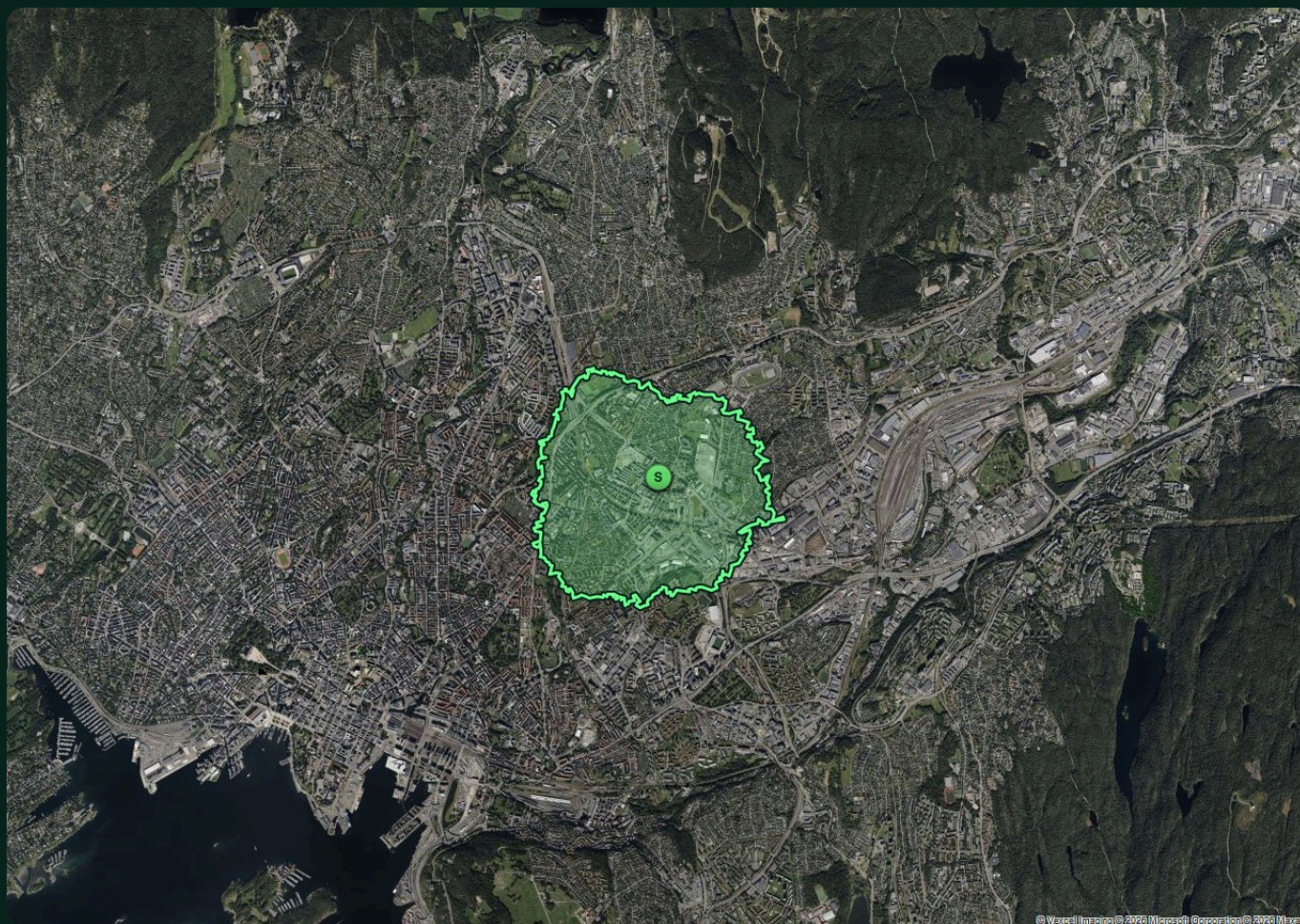
GRUNNKRETS	PERSONER	SNITTINNTEKT	SNITTFORMUE
Frydenberg øst	2 968	533 036 kr	740 313 kr
Løren vest	2 659	538 116 kr	747 762 kr
Refstad sør	2 236	450 894 kr	622 920 kr
Frydenberg nord	2 198	483 189 kr	891 049 kr
Løren øst	2 156	478 305 kr	748 087 kr
Økern	1 749	473 113 kr	1 162 021 kr
Refstad nord	1 628	405 544 kr	1 027 810 kr
Søndre Hovin	1 138	454 306 kr	648 989 kr

GRUNNKRETS	PERSONER	SNITTINNTEKT	SNITTFORMUE
Aker sykehus	827	456 167 kr	967 261 kr
Frydenberg vest	635	565 866 kr	1 856 378 kr
Nordre Sinsen	425	477 706 kr	1 399 000 kr
Økern senter	14	350 000 kr	160 714 kr

Dagbefolkning vs. bosatte

Gangefeltet har **27 984** personer på dagtid mot 13 443 bosatte, en netto tilstrømning på 14 541 personer (+108 %) drevet av arbeidsplassene på Økern og Økern senter (handel og kontor). Dette er potensielle kunder for åpningstider midt på dagen og etter arbeidstid, ikke bare kveldstrening for de bosatte.

Sykkkel, 10 minutter

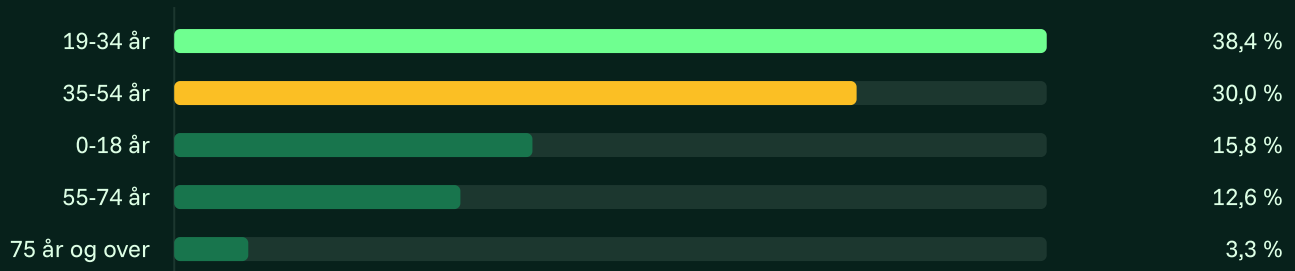


Nedslagsfelt for 10 minutters sykkel fra Lørenvangen 22 (grønn kontur), areal 21,3 km². Kartgrunnlag: Azure Maps satellitt.

Befolkning og alder

106 192 bosatte (54 000 menn, 52 192 kvinner) fordelt på 78 grunnkretser. Aldersgruppen 19-34 år utgjør 38 % av befolkningen, den høyeste andelen av de to feltene.

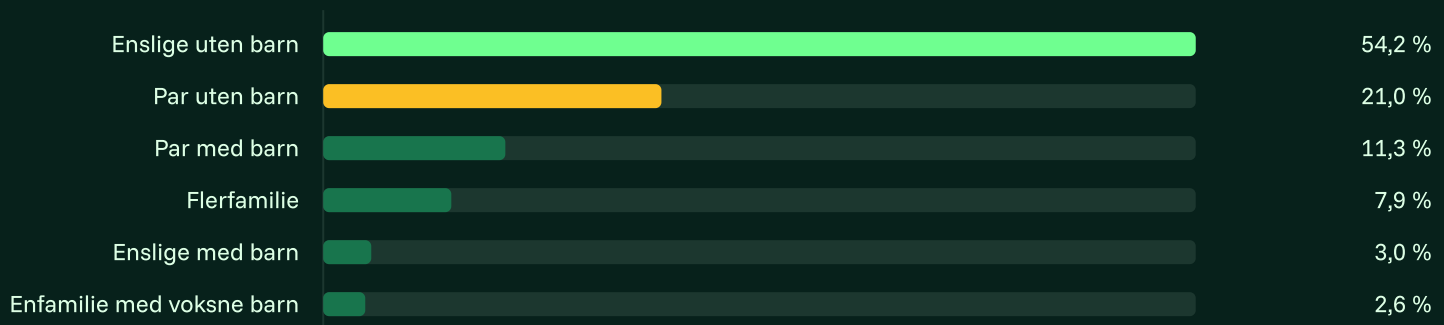
Aldersfordeling, sykkel 10 minutter



Husholdningstyper

57 170 husholdninger. Enslige uten barn utgjør 54 %, typisk for indre by-strøk som Grünerløkka, Sagene og Torshov.

Husholdningstyper, sykkel 10 minutter



Inntekt og formue per grunnkrets (utvalg, største etter befolkning)

Sykkelfeltet spenner over 84 grunnkretser i SSBs inntekts- og formuesstatistikk. Tabellen viser de 11 største etter antall personer med registrert inntekt. Snittinntekt for hele feltet er 428 600 kr (83 % av Oslo-snippet), snittformue 624 300 kr (49 % av Oslo-snippet) – begge lavere enn i gangefeltet, som trekker nærmere Oslo-snippet.

GRUNNKRETS	PERSONER	SNITTINNTEKT	SNITTFORMUE
Åsen rode 10	2 334	526 864 kr	892 009 kr
Sandaker rode 1	2 318	412 446 kr	841 534 kr
Torshov rode 2	2 228	479 803 kr	645 646 kr
Ensjø sør	2 216	469 224 kr	704 637 kr
Rødeløkka rode 7	1 891	523 453 kr	1 119 011 kr
Åsen rode 4	1 875	415 200 kr	552 947 kr
Sandaker rode 3	1 801	469 309 kr	850 555 kr
Tøyen rode 1	1 758	401 664 kr	473 777 kr
Sandaker rode 4	1 758	633 973 kr	1 551 522 kr

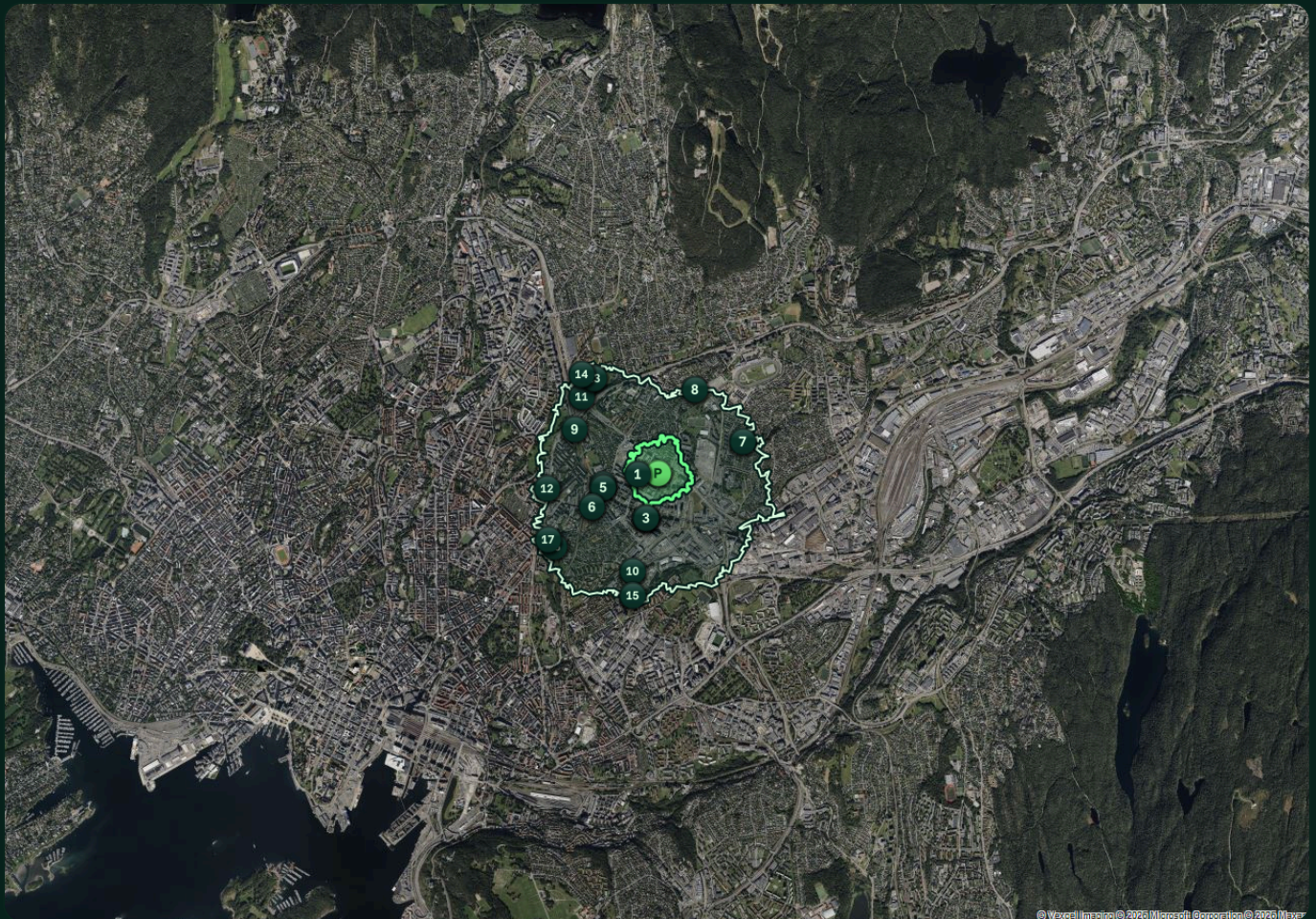
GRUNNKRETS	PERSONER	SNITTINNTEKT	SNITTFORMUE
Torshov rode 1	1 721	428 777 kr	557 684 kr
Tøyen rode 6	1 708	427 108 kr	587 939 kr

Dagbefolkning vs. bosatte

Sykkelfeltet har **111 847** personer på dagtid mot 63 509 bosatte (+76 %). Arbeidsplasstettheten er høyest rundt Økern, Alnabru og Sentrum øst.

Eksisterende treningscentre

17 treningscentre ligger innen 10 minutters sykkel tur fra Lørenvangen 22. Bare étt, EVO Løren, ligger innen gangavstand (385 meter, ca. 5 minutter til fots).



P = Lørenvangen 22. Nummererte punkter = treningscentre innen sykkel 10 minutter, sortert etter avstand. Grønn kontur = sykkel felt, lysere kontur = gangfelt.

#	TRENINGSSENTER	ADRESSE	AVSTAND	INNEN GANGE 10 MIN	INNEN SYKKEL 10 MIN
1	EVO Løren	Lørenveien 37, 0585 Oslo	385 m	Ja	Ja
2	Sats Hasle	Grenseveien 50, 0579 Oslo	878 m	Nei	Ja
3	Fitness.xpress	Grenseveien 50, 0579 Oslo	878 m	Nei	Ja
4	Fresh Fitness Sinsen	Trondheimsveien 137, 0570 Oslo	1061 m	Nei	Ja
5	Sats Carl Berner	Trondheimsveien 135, 0570 Oslo	1078 m	Nei	Ja
6	Fresh Fitness Carl Berner	Dælenenggata 4, 0567 Oslo	1407 m	Nei	Ja
7	EVO Vollebekk	Brobekkveien, 0598 Oslo	1687 m	Nei	Ja
8	EVO Årvoll	Årvollveien 17, 0590 Oslo	1695 m	Nei	Ja

#	TRENINGSSENTER	ADRESSE	AVSTAND	INNEN GANGE 10 MIN	INNEN SYKKEL 10 MIN
9	Mudo Fitness	Sandakerveien 59, 0477 Oslo	1774 m	Nei	Ja
10	Fresh Fitness Ensjø	Gladengveien 1, 0661 Oslo	1912 m	Nei	Ja
11	Fresh Fitness Storo	Sandakerveien 78, 0484 Oslo	2020 m	Nei	Ja
12	Sats Ringnes Park	Sannergata 6A, 0555 Oslo	2109 m	Nei	Ja
13	Sats Storo	Vitaminveien 7, 0485 Oslo	2152 m	Nei	Ja
14	EVO Vålerenga	Østerdalsgata 7, 0658 Oslo	2304 m	Nei	Nei
15	Sats Nydalen	Sandakerveien 109, 0484 Oslo	2334 m	Nei	Ja
16	Sats Kampen	Hedmarksgata 13, 0658 Oslo	2351 m	Nei	Ja
17	Sats (Nydalen allé)	Nydalen allé 37, 0484 Oslo	2396 m	Nei	Nei

Søket dekket 3 km og fant 27 treningssentre totalt; tabellen over viser de 17 innenfor sykkelfeltet. Kjeder representert: Sats (7 innen sykkelfelt), EVO (5), Fresh Fitness (4), Fitness.xpress (1).

Holder lokasjonen?

Befolkningsgrunnlaget er stort og ungt, men konkurransen er allerede tett og kjøpekraften i både gange- og sykkelfeltet ligger under Oslo-snittet.

Det som taler for

- **Stort befolkningsgrunnlag på sykkelavstand:** 106 200 bosatte og 111 800 på dagtid innen 10 minutter, godt over det de fleste bynære treningssentre bygger på.
- **Ung aldersprofil:** 38 % av sykkelfeltets befolkning er 19-34 år, kjernemålgruppen for kommersiell trening.
- **Høy dagbefolkning:** både gange- og sykkelfeltet har flere personer på dagtid enn bosatte (+108 % og +76 %), et grunnlag for åpningstider midt på dagen.
- **Familiepreget gangefelt:** 21 % par med barn i gangefeltet, mot 11 % i sykkelfeltet – Løren/Frydenberg-området peker seg ut som et mer kjøpesterkt nærområde enn resten av sykkelfeltet.

Det som taler imot

- **Ett konkurrerende senter 385 meter unna:** EVO Løren ligger innenfor gangavstand og vil trolig konkurrere direkte om de nærmeste kundene.
- **17 sentre innen sykkelavstand:** sykkelfeltet er et av de tetteste konkurranseområdene i Oslo øst, med både Sats, EVO og Fresh Fitness godt representert.
- **Kjøpekraft under Oslo-snitt:** snittinntekt 83 % og snittformue 49 % av Oslo-snittet i sykkelfeltet. Gangefeltet ligger nærmere snittet (94 % inntekt, 67 % formue), men fortsatt under.
- **Grunnkretsavvik i datagrunnlaget:** inntekts- og formuestallene for sykkelfeltet dekker et noe annet grunnkretsutvalg enn alders- og husholdningstallene (84 mot 78 grunnkretser). Det påvirker ikke konklusjonens retning, men betyr at de eksakte kronebeløpene bør leses som gode anslag, ikke et eksakt regnestykke.

Samlet vurdering: lokasjonen har et solid befolkningsgrunnlag og en ung, aktiv aldersprofil som passer et treningssenterkonsept, men den ligger i et av Oslos tetteste konkurranseområder for trening, med lavere kjøpekraft enn Oslo-snittet. Et nytt senter bør enten skille seg tydelig fra EVO Løren på konsept eller pris, eller vurdere en lokasjon med mindre direkte overlapp innen gangavstand.

Hva rapporten ikke dekker

- **Etnisitet og innvandrerbakgrunn** inngår ikke i Placepoints datagrunnlag og er ikke vurdert i denne rapporten.
- **Faktisk gang- og sykkelrute til hvert treningssenter** er ikke beregnet. Avstandene i konkurrenttabellen er luftlinje fra Lørenvangen 22, ikke reisetid langs vei/sti.
- **Medlemstall, priser og kapasitet** for de 17 konkurrerende sentrene er ikke kjent og inngår ikke i vurderingen – rapporten teller lokasjoner, ikke markedsandeler.
- **Arealveid klipping av grunnkretser** er ikke gjort. Befolkningstallene for begge nedslagsfelt er summert per grunnkrets som isokronen skjærer gjennom, ikke andelen av hver grunnkrets som faktisk ligger innenfor reisetiden. Se metodikk-avsnittet.
- **Fremtidig befolkningsvekst** (boligbygging, regulering) er ikke inkludert; tallene er et øyeblikksbilde av dagens SSB-grunnkretsdata.
- **Betalingsvillighet og treningsvaner** er ikke målt direkte; inntekt og formue brukes som en indirekte indikator på kjøpekraft, ikke som en prognose for medlemskonvertering.

Datagrunnlag

DATAPUNKT	KILDE	METODE
Nedslagsfelt (isokroner)	Placepoint / TravelTime	Reisetidspolygon 10 min gange og 10 min sykkel fra 59,9311896 N, 10,7969038 Ø
Befolkning, alder, kjønn	Statistisk sentralbyrå (SSB), via Geodata AS	Grunnkretslaget «Aldersfordeling grunnkretser», grunnkretser som skjærer isokronen
Husholdningstyper	SSB, via Geodata AS	Grunnkretslaget «Husholdninger grunnkretser»
Inntekt	SSB, via Geodata AS	Grunnkretslaget «Inntekt grunnkretser», personinntekt før skatt
Formue	SSB, via Geodata AS	Grunnkretslaget «Formue grunnkretser», nettoformue
Dagbefolkning og arbeidsplasser	SSB, via Geodata AS	Grunnkretslaget «Ansatte grunnkretser» (bosatte, arbeidsplasser, inn-/utpendling)
Oslo kommune-snitt (inntekt/formue)	SSB, via Geodata AS	Kommunelaget for Oslo (0301), samme datasett
Eksisterende treningssentre	Azure Maps stedsdataregister	Søk per kjede (Sats, Fresh Fitness, EVO, uavhengige) innen 3 km

Kart: Azure Maps satellittbilder, Placepoint-brand. Alle tall gjelder siste tilgjengelige SSB-grunnkretsdata på rapporttidspunktet.