

2003 / Nr. 17

SPORT - WICHTIG FÜR DIE GESUNDHEIT Immer mehr Menschen treiben regelmäßig Sport

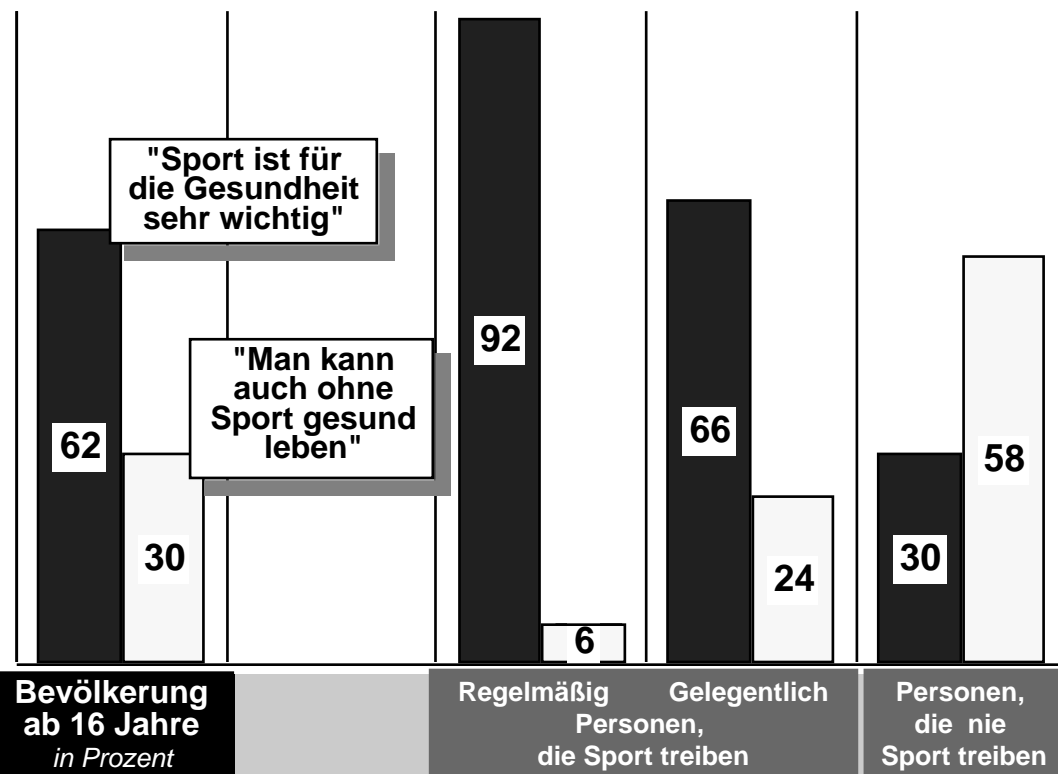
Allensbach am Bodensee, Ende Juli 2003 - Wer regelmäßig Sport treibt, steigert nicht nur sein Wohlbefinden, er tut damit auch viel für seine Gesundheit. Das sagen nicht nur die Mediziner und Krankenkassen, auch die Mehrheit der Bevölkerung (62 Prozent) sieht es so. Nur 30 Prozent aller Erwachsenen ab 16 Jahre sind der Überzeugung, daß man *ohne* Sport ebenso gesund leben kann. Wer selbst regelmäßig sportlich ist, kann sich Gesundheit ohne Sport aber kaum vorstellen. Nur die, die selbst ganz auf sportliche Betätigung verzichten, sind mehrheitlich (58 Prozent) der Auffassung, daß Gesundheit und Sport nicht unbedingt zusammengehören.

www.ifd-allensbach.de
Porträt des Instituts - Leistungsspektrum - Aktuelle Studien

Belege an
INSTITUT FÜR DEMOSKOPIE ALLENSBACH, 78472 Allensbach am Bodensee

Sport und Gesundheit

FRAGE: "Würden Sie sagen, Sport ist sehr wichtig für die Gesundheit, oder kann man auch ohne Sport gesund leben?"

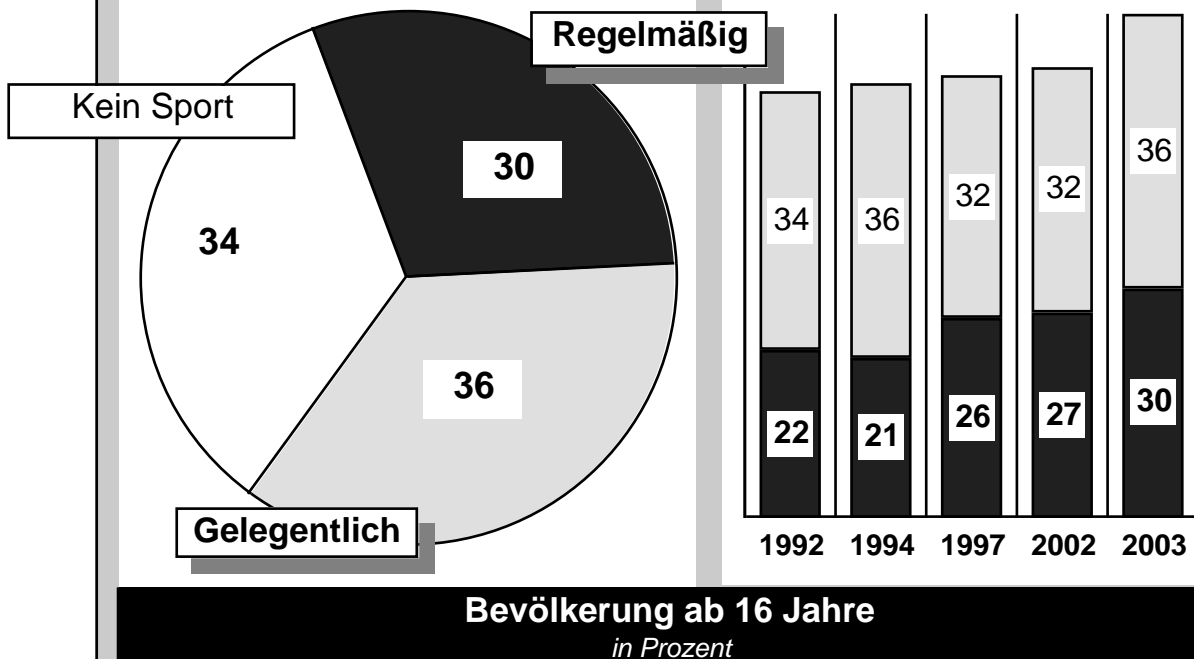


QUELLE: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 7044

Die Zahl an Menschen, die sich regelmäßig sportlich betätigen, ist in den letzten Jahren kontinuierlich größer geworden. Anfang der 90er Jahre waren es erst 22 Prozent, inzwischen sind es 30 Prozent. 36 Prozent der Erwachsenen treiben heute immerhin gelegentlich Sport. Die Zahl an Menschen, die keinerlei sportliche Aktivität zeigen, liegt bei 34 Prozent. Vor zehn Jahren haben demgegenüber noch 44 Prozent auf jede Art von Sport verzichtet.

Immer mehr treiben Sport

FRAGE: "Treiben Sie Sport?"



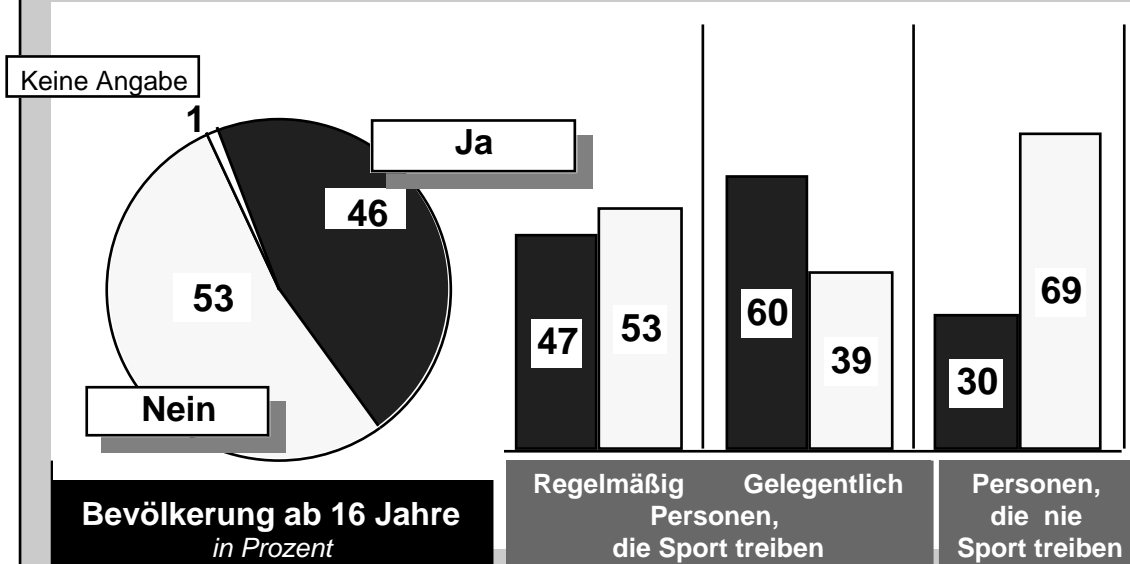
QUELLE: Allensbacher Archiv, IfD-Umfragen, zuletzt 7044

Immerhin 30 Prozent der sportlich gar nicht Aktiven geben in der Allensbacher Umfrage an, daß sie durchaus gern Sport treiben würden, aber... "Leider fehlt mir die Zeit", sagen 42 Prozent von ihnen. 28 Prozent geben zu: "Es kostet mich zu viel Überwindung". 24 Prozent verweisen auf gesundheitliche Probleme, die sie daran hindern, Sport zu betreiben. Dieser Hinweis kommt vor allem von älteren Menschen (34 Prozent), von denen etwa gleich viele auch direkt sagen, daß sie sich zum Sporttreiben einfach zu alt fühlen.

Diejenigen, die nur gelegentlich Sport treiben, spüren aber auf jeden Fall deutlich, daß ihnen der Sport guttut. Denn die meisten von ihnen (60 Prozent) würden sich gerne häufiger sportlich betätigen. Aber auch hier ist es in erster Linie Zeitknappheit, die sie nicht dazu kommen läßt.

Wunsch nach (mehr) sportlicher Betätigung

FRAGE: "Würden Sie gerne (häufiger) Sport treiben?"

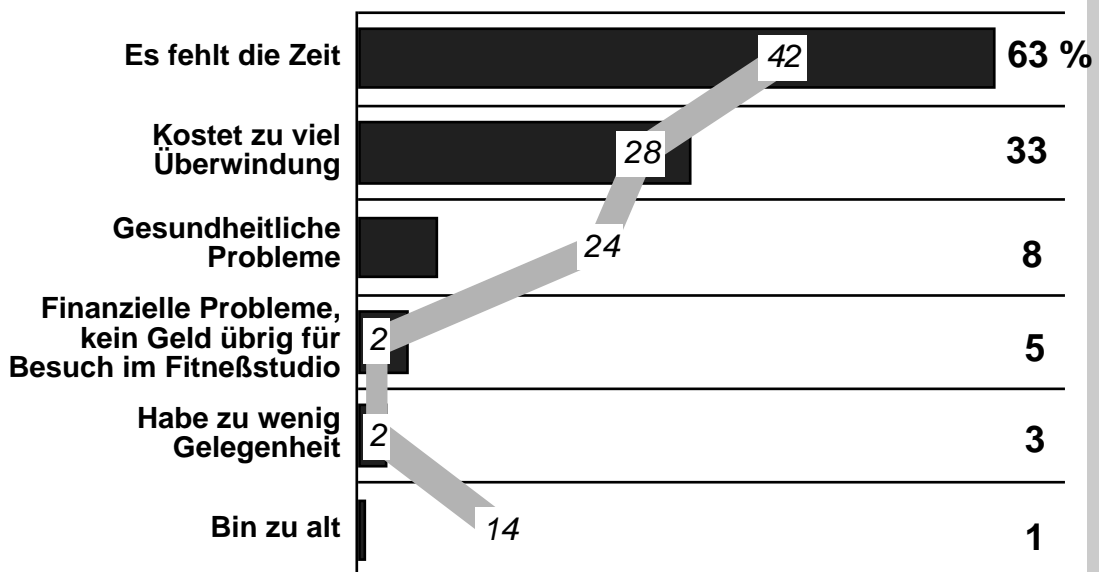


QUELLE: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 7044

Sport: Gern, aber...

FRAGE: "Und weshalb treiben Sie nicht häufiger Sport: fehlt Ihnen die Zeit dazu, oder kostet das zu viel Überwindung, oder weshalb sonst?"

- Personen, die gelegentlich Sport treiben und gerne sportlich aktiver sein würden
- Personen, die nie Sport treiben, es aber gern tun würden



QUELLE: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 7044

TECHNISCHE DATEN FÜR DIE REDAKTION

Anzahl der Befragten:	2.092
Repräsentanz:	Gesamtdeutschland, Bevölkerung ab 16 Jahre
Zeitraum der Befragung:	28. Juni bis 12. Juli 2003
Archiv-Nummer der Umfrage:	7044