



Fast die Hälfte aller Schweizerinnen und Schweizer geht joggen

Laufen ist in der Schweiz ein äusserst beliebter Breitensport. Insbesondere die Sparte Trail Running liegt derzeit im Trend. Das zeigen die neusten Zahlen der GfK Umfrage, welche die «Swisspo – Fachstelle Sportartikel Schweiz» in Auftrag gegeben hat.

Die Schweiz ist nicht nur ein Volk von Wanderern und Skifahrern, sondern auch ein Volk von Joggerinnen. Zu diesem Schluss kommt man, wenn man die Zahlen der neusten GfK-Studie anschaut, welche im Auftrag der «Swisspo – Fachstelle Sportartikel Schweiz» durchgeführt wurde. Diese repräsentative Umfrage zeigt auf, dass 48 Prozent der Schweizerinnen und Schweizer joggen gehen.

Interessant dabei: Der Anteil der Personen, die täglich joggen gehen, hat sich in den letzten drei Jahren vervierfacht. «Joggen ist insbesondere im Breitensportbereich sehr beliebt und ist in der Schweiz ein wachsender Markt», sagt Urs Rüttimann, der bei der Swisspo Fachstelle Sportartikel Schweiz als Experte für «Running» tätig ist. «Es gibt viele Menschen, die aus dem Gesundheits- oder Fitnessgedanken ein bis zwei Mal pro Woche joggen gehen, ohne dass sie an Wettkämpfen teilnehmen. Auch sie benötigen gutes Material, um ihr Hobby auszuüben.»

Der bislang höchste Umsatz

So überrascht es nicht, dass der Umsatz im Bereich «Running» gemäss den GfK-Zahlen gestiegen ist. Als Beispiel dafür dient der Umsatz der Laufschuhe, der im letzten Jahr mit 153 Millionen Franken so hoch ausgefallen ist wie noch nie zuvor. Zum Vergleich: 2016 lag der Umsatz für Laufschuhe in der Schweiz noch bei 127 Millionen Franken. Innerhalb der Laufbranche ist zudem ein weiterer Trend zu beobachten: Der Bereich Trail Running wächst stark. Allein im letzten Jahr ist der Umsatz des Verkaufs von Trail Running Schuhen um 14 Prozent gestiegen. In den letzten fünf Jahren betrug der Anstieg gar beeindruckende 33 Prozent.

Naturverbunden wie kein anderer Laufsport

Was sind die Gründe, dass Trail Running – also das Laufen im Gelände – bei den Schweizerinnen und Schweizern derart beliebt ist? «Der grosse Vorteil von Trail Running ist, dass man es überall ausüben kann. Egal ob an der Küste oder in den Bergen – es gibt immer kleine Pfade und Wege, die man fürs Trail Running nutzen kann», sagt Rüttimann. Kommt hinzu, dass Trail Running den Zeitgeist der Naturnähe optimal aufnimmt. Kein anderer Laufsport ist so naturverbunden und ganzheitlich für Körper und Geist wie das Trail Running. «Trail Running ist quasi die nachhaltige Antwort auf den Crosslauf oder das Langstreckentraining im Verein», so «Swisspo» Running Experte Rüttimann. Denn für Trailrunning müssen keine Parcours abgesteckt oder Sportplätze gebaut werden.

Gut für Körper und Geist

Trail Running hat neben den Faktoren Naturnähe und Nachhaltigkeit noch einen weiteren wichtigen Vorteil: Es ist ein optimales Training. «Beim Trail Running werden durch das Laufen auf grobem Untergrund und über Hindernisse sowohl die Ausdauer als auch die Koordination und die Reaktion trainiert. Man muss in der Lage sein, seinen ganzen Körper zu stabilisieren, damit man Wurzeln und Steinen ausweichen kann. Dadurch werden mehr und andere Muskelgruppen beansprucht als beim normalen Laufen», erklärt Rüttimann. Auch der Kopf trainiert beim Trail Running mit. Wer auf unebenen Pfaden mit vielen Richtungsänderungen und Hindernissen unterwegs ist, muss auf den Moment fokussiert sein. «Das ist ein super Mentaltraining», so Rüttimann. Dass Trail Running immer beliebter wird, zeigt auch die Tatsache, dass immer mehr Sportartikel-Händler Trail Running Kurse anbieten. Sie reagieren damit auf die steigende Nachfrage in Bezug auf Trail Running Angebote.

Die Umfrage

Im Mai 2022 wurde die repräsentative Befragung der Schweizer Bevölkerung im Alter von 16 bis 74 Jahren vom Marktforschungsinstitut GfK durchgeführt. Dabei wurden alle demografischen Begebenheiten (Geschlecht, Region, Alter etc.) berücksichtigt. Diese Umfrage wurde im Auftrag der «Swisspo – Fachstelle Sportartikel Schweiz» durchgeführt.

Kontakt

Sollten Sie Fragen haben oder weitere Informationen benötigen, melden Sie sich unter info@swisspo.ch oder www.swisspo.ch.