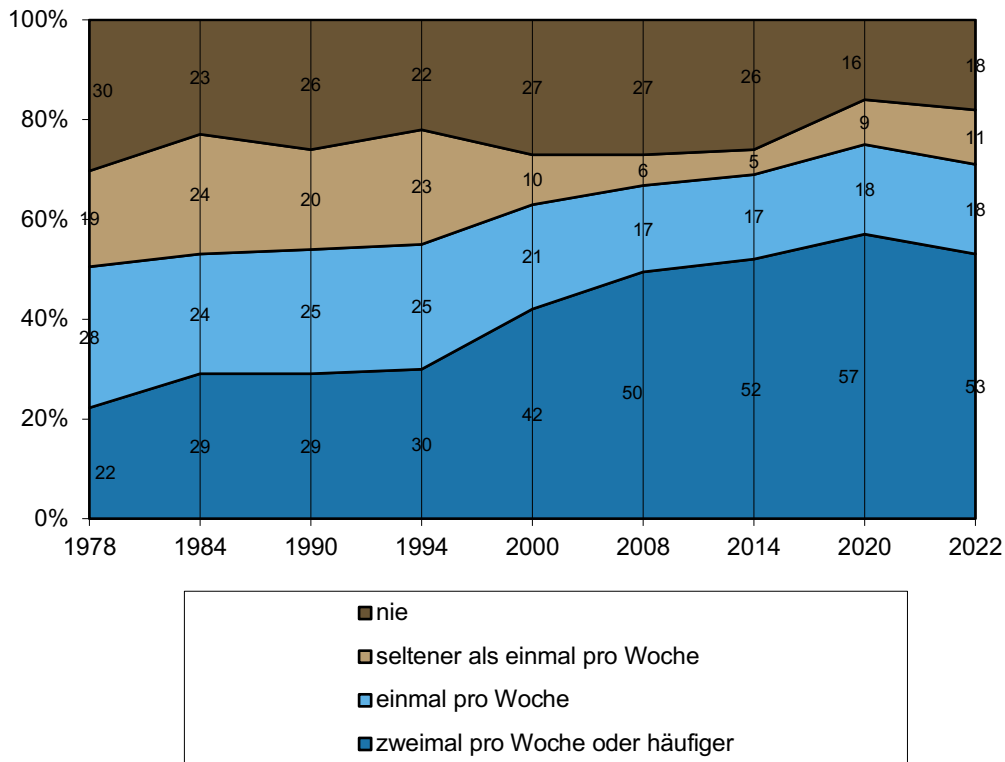


Sportaktivität der erwachsenen Bevölkerung

Der vorliegende Indikator enthält Informationen zur sportlichen Aktivität in der Schweiz und in verschiedenen Vergleichsländern. Wie Abbildung A zu entnehmen ist, haben regelmässige sportliche Aktivitäten in der Schweiz seit den späten 1970er Jahren ständig an Bedeutung gewonnen: Trieb 1978 erst rund ein Fünftel der Bevölkerung zweimal oder häufiger pro Woche Sport, ist dieser Anteil bis zum Jahr 2020 auf knapp sechzig Prozent angestiegen. Seit jenem Jahr ist als Folge der Covid-19-Pandemie erstmals seit Messbeginn ein leichter Rückgang regelmässiger sportlicher Aktivitäten zu verzeichnen.

Der «Sportboom» der vergangenen Jahrzehnte hat zunächst nur wenig an der Tatsache geändert, dass über ein Viertel der Bevölkerung keinen Sport treibt. Erst in den vergangenen acht Jahren ist der Anteil der Nichtsportler deutlich auf 16 Prozent gefallen. Der Rückgang bei den Inaktiven ging dabei mit einem Wachstum der Gruppe der gelegentlich Aktiven (seltener als einmal pro Woche) einher. Während der Covid-19-Pandemie ist sowohl der Anteil an Inaktiven als auch der Anteil an gelegentlich Aktiven wieder angestiegen (von insgesamt 25 auf 29%).

A) Sportaktivität in der Schweiz, 1978 bis 2022



Quelle: Swiss Olympic Studien 1978-1994; Sport Schweiz 2000 bis 2022 (vgl. Lamprecht et al. 2020, 2022).

Antworten auf die Frage, wie häufig man pro Woche Sport treibe.

Quellen und Literatur

- Befragungen zur Sportaktivität von Swiss Olympic (zusammengestellt in Sport Schweiz 2014).
- Lamprecht, M., R. Bürgi und H.P. Stamm (2020): Sport Schweiz 2020. Sportaktivität und Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung. Magglingen: Bundesamt für Sport.
- Lamprecht, M., R. Bürgi und H.P. Stamm (2022): Sport Schweiz light 2022. Die Folgen der Covid-19-Pandemie für das Sportverhalten der Bevölkerung. Magglingen: Bundesamt für Sport.
- European Commission (2018): Special Eurobarometer 472 «Sport and Physical Activity». Ohne Ort.

Definitionen

Die vorliegenden Analysen basieren auf Befragungen zur Sportaktivität. Die meisten Daten stammen aus der Studie «Sport Schweiz 2020», in deren Rahmen im Jahr 2019 insgesamt 12'120 Personen zu ihren sportlichen Aktivitäten befragt wurden. Für Sport Schweiz wurde bereits in der ersten Erhebung 2000 ein Indikator aus der Häufigkeit und der Dauer der sportlichen Aktivität geschaffen, der gute Vergleiche über die letzten 20 Jahre zulässt.

Abbildung A enthält zusätzliche Resultate aus der Studie «Sport Schweiz 2022 light», in deren Rahmen mittels einer kleineren Stichprobe und eines vereinfachten Fragebogens die mittelfristigen Wirkungen der Covid-19-Pandemie untersucht wurden. Die Daten von Sport Schweiz 2020 wurden im Jahr 2019 erhoben und bilden damit die Situation vor der Pandemie ab.

Weitere Befunde zur Sportaktivität in der Schweiz

Hinter dem allgemeinen Begriff «Sportaktivität» steckt eine Vielzahl unterschiedlicher Sportarten (Abbildungen B und C), Motivationen (Abbildung G) und Organisationsformen (Abbildung F).

Gemäss «Sport Schweiz 2020» werden in der Schweiz gegenwärtig rund 300 unterschiedliche Sportarten bzw. Unterformen von Sportarten (z.B. Tango und Samba als Unterformen des Tanzens) betrieben, wobei die Sporttreibenden im Durchschnitt 4.5 Sportarten erwähnen, die sie mehr oder weniger regelmässig ausüben. Dieser Wert liegt noch einmal deutlich über der durchschnittlichen Anzahl Sportarten, welche 2000 (3.1), 2008 (3.3) und 2014 (3.8) angegeben wurden.

Trotz der Vielfalt an Sportarten, gibt es gemäss Abbildung B einige ganz klare Spitzenreiter bezüglich Beliebtheit: Über 30 Prozent der Bevölkerung gehen zumindest ab und zu Wandern, Schwimmen, fahren mit dem Velo oder gehen Skifahren. Ein Sechstel oder mehr der Bevölkerung nennt überdies Jogging oder Fitnesstraining als Sportart. Die meisten weiteren, in der Abbildung dargestellten Sportarten bzw. Sportartengruppen werden dagegen von unter zehn Prozent der Bevölkerung ausgeübt.

Abbildung B enthält auch einen Vergleich mit der «Sport Schweiz»-Untersuchung des Jahres 2014. Die hellbraunen Balken geben an, wie sich der Anteil der Aktiven in den verschiedenen Sportarten seither verändert hat. Dabei zeigt sich, dass das Wandern in den vergangenen sechs Jahren regelrecht geboomt hat. Auch Krafttraining/Muskelaufbau sowie Yoga/Pilates/Body Mind zeigten ein kräftiges Wachstum von jeweils acht bzw. sechs Prozent, während die anderen Sportarten in Abbildung B ein moderates Wachstum oder gar einen leichten Rückgang verzeichneten.

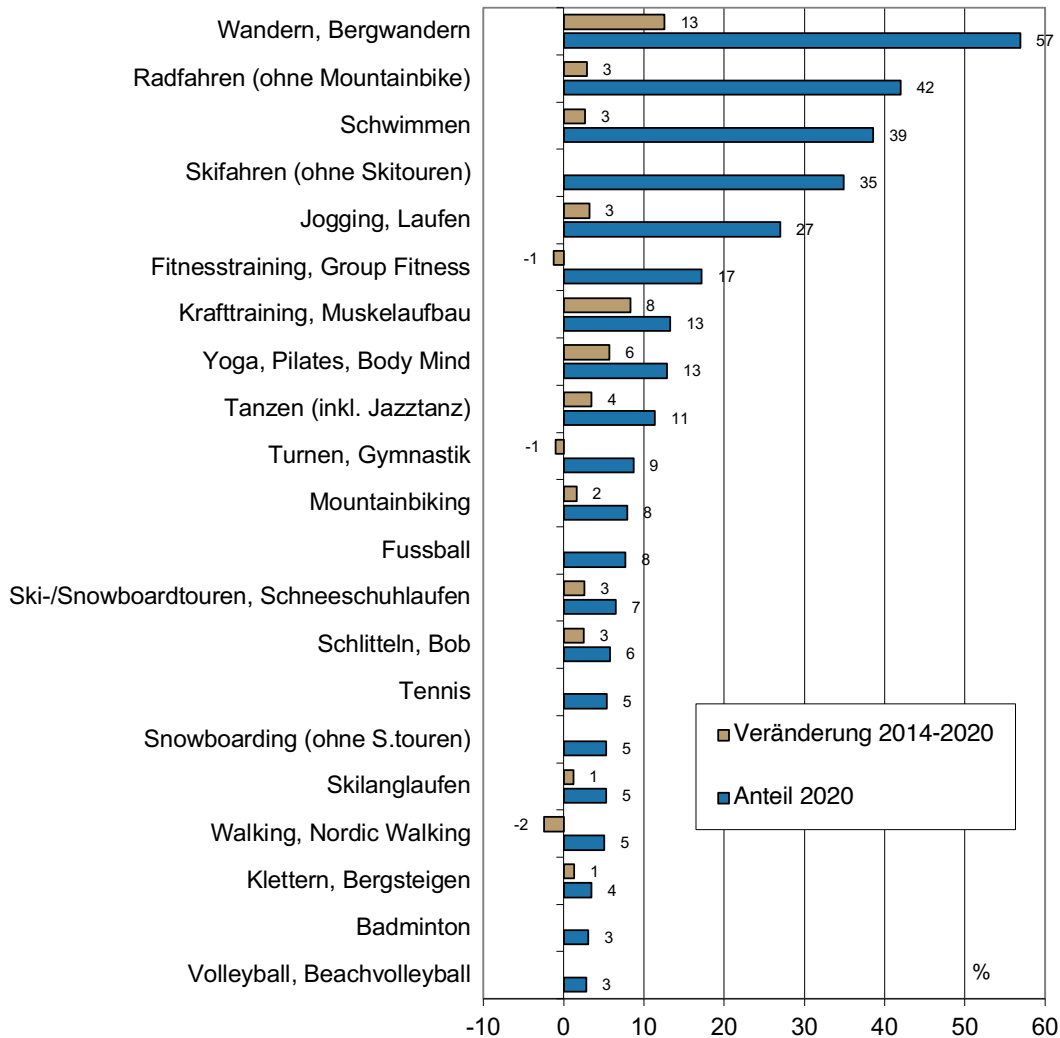
Abbildung C enthält einen alternativen Blick auf die wichtigsten Sportarten in der Schweiz, indem dargestellt wird, welche Sportarten im Jahr 2020 die grössten Gesamtexpositionszeiten aufwiesen. Es wird hier nicht nur untersucht, ob eine Sportart ausgeübt wird, sondern wie lange die Aktiven die Sportart jedes Jahr ausüben. Diese Angaben werden dann mittels einer Hochrechnung zu einer Gesamtzahl aggregiert.

Aus der Darstellung geht hervor, dass das Wandern auf eine jährliche Gesamtexpositionszeit von rund 199 Mio. Stunden kommt. Ebenfalls über 100 Mio. Stunden pro Jahr wird Radfahren (147 Mio. Stunden) ausgeübt, während 16 weitere Sportarten bzw. Sportartengruppen auf Expositionszeiten von über 10 Mio. kommen.

Die Betrachtung von Expositionszeiten ist nicht nur mit Blick auf die «Beliebtheit» von Sportarten von Interesse, sondern auch in Zusammenhang mit der Abschätzung von Unterschieden in Unfallrisiken und -kosten je nach Sportart (vgl. die Indikatoren «Niveau und Entwicklung der Sportunfälle und -verletzungen» sowie «Kosten der Sportunfälle»).

Ein genauerer Blick auf die verschiedenen Sportarten zeigt überdies stellenweise erhebliche Geschlechterunterschiede. Besonders hohe Frauenanteile von mehr als 70 Prozent der Aktiven weisen Aqua Fitness, Yoga/Pilates/Body Mind, Walking und der Pferdesport auf, während die Männer in den Team sportarten Eishockey, Fussball, Basketball und Unihockey sowie im Schiessen deutlich übervertreten sind.

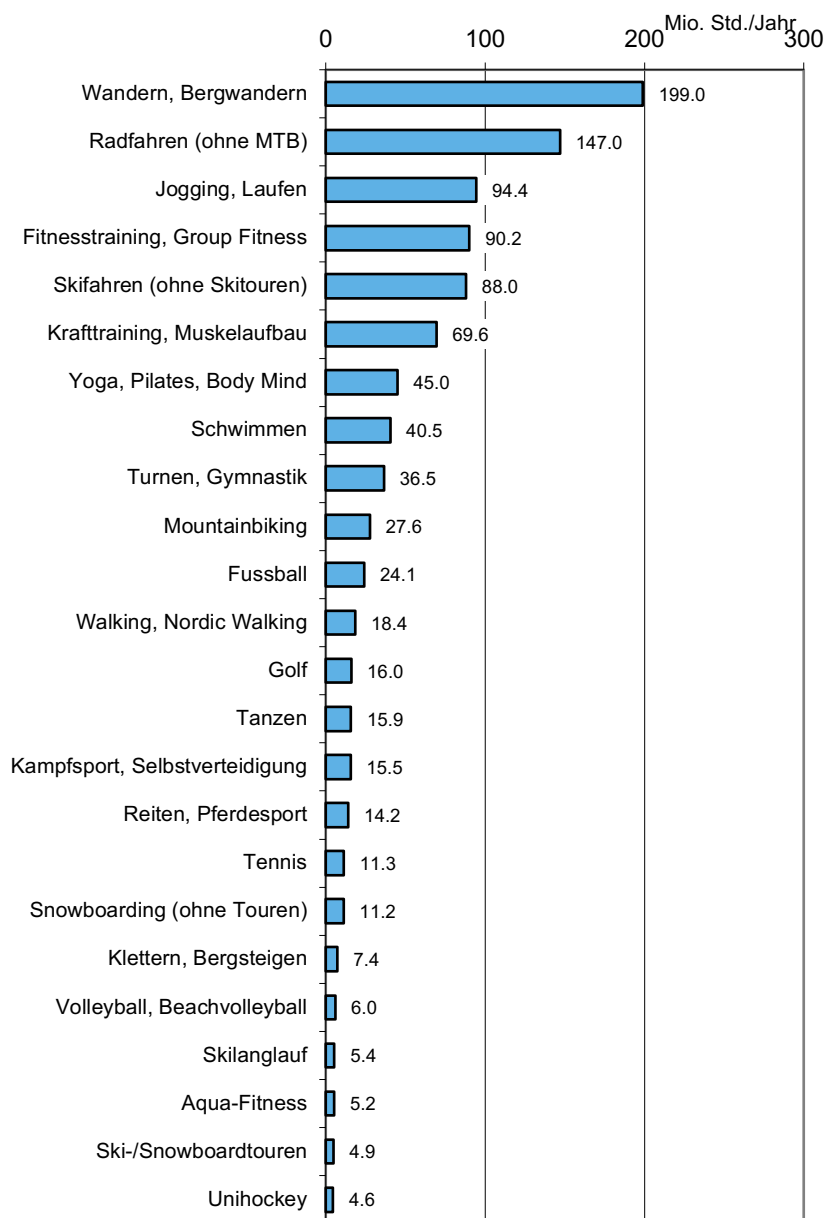
B) Beliebteste Sportarten 2020 und Entwicklung seit 2014 (in Prozent)



Quelle: Sport Schweiz 2020, n=12'120.

Hinweis: Es werden nur Veränderungen von mindestens +/- 1% dargestellt.

C) Gesamtexposition in verschiedenen Sportarten, 2020 (Anzahl Stunden pro Jahr, die die Sportart in der Schweiz insgesamt ausgeübt wird, aggregiert in Mio. Std. Sport)



Quelle: Sport Schweiz 2020.

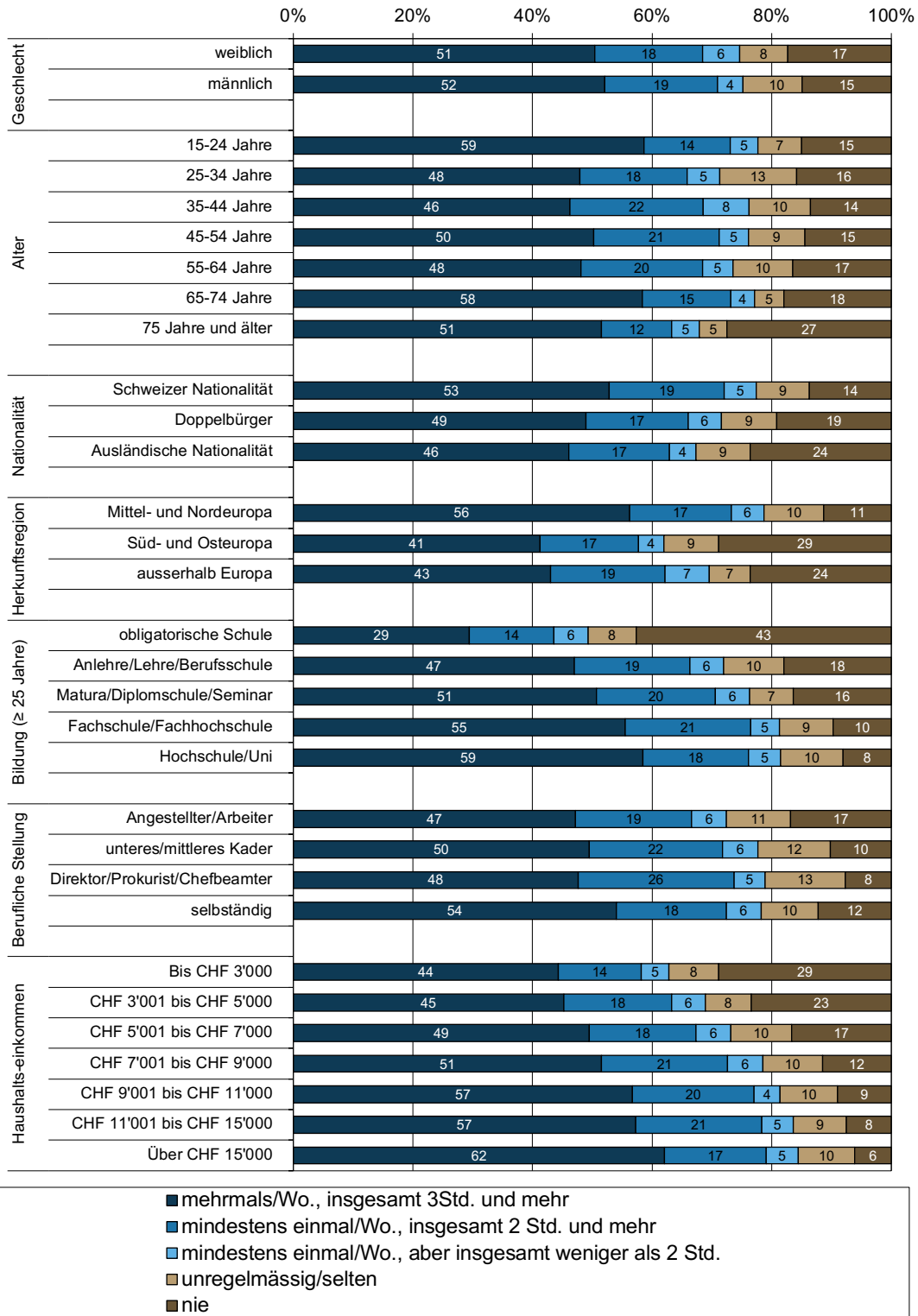
Hinweis: Nur Sportarten mit einer Gesamtexposition von mindestens 4 Mio. Std./Jahr.

Auf soziale Unterschiede verweist auch Abbildung D, aus der hervorgeht, dass Frauen gegenwärtig in ähnlichem Umfang Sport treiben wie Männer, dass aber nach wie vor Unterschiede nach Alter und Staatsangehörigkeit existieren. Mit Blick auf das Alter zeigt sich, dass die Sportaktivität zwischen der jüngsten und der zweitjüngsten Altersgruppe klar zurückgeht und sich danach stabilisiert, um nach der Pensionierung wieder anzusteigen. Erst in der Altersgruppe der 75-Jährigen und Älteren zeigt sich ein deutlicher Anstieg der Inaktiven.

Bezüglich der Staatsangehörigkeit fällt auf, dass Schweizerinnen und Schweizer insgesamt zwar sportlicher sind als Ausländerinnen und Ausländer, dass in dieser letzteren Gruppe jedoch deutliche Unterschiede je nach Herkunftsregion existieren: Personen aus Mittel- und Nordeuropa treiben noch mehr Sport als gebürtige Schweizerinnen und Schweizer, während der Anteil der Nichtsportler unter den Süd- und Osteuropäern über ein Viertel beträgt.

Beim Bildungsniveau existieren die grössten Unterschiede zwischen dem tiefsten und den mittleren Bildungsniveaus. Dagegen zeigt sich beim Haushaltseinkommen ein linearer Effekt in dem Sinne, dass die Sportaktivität in dem Masse zunimmt, wie das Einkommen wächst. Die Unterschiede mit Blick auf die berufliche Stellung erweisen sich dagegen als vergleichsweise gering.

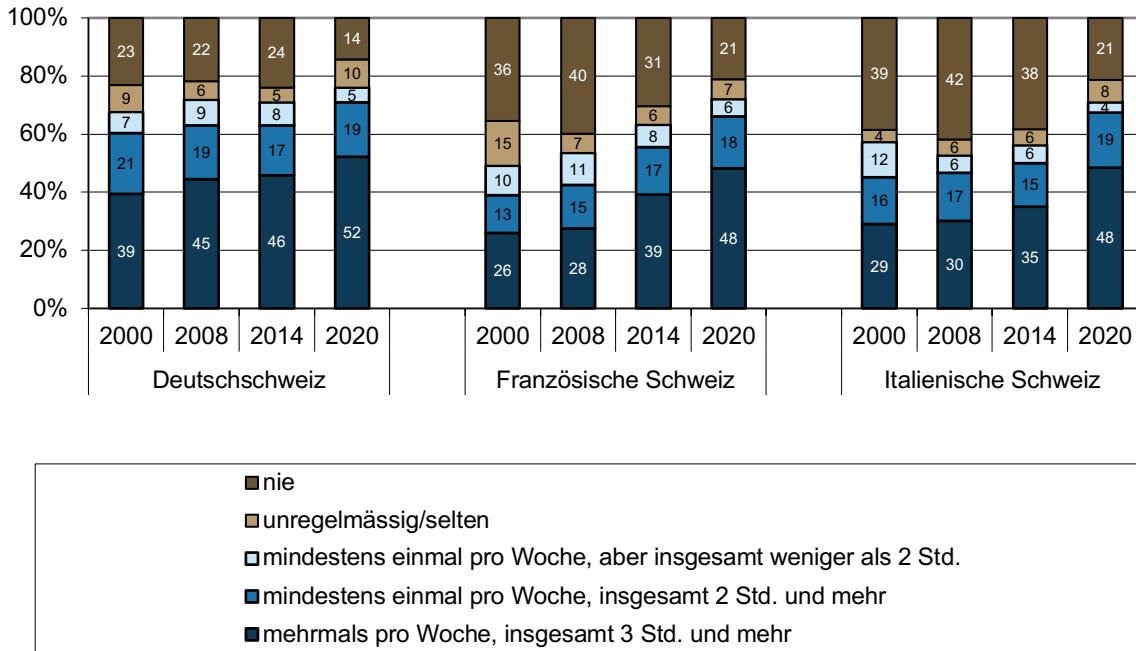
D) Soziodemographische und sozioökonomische Unterschiede in der Sportaktivität, 2020 (Anteile in Prozent)



Quelle: Sport Schweiz 2020.

Wie bei der allgemeinen körperlichen Aktivität sind die Unterschiede zwischen der Deutschschweiz und den nicht-deutschsprachigen Landesteilen erwähnenswert. Wie der Vergleich der Sport Schweiz Studien der Jahre 2000 bis 2020 in Abbildung E zeigt, haben die nicht-deutschsprachigen Landesteile in den vergangenen Jahren jedoch deutlich aufgeholt. Sollte der Trend auch in Zukunft anhalten, so dürften die sprachregionalen Unterschiede bis in einigen Jahren verschwunden sein.

E) Sportaktivität nach Sprachregion, 2000 bis 2020 (Sport Schweiz)

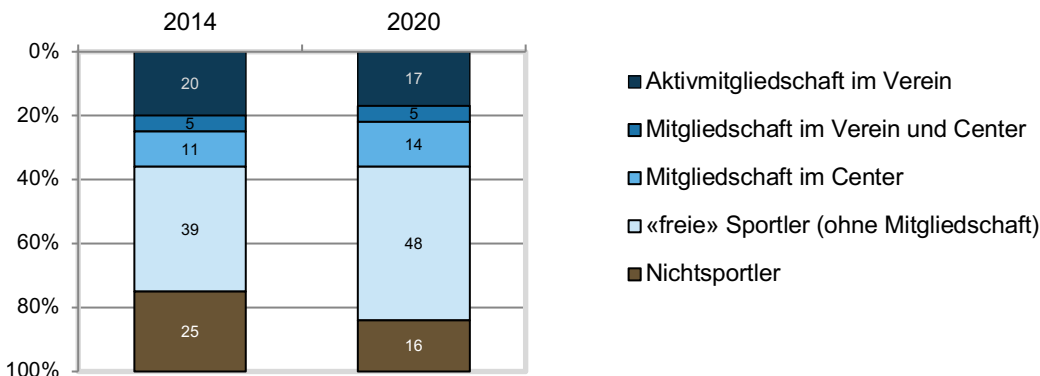


Quelle: Sport Schweiz 2020.

Auf die unterschiedlichen Organisationsformen und Motive für sportliche Aktivitäten verweisen die Abbildungen F und G.

Aus Abbildung F geht hervor, dass der Sportclub (vgl. auch Indikator «Sportvereine und -verbände») weiterhin der wichtigste Anbieter von organisierten Sportmöglichkeiten ist, dass seine Bedeutung in den vergangenen Jahren zugunsten von privaten Sport- und Fitnesszentren etwas zurückgegangen ist. Das Sporttreiben ausserhalb von organisatorischen Strukturen («ungebundener Sport») ist in der Schweiz aktuell jedoch dominant – zumal dann, wenn man in Rechnung stellt, dass ein grosser Teil der Vereinsmitglieder und Benutzer privater Zentren ebenfalls noch ungebundenen Aktivitäten nachgeht. Der deutliche Rückgang der Nichtsportler zwischen 2014 und 2020 hat vor allem zu einer Ausdehnung des «ungebundenen Sports» geführt.

F) Organisatorisches Umfeld sportlicher Aktivitäten, 2014 und 2020 (in Prozent)

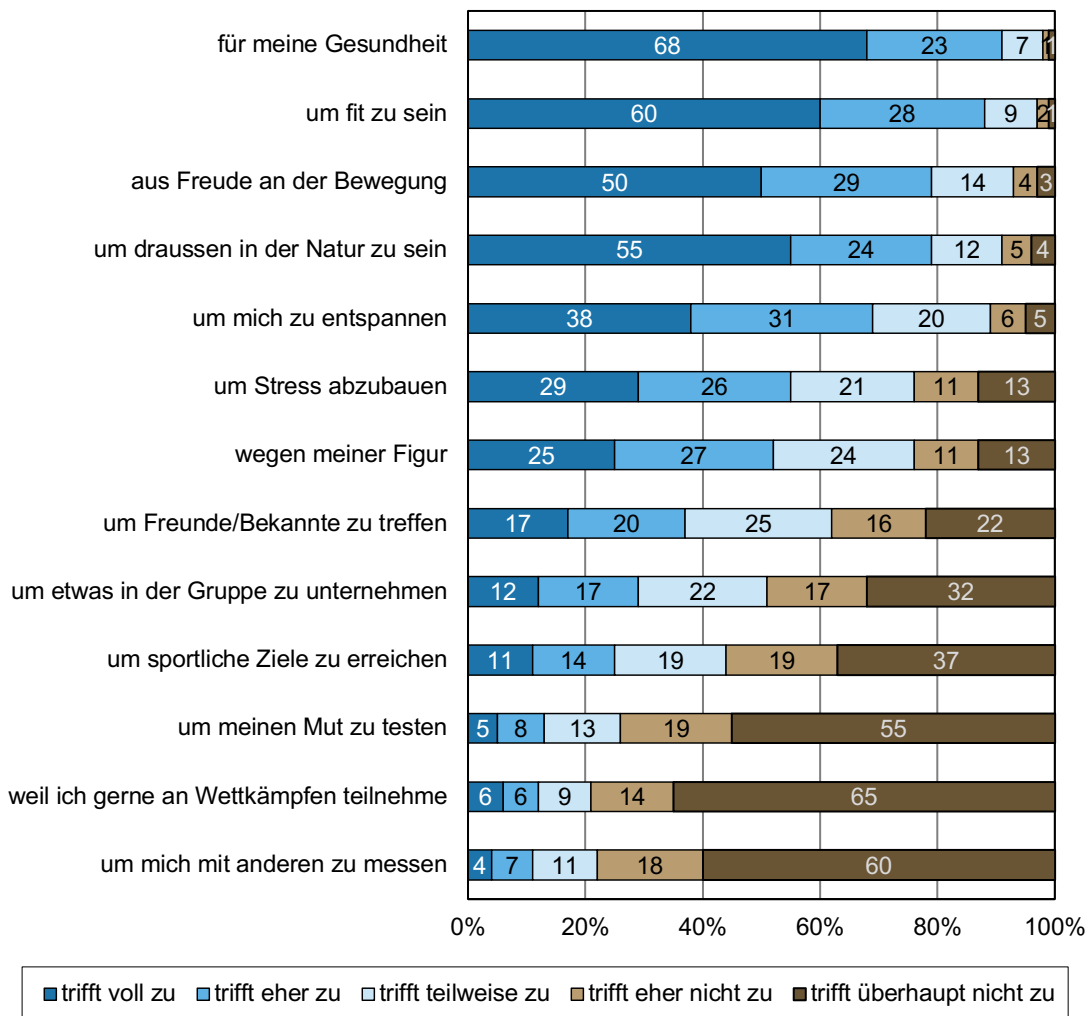


Quelle: Sport Schweiz 2020.

Gesundheit, Fitness, Freude an der Bewegung, Naturerlebnis und Entspannung sind gemäss Abbildung G die wichtigsten Gründe, weshalb man Sport treibt. Aber auch die meisten weiteren, in der Abbildung dargestellten Motive werden von deutlich über der Hälfte der Befragten als (sehr) zutreffend eingeschätzt, womit sportliche Aktivitäten einen ausgesprochen «multifunktionalen» Charakter haben.

Die klassischen Sportmotive – Leistung und Wettkampf («Messen mit anderen») – sind für viele Sporttreibende nicht mehr von Bedeutung. Hier wählt weniger als ein Viertel der Befragten die Antwort «trifft (voll) zu». Die Sportmotive wurden 2020 etwas anders erfasst als 2014, weshalb ein direkter Vergleich der Resultate nicht möglich ist. Insgesamt scheint sich an der Bedeutung verschiedener Motive aber nur wenig geändert zu haben.

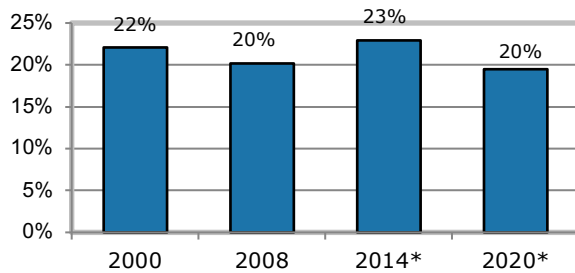
G) Wichtigkeit verschiedener Motive für sportliche Aktivitäten, 2020 (Angaben in Prozent)



Quelle: Sport Schweiz 2020.

Die Tatsache, dass Wettkampf- und Leistungsmotive weniger stark gewichtet werden, kommt auch in Abbildung H zum Ausdruck: Nur ein knapper Fünftel der Sporttreibenden nimmt an Wettkämpfen und Sportevents teil. Der Anteil der Wettkampfsportler erweist sich seit 2000 aber als verhältnismässig stabil.

H) Anteil Sporttreibende, welche an Wettkämpfen teilnehmen, 2000 bis 2020 (in Prozent)



Quelle: Sport Schweiz 2000 bis 2020.

* Die Fragenformulierung wurde 2014 leicht geändert, indem nicht nur nach Wettkämpfen, sondern auch nach «Sportevents» gefragt wurde. Diese Formulierung wurde 2020 beibehalten.

Weitere Befunde zur Sportaktivität im internationalen Vergleich

Daten der Europäischen Kommission aus dem Jahr 2017 ermöglichen Vergleiche des sportlichen Aktivitätsniveaus zwischen der Schweiz und verschiedenen Ländern.

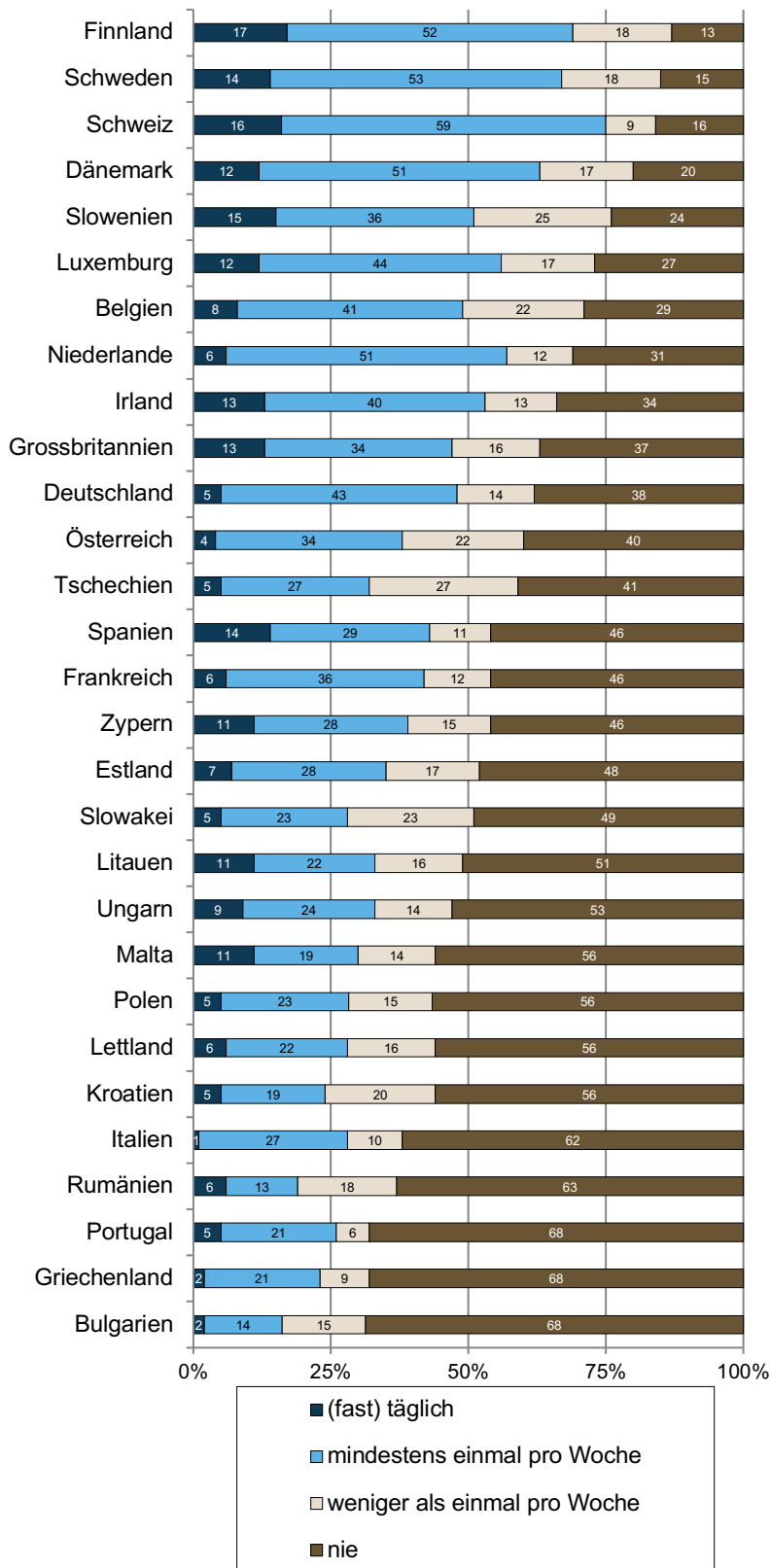
Abbildung I zeigt die «Rangliste der sportlichsten Länder Europas» gemäss der neuesten Eurobarometer-Studie, in der Ende 2017 Angaben zu 27 Ländern erfasst wurden. In die Abbildung wurden zudem die Angaben zur Schweiz aus Sport Schweiz 2020 integriert.

Die Schweiz gehört gemäss der Darstellung zu den sportlichsten Ländern Europas. Werden die Länder nach dem Anteil derjenigen rangiert, die nie Sport treiben, so weisen einzig Finnland und Schweden einen noch geringeren Anteil an Inaktiven auf. Mit Blick auf die sehr Aktiven, die (fast) täglich Sport treiben, gehört die Schweiz mit einem Anteil von 16 Prozent ebenfalls zur absoluten Spitzengruppe. Nur Finnland weist hier einen noch höheren Anteil auf (17%).

Interessant ist überdies, dass die Länderunterschiede einem ähnlichen Muster folgen wie die Unterschiede zwischen den Schweizer Sprachregionen: In den deutschsprachigen Nachbarländern Deutschland und Österreich wird mehr Sport getrieben als in Frankreich, das in der Rangliste seinerseits deutlich vor Italien liegt.

Weitere Informationen zur sportlichen Aktivität finden sich in den verschiedenen Broschüren zu Sport Schweiz 2000, 2008, 2014 und 2020, die auf der Website des Observatoriums greifbar sind.

I) Sportaktivität in Europa, 2017/2020



Quelle: Schweiz: Sport Schweiz 2020; übrige Länder: European Commission (2018): Special Eurobarometer 472. Sport and Physical Activity. Ohne Ort.