

Sport Schweiz 2026

Sportaktivität und Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung



Sport Schweiz 2026

Sportaktivität und Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung

Markus Lamprecht, Rahel Bürgi, Hanspeter Stamm, Angela Gebert

2026

Schweizer Sportobservatorium
c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG
Forchstrasse 212
CH-8032 Zürich
Tel: +41 44 260 67 60
Mail: info@sportobs.ch

Bundesamt für Sport BASPO
Beratungsstelle für Unfallverhütung BFU
Suva
Swiss Olympic
Bundesamt für Statistik BFS

Zitationsvorschlag: Lamprecht, Markus, Rahel Bürgi, Hanspeter Stamm und Angela Gebert (2026): Sport Schweiz 2026: Sportaktivität und Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO.

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	6
2. Entwicklung der Sportaktivität	7
3. Sport- und Bewegungsverhalten	10
4. Geschlechter- und Altersunterschiede	13
5. Sportmotive und Sportverständnis	17
6. Sportarten und Sportwünsche	22
7. Regionale Unterschiede	27
8. Soziale Unterschiede	31
9. Nichtsportlerinnen und Nichtsportler	36
10. Sportorte, Sportzeiten, Sportsetting	41
11. Sport im Verein	47
12. Sport im Fitnesscenter	51
13. Sport in den Ferien	53
14. Sportausgaben	56
15. Sportverletzungen	59
16. Interesse am Mediensport	61
17. Sportförderung, Sportinteresse, Sportpolitik	64
18. Fazit	68
19. Untersuchungsmethode und Stichprobe	70
20. Literaturangaben	74

1. Einleitung

Seit 2000 findet alle sechs Jahre die grosse Bevölkerungsbefragung «Sport Schweiz» statt. Über die letzten 25 Jahre konnte so eine Entwicklung nachgezeichnet werden, die sich als Expansion und Differenzierung beschreiben lässt. Während «Expansion» das beeindruckende Wachstum des Sports umschreibt, bezieht sich «Differenzierung» auf die gewachsene Vielfalt an sportlichen Aktivitäten, Motiven und Angeboten. Der Sportboom der letzten Jahrzehnte führte dazu, dass immer mehr Menschen sich für Sport begeisterten und sich heute auch Bevölkerungsgruppen am Sport erfreuen, die lange Zeit weniger Zugang zum Sport fanden. Mit den neuen Sporttreibenden veränderte sich auch der Sport. Es entstanden neue Angebote mit veränderten Zielsetzungen, Organisationsformen und Trägern. Stand früher Leistungs- und Wettkampfsport im Verein im Vordergrund, präsentiert sich die Sportlandschaft heute als vielfältiges und buntes Geflecht aus Fitness-, Gesundheits-, Erlebnis- oder Geselligkeitssport, das an den unterschiedlichsten Orten und in den unterschiedlichsten Gefässen stattfindet. Die Öffnung des Sports beschleunigte sein Wachstum weiter. Die Sportentwicklung zog immer weitere Kreise.

Heute zeichnet sich ein Ende dieser Entwicklung ab. Noch ist unklar, ob wir von einer Konsolidierung, von einer Stagnation oder gar von einer Trendwende sprechen sollen. Es scheint aber unbestritten, dass Veränderungen stattfinden, die nach neuen Erklärungsmustern verlangen. Im vorliegenden Bericht werden diese Veränderungen ausführlich beschrieben. «Sport Schweiz 2026» gibt einen detaillierten Einblick in das Sportverhalten der Schweizer Bevölkerung. Es werden die Entwicklung der Sportaktivität sowie die Veränderungen der Sportmotive, der Sportsettings, der Sportarten und der Sportwünsche, wie auch der Sportausgaben und der Sportverletzungen dargestellt. Gleichzeitig wird auf die Unterschiede zwischen verschiedenen Bevölkerungsgruppen eingegangen. Die Analysen beruhen auf einer breit angelegten Befragung mit einer umfangreichen Stichprobe von rund 15 000 zufällig ausgewählten Befragten, welche die Schweizer Bevölkerung im Alter ab 15 Jahren repräsentieren.

Dank der hervorragenden Datenqualität und den detaillierten Analysen ist «Sport Schweiz» in den letzten 25 Jahren zu einem fundierten und anerkannten Beobachtungsinstrument des Schweizer Sports geworden. Dies zeigt sich auch daran, dass sich 2026 so viele Träger- und Partnerorganisationen wie noch nie an der Studie beteiligten. Getragen und finanziert wird «Sport Schweiz» vom Bundesamt für Sport (BASPO) in Kooperation mit Swiss Olympic, der Beratungsstelle für Unfallverhütung (BFU) und der Schweizerischen Un-

fallversicherungsanstalt (Suva) sowie mit tatkräftiger Unterstützung des Bundesamtes für Statistik (BFS). Als Partner beteiligen sich SchweizMobil, Schweizer Wanderwege, das Bundesamt für Strassen (ASTRA) und Swiss Sport Integrity. 11 Kantone (BE, BL, GR, NE, NW, SG, SZ, TG, VD, ZG, ZH) und 4 Städte (Zürich, Winterthur, St. Gallen, Rapperswil-Jona) ermöglichen zudem spezifische Vertiefungsstudien durch kantonale und regionale Zusatzstichproben. Die Durchführung und wissenschaftliche Leitung obliegt dem Schweizer Sportobservatorium c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung. Die Datenerhebung – inklusive der Programmierung und Durchführung der CAWI- und CATI-Interviews – wurde von YouGov Schweiz (ehemals Link) realisiert.

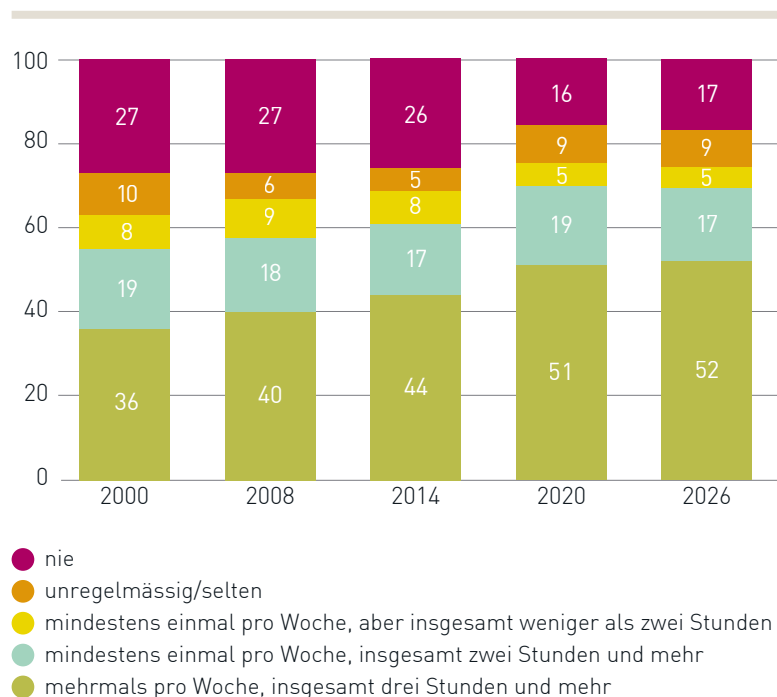
Ein Projekt dieser Grösse und Komplexität ist nur durch die breite Trägerschaft und mit dem Engagement vieler Personen möglich. Ihnen allen sei an dieser Stelle herzlich gedankt. Insbesondere danken wir den Verantwortlichen des BASPO, den Mitgliedern der Begleitgruppe des Schweizer Sportobservatoriums sowie den Verantwortlichen der kantonalen und städtischen Sportämter für die vertrauensvolle und konstruktive Zusammenarbeit. Ebenso danken wir der Projektleitung und dem ganzen Team von YouGov für ihre engagierte, transparente und professionelle Arbeit. Ein besonderer Dank gebührt schliesslich den 14 791 Befragten, welche an der Erhebung teilgenommen haben und den rund 30-minütigen Fragebogen vollständig und gewissenhaft ausgefüllt haben. Ihre Antworten haben es uns ermöglicht, ein präzises Bild des Schweizer Sports zu zeichnen und so eine wissenschaftliche Grundlage für zukünftige sportpolitische Entscheidungen zu schaffen.

2. Entwicklung der Sportaktivität

Das Wichtigste in Kürze

- Im Gegensatz zum langjährigen Trend ist die Sportaktivität der Schweizer Bevölkerung in den letzten sechs Jahren nicht weiter angestiegen. Der Sportboom flacht auf hohem Niveau ab.
- 52 Prozent der Schweizer Bevölkerung gehören zu den sehr aktiven Sporttreibenden. Sie sind mehrmals pro Woche während insgesamt mindestens drei Stunden sportlich aktiv.
- Demgegenüber bezeichnen sich 17 Prozent als sportlich inaktiv und treiben keinen Sport.
- Im europäischen Vergleich gehört die Schweiz weiterhin zu den sportlichsten Ländern.

A 2.1: Sportaktivität nach Häufigkeit und Dauer der sportlichen Betätigung 2000, 2008, 2014, 2020, 2026 (in % der Schweizer Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren)

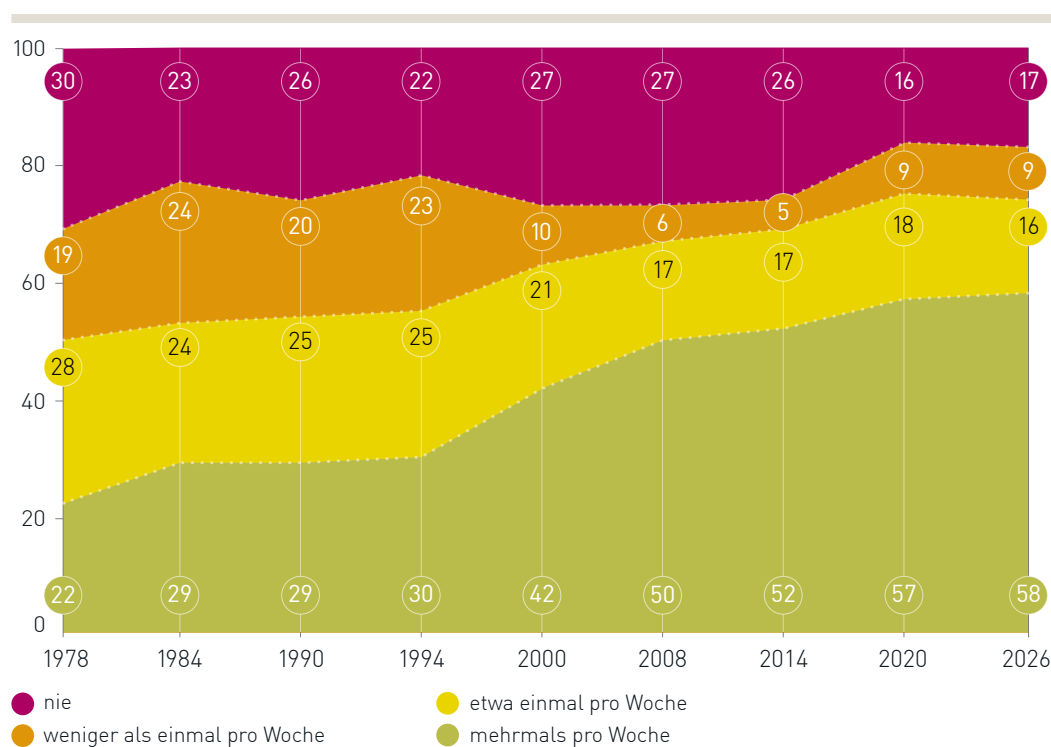


Anmerkung: Anzahl Befragte: 2000: 2058; 2008: 10 242; 2014: 10 622; 2020: 12 086; 2026: 14 741. Wer mehrmals pro Woche insgesamt drei Stunden und mehr Sport treibt, wird in der Folge als «sehr aktive Sportlerin oder Sportler» bezeichnet, alle weiteren Befragten, welche in irgendeiner Art Sport treiben, als «aktive Sporttreibende». Aktive Sporttreibende, welche nur unregelmässig oder selten Sport treiben, werden zusätzlich als «Gelegenheitssportlerinnen und -sportler» klassifiziert. Wer angibt, keinen Sport zu betreiben, gilt als «Nichtsportlerin oder Nichtsportler» bzw. als «sportlich inaktiv».

Die Sportentwicklung kannte jahrelang nur eine Richtung: Die Schweizer Bevölkerung wurde sportlicher, die Sportaktivität nahm zu [1–4]. Diese Entwicklung scheint aktuell an einem Plafond angekommen zu sein. Der Sportboom flacht auf hohem Niveau ab. Erstmals in den letzten 25 Jahren nimmt die Gruppe der sehr aktiven Sportlerinnen und Sportler nicht nennenswert zu. Auch bei den sportlich Inaktiven und bei den Personen, die nur gelegentlich Sport treiben, gibt es kaum Veränderungen. Die Sportaktivität der Schweizer Bevölkerung liegt 2026 auf dem gleichen Niveau wie 2020 (vgl. Abbildung 2.1).

Der Sportboom ebbt ab, die Sportaktivität bleibt hoch

Die Langzeitbeobachtung mit etwas vereinfachten Indikatoren zeigt eine erste Zunahme der Sportaktivität Ende der 1970er Jahre, danach folgt eine Phase von erstaunlicher Konstanz (vgl. Abbildung 2.2). Mitte der 1990er Jahre geht es richtig los mit dem Sportboom. Der Anteil an Personen, die mehrmals pro Woche Sport treiben, wächst kontinuierlich, während die Zahl der Gelegenheitssportlerinnen und -sportler deutlich abnimmt. Ab Mitte der 2010er Jahre erfasst der Sportboom auch die Nichtsportlerinnen und Nichtsportler. Es kommt etwas zeitverzögert zu einem starken Rückgang der sportlich Inaktiven. In den 2020er Jahren hat die Expansion des Sports seinen Plafond vorerst erreicht. Die Sportentwicklung stagniert auf hohem Niveau.



A 2.2: Entwicklung der Sportaktivitäten in der Schweiz 1978 bis 2026 (in %)

Anmerkung: Die Zahlen vor der Lancierung von «Sport Schweiz» im Jahr 2000 beruhen auf Bevölkerungsbefragungen von Swiss Olympic. In den früheren Erhebungen wurde noch nicht zwischen «(fast) täglich» und «mehrmals pro Woche» unterschieden und die Dauer der Aktivität nicht erhoben. Zudem war die Anzahl Befragter auf höchstens 1000 Personen beschränkt, während im Jahr 2000 insgesamt 2064 Personen, 2008 10 262 Personen, 2014 10 652 Personen, 2020 12 120 Personen und 2026 14 790 Personen befragt wurden.

Die Schweiz behauptet ihre Stellung in der Spitzengruppe der sportlichsten Länder

Interessant ist, wie die Schweiz heute im Vergleich zu anderen Ländern dasteht. Bisher gehörte die Schweiz zusammen mit den skandinavischen Ländern zu den sportlichsten Ländern Europas. Hat die angesprochene Stagnation dazu geführt, dass die Schweiz von anderen Ländern überholt wurde, oder haben auch andere Länder stagniert? Abbildung 2.3 belegt: Auch mit den aktuellen Entwicklungen gehört die Schweiz zu den europäischen Ländern mit der höchsten Sportaktivität. Unabhängig davon, ob man den Anteil an täglich Sporttreibenden, wöchentlich Sporttreibenden oder sportlich Inaktiven vergleicht, gehört die Schweiz zusammen mit den skandinavischen Ländern Finnland, Schweden und Dänemark zu den absoluten Spitzenreitern. Norwegen, das auch zu dieser Gruppe gehören würde, hat beim Eurobarometer [5] nicht mitgemacht. Was die Länder im Norden Europas und die Schweiz auszeichnet: Sport ist in diesen Ländern ein integraler Bestandteil des Lebensstils.

Die Sportentwicklung stagniert auch in anderen Ländern

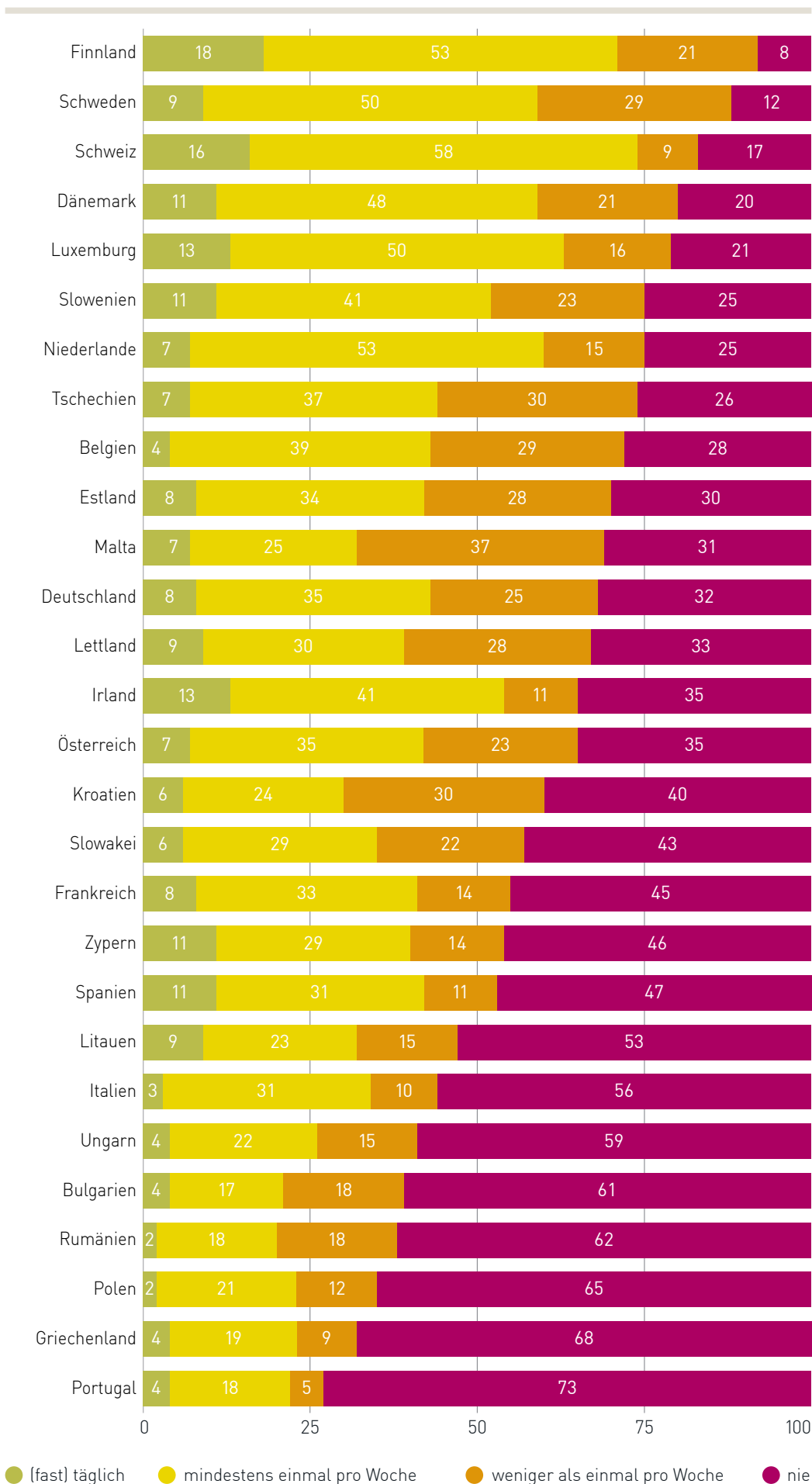
Die Reihenfolge auf den vordersten Plätzen in Abbildung 2.3 bleibt die Gleiche wie vor sechs Jahren. Dahinter gibt es einige Verschiebungen, die auch abhängig davon sind, welche Kategorie man vergleicht. Zusammenfassend lässt sich aber sagen, dass die Schweiz mit der gebremsten Sportentwicklung nicht allein dasteht. Auch in vielen anderen Ländern hat die Sportentwicklung stagniert oder ist – wie in Schweden, Ungarn, Belgien, Deutschland, Polen, Dänemark oder Portugal – sogar rückläufig. Allerdings muss einschränkend bemerkt werden, dass es sich bei den dar-

gestellten Eurobarometer-Daten um Zahlen von 2022 handelt – eine Zeit, die noch stark von der Covid-19-Pandemie geprägt war. Es könnte sein, dass die rückläufige Entwicklung in den genannten Ländern eine vorübergehende Folge der Covid-19-Pandemie und den damit einhergehenden Massnahmen ist, welche den Sport stark beeinträchtigt haben. Auch für die Schweiz stellt sich die Frage, ob und wie die Pandemie die Entwicklung beeinflusst oder gar gebremst hat. Die Studie «Sport Schweiz light 2022» kam vor vier Jahren zum Schluss, dass die Covid-19-Pandemie zu spürbaren Veränderungen und Verschiebungen im Sportverhalten führte, eigentliche Einbrüche oder Umwälzungen aber erfolgreich vermieden werden konnten. Allerdings – so die Studie von 2022 – würde sich erst in den nächsten Jahren zeigen, inwieweit die Veränderungen nur vorübergehend waren oder sich längerfristig auf die Sportentwicklung auswirken würden [6].

In den folgenden Kapiteln wollen wir untersuchen, wie und wo sich die Stagnation des Sportbooms genau zeigt und ob wir divergierende Entwicklung zwischen verschiedenen Feldern und Bevölkerungsgruppen beobachten können. Wir gehen dazu auf Unterschiede zwischen den Geschlechtern, zwischen den Altersgruppen oder den Regionen ein und beziehen auch soziale Faktoren und unterschiedliche Lebenssituationen in die Betrachtung ein. Zudem befassen wir uns vertieft mit den Sportmotiven, den Sportarten, den Sportorten und Sportsettings sowie den Sportausgaben und dem Image des Sports. Auf der Grundlage dieser Analysen wollen wir ganz zum Schluss auf die Frage zurückkommen, wie sich die jüngste Sportentwicklung erklären lässt und welche Rolle dabei die Covid-19-Pandemie gespielt hat [vgl. Kapitel 18].

A 2.3: Sportaktivität in Europa, Vergleich mit den Eurobarometer-Daten (in %)

Anmerkung: Die Daten für die europäischen Länder stammen aus dem Special Eurobarometer no. 525 «Sport and physical activity» der Europäischen Kommission [5]. Da die Schweiz nicht am Eurobarometer teilgenommen hat, wurden für den Vergleich die «Sport Schweiz 2026»-Daten verwendet.



3. Sport- und Bewegungsverhalten

Das Wichtigste in Kürze

- Mit dem Sportboom hat sich in den letzten 25 Jahren auch das Sportverständnis erweitert. Obwohl eine klare wissenschaftliche Definition von Sport fehlt, gibt es in der Bevölkerung ein intuitives Verständnis darüber, welche Aktivitäten zum Sport zählen.
- Die Stagnation der körperlichen Aktivität zeigt sich nicht nur bei der sportlichen Betätigung, sondern auch bei weiter gefassten Bewegungsaktivitäten.
- Gut drei Viertel der Bevölkerung erfüllen die aktuellen Bewegungsempfehlungen des «Netzwerks Gesundheit und Bewegung Schweiz» (HEPA), wohingegen 16 Prozent als teilaktiv und 8 Prozent als inaktiv gelten.
- Zwischen dem Sport- und Bewegungsverhalten gibt es einen starken Zusammenhang. Wer regelmässig und intensiv Sport treibt, erfüllt mit grosser Wahrscheinlichkeit die Bewegungsempfehlungen.

Wenn wir uns die Frage stellen, ob und wie sich die Sportaktivität in den letzten Jahren verändert hat, müssen wir zunächst klären, was überhaupt Sport ist. Welche Aktivitäten zählen wir zum Sport, welche schliessen wir aus? Eine eindeutige und verbindliche Antwort auf diese Frage lässt sich weder in den Sportwissenschaften noch in der Sportpolitik finden. Es gibt zwar verschiedene Versuche, den Sport über seinen Wertekanon wie das Leistungsstreben, die Regelmäßigkeit und die Zweckfreiheit oder aber über spezifische Rahmenbedingungen wie die Organisation in Vereinen von anderen Bewegungsaktivitäten abzugrenzen. Bei der Beschreibung des aktuellen Sportverständnisses stossen diese Definitionsversuche aber schnell an ihre Grenzen und können den vielfältigen Erscheinungsformen sportlicher Aktivitäten nicht gerecht werden. Der Sportboom brachte eine Erweiterung des Sportverständnisses mit sich, welche eine klare Begriffsbestimmung verunmöglicht. Im Zuge seiner Ausbreitung ist der Sport bunter und vielfältiger, aber auch uneinheitlicher und unübersichtlicher geworden.

Wie wird Sport definiert?

Vor diesem Hintergrund haben wir in «Sport Schweiz» einen anderen Weg eingeschlagen und entschieden uns bereits 2000 gegen eine explizite Definition von Sport. Sport ist für uns das, was die Menschen unter Sport verstehen. In der Befragung war es den Befragten selbst überlassen, ob sie ihre Bewegungsaktivitäten als Sport bezeichnen möchten oder nicht. Bei der Frage, ob sie Sport treiben, wurde keine Definition von Sport vorgegeben. Erst weiter hinten im Fragebogen wurde dann nach dem konkreten Sportverhalten gefragt. Die Befragten mussten ungestützt alle ihre sportlichen Aktivitäten angeben. Über die Erfassung der sportlichen Aktivitäten lassen sich dann Rückschlüsse auf das Sportverständnis der Befragten ziehen. Interessanterweise gibt es nur ganz wenige – oft scherzhaft gemeinte – Nennungen von Aktivitäten, die wir nicht als Sportarten gelten lassen konnten. Beispiele für vereinzelt genannte Aktivitäten, die ausgeschlossen wurden, sind: Zäunen, Jassen, Haushalt, Feuerwehr, Grillsport, Auslieferung im Getränkediens oder Baby-Tragen. Ansonsten wurden ausnahmslos Aktivitäten genannt, die sich dem Sport zuordnen lassen und die von Sportorganisationen und Sportverbänden als Sportarten anerkannt werden. Im Vergleich zur ersten «Sport Schweiz»-Studie im Jahr 2000 wird dabei aber auch die angesprochene Erweiterung des Sportverständnisses sichtbar. Sportarten wie Wandern, Yoga, Tanzen, Quadball, Pilates oder Tischfussball werden heute fraglos als Sportarten angesehen. Kurzum: Auch wenn eine klare Definition von Sport schwerfällt, so scheint es doch ein intuitives Verständnis von Sport als kulturelle Praxis zu geben.

T 3.1: Sportprofil nach Häufigkeit und Dauer der sportlichen Betätigung 2000, 2008, 2014, 2020, 2026 (in % der Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren)

		2000	2008	2014	2020	2026
Häufigkeit der Sportaktivität	nie	27	27	26	16	17
	ab und zu/selten	10	6	5	9	9
	etwa einmal pro Woche	21	17	17	18	16
	mehrmals pro Woche	30	38	42	41	42
	(fast) täglich	12	12	10	16	16
Anzahl Stunden pro Woche	nie	27	27	26	16	17
	unter zwei Stunden	12	12	10	10	10
	zwei Stunden	15	15	14	15	13
	drei bis vier Stunden	20	22	24	25	25
	fünf bis sechs Stunden	12	13	12	16	16
	sieben und mehr Stunden	14	13	14	18	19
Anzahl Befragte		2058	10 242	10 616	12 082	14 727

Wie wird Sport gemessen?

Der zentrale, in Kapitel 2 dargestellte Sportindikator beruht auf drei einfachen Fragen: «Treiben Sie Sport?», «Wie häufig treiben Sie Sport?», «Wie viele Stunden Sport ergibt dies etwa pro Woche?». Die Antworten auf die drei Fragen finden sich in Tabelle 3.1, wobei die Personen, welche auf die erste Frage mit «nein» geantwortet haben, der Kategorie «nie» zugeordnet werden und als sportlich inaktiv gelten. Die Tabelle zeigt, dass sich sowohl an der Häufigkeit als auch an der Dauer der Ausübung über die letzten sechs Jahre nur wenig geändert hat. Der Anteil an Personen, die etwa einmal pro Woche Sport treiben, ebenso wie der Anteil an Personen, die auf eine Aktivitätsdauer von rund zwei Stunden kommen, ist leicht gesunken, während die Gruppe der sportlich Inaktiven ganz leicht gewachsen ist. Die Veränderungen sind aber minimal, was sich auch bei der Bildung des Sportindikators zeigt.

Die Berechnung des Sportindikators erfolgt durch die Verknüpfung von Trainingshäufigkeit mit Trainingsdauer (vgl. Tabelle 3.2). In der Regel führen häufigere Aktivitäten zu mehr Sportstunden, doch dies muss nicht zwangsläufig so sein. Es gibt beachtliche Ausnahmen: Einige Befragte trainieren selten, aber sehr lange, während andere trotz mehrmaliger Trai-

ningseinheiten pro Woche insgesamt nicht über zwei Stunden hinauskommen. Erstere sind beispielsweise Wanderer oder Radfahrerinnen, die hie und da eine längere Tour unternehmen. Letztere sind Personen, die mehrmals wöchentlich eine kurze Trainingseinheit zum Beispiel in Form eines Fitnessprogramms absolvieren. Die dargestellten Aktivitätsmuster sind in den letzten sechs Jahren praktisch gleich geblieben. In keiner Zelle findet sich eine Verschiebung von über einem Prozentpunkt. Zählt man die Prozentwerte der Zellen, die gleich eingefärbt sind, zusammen, so erhält man den in Abbildung 2.1 dargestellten Sportindikator mit der entsprechenden Farbgebung.

Stagnation auch beim Bewegungsverhalten

Nachdem die verschiedenen Kennzahlen in Tabelle 3.1 wie auch der Sportindikator in Abbildung 2.1 eine Stagnation der Sportentwicklung anzeigen, stellt sich die Frage, ob sich dieser Stillstand auch im allgemeinen Bewegungsverhalten der Schweizer Bevölkerung zeigt. In «Sport Schweiz» wird deshalb nicht nur nach Sport gefragt, sondern auch nach weiteren Bewegungsaktivitäten im Alltag, bei der Arbeit und in der Freizeit. Gemessen wird der Gesamtumfang aller Bewegungsaktivitäten, bei denen man ins Schwitzen oder zumindest ein bisschen ausser Atem kommt. Auf

T 3.2: Sportaktivität: Aktivitätsmuster nach Häufigkeit und Dauer (in % der Schweizer Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren)

	nie	unter 2 Stunden	2 Stunden	3 bis 4 Stunden	5 bis 6 Stunden	7 und mehr Stunden	Total
nie	17						17
ab und zu/selten		5	2	1	1	0	9
bis einmal pro Woche		4	7	4	1	0	16
mehrmals pro Woche		1	4	17	12	8	42
(fast) täglich		0	1	2	3	10	16
Total	17	10	13	25	16	19	100

Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 727. Wegen Rundungsdifferenzen können die aufgeführten Randsummen leicht von den summierten Zellen abweichen. Die Farben entsprechen den Kategorien in Abbildung 2.1.

der Basis der Empfehlungen für gesundheitswirksame Bewegung des Bundesamts für Sport, des Bundesamts für Gesundheit, der Gesundheitsförderung Schweiz, der Beratungsstelle für Unfallverhütung und des «Netzwerks Gesundheit und Bewegung Schweiz» (HEPA) wurde daraus ein Indikator gebildet, der verschiedene Aktivitätsstufen unterscheidet. Die Bewegungsempfehlungen erfüllt, wer pro Woche mindestens 150 Minuten moderat oder 75 Minuten intensiv aktiv ist – idealerweise verteilt auf mehrere Tage [7]. Personen, die diese Mindestanforderungen nicht erreichen, werden als teilaktiv oder inaktiv geführt.

In Tabelle 3.3 wird eine leichte Veränderung des Bewegungsverhaltens sichtbar: Der Anteil an Personen, welche die Mindestanforderungen erfüllen, ist in den letzten sechs Jahren um 2 Prozentpunkte gesunken. Die Ergebnisse stehen in Einklang mit den Zahlen des Bundesamtes für Statistik. Gemäss der Schweizerischen Gesundheitsbefragung hat sich der Anteil an Personen, welche die Bewegungsempfehlungen nicht erfüllen, zwischen 2002 und 2017 markant verkleinert, zwischen 2017 und 2022 konnte aber keine weitere Verbesserung mehr festgestellt werden [9]. Wie beim Sport ist auch die Entwicklung beim Bewegungsverhalten nach einer langen Phase des Fortschritts zu einem Stillstand gekommen.

T 3.3: Bewegungsverhalten in der Bevölkerung (in % der Bevölkerung im Alter ab 15 Jahren)

	2014	2020	2026
inaktiv	8	6	8
teilaktiv	14	16	16
ausreichend aktiv	29	27	28
trainiert	49	51	48

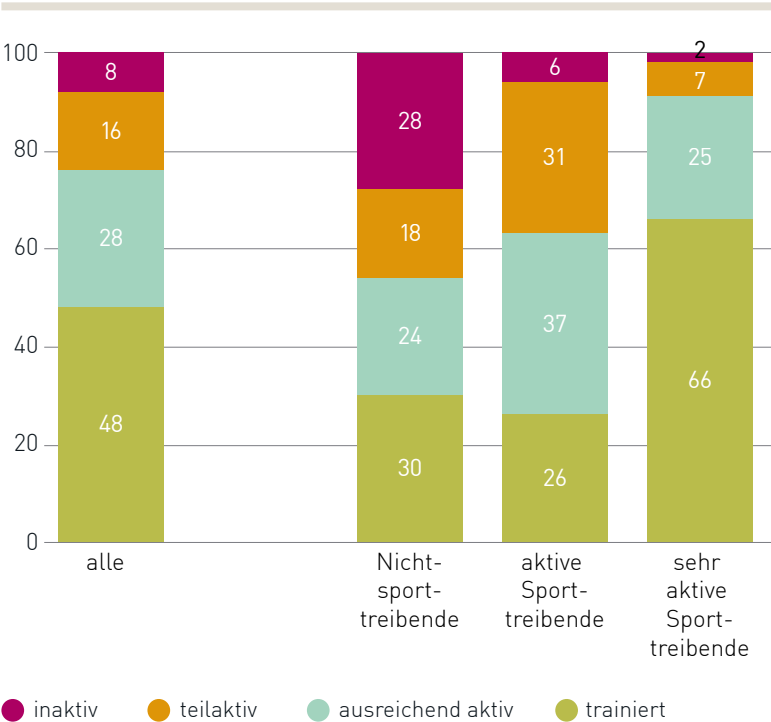
Anmerkung: Anzahl Befragte: 2014: 10 429; 2020: 11 987; 2026: 14 576. Kategorien Bewegungsverhalten: *trainiert*: mind. 3 Schwitztage (intensive Aktivitäten); *ausreichend aktiv*: pro Woche moderate Akt. > 150 Min. oder 2 Schwitztage; *teilaktiv*: pro Woche 30–149 Min. moderate Akt. oder 1 Schwitztage; *inaktiv*: pro Woche < 30 Min. moderate Akt. und weniger als 1 Schwitztage. Man vergleiche dazu auch den Indikator «Sport und Bewegungsförderung» unter www.sportobs.ch [8].

Regelmässiges Sporttreiben als wirksames Mittel gegen Bewegungsmangel

Zwischen dem Sport- und dem Bewegungsverhalten gibt es einen starken Zusammenhang. Wer viel Sport treibt, erfüllt mit hoher Wahrscheinlichkeit die Bewegungsempfehlungen. Wer keinen Sport treibt, kann sich zwar mit Bewegung im Alltag oder bei der Arbeit sowie mit Haus- und Gartenarbeiten fit halten. Das Risiko, dass die Mindestanforderungen für gesundheitswirksame Bewegung nicht erfüllt werden, ist bei Nichtsportlerinnen und Nichtsportlern aber deutlich erhöht. Dies veranschaulicht Abbildung 3.1: Von den sportlich Inaktiven bleiben 46 Prozent hinter den Bewegungsempfehlungen zurück, von den sportlich sehr Aktiven sind es 9 Prozent. Letzteres mag etwas erstaunen, es gibt aber verschiedene Sportarten wie Schiessen, Billard oder das oft diskutierte Schach, bei denen man nicht gross durch Bewegung ins Schwitzen kommt.

Vergleicht man die Befunde in Abbildung 3.1 mit den Werten von 2020, so zeigt sich, dass Veränderung des Bewegungsverhaltens der Bevölkerung vor allem auf die Nichtsportlerinnen und Nichtsportler zurückzuführen ist. Haben 2020 noch 63 Prozent der sportlich Inaktiven die Bewegungsempfehlungen erfüllt, so sind es 2026 nur noch 54 Prozent. Es gibt aktuell deutlich weniger Nichtsportlerinnen und Nichtsportler als noch 2020, die trotz ihrer sportlichen Inaktivität auf drei Schwitztage pro Woche kommen und so als «trainiert» eingestuft werden können. Beachtenswert ist auch der hohe und wachsende Anteil an Personen unter den aktiven Sporttreibenden, welche die Bewegungsempfehlungen nicht erfüllen. Diese Personen, deren Anteil von 34 auf 37 Prozent angewachsen ist, sagen zwar, dass sie Sport treiben würden, ihre Aktivitäten bringen sie aber weder genügend ins Schwitzen noch genügend ausser Atem, um das vom «Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz» (HEPA) empfohlene Mindestmass an körperlicher Bewegung zu erreichen. Insgesamt gilt weiterhin: Je mehr Zeit inaktiv im Sitzen verbracht wird, desto wichtiger werden regelmässige Bewegung und sportliche Aktivitäten von mittlerer bis hoher Intensität, um die Bewegungsempfehlungen zu erfüllen.

A 3.1: Zusammenhang zwischen Sportaktivität und Erfüllung der Bewegungsempfehlungen (in %)



Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 576. Kategorien Sportaktivität: *Nichtsport-treibende*: keine Sportaktivität; *sehr aktive Sporttreibende*: mehrmals pro Woche, insgesamt drei Stunden und mehr; *aktive Sporttreibende*: alle anderen Sporttreibenden. Kategorien Bewegungsverhalten vergleiche Tabelle 3.3.

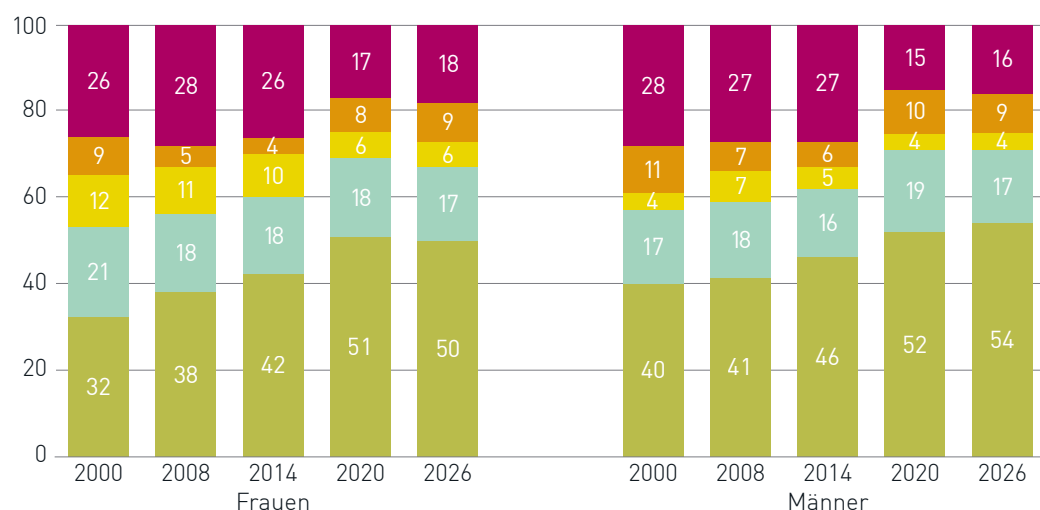
4. Geschlechter- und Altersunterschiede

Das Wichtigste in Kürze

- Die Stagnation der Sportaktivität zeigt sich nicht in allen Bevölkerungsgruppen gleichermassen. Während die Sportaktivität bei den Frauen in den letzten sechs Jahren leicht zurückgegangen ist, lässt sich bei den Männern ein minimaler Anstieg erkennen.
- Die Geschlechterunterschiede haben sich 2026 wieder leicht akzentuiert. Insbesondere in jüngeren Jahren treiben die Männer deutlich mehr Sport als die Frauen. Ab 55 Jahren gleicht sich die Aktivität der Geschlechter an und sie treiben ähnlich häufig Sport.
- Über die Lebensspanne präsentiert sich die Verteilung der Sportaktivität bei beiden Geschlechtern als U-förmig: Die höchste Aktivität können wir bei den 15- bis 24-Jährigen und den 65- bis 74-Jährigen beobachten, die tiefste Aktivität zeigt sich bei den 35- bis 54-Jährigen.
- Das Sportverhalten kann sich im Lebensverlauf mehrfach ändern. Veränderungen im Sportverhalten sind bei den Frauen aber häufiger als bei den Männern.

Betrachtet man die Entwicklung der Sportaktivität getrennt nach Geschlecht, so zeigt sich das in Abbildung 4.1 dargestellte Bild. Im Ausgangsjahr 2000 haben die Männer mehr Sport getrieben als die Frauen. Es gab damals augenfällig mehr sehr aktive Männer als sehr aktive Frauen. In den Zeiten des Sportbooms zwischen 2000 und 2020 hat sowohl die Sportaktivität der Männer als auch die der Frauen zugenommen. Die Zunahme – man kann auch sagen der Nachholbedarf – war bei den Frauen aber stärker als bei den Männern. Die Wachstumskurve verlief bei den Frauen kontinuierlicher und steiler, was dazu führte, dass die Frauen die Männer 2020 fast eingeholt haben. Entgegen dem langfristigen Trend ist die Sport-

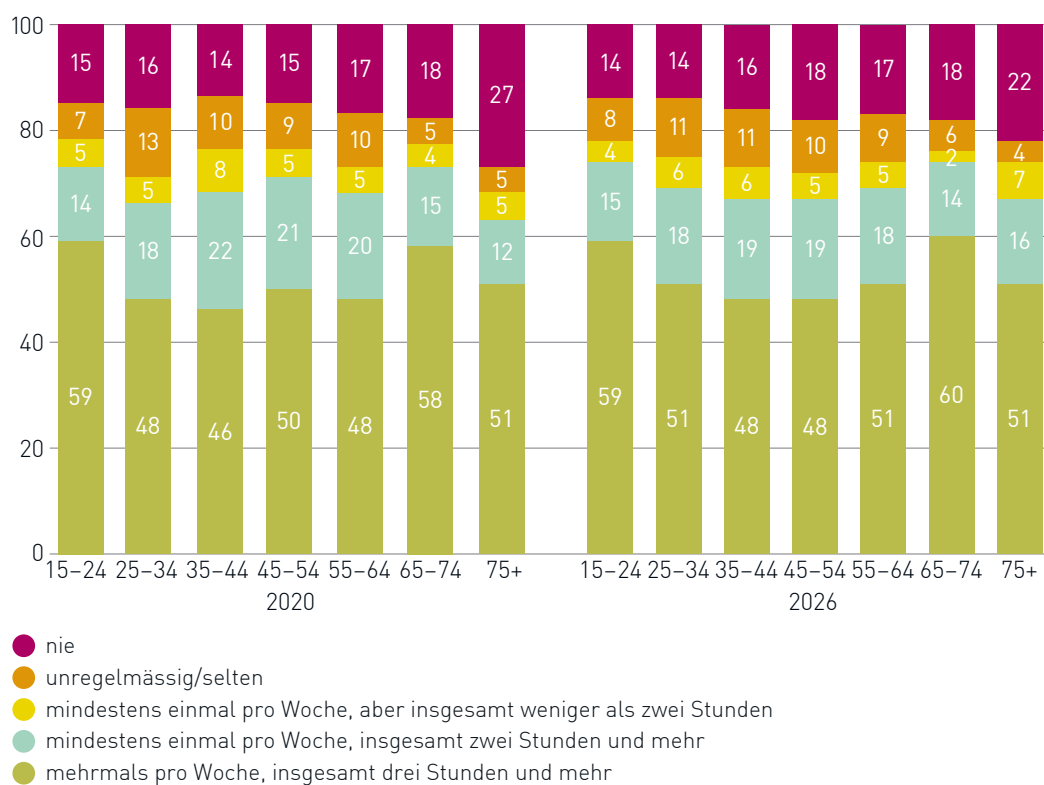
aktivität bei den Frauen in den letzten Jahren wieder leicht zurückgegangen, während sie bei den Männern minimal gestiegen ist. Dies führt dazu, dass es 2026 wieder mehr sehr aktive Männer als sehr aktive Frauen gibt. Die Werte liegen bei beiden Geschlechtern aber weit über den Werten aus dem Jahr 2000 und die Geschlechterdifferenz ist deutlich kleiner als vor 26 Jahren. Es wäre daher verfrüht von einer Trendwende zu sprechen. Die Stagnation in der Sportentwicklung zeigt sich bei den Frauen – nach einer ausgeprägten Wachstumsphase – aber deutlicher als bei den Männern.



A 4.1: Sportaktivität nach Geschlecht, 2000, 2008, 2014, 2020, 2026 (in %)

Anmerkung: Anzahl Befragte:
2000: 2058; 2008: 10 242; 2014:
10 622; 2020: 12 086; 2026: 14 741.

- nie
- unregelmässig/selten
- mindestens einmal pro Woche, aber insgesamt weniger als zwei Stunden
- mindestens einmal pro Woche, insgesamt zwei Stunden und mehr
- mehrmals pro Woche, insgesamt drei Stunden und mehr



A 4.2: Sportaktivität nach Alter, 2020 und 2026 (in %)

Anmerkung: Anzahl Befragte: 2020: 12 086; 2026: 14 741.

Stagnation der Sportaktivität nicht in allen Altersgruppen gleichermassen ersichtlich

Betrachten wir statt des Geschlechts das Alter, so wird folgendes sichtbar: Nicht in allen Altersgruppen zeigt sich die Stagnation der Sportentwicklung in gleicher Masse (vgl. Abbildung 4.2). Bei älteren Personen nimmt die Sportaktivität noch immer zu: Bei den 55- bis 74-Jährigen wächst der Anteil an sehr Aktiven, bei den über 75-Jährigen sinkt der Anteil an sportlich Inaktiven. Der deutlichste Rückgang der Aktivität findet sich bei den 45- bis 54-Jährigen, während die Sportaktivität in den jüngeren Altersgruppen stabil bleibt oder – wie im Fall der 25- bis 34-Jährigen – leicht steigt. Stärker als vor sechs Jahren präsentiert sich heute die Verteilung der Sportaktivität über die verschiedenen Altersgruppen zwischen 15 bis 74 Jahren als U-förmig. Die höchste Aktivität können wir bei den 15- bis 24-Jährigen und den 65- bis 74-Jährigen beobachten, die tiefste Aktivität zeigt sich bei den 35- bis 54-Jährigen.

Geschlechterdifferenzen über die Lebensspanne gleichen sich langsam an

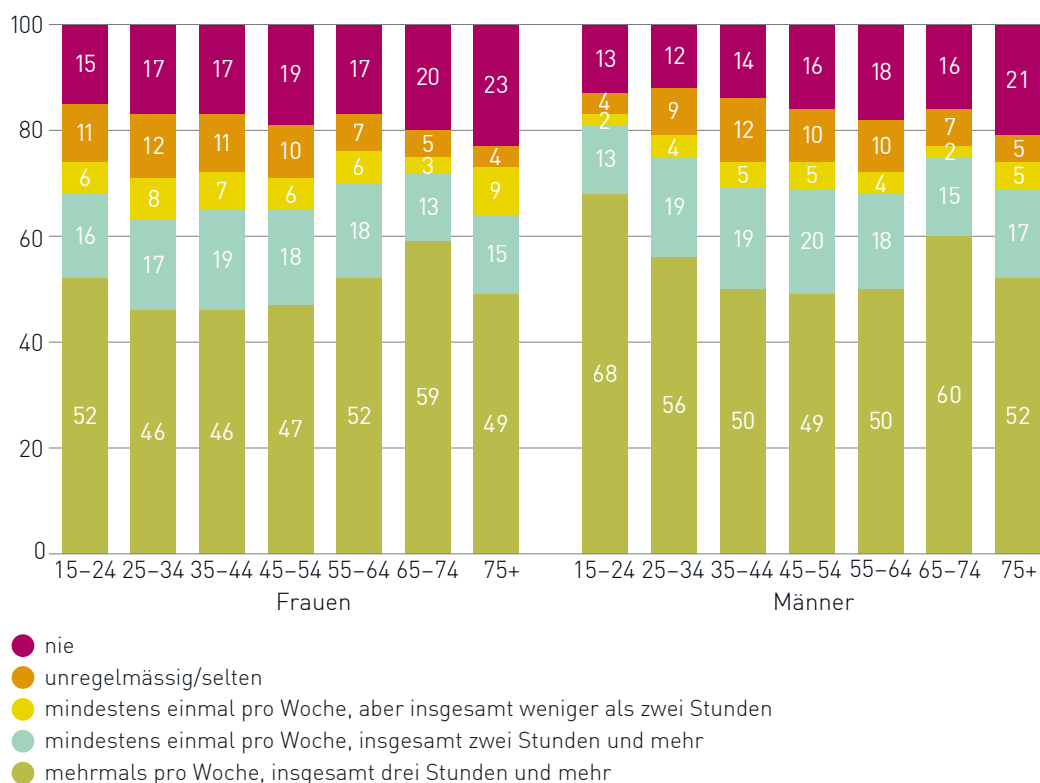
Die U-förmige Verteilung der Sportaktivität bis ins Alter von 74 Jahren ist sowohl bei den Frauen als auch bei den Männern erkennbar, bei den Männern jedoch etwas deutlicher ausgeprägt (vgl. Abbildung 4.3). Besonders augenfällig ist der Geschlechterunterschied in der Altersgruppe der 15- bis 34-Jährigen. In jüngeren Jahren treiben die Männer deutlich mehr Sport

als die Frauen. Der Geschlechterunterschied in den jüngeren Altersgruppen zeigte sich bereits 2020, er ist aber insbesondere mit Blick auf die 25- bis 34-Jährigen noch stärker geworden, was auf eine deutliche Steigerung der Sportaktivität der Männer in dieser Altersgruppe zurückzuführen ist.

Bemerkenswert ist, dass sich ab 65 Jahren kein grosser Geschlechterunterschied mehr zeigt. Ab 65 Jahren treiben Frauen und Männer ähnlich häufig Sport. Die Erhöhung der Sportaktivität im Alter zeigt sich bei den Frauen etwas früher als bei den Männern – nämlich bereits ab 55 Jahren. Dies ist nichts neues: Eine Erhöhung der Sportaktivität im Alter, die bei den Frauen früher einsetzt als bei den Männern, konnten wir bereits vor sechs Jahren beobachten. Im Gegensatz zu 2020 hat sich der Anstieg bei den Frauen aber leicht nach hinten verschoben und sich eher dem männlichen Muster angeglichen, was auch mit der gestiegenen Erwerbsquote bei den 55- bis 64-jährigen Frauen zusammenhängen dürfte. Im Jahr 2020 wurde der Seniorensport und insbesondere die zunehmende Sportbegeisterung von älteren Frauen als wesentlicher Treiber des Sportbooms identifiziert. Diese Sportbegeisterung hat in den letzten sechs Jahren nicht nachgelassen, sie ist aber auch nicht weiter angewachsen.

A 4.3: Sportaktivität nach Geschlecht und Alter, 2026 (in %)

Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 741.



Ausmass der Sportaktivität ändert sich im Laufe des Lebens

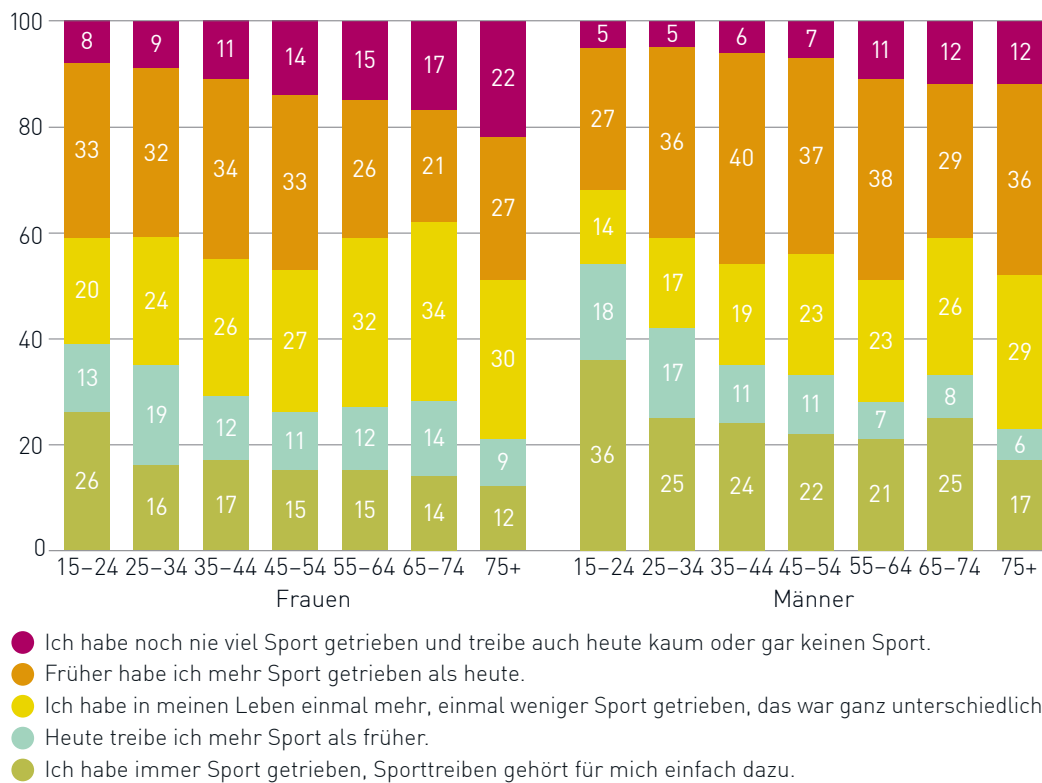
Das Sportverhalten kann sich im Lebensverlauf mehrfach ändern. Die sportlich Inaktiven in der Altersgruppe der über 65-Jährigen können in früheren Lebensphasen durchaus sehr sportlich gewesen sein und umgekehrt die sehr aktiven Älteren früher wenig aktiv oder inaktiv. Gleichzeitig können wir davon ausgehen, dass viele Menschen ein Leben lang sportlich aktiv sind, während andere den Zugang zum Sport nie richtig finden. «Lebenslanges Sporttreiben» wird häufig als Ziel von Sportförderung und Sportpolitik genannt, etwa wenn es um die Unterstützung

des Kinder- und Jugendsports geht. Wie sehr sich das Sportverhalten im Lebenslauf verändern kann, unterstreichen die Zahlen in Tabelle 4.1. 31 Prozent der Befragten haben die Sportaktivität im Laufe ihres Lebens noch nie verändert. Dabei waren 11 Prozent nie richtig und 20 Prozent konstant aktiv. Die restlichen 69 Prozent der Befragten haben ihr Sportverhalten geändert: 32 Prozent haben früher mehr und 12 Prozent weniger Sport getrieben; bei 25 Prozent hat die Sportaktivität je nach Lebensphase variiert, einmal mehr, einmal weniger. Gegenüber 2020 haben sich die Prozentwerte nicht nennenswert verschoben.

T 4.1: Veränderung der Sportaktivität im Lebenslauf (in %)

	2020	2026
Ich habe noch nie viel Sport getrieben und treibe auch heute kaum Sport.	10	11
Früher habe ich mehr Sport getrieben als heute.	33	32
Ich habe in meinem Leben einmal mehr, einmal weniger Sport getrieben.	26	25
Heute treibe ich mehr Sport als früher.	11	12
Ich habe immer Sport getrieben, Sporttreiben gehört für mich einfach dazu.	20	20

Anmerkung: Anzahl Befragte: 2020: 11 278; 2026: 14 752. Antworten auf die Frage «Wie viel Sport haben Sie in Ihrem bisherigen Leben getrieben? Geben Sie bitte an, welche der fünf verschiedenen Antworten in Ihrem Fall am ehesten stimmt».



A 4.4: Veränderung der Sportaktivität im Lebenslauf nach Geschlecht und Alter (in %)

Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 752. Antworten auf die Frage «Wie viel Sport haben Sie in Ihrem bisherigen Leben getrieben? Geben Sie bitte an, welche der fünf verschiedenen Antworten in Ihrem Fall am ehesten stimmt».

Die Sportbiografien der Frauen weisen mehr Brüche auf

Wenn wir bei den Sportbiografien zusätzlich nach Geschlecht und Alter unterscheiden (vgl. Abbildung 4.4), so wird deutlich, dass es bereits in jungen Jahren grössere Veränderungen im Sportverhalten geben kann. Bei den Frauen sind diese noch etwas häufiger als bei den Männern. In sämtlichen Altersgruppen ist der Anteil an Personen, die im Laufe des Lebens einmal mehr, einmal weniger Sport treiben, bei den Frauen höher als bei den Männern. Letzteren gelingt es eher, das sportliche Pensum über die gesamte Lebensspanne hochzuhalten oder aber es kommt zu einer langfristigen Reduktion des Aktivitätsniveaus. Einen Hinweis darauf, dass die Geschlechterungleichheit im Sport vor dem Sportboom der letzten 20 Jahre deutlich grösser war als heute, finden wir in der ältesten Altersgruppe: Unter den über 74-jährigen Frauen gibt es einen beachtlichen Anteil von 22 Prozent – bei den Männern sind es nur 12 Prozent –, die nie richtig mit Sport in Berührung kamen. Dass der Sportboom aber wirkt und es nie zu spät ist, mit Sport zu beginnen bzw. seine Sportaktivität zu erhöhen, zeigt sich schliesslich darin, dass 14 Prozent der 65- bis 74-jährigen Frauen sagen, sie würden heute mehr Sport treiben als früher.

Mit Blick auf die Sport- und Bewegungsförderung und das damit verbundene Ziel des «lebenslangen Sporttreibens» sind zwei weitere Befunde beachtenswert. Bereits bei den jüngeren Frauen gibt es einen beträchtlichen Anteil von gut 40 Prozent, der keinen oder gegenüber früher nur noch reduziert Sport treibt. Der Sport verliert also viele Frauen bereits in jungen Jahren. Zweitens lässt sich zeigen, dass Personen, die sagen, sie hätten immer Sport getrieben und Sporttreiben gehöre einfach dazu, sich durch eine hohe Sportaktivität auszeichnen: 87 Prozent von ihnen gehören zu den sehr aktiven Sporttreibenden. Mit Blick auf das oben erwähnte Ziel des «lebenslangen Sporttreibens» bedeutet dies, dass eine hohe Sportaktivität zwar kein Garant für die Zielerreichung ist, sich die Chancen dadurch aber zweifellos erhöhen lassen.

5. Sportmotive und Sportverständnis

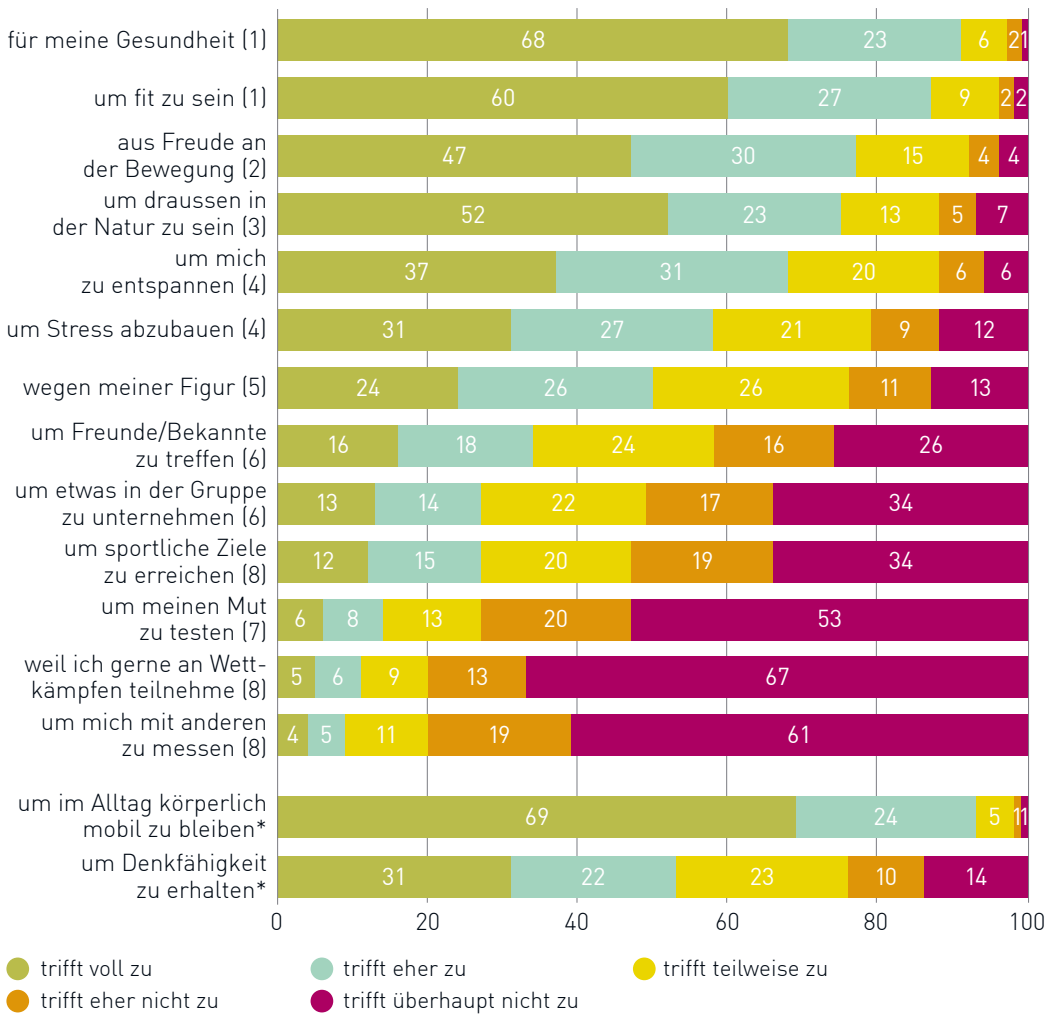
Das Wichtigste in Kürze

- Mit Sport lassen sich die unterschiedlichsten Bedürfnisse befriedigen, wobei Gesundheit, Fitness, Freude an der Bewegung und das Naturerlebnis als die wichtigsten Sportmotive gelten.
- Die Sportmotive sind im Zeitvergleich ziemlich stabil, sie können sich aber je nach Alter und Geschlecht unterscheiden.
- Das Wettkampf- und Leistungsmotiv ist heute nicht mehr zentral, auch die Wettkampfteilnahme ist unter den Sporttreibenden in den letzten sechs Jahren von 20 auf 16 Prozent zurückgegangen.
- Sport hat in der Bevölkerung ein gutes Image und ist mit positiven Assoziationen verbunden.

Es gibt viele Gründe, um Sport zu treiben. Die einen tun es für die Gesundheit und Fitness, die anderen wegen der Figur oder um Stress abzubauen. Während für die einen Leistung und Wettkampf im Vordergrund stehen, sind es für andere die Geselligkeit oder das Erlebnis und Abenteuer. Oftmals ist es allerdings nicht ein Motiv, das uns antreibt, sondern ein Zusammenspiel verschiedenster Beweggründe. Sport ist multifunktional und die verschiedenen Motive schliessen sich nicht gegenseitig aus. Beim Jogging ist man an der frischen Luft, tut etwas für seine Gesundheit, Fitness und Figur, kann vom Alltag abschalten, aber auch Kolleginnen und Kollegen treffen. Und auch wer an Wettkämpfen teilnimmt und klare Leistungsziele verfolgt, will beim Sporttreiben seine Gesundheit fördern, Stress abbauen und die Geselligkeit geniessen. Umgekehrt wollen aber nicht alle, die sich mit Sport in Form halten oder entspannen, auch an Wettkämpfen teilnehmen. Dazu kommt, dass die grosse Mehrheit der Sporttreibenden verschiedene Sportarten ausübt und unterschiedliche Sportaktivitäten auch unterschiedliche Bedürfnisse abdecken.

Gesundheit, Fitness, Freude an der Bewegung und Natur als wichtigste Motive

Welche Motive für die Ausübenden besonders wichtig sind, lässt sich Abbildung 5.1 entnehmen. Für eine klare Mehrheit der Sporttreibenden sind Gesundheit, Fitness, Freude an der Bewegung und das Naturerlebnis wichtige Beweggründe ihres sportlichen Tuns. Für mindestens die Hälfte spielen auch Entspannung, Stressabbau oder Bodyforming eine entscheidende Rolle. Soziale Gründe – wie das Treffen mit Freunden oder das Zusammensein in einer Gruppe – werden von etwa einem Drittel als treibende Kraft genannt. Die klassischen Leistungsmotive wie das Erreichen von sportlichen Zielen, das Messen mit anderen oder die Teilnahme an Wettkämpfen sind dagegen nur für eine Minderheit der Sporttreibenden von Bedeutung. Für ältere Personen kommen schliesslich zwei Motive dazu, die bei jüngeren Personen nicht abgefragt wurden: Fast alle Personen über 65 Jahre geben an, auch deshalb Sport zu treiben, weil sie im Alltag körperlich mobil bleiben möchten, und über die Hälfte tut dies zur Erhaltung der Denkfähigkeit.



A 5.1: Wichtigkeit verschiedener Sportmotive (in % aller Sporttreibenden)

Anmerkung: Anzahl Befragte (nur Sporttreibende): zwischen 12 229 (Wettkämpfe) und 12 416 (Gesundheit). Antworten auf die Frage: «Warum treiben Sie Sport? Inwiefern treffen die folgenden Gründe auf Sie zu?» *Motive wurden nur bei 65-Jährigen und Älteren abgefragt (n=zwischen 2331 und 2397). Die Zahlen in den Klammern belegen, welche Motive sich zu den acht Motivlagen zusammenfassen lassen.

Sportmotive sind im Zeitvergleich stabil

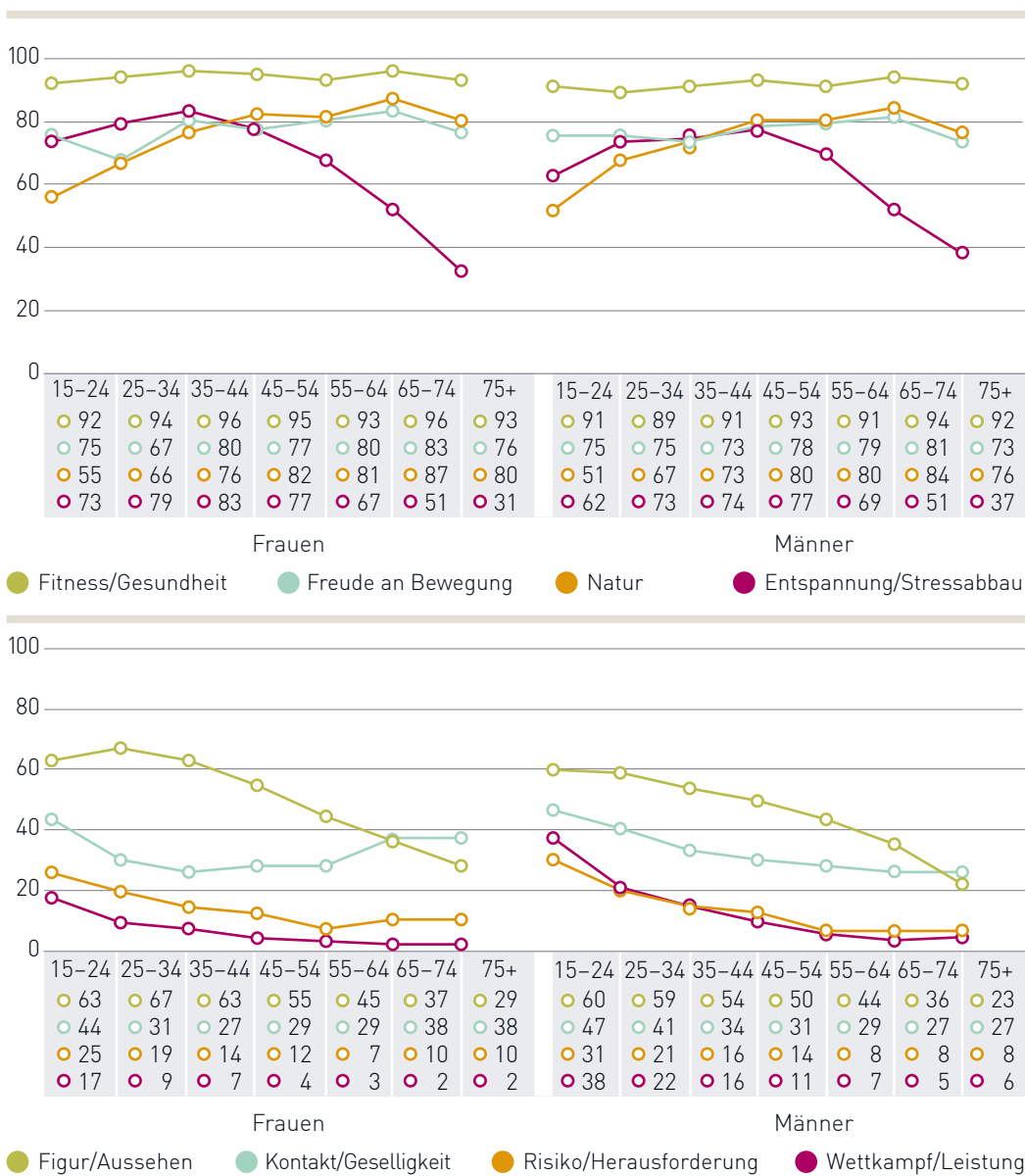
Die Sportmotive haben sich in den vergangenen Jahren nur wenig verändert. Die Reihenfolge der Motive nach ihrer Wichtigkeit ist heute genau die gleiche wie vor sechs Jahren. Dass sich in den letzten Jahren nur wenig geändert hat, zeigt sich auch, wenn wir die einzelnen Motive in Abbildung 5.1 mit Hilfe einer Faktorenanalyse und in Anlehnung an das Berner Motiv- und Zielinventar [10] in verschiedene Motivgruppen zusammenfassen (man beachte dazu die Zusammensetzung anhand der Nummern in Abbildung 5.1). Anhand dieser Zusammenfassung lassen sich die Kategorien «Fitness und Gesundheit», «Freude an Bewegung», «Natur», «Entspannung und Stressabbau», «Figur und Aussehen», «Kontakt und Geselligkeit», «Risiko und Herausforderung» und «Wettkampf und Leistung» unterscheiden. In Tabelle 5.1 ist dargestellt, welcher Anteil der Sporttreibenden die jeweilige Motivgruppe für das eigene Sporttreiben als wichtig einstuft. Auch hier entpuppt sich das Motiv «Fitness und Gesundheit» als klarer Spitzenreiter, so wird es von 93 Prozent der Sporttreibenden als wichtig eingestuft. Mindestens die Hälfte bewertet zudem «Freude an Bewegung», «Natur», «Entspannung und Stressabbau» und «Figur und Aussehen» als wichtig. «Kontakt und Geselligkeit» wird von einem Drittel der Sportaktiven,

«Risiko und Herausforderung» und «Wettkampf und Leistung» von weniger als einem Siebtel als wichtiger Grund für die Sportaktivität genannt. Beim Zeitvergleich fallen nur wenige Änderungen auf: Einzig die Motivgruppen «Natur» und «Kontakt und Geselligkeit» haben in den letzten sechs Jahren klar an Wichtigkeit eingebüsst.

T 5.1: Wichtigkeit verschiedener Sportmotive im Zeitverlauf (in % aller Sporttreibenden, welche die jeweilige Motivlage als wichtig einschätzen)

	2020	2026
Fitness/Gesundheit (1)	93	93
Freude an Bewegung (2)	79	77
Natur (3)	79	75
Entspannung/Stressabbau (4)	66	68
Figur/Aussehen (5)	52	50
Kontakt/Geselligkeit (6)	36	33
Risiko/Herausforderung (7)	13	14
Wettkampf/Leistung (8)	11	10

Anmerkung: Anzahl Befragte (nur Sporttreibende): 2020: zwischen 9 433 und 9 544; 2026: zwischen 12 229 und 12 416. Die Nummern in Klammern entsprechen den Nummern in Abbildung 5.1.



Motive unterscheiden sich je nach Alter und Geschlecht

Interessante Erkenntnisse lassen sich gewinnen, wenn wir die Motivgruppen getrennt nach Geschlecht und Alter betrachten (vgl. Abbildung 5.2). Während Männer «Wettkampf und Leistung» häufiger als wichtiges Sportmotiv angeben, stufen Frauen «Figur und Aussehen» als wichtiger ein. Bei beiden Motivgruppen haben sich die Geschlechterdifferenzen seit 2020 aber etwas reduziert. Etwas zugenommen haben hingegen die Geschlechterunterschiede bei «Fitness und Gesundheit» und «Entspannung und Stressabbau», welche von den weiblichen Sporttreibenden heute als noch wichtiger beurteilt werden. Deutlich kleiner geworden sind die Unterschiede zwischen Männern und Frauen bei der Motivgruppe «Gemeinschaft und Geselligkeit». Dies liegt vor allem daran, dass die Männer in allen Altersgruppen dieses Motiv heute als nicht mehr ganz so wichtig erachten wie vor sechs Jahren. Bemerkenswert ist zudem, dass die sozialen Motive bei den Frauen ab 65 Jahren wieder wichtiger werden, wohingegen sie bei den Männern

mit steigendem Alter an Bedeutung verlieren. Wie vor sechs Jahren steigt die Bedeutung einzig beim Motiv «Natur» mit der Anzahl an Lebensjahren an, während «Entspannung und Stressabbau», «Figur und Aussehen», «Risiko und Herausforderung» und «Wettkampf und Leistung» in der ersten Lebenshälfte als klar wichtiger eingestuft werden. Die Motive «Fitness und Gesundheit» und «Freude an Bewegung» erzielen hingegen bei beiden Geschlechtern und in allen Altersgruppen konstant hohe Werte.

Sport als wichtiger Lebensinhalt bei Leistungs- und Wettkampfsporttreibenden

Bereits vor sechs Jahren konnten wir feststellen, dass Personen, die das Wettkampf- und Leistungsmotiv als wichtig für das eigene Sporttreiben erachten, besonders viel Sport treiben und häufig ein Leben lang sportlich aktiv sind. An diesem Befund hat sich nichts geändert. Auch heute treiben rund 80 Prozent dieser Personen mehrmals pro Woche während mindestens drei Stunden Sport und 52 Prozent geben an, dass sie schon immer Sport getrieben haben und Sporttreiben für sie einfach dazu gehört. Im Gegensatz dazu findet man unter den Sporttreibenden ohne Leistungs- und Wettkampfgedanken einerseits weniger sehr aktive Sporttreibende (61%), andererseits weniger Personen, bei welchen der Sport einfach dazu gehört (21%). Obwohl nur eine Minderheit der Sportlerinnen und Sportler Wettkämpfe und Leistung als wichtig erachten, zeigen die genannten Befunde eindrücklich, dass für diese Personen der Sport eine zentrale Rolle im Leben spielt.

Leichte Abnahme beim Wettkampfsport

Dass Wettkampfsportlerinnen und -sportler eine überdurchschnittliche Sportaktivität an den Tag legen, zeigt sich auch in Tabelle 5.2. Um noch mehr über die Bedeutung und Entwicklung des Wettkampfsports in Erfahrung zu bringen, wurden die Sporttreibenden danach gefragt, ob sie aktiv an sportlichen Veranstaltungen und Events oder an Meisterschaften und anderen sportlichen Wettkämpfen teilnehmen. Knapp 16 Prozent haben diese Frage mit «ja» beantwortet, was gut 4 Prozentpunkte weniger sind als noch 2020 (20%). Die Wettkampfteilnahme ist somit seit 2020 rückläufig. Wenig geändert hat sich hingegen am Profil der Wettkampfteilnehmenden: Im Schnitt absolvieren diese Personen 9.4 Wettkämpfe pro Jahr, sind durchschnittlich 39 Jahre alt, tendenziell eher männlich und treiben pro Woche 6.7 Stunden Sport. Personen ohne Wettkampfteilnahme sind im Schnitt während 4.8 Stunden pro Woche sportlich aktiv. Am häufigsten nehmen die Sportlerinnen und Sportler an Vereins- oder Clubmeisterschaften sowie an anderen Wettkämpfen mit Rangierung teil (je rund 8%). Etwas weniger häufig wird an Sportveranstaltungen teilgenommen, bei denen es keine Rangierung gibt (3%). Bemerkenswert ist aber, dass diese Gruppe mit 7.2 Sportstunden pro Woche sogar mehr Sport treibt als die Teilnehmenden an Vereins- und Clubmeisterschaften. Letztere absolvieren dafür mit Abstand am meisten Wettkämpfe pro Jahr. Im Vergleich zu 2020 ist insbesondere die Teilnahme an Meisterschaften und Wettkämpfen mit Rangierung leicht zurückgegangen. Die Alters- und Geschlechterstruktur bei den unterschiedlichen Wettkampffarten erweist sich dagegen als erstaunlich stabil. Einzig der Frauenanteil hat bei den Vereins- und Clubmeisterschaften sowie bei den anderen Wettkämpfen mit Rangierung um 3 Prozentpunkte zugenommen, während er bei den Sportveranstaltungen ohne Rangierung um denselben Wert gesunken ist.

T 5.2: Teilnahme an Wettkämpfen und Sportveranstaltungen

	in % der Sport- treibenden	Ø Anzahl Wett- kämpfe pro Jahr	Frauenanteil in %	Ø Alter in Jahren	Ø Anzahl Sport- stunden pro Woche
Teilnahme an Wettkämpfen/Sportevents	15.7	9.4	37	39	6.7
keine Teilnahme	84.3	0.0	53	50	4.8
Vereins-/Clubmeisterschaften, z. B. Fussball-/Volleyballmeisterschaft	8.4	13.9	32	37	6.6
andere Wettkämpfe mit Rangierung, z. B. Laufveranstaltungen, Triathlons, Mountainbike-, Rad-, Langlaufrennen	7.8	5.1	40	41	6.9
Sportveranstaltungen ohne Rangierung, z. B. Seeüberquerung, slowUp	3.0	3.0	46	42	7.2

Anmerkung: Anzahl Befragte: 12465 (nur Sporttreibende). Angaben in Prozent oder als arithmetisches Mittel. Bei der Art der Wettkämpfe waren Mehrfachantworten möglich; für die Anzahl Wettkämpfe pro Jahr werden aber nur die Wettkämpfe der entsprechenden Kategorie gezählt.



A 5.3: Begriffe, welche die Schweizer Bevölkerung mit Sport verbinden

Anmerkung: Anzahl Befragte: 13831 (nur Onlinebefragung). Schlagwortwolke nach Häufigkeit, mit der der jeweilige Begriff gewählt wird. Die Farben zeigen auf der Grundlage einer Faktorenanalyse, welche Begriffe oft zusammen gewählt werden.

Positive Sportassoziationen dominieren

Dass Sport ein gutes Image hat und positive Gefühle weckt, zeigt sich nicht nur anhand der Sportmotive, sondern auch wenn man direkt nach den Sportassoziationen fragt (vgl. Abbildung 5.3). Im Rahmen von «Sport Schweiz» konnten die Befragten auf einer Liste mit 30 Begriffen ankreuzen, welche davon sie mit Sport in Verbindung bringen. Das Ergebnis wird anhand einer Wortwolke illustriert, welche die Häufigkeit der Nennungen anhand der Grösse der Begriffe darstellt. Am häufigsten wurden wie bereits vor sechs Jahren die Assoziationen Bewegung (91 %), Gesundheit (79 %), Fitness (55 %), Training (52 %), Spass (50 %), Anstrengung (49 %), Selbstdisziplin (46 %), Körpergefühl (42 %), Entspannung (41 %), Naturerlebnis (39 %), Freiheit (34 %), Leistung (30 %), Gemeinschaft (30 %), Lebensstil (29 %), Erlebnisse (29 %) und Spiel (28 %) genannt. Negative, rot eingefärbte Begriffe wie Verletzungen (13 %), Kommerz (7 %), Doping (5 %), Korruption (4 %), Gewalt (2 %) und Betrug (2 %) erhalten hingegen sehr wenige Nennungen. Im Vergleich zu 2020 findet eine Fokussierung statt: Es werden allgemein etwas weniger Begriffe genannt, wobei der Rückgang bei den negativen Aspekten am markantesten ausfällt. Erwähnenswerte Rückgänge zeigen sich aber auch bei den Begriffen Naturerlebnis, Gemeinschaft, gute Figur, Spiel, Grenzerfahrung, Individualität, Show und Risiko.

6. Sportarten und Sportwünsche

Das Wichtigste in Kürze

- Einhergehend mit der Stagnation der Sportaktivität zeigt sich bei den betriebenen Sportarten ein Rückgang. 2026 werden weniger ausgeübte Sportarten aufgezählt als noch 2020. Ob weniger Sportarten ausgeübt oder nur weniger Sportarten genannt werden, lässt sich nicht abschliessend klären.
- Nach wie vor steht der «helvetische Fünfkampf» mit Wandern, Radfahren, Schwimmen, Skifahren und Joggen an der Spitze der beliebtesten Sportarten, im Vergleich zu 2020 hat er aber an Popularität eingebüsst. Klar zugelegt haben in den letzten sechs Jahren Krafttraining und Yoga.
- Bei der Wahl der Sportarten gibt es grosse Unterschiede je nach Alter und Geschlecht und jede Sportart hat ihr eigenes soziodemografisches Profil.
- Knapp ein Drittel der Sporttreibenden würde gerne eine neue Sportart erlernen oder bereits betriebene Sportarten intensivieren. Frauen und generell jüngere Personen äussern häufiger den Wunsch nach neuen Sportarten. An der Spitze der Wunschliste stehen mit Yoga, Schwimmen und Krafttraining Sportarten, die bereits heute zu den beliebtesten zählen.

Seit der ersten Ausgabe im Jahr 2000 gehört zu «Sport Schweiz» eine detaillierte Bestandesaufnahme der in der Schweiz betriebenen Sportarten, wobei es bei deren Erfassung immer wieder kleinere Anpassungen und Optimierungen gab. Während die Sportarten in den telefonischen Interviews von den Befragten genannt werden, sind sie in der Online-Version in ein offenes Feld einzugeben. Die schriftliche Eingabe wird mit optionalen Vorschlägen von Sportarten mit den gleichen Anfangsbuchstaben unterstützt. Für die neueste Ausgabe von «Sport Schweiz» wurde die Eingabe weiterentwickelt. Die erfassten Sportarten wurden laufend angezeigt und die Befragten wurden aufgefordert, weitere Sportarten einzugeben – auch solche, die nur gelegentlich betrieben werden. Bei jeder Sportart wurde anschliessend die Häufigkeit und Dauer der Ausübung sowie das jeweilige Setting, in welchem die Sportart betrieben wird, erfragt.

Grosses Spektrum an unterschiedlichsten Sportarten

Über die Zeit wurde das Spektrum der erfassten Sportarten immer breiter. In der aktuellen Erhebung wurden 317 verschiedene Sportarten oder Sportformen kodiert. Die wachsende Bandbreite sportlicher Betätigungen ist die direkte Folge der eingangs angesprochenen Expansion und Differenzierung des Sports. Der Sportboom erfasste immer mehr Menschen, die neue Ideen und Bedürfnisse in den Sport einbrachten und nach Sportformen suchten, die zu ihnen und ihrem Lebensstil passten. Die etablierten Sportarten spalteten sich so in verschiedene Unterformen und neue Disziplinen auf und es entstanden Adaptionen und Mischformen. Mit der zunehmenden Kommerzialisierung wurden neue Sportarten auch gezielt entwickelt, gefördert und medial gehypt, um damit neue Märkte und Nutzer-

gruppen zu erschliessen. Die wachsende Vielfalt der Angebote brachte es mit sich, dass die Menschen immer polysportiver wurden und die unterschiedlichsten Sportarten ausprobieren und ausüben wollten. Wurden in «Sport Schweiz 2000» durchschnittlich 3.1 ausgeübte Sportarten genannt, so waren es 2008 bereits 3.3 und 2014 3.8 Sportarten. Vor sechs Jahren gaben die Sporttreibenden durchschnittlich sogar 4.5 Sportarten an. Interessant ist, dass sich dieser Trend nicht weiter fortgesetzt hat: Aktuell werden mit 3.7 Nennungen wieder deutlich weniger Sportarten genannt. War es 2020 ein Fünftel der Sporttreibenden, die nur eine oder zwei Sportarten angaben, so ist es heute über ein Drittel. Umgekehrt haben 2020 30 Prozent der Sporttreibenden über fünf Sportarten genannt, heute sind es noch knapp 20 Prozent.

Sporttreibende nennen weniger Sportarten

Diese Veränderungen bei den Nennungen von Sportarten stehen im Einklang mit den Ergebnissen zur Stagnation des Sportbooms (vgl. Kapitel 2) und zeigen sich auch in der Nutzung der Sportinfrastruktur (vgl. Kapitel 10). Offensichtlich findet aktuell wieder eine Konzentration auf weniger Sportarten statt. Oder es werden zumindest weniger Sportarten genannt. Die Befragten sind weniger erpicht darauf, sich über eine Vielzahl an ausgeübten Sportarten zu definieren und so auch Sportarten zu nennen, die nur ganz sporadisch und selten ausgeübt werden. Dieser Trend wird dadurch verstärkt, dass heute viele Befragte den Fragebogen an einem mobilen Gerät und nicht mehr an einem Desktop-Computer ausfüllen. Aufgrund des kleineren Bildschirms und der etwas aufwändigeren Eingabe besteht die Tendenz, an einem mobilen Gerät weniger Sportarten einzugeben (vgl. Kapitel 19). Geben die Sporttreibenden an Desktop-Computern

T 6.1: Ausübung der verschiedenen Sportarten in der Schweiz (Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren)

	Nennung	Veränderung 2020–2026	Häufigkeit der Ausübung	Durch- schnittsalter	Frauenanteil	als Haupt- sportart ausgeübt
	(in % der Be- völkerung)	(in Prozent- punkten)	(mittlere Anzahl Tage pro Jahr)	(in Jahren)	(in %)	(in % der Bevölkerung)
Wandern, Bergwandern	49.0	–7.9	20	52	54	10.7
Radfahren (ohne Mountainbiking)	33.6	–8.4	40	50	49	8.0
Schwimmen	24.7	–13.8	20	49	58	2.3
Skifahren (ohne Skitouren)	23.3	–11.6	10	45	48	1.1
Jogging, Laufen	23.2	–3.8	52	42	48	9.0
Krafttraining, Muskelaufbau	19.7	6.4	100	41	47	9.4
Yoga, Pilates, Body Mind	16.1	3.3	50	49	82	6.0
Fitnessstraining, Group Fitness	14.9	–2.3	80	47	55	6.9
Mountainbiking	7.8	–0.1	25	48	25	2.2
Tanzen	6.9	–4.5	24	46	85	1.4
Turnen, Gymnastik	6.5	–2.2	50	59	71	2.9
Fussball	5.7	–2.0	40	35	9	2.3
Skilanglauf	4.6	–0.6	7	51	50	0.1
Tennis	4.2	–1.2	25	46	33	1.5
Klettern, Bergsteigen	3.8	0.3	15	38	42	0.8
Ski- und Snowboardtouren	3.7	0.2	10	48	36	0.2
Snowboarding (ohne Snowboardtouren)	3.6	–1.8	6	35	46	0.1
Walking, Nordic Walking	3.2	–1.9	50	59	79	1.0
Volleyball, Beachvolleyball	2.6	–0.2	30	34	44	1.0
Kampfsport, Selbstverteidigung	2.6	0.1	60	34	38	1.3
Windsurfen, Surfen, Kitesurfen, SUP	2.2	0.1	8	44	50	0.1
Schlitteln	2.1	–3.8	1	40	49	0.0
Schneeschuhlaufen	2.0	–1.3	5	55	56	0.0
Badminton	1.9	–1.1	10	38	37	0.4
Golf	1.7	–0.5	35	56	39	0.8
Reiten, Pferdesport	1.5	–0.5	96	40	79	0.7
Tischtennis	1.4	–0.9	10	41	28	0.1
Basketball	1.4	–0.5	24	30	24	0.4
Rudern	1.3	0.4	52	52	43	0.4
Aqua-Fitness	1.2	–0.8	40	60	85	0.5
Eislaufen	1.1	–0.9	2	37	75	0.0
Schiessen	1.1	–0.2	30	43	24	0.4
Unihockey	1.0	–0.6	40	34	24	0.5
Inline-Skating, Rollschuhlaufen	1.0	–1.0	6	42	59	0.0
Squash	1.0	–0.6	12	39	31	0.1
Eishockey	0.9	–0.2	30	36	3	0.4
Segeln	0.7	–0.4	10	52	37	0.1
Tauchen	0.7	–0.2	5	50	36	0.0
Kanu, Wildwasserfahren	0.5	–0.2	10	51	42	0.0
Leichtathletik	0.4	–0.2	57	33	47	0.2
Handball	0.4	–0.1	60	28	23	0.3
andere Mannschafts- und Sportsportarten	3.0	1.0	27	43	20	0.9
andere Erlebnissportarten	1.2	–1.0	10	41	38	0.2
andere Ausdauersportarten	1.0	–0.3	20	43	43	0.3
sonstige Sportarten	4.2	0.7	35	46	40	0.9

Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 121. Neben den Nennungen der Sporttreibenden wurden auch die Angaben der Nichtsporttreibenden mitgerechnet, falls diese eine der aufgeführten Sportarten als eine von ihnen ausgeübte Bewegungsaktivität nannten (vgl. Kapitel 9). Die aufgeführten Sportarten sind mehrheitlich Zusammenfassungen von einzeln genannten Disziplinen. Die Zusammenfassung der Sportarten wurde in der Befragung «Sport Schweiz 2026» leicht angepasst. Unterschiede, die nicht statistisch signifikant sind, wurden grau eingefärbt.

durchschnittlich 4.0 Sportarten ein, so sind es an mobilen Geräten 3.5 Sportarten. Dies fällt umso mehr ins Gewicht, als immer mehr Befragte die Online-Variante gegenüber den telefonischen Interviews vorziehen. Haben 2020 80 Prozent aller Befragten den Online-Fragebogen ausgefüllt, so sind es heute 94 Prozent. Es lässt sich nicht genau eruieren, wie stark die genannten Effekte – Rückgang der Polysportivität versus Veränderungen im Antwortverhalten – genau sind, es lässt sich aber zeigen, dass beide Faktoren einen Einfluss auf die geringere Zahl an genannten Sportarten haben.

Helvetischer Fünfkampf bleibt an der Spitze – Krafttraining und Yoga boomen

Für die Übersicht über die beliebtesten Sportarten in Tabelle 6.1 wurden die 317 kodierten sportlichen Aktivitäten zu Hauptsportarten bzw. Sportartengruppen zusammengefasst. So enthält die Kategorie «Tanzen» die unterschiedlichsten Tanzstile von Walzer bis Hip-Hop und unter «Fitnesstraining, Group Fitness» werden die verschiedensten Formen von Fitnesstrainings zusammengefasst, die vorwiegend in Gruppen ausgeübt werden: vom klassischen Aerobic über Zumba und Spinning bis hin zu Bodypump und Bootcamp. Die unterschiedlichen Formen von Yoga oder Pilates werden dagegen in einer eigenen Kategorie erfasst. Tabelle 6.1 zeigt, dass Wandern, Radfahren, Schwimmen, Skifahren und Jogging von den meisten Menschen in der Schweiz ausgeübt werden. Diese fünf Lifetime-Sportarten, die wir als «helvetischen Fünfkampf» bezeichnen, standen in allen «Sport Schweiz»-Studien an der Spitze der Liste.

Hinter dem «helvetischen Fünfkampf» folgen heute Krafttraining und Yoga. Die beiden Sportarten konnten seit 2000, als Krafttraining von 2.9 Prozent und Yoga von 1.4 Prozent der Bevölkerung ausgeübt wurden, deutlich zulegen. Während Yoga kontinuierlich an Ausübenden gewann, hat Krafttraining zwischen 2014 und 2026 einen veritablen Sprung gemacht. Yoga und Krafttraining können zweifellos als die Boomsportarten der letzten Jahre bezeichnet werden. Neben Yoga und Krafttraining gibt es nur wenige andere Sportarten, die in den letzten sechs Jahren signifikant zulegen konnten. Dazu gehören: Klettern und Bergsteigen, Rudern sowie bei den «anderen Mannschaft- und Sportsportarten» Padel.

Sporadisch ausgeübte Lifetime-Sportarten mit klarem Rückgang

Bei fast allen anderen Sportarten finden wir mit Blick auf den Anteil an Ausübenden sinkende Zahlen. Dies trifft insbesondere für die fünf Lifetime-Sportarten des «helvetischen Fünfkampfs» zu, die heute deutlich weniger Nennungen als vor sechs Jahren erhalten. Während Wandern immer noch häufiger und Jogging gleich häufig wie 2014 genannt werden, sind Radfahren, Schwimmen und Skifahren sogar hinter die Werte von 2014 zurückgefallen. Vor allem beim Schwimmen und Skifahren scheint auch die Covid-19-Pandemie

ihre Spuren hinterlassen zu haben. Für die beiden Sportarten hatten wir bereits zwischen 2020 und 2022 den deutlichsten Rückgang beobachtet [6]. Der Verlust an Ausübenden, der bei der Mehrheit der in Tabelle 6.1 aufgeführten Sportarten beobachtet werden kann, lässt sich aber auch auf den oben erwähnten Rückgang an Nennungen zurückführen, und betrifft vor allem Sportarten, die von den Befragten häufig erst am Schluss aufgezählt werden. Betrachtet man nur die wichtigsten Sportarten, die von den Befragten an erster Stelle der betriebenen Aktivitäten genannt werden, so zeigt sich, dass Wandern heute gleich häufig als Hauptsportart genannt wird wie 2020. Radfahren erhält sogar etwas mehr Nennungen als Hauptsportart als vor sechs Jahren.

Zahl der Aktiven sinkt, Häufigkeit der Ausübung steigt

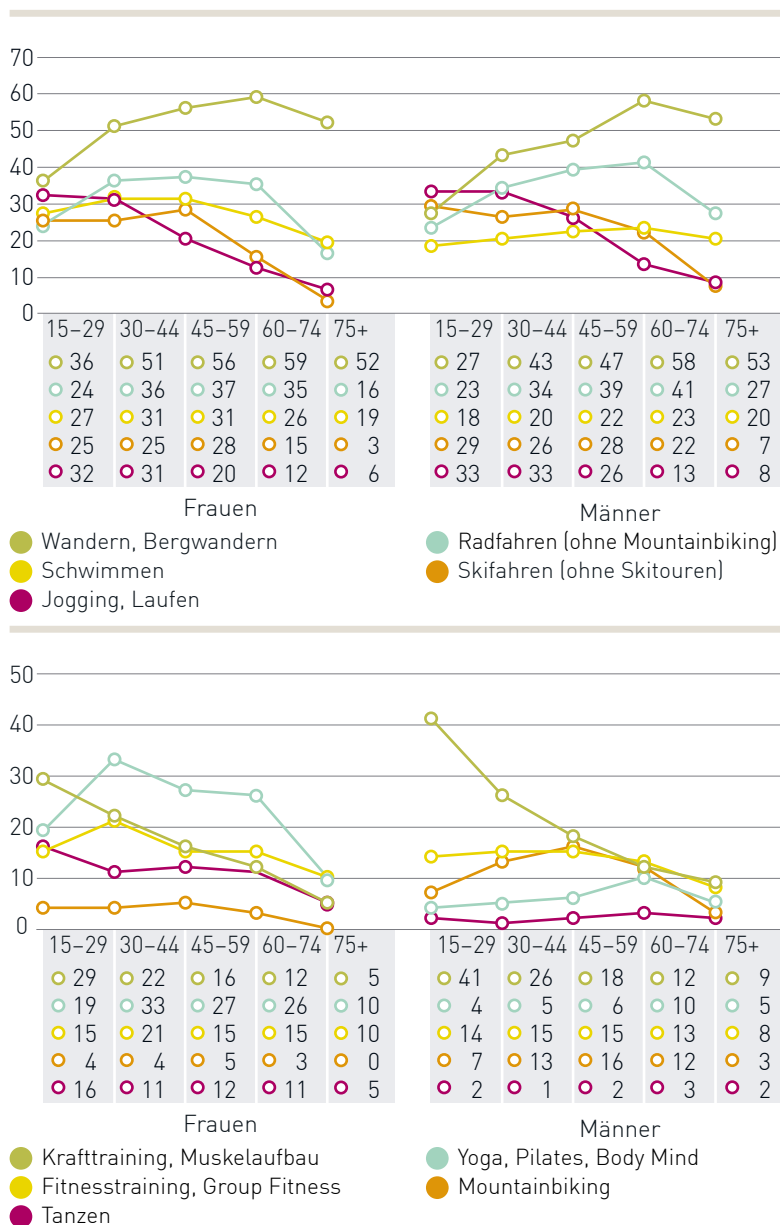
Das Argument, dass vor allem die sporadisch ausgeübten Sportartennennungen wegfallen, lässt sich untermauern, indem man die Häufigkeit der Ausübung in Tabelle 6.1 betrachtet. Während 2020 im Mittel an 15 Tagen im Jahr gewandert wurde, so ist es heute an 20 Tagen. Die Häufigkeit der Ausübung ist auch beim Skifahren und Jogging – nicht aber beim Radfahren und Schwimmen – gestiegen. Ein gutes Beispiel für diese Veränderungen ist auch die Sportart Tanzen, welche in den letzten sechs Jahren viele Aktive verloren hat. Trotzdem wird Tanzen heute häufiger als Hauptsportart genannt und die Häufigkeit der Ausübung ist von 10 auf 25 Tage hochgeschneit. Das heisst, wer heute Tanzen angibt, tanzt regelmässig, wer nur gelegentlich anlässlich eines Festes einmal das Tanzbein schwingt, nennt Tanzen nicht mehr als Sportart. Auch Schlitteln ist eine Sportart, die praktisch nie als Hauptsportart genannt wird, nur sehr sporadisch – im Mittel einmal im Jahr – ausgeübt wird und deshalb heute deutlich weniger häufig genannt wird als 2020. Beim Schlitteln ist zusätzlich interessant, dass 7 Prozent der Befragten sagen, sie hätten in den letzten zwölf Monaten eine Schlittelstrecke genutzt (vgl. Abbildung 10.1).

Krafttraining wird 100mal pro Jahr ausgeübt, Schlitteln 1mal

Wenn man sich auf die Hauptsportarten konzentriert, so erhalten Wandern, Krafttraining, Jogging, Radfahren, Fitnesstraining und Yoga am meisten Nennungen, wobei Krafttraining, Yoga und Radfahren heute häufiger als Hauptsportarten betrieben werden als noch vor sechs Jahren. Im Verhältnis zu den Ausübenden werden Handball, Kampfsport und Leichtathletik am meisten als Hauptsportart ausgeübt, für über die Hälfte der jeweiligen Ausübenden sind die drei Sportarten die Hauptsportart.

Mit Blick auf die Häufigkeit werden heute 25 Sportarten an mehr Tagen ausgeübt als noch vor sechs Jahren, wohingegen bei vier Sportarten ein Rückgang der Häufigkeit zu verzeichnen ist. Eine deutliche Steigerung der Ausübungshäufigkeit im Vergleich zu 2020 ist beim

A 6.1: Die 10 beliebtesten Sportarten nach Geschlecht und Alter
(Anteil der Ausübenden in %)



Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 121. Hinweis: Die beiden Abbildungen haben eine unterschiedliche Skalierung der Vertikalachse (obere Abbildung 0–70 %, untere Abbildung 0–50 %).

Handball, Rudern, Reiten, Eishockey und Tanzen zu beobachten. Insgesamt über 50 Tage im Jahr ausgeübt werden: Krafttraining, Reiten, Fitnessstraining, Handball, Kampfsport, Leichtathletik, Rudern und Jogging. Demgegenüber werden Schlitteln, Eislaufen, Schneeschuhlaufen, Tauchen, Snowboarden und Inline-Skating an weniger als 7 Tagen im Jahr praktiziert.

Tanzen und Yoga mit hohem Frauenanteil, Fussball und Eishockey mit hohem Männeranteil

Bei der Wahl einer Sportart gibt es grosse Geschlechterunterschiede. Deutlich mehr Frauen als Männer treffen wir beim Aqua-Fitness, Tanzen, Yoga, Reiten, Walking, Eislaufen sowie Turnen an. Alle diese Sportarten haben einen Frauenanteil von über 70 Prozent. Auf der anderen Seite sind die Frauen mit einem Anteil von unter 10

Prozent beim Eishockey und Fussball klar in der Minderheit. Einen Frauenanteil von weniger als 25 Prozent finden wir auch beim Handball, Schiessen, Unihockey und Basketball. Eine Zunahme des Frauenanteils von über 10 Prozentpunkten zeigt sich in den vergangenen sechs Jahren beim Segeln, Rudern, Eislaufen und Tanzen. Die letzten beiden Sportarten dürften aufgrund des Rückgangs der nur sporadisch Aktiven «weiblicher» geworden sein, während sich Segeln und Rudern für Frauen geöffnet haben.

Jede Sportart kennt ihre eigene soziodemografische Signatur

Nicht nur das Geschlecht hat einen Einfluss auf die Sportartenpräferenz, sondern auch das Alter. Bei den Altersunterschieden – bei denen es zu beachten gilt, dass Kinder und Jugendliche unter 15 Jahren nicht enthalten sind – fallen Aqua-Fitness, Walking, Turnen und Gymnastik, Golf sowie Schneeschuhlaufen mit einem Altersdurchschnitt von mindestens 55 Jahren auf. Demgegenüber haben Handball, Basketball, Leichtathletik, Kampfsport, Volleyball, Unihockey, Snowboarden und Fussball einen Altersdurchschnitt von höchstens 35 Jahren. Beim Kanu und Wildwasserfahren, beim Windsurfen, Surfen, Kiten und SUP sowie bei den anderen Erlebnissportarten ist der Altersdurchschnitt in den letzten sechs Jahre am deutlichsten gestiegen, beim Eislaufen leicht gesunken.

Die genauen Geschlechter- und Altersprofile der zehn beliebtesten Sportarten sind in Abbildung 6.1 veranschaulicht. Dabei zeigt sich, dass Wandern auch deshalb an der Spitze der beliebtesten Sportarten steht, weil es sowohl von Frauen als auch von Männern in den unterschiedlichsten Lebensphasen betrieben wird. Selbst von den 15- bis 29-jährigen Männern geben fast 30 Prozent Wandern als Sportart an. Während Wandern mit dem Alter weiter an Popularität gewinnt und die Ausübung erst ab 74 Jahren rückläufig ist, werden Jogging und Krafttraining mit steigendem Alter deutlich seltener betrieben. Schwimmen geht bei den Frauen mit dem Alter tendenziell eher zurück, während es bei den Männern tendenziell steigt. Radfahren und Mountainbiken sind im mittleren Erwachsenenalter am beliebtesten. Die Beispiele machen deutlich, dass jede Sportart über ein charakteristisches Profil der Teilnehmenden verfügt, das vom Alter und Geschlecht, aber auch von Faktoren wie Einkommen, Bildung und sozialer Herkunft geprägt wird (vgl. Kapitel 8 sowie den separaten Bericht mit den Factsheets zu den Sportarten, der jeweils zu «Sport Schweiz» erscheint).

Das Wachstumspotential verschiedener Sportarten

Ein knappes Drittel der Sporttreibenden würde zukünftig gerne eine Sportart vermehrt oder neu betreiben. Der Wunsch, neue Sportarten zu entdecken oder bereits betriebene zu intensivieren, ist bei den Sportlerinnen mit 37 Prozent noch etwas höher als bei den Sportlern mit 26 Prozent. Mit zunehmendem Alter geht der Wunsch nach sportlicher Veränderung klar

zurück. Jüngere Menschen zeigen eine deutlich höhere Bereitschaft, neue Sportarten zu erproben oder bestehende Sportaktivitäten auszubauen, als die älteren Generationen. Während bei den 15- bis 24-Jährigen mit 47 Prozent fast jede zweite sportlich aktive Person eine Sportart entdecken oder intensivieren möchte, sind es bei den 25- bis 44-Jährigen noch rund 40 Prozent und bei den 45- bis 65-Jährigen rund 30 Prozent. Im Alter ab 65 Jahren sinkt der Anteil unter 20 Prozent. Gegenüber 2020 hat sich der Wunsch nach sportlicher Veränderung nicht gross verändert. Er ist bei den Frauen leicht gestiegen, bei den Männern etwas gesunken.

Die meistgenannten Wunschsportarten lassen sich Tabelle 6.2 entnehmen. Mit Yoga, Schwimmen, Krafttraining, Radfahren, Tanzen, Jogging, Fitnesstraining und Wandern stehen Sportarten ganz zuoberst auf der Wunschliste, die bereits heute zu den beliebtesten gehören. Gegenüber 2020 haben sich die Sportwünsche nicht gross verändert. Wie bei den aktuell ausgeübten Sportarten hat auch bei den Wunschsportarten Krafttraining am meisten zugelegt. Ange-

sichts der sinkenden Zahlen bei den Schwimmenden ist bemerkenswert, dass Schwimmen heute häufiger als Wunschsportart genannt wird als vor sechs Jahren. Auch bei den Wunschsportarten zeigen sich beachtliche Unterschiede zwischen den Geschlechtern und den Altersgruppen. Da der Frauenanteil bei den Wunschsportarten meist höher ist als bei den ausgeübten Sportarten, könnten verschiedene Sportarten in den nächsten Jahren «weiblicher» werden. Um das Wachstumspotential der verschiedenen Sportarten zu bestimmen, kann man die Anzahl Personen, die eine Sportart neu oder vermehrt ausüben möchten, ins Verhältnis setzen zu den Personen, welche die Sportart aktuell ausüben. Aufgrund dieser Berechnung kann Kampfsport, Windsurfen, Surfen, Kitesurfen und SUP sowie anderen Erlebnisportarten ein besonders hohes Wachstumspotential vorausgesagt werden. Während wir vor sechs Jahren aufgrund der Sportwünsche prognostizierten, dass der Sportboom kaum im selben Ausmass wie bisher weitergehen würde, müssten wir heute davon ausgehen, dass die Sportentwicklung sich auf dem aktuellen Niveau einpendeln wird.

T 6.2: Wunschsportarten der Sporttreibenden

	Nennung (in % der Sporttreibenden)	Veränderung 2020–2026 (in Prozentpunkten)	Durchschnittsalter (in Jahren)	Frauenanteil (in %)
Yoga, Pilates, Body Mind	4.1	–0.3	45	87
Schwimmen	4.0	0.4	44	62
Krafttraining, Muskelaufbau	3.7	1.6	40	64
Radfahren (ohne Mountainbiking)	3.0	–0.1	46	50
Tanzen	2.9	–0.3	43	91
Jogging, Laufen	2.9	0.0	40	66
Fitnesstraining, Group Fitness	2.8	–0.3	43	74
Wandern, Bergwandern	2.3	0.1	48	63
Kampfsport, Selbstverteidigung	2.0	–0.3	29	39
Tennis	1.5	0.0	39	48
Klettern, Bergsteigen	1.4	–0.4	34	55
Windsurfen, Surfen, Kitesurfen, SUP	1.2	–0.1	39	45
Volleyball, Beachvolleyball	1.1	0.4	29	68
Skilanglauf	1.1	–0.1	49	64
Skifahren (ohne Skitouren)	1.0	–0.2	44	47
Badminton	0.8	0.3	37	72
Golf	0.7	–0.1	49	31
Ski- und Snowboardtouren	0.6	0.0	42	54
Mountainbiking	0.6	–0.3	44	35
Rudern	0.5	0.1	48	53
Reiten, Pferdesport	0.5	–0.1	36	80
Schiessen	0.5	–0.2	42	50
Turnen, Gymnastik	0.5	–0.2	49	68
Fussball	0.4	–0.1	28	29
Aqua-Fitness	0.3	0.0	52	88
Segeln	0.3	–0.1	50	49
Squash	0.3	0.0	41	71
Snowboarding (ohne Snowboardtouren)	0.3	–0.1	28	79

Anmerkung: Anzahl Befragte: 12466 (nur Sporttreibende). Unterschiede, die nicht statistisch signifikant sind, wurden grau eingefärbt.

7. Regionale Unterschiede

Das Wichtigste in Kürze

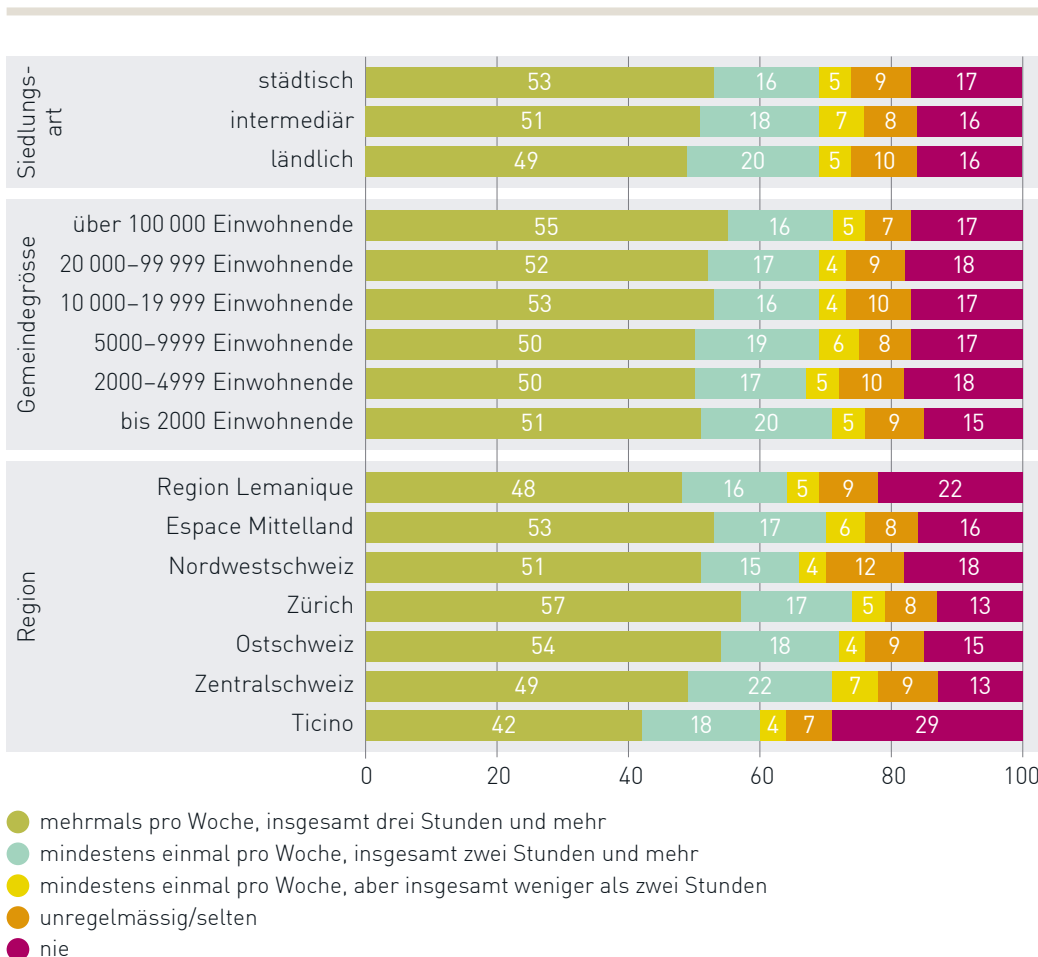
- Regionale Faktoren wie die Siedlungsart oder die Gemeindegrösse haben keinen grossen Einfluss auf das Niveau der Sportaktivität.
- Die unterschiedlichen Angebote und Infrastrukturzugänge können aber die Wahl der Sportarten entscheidend beeinflussen.
- Deutlich grössere Unterschiede bezüglich Sportaktivität finden sich zwischen den Sprachregionen. Die vor sechs Jahren festgestellte Aufholjagd der lateinischen Schweiz hat sich insbesondere im Tessin nicht fortgesetzt.
- Zwischen den Sprachregionen gibt es verschiedene Unterschiede bezüglich der Sportartenpräferenzen und der Sportmotive.

Nach Abstimmungen ist häufig von «Gräben» die Rede, welche die Schweiz durchziehen. Da gibt es den «Röstigraben» oder den «Stadt-Land-Graben». Die Metapher vom Graben impliziert, dass unterschiedliche Sprachregionen oder Siedlungsräume mit unterschiedlichen Lebenswelten und Problemlagen einhergehen, die zu anderen Wertvorstellungen, Einstellungen und Verhaltensweisen führen, die schliesslich in Abstimmungsergebnissen sichtbar werden. Auch wenn «Graben» stark übertrieben scheint, da es immer viele Übergänge und Berührungspunkte gibt und das Ge-

meinsame stärker als das Trennende ist, bleibt die Frage interessant, welche regionalen Unterschiede es gibt und ob sich diese auch im Sportverhalten zeigen.

Keine grossen Stadt-Land-Unterschiede beim Sportverhalten

Abbildung 7.1 zeigt, dass die Unterschiede bei der Sportaktivität nach Siedlungsart und Gemeindegrösse nicht gross ins Gewicht fallen. In der Stadt wird zwar etwas mehr Sport getrieben als im intermediären Raum und im intermediären Raum etwas mehr als auf



A 7.1: Sportaktivität nach Siedlungsart, Gemeindegrösse und Region (in % der Wohnbevölkerung im Alter ab 15)

Anmerkungen: Anzahl Befragte: 14 741. Gemeindegrösse und Siedlungsart auf der Grundlage der Kodierungen des Bundesamtes für Statistik. Unterteilung nach Regionen entspricht den Grossregionen der Schweiz. Hinweis: Die Kodierung der Siedlungsart wurde zwischen 2020 und 2026 angepasst und ist nicht mehr exakt mit 2020 vergleichbar. Die Kategorie «intermediär» umfasst neben dem dichten periurbanen Raum auch die ländlichen Zentren.

dem Land. Tendenziell steigt die Sportaktivität also mit dem Urbanisierungsgrad. In Grossstädten ist sie etwas höher als in kleinen Gemeinden. Die Unterschiede halten sich aber in engen Grenzen und betreffen vor allem die Gruppe der sehr aktiven Sporttreibenden. Letztlich hängt die Sportlichkeit der Bevölkerung nicht davon ab, ob man in einer Stadt oder einem Dorf wohnt oder wie viele Einwohnende die Gemeinde hat.

Sportaktivität ist verknüpft mit Bevölkerungsstruktur, Zentrumsnähe oder Verkehrsanbindung

Berücksichtigt man beim Wohnort aber nicht nur die Gemeindegrösse und den Urbanisierungsgrad, sondern auch sozioökonomische Faktoren, so lassen sich interessante Unterschiede im Sportverhalten finden. Anhand der 25-stufigen Gemeindetypologie des Bundesamtes für Statistik, welche die Bevölkerungs- und Wirtschaftsstruktur einer Gemeinde berücksichtigt, zeigen sich die folgenden Zusammenhänge: Klar am meisten Sport wird in Tourismusgemeinden betrieben. In Tourismusgemeinden in der ländlichen Peripherie sind fast zwei Drittel der Bevölkerung sehr aktiv und weniger als ein Zehntel ist sportlich inaktiv. Überdurchschnittlich sportlich ist die Bevölkerung auch in Agrargemeinden und Dienstleistungsgemeinden geringerer oder mittlerer Dichte, sofern diese an städtische Ballungsräume angrenzen. Auch Menschen, die in städtischen Wohngemeinden einer grossen Agglomeration oder in ländlich zentral gelegenen Agrargemeinden leben, erweisen sich als besonders sportlich. Am anderen Ende der Skala liegen ländlich periphere Agrargemeinden, Dienstleistungsgemeinden eines ländlichen Zentrums und ländliche zentral gelegene Industriegemeinden. Hier leben weniger sehr Aktive, dafür überdurchschnittlich viele sportlich Inaktive. Die Beispiele machen deutlich, dass Faktoren wie die Verkehrsanbindung, die Zentrumsnähe, die Einwohnerdichte oder der Wirtschaftsraum sehr wohl einen Einfluss auf die Sportaktivität haben. Vieles hängt dabei von der entsprechenden Bevölkerungsstruktur und damit von Faktoren wie Bildung, Erwerbstätigkeit oder Haushaltseinkommen ab, womit wir bei den sozialen Unterschieden wären, deren Einfluss in Kapitel 8 genauer unter die Lupe genommen wird.

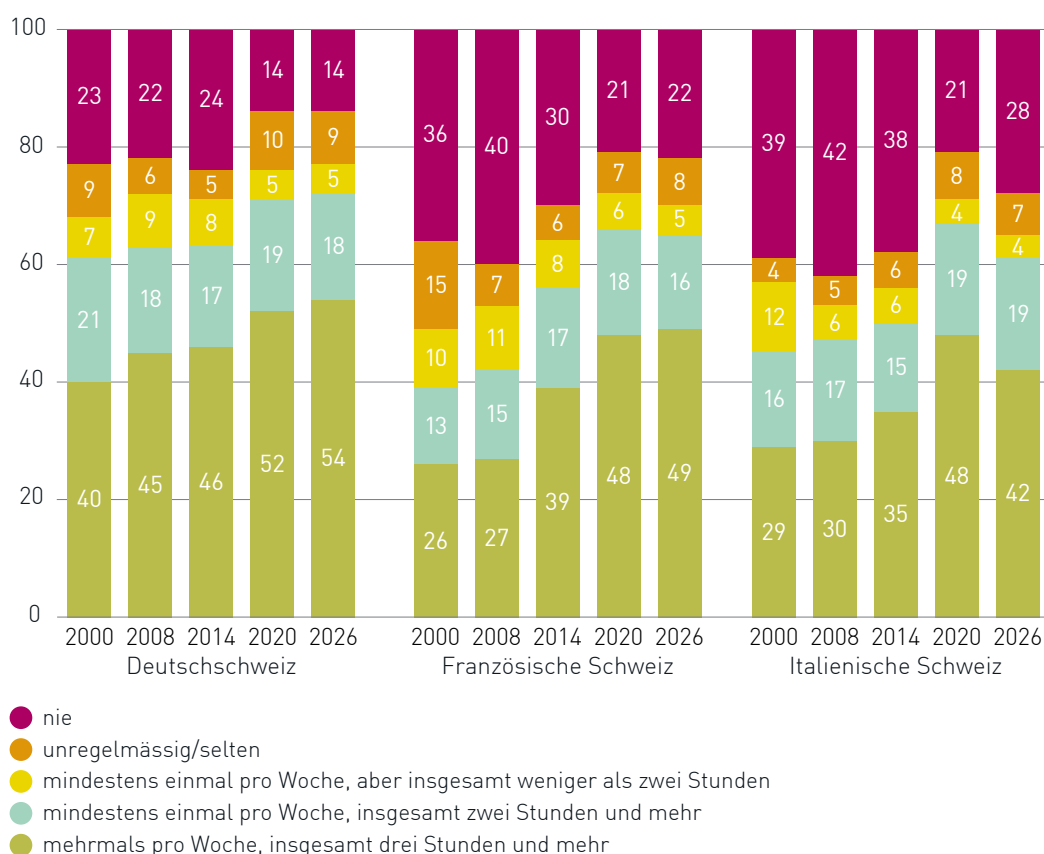
Stadt-Land-Unterschiede bei den Sportartenpräferenzen

Wenngleich sich keine grossen Stadt-Land-Unterschiede bei der Sportaktivität finden lassen, so zeigen sich doch einige bemerkenswerte Unterschiede bei der Wahl der Sportarten. Diese hängen vor allem mit den vorhandenen Angeboten und der Zugänglichkeit von Infrastruktur zusammen (vgl. Kapitel 10). In ländlichen Regionen wird häufiger Ski gefahren, geturnt und gewandert als in den Städten und im intermediären Raum, wobei beim Wandern die Unterschiede zwischen intermediärem Raum und Land gering sind. In der Stadt sind Jogging, Krafttraining und Yoga besonders beliebt, im intermediären Raum ist es Mountainbiking.

Wenn wir den Fokus mehr auf die Regionen richten, so wird sichtbar, dass die Unterschiede nach Grossregionen stärker sind als die Unterschiede nach Gemeindegrösse oder Siedlungsart. Abbildung 7.1. zeigt, dass es in der Region Zürich am meisten sehr aktive Sporttreibende gibt, im Tessin am meisten sportlich Inaktive. Gegenüber 2020 wird in der Region Zürich mehr Sport getrieben, in der Nordwestschweiz und vor allem im Tessin signifikant weniger. Letzteres führt uns zu den Unterschieden in den Sprachregionen, die in Abbildung 7.2 detailliert dargestellt sind.

Unterschiede zwischen Sprachregionen werden wieder grösser

Seit der ersten «Sport Schweiz»-Studie kann festgestellt werden, dass in der Deutschschweiz mehr Sport getrieben wird als in der französisch- und italienischsprachigen Schweiz. Die Unterschiede zwischen den drei Sprachregionen haben kulturelle und historische Gründe und sie korrespondieren augenfällig mit dem Sportverhalten der umliegenden Länder. In Deutschland wird mehr Sport betrieben als in Frankreich, in Frankreich mehr als in Italien (vgl. Abbildung 2.3). Insbesondere zwischen 2014 und 2020 haben sich die sprachregionalen Unterschiede reduziert. Der Sportboom hat die West- und Südschweiz erfasst und die entsprechende Bevölkerung hat bei der Sportaktivität stark aufgeholt. Mit Blick auf das Tessin war sogar von einem «Quantensprung» in der Sportentwicklung die Rede. In den vergangenen sechs Jahren hat sich die Aufholjagd jedoch nicht fortgesetzt. Während sich in der Deutschschweiz ein minimaler Anstieg der Sportaktivität bei den sehr aktiven Sporttreibenden zeigt und die französische Schweiz etwa auf dem Niveau von 2020 verharret, kommt es in der italienischen Schweiz zu einem beträchtlichen Rückgang. Die Zahl der sehr aktiven Sporttreibenden sinkt, die Zahl der sportlich Inaktiven steigt. Der «Quantensprung» wurde also wieder etwas nach unten korrigiert. Vergleicht man die neuesten Zahlen des Tessins allerdings mit den Zahlen aus dem Jahr 2014, so kann immer noch eine beträchtliche Erhöhung der Sportaktivität festgestellt werden. Das Gleiche gilt auch für die Deutschschweiz und die französischsprachige Schweiz: Die aktuelle Sportaktivität liegt deutlich über dem Niveau von vor zwölf Jahren. Eine Erklärung für den klaren Rückgang der Sportaktivität im Tessin in den letzten sechs Jahren könnte bei der Betroffenheit und dem Umgang mit der Covid-19-Pandemie liegen. Das Tessin war aufgrund der geografischen Nähe zu Norditalien früher und zunächst stärker von der Covid-19-Pandemie betroffen. Entsprechend wurden strengere Massnahmen ergriffen: Es gab einen strikteren Lockdown und viele Sportaktivitäten waren stärker und länger eingeschränkt als in der restlichen Schweiz.



A 7.2: Sportaktivität in den drei Sprachregionen 2000 bis 2026 (in %)

Anmerkung: Anzahl Befragte: 2000: 2058; 2008: 10 242; 2014: 10 622; 2020: 12 086; 2026: 14 741.

Mehr Radfahren in der Deutschschweiz, mehr Skifahren in der Romandie

Nicht nur bei der Sportaktivität auch bei den Sportartenpräferenzen zeigen sich beachtliche Unterschiede zwischen den Sprachregionen (vgl. Tabelle 7.1). Radfahren und Jogging sind in der Deutschschweiz deutlich beliebter als in der Westschweiz. Dies gilt in abgeschwächter Form auch fürs Wandern. Beim Schwimmen gibt es kaum Unterschiede und Skifahren – sowie auch Skitouren – wird in der Romandie mehr ausgeübt als in der Deutschschweiz. Im Tessin haben die beliebtesten Lifetime-Sportarten die geringsten Beteiligungsraten. Während Fussball und Tennis in allen Sprachregionen ähnlich populär sind, weisen Turnen, Handball, Unihockey oder Rudern in der Deutschschweiz, Segeln in der Romandie die stärkere Verbreitung auf.

Der markante Rückgang der beliebtesten Lifetime-Sportarten lässt sich in allen Sprachregionen beobachten. Schwimmen und Skifahren haben überall am meisten verloren. Beim Wandern und Radfahren ist der Rückgang in der Romandie geringer als in der deutsch- und italienischsprachigen Schweiz. In der Deutschschweiz verzeichnen die Outdoorsportarten Jogging, Mountainbike und Skilanglauf weniger oder keine sinkenden Zahlen. Die beiden Boomsportarten Krafttraining und Yoga können in allen Sprachregionen zulegen, ihr Wachstum ist aber in der Deutschschweiz besonders stark.

Unterschiedliche Sportmotive in den Sprachregionen

In allen Sprachregionen hat der Anteil an Sporttreibenden, die an Wettkämpfen teilnehmen, seit 2020 um 3 oder 4 Prozentpunkte abgenommen, sodass die Unterschiede zwischen den drei Landesteilen erhalten bleiben. Den höchsten Anteil an Wettkampfsportlerinnen und -sportlern finden wir nach wie vor in der Romandie (18%), etwas geringer ist er in der Deutschschweiz (15%) und im Tessin (13%). Dass Wettkampfsport in der französischsprachigen Schweiz einen höheren Stellenwert hat, zeigt sich auch bei den Sportmotiven. In der französisch- und auch in der italienischsprachigen Schweiz sind zudem «Entspannung und Stressabbau», «Figur und Aussehen» sowie «Risiko und Herausforderung» wichtigere Triebfedern beim Sporttreiben, während in der Deutschschweiz die «Freude an Bewegung» etwas stärker betont wird. Bezüglich der Motive «Fitness und Gesundheit», «Natur» und «Kontakt und Geselligkeit» finden sich keine erwähnenswerten sprachregionalen Unterschiede.

T 7.1: Ausübung der verschiedenen Sportarten nach Sprachregion (Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren)

	Deutschschweiz		Französische Schweiz		Italienische Schweiz	
	Nennung	Veränderung 2020–2026	Nennung	Veränderung 2020–2026	Nennung	Veränderung 2020–2026
	(in % der Bevölkerung)	(in %)	(in % der Bevölkerung)	(in %)	(in % der Bevölkerung)	(in %)
Wandern, Bergwandern	50.7	–8.6	45.0	–5.0	44.4	–8.9
Radfahren (ohne Mountainbiking)	37.7	–8.9	24.4	–5.5	18.6	–9.7
Schwimmen	25.6	–14.8	23.1	–11.3	20.1	–10.9
Skifahren (ohne Skitouren)	23.1	–12.2	25.4	–10.3	14.1	–10.9
Jogging, Laufen	25.7	–2.8	17.7	–5.6	14.1	–7.2
Krafttraining, Muskelaufbau	21.5	7.6	16.0	4.0	10.7	1.6
Yoga, Pilates, Body Mind	16.6	3.6	15.0	2.5	14.6	2.1
Fitnessstraining, Group Fitness	15.5	–2.7	13.8	–1.3	11.3	–0.9
Mountainbiking	8.2	0.9	7.0	–2.3	4.9	–4.7
Tanzen	7.7	–5.0	4.8	–3.8	4.1	0.8
Turnen, Gymnastik	7.5	–2.5	3.9	–1.3	5.8	–1.1
Fussball	5.8	–1.8	5.3	–2.5	5.8	–3.0
Skilanglauf	5.4	0.2	2.8	–2.7	2.6	–2.4
Tennis	4.3	–1.0	4.0	–1.9	4.3	–0.4
Klettern, Bergsteigen	4.0	0.6	3.7	–0.3	2.0	–0.3
Ski- und Snowboardtouren	3.1	0.1	5.7	0.4	1.5	–0.4
Snowboarding (ohne Snowboardtouren)	4.3	–1.7	1.8	–2.1	2.6	–0.2
Walking, Nordic Walking	4.1	–2.1	1.0	–0.9	1.3	–1.5
Volleyball, Beachvolleyball	2.8	–0.2	2.3	–0.3	1.0	–0.8
Kampfsport, Selbstverteidigung	2.6	0.2	2.7	–0.4	1.3	–0.1
Windsurfen, Surfen, Kitesurfen, SUP	2.2	0.3	2.4	–0.6	1.5	0.4
Schlitteln	2.5	–4.5	0.9	–2.2	0.7	–0.6
Schneeschuhlaufen	1.8	–0.6	2.7	–3.7	0.8	–1.3
Badminton	1.8	–1.0	2.7	–2.0	0.2	0.0
Golf	1.8	–0.5	1.6	–0.7	1.0	–0.4
Reiten, Pferdesport	1.7	–0.4	1.1	–1.0	0.7	–0.2
Tischtennis	1.6	–0.6	1.0	–1.9	0.8	–0.9
Basketball	1.4	–0.2	1.5	–1.3	0.5	–0.7
Rudern	1.5	0.5	0.6	0.0	0.5	0.1
Aqua-Fitness	1.0	–0.8	1.7	–0.8	0.8	–2.5
Eislaufen	1.2	–1.0	0.9	–0.5	0.7	–1.1
Schiessen	1.1	–0.4	1.0	0.3	0.8	0.5
Unihockey	1.2	–0.8	0.6	0.0	0.7	–1.1
Inline-Skating, Rollschuhlaufen	1.2	–1.2	0.4	–0.3	0.5	0.0
Squash	1.1	–0.4	0.8	–1.4	0.5	–0.2
Eishockey	0.9	–0.3	0.9	0.1	0.8	–0.4
Segeln	0.6	–0.5	1.1	–0.3	0.5	0.3
Tauchen	0.7	–0.2	0.9	–0.3	0.2	–0.7
Kanu, Wildwasserfahren	0.5	–0.1	0.7	–0.4	0.7	0.3
Leichtathletik	0.3	–0.3	0.5	0.1	0.3	–0.2
Handball	0.5	0.0	0.1	–0.3	0.2	0.2
andere Mannschafts- und Sportsportarten	2.8	0.9	3.5	1.1	3.5	1.4
andere Erlebnisportarten	1.2	–0.6	1.5	–2.1	0.8	–0.9
andere Ausdauersportarten	1.1	–0.3	0.9	–0.1	1.0	–0.8
sonstige Sportarten	4.3	0.5	4.1	1.4	3.0	0.3

Anmerkung: Anzahl Befragte: Deutschschweiz: 10596; Französische Schweiz: 2659; Italienische Schweiz: 866. Neben den Nennungen der Sporttreibenden wurden auch die Angaben der Nichtsporttreibenden berücksichtigt, falls diese eine der aufgeführten Sportarten als eine von ihnen ausgeübte Bewegungsaktivität nannten (vgl. Kapitel 9). Die aufgeführten Sportarten sind mehrheitlich Zusammenfassungen von einzeln genannten Disziplinen. Die Zusammenfassung der Sportarten wurde in der Befragung «Sport Schweiz 2026» leicht angepasst. Unterschiede, die nicht statistisch signifikant sind, wurden grau eingefärbt.

8. Soziale Unterschiede

Das Wichtigste in Kürze

- Die sozialen Unterschiede bei der Sportaktivität halten sich hartnäckig. Insbesondere bezüglich Einkommen und Bildung ist ein deutlicher sozialer Gradient vorhanden. Je höher das Einkommen und die Bildung, desto mehr Sport wird getrieben.
- Weitere Faktoren wie der Erwerbsstatus, der Berufssektor oder die Haushaltsform – und hier insbesondere die Geburt von Kindern – haben einen Einfluss darauf, wieviel Sport getrieben wird.
- Grosse Unterschiede lassen sich bezüglich des Migrationshintergrunds beobachten: Während sich Personen mit Doppelbürgerschaft immer mehr der einheimischen Bevölkerung angleichen, hat sich die Sportaktivität der ausländischen Bevölkerung in den letzten sechs Jahren wieder reduziert.
- Wie viel Sport die in der Schweiz wohnhaften Ausländerinnen und Ausländer treiben, hängt neben der Aufenthaltsdauer vom Herkunftsland ab. Zudem spielen bei der ausländischen Bevölkerung Alter und Geschlecht eine grössere Rolle.
- Soziale Unterschiede beeinflussen nicht nur das Ausmass der Sportaktivität, sondern auch die Wahl der Sportarten.

Bereits in den früheren Studien von «Sport Schweiz» konnte festgestellt werden, dass soziale Merkmale wie Bildung, Einkommen, Erwerbstätigkeit oder Haushaltszusammensetzung einen grossen Einfluss auf das Sportverhalten haben und die sportliche Aktivität einem deutlichen sozialen Gradienten folgt. Die Befunde stehen im Einklang mit zahlreichen Untersuchungen, die einen klaren Zusammenhang zwischen sozioökonomischen Faktoren und Sportverhalten nachweisen konnten [11]. Dieser Zusammenhang zeigt sich auch 2026.

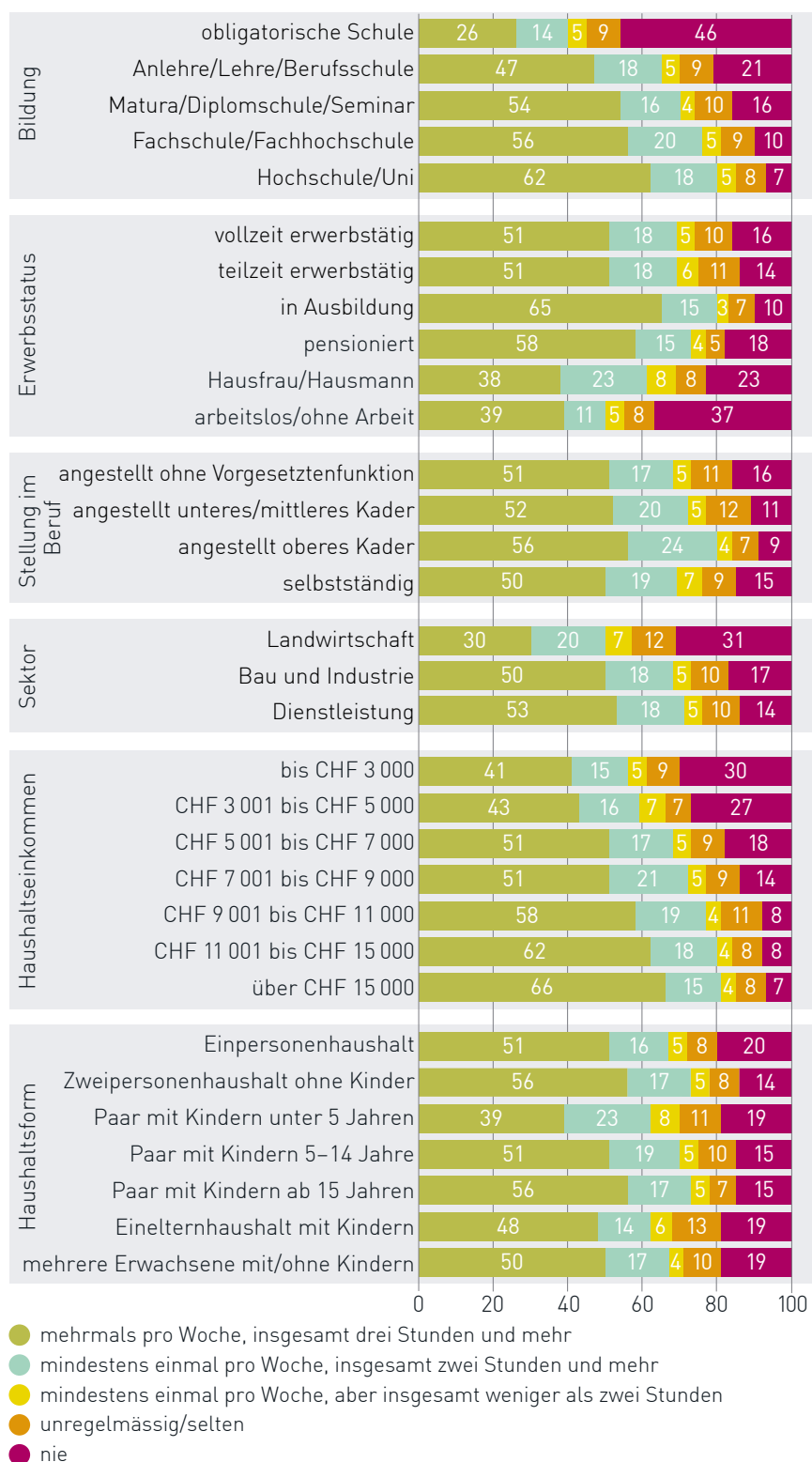
Soziale Unterschiede halten sich hartnäckig

Betrachtet man die Unterschiede in Abbildung 8.1, so muss das positive Bild einer immer sportlicher werdenden Bevölkerung etwas relativiert werden. Während sich Alters- und Geschlechterunterschiede in den letzten 20 Jahren eindeutig reduziert haben, sieht es bei den sozioökonomischen Unterschieden anders aus. Unter den aktiven Sportlerinnen und Sportlern gibt es deutlich mehr Personen mit einem überdurchschnittlichen Bildungs- und Einkommensniveau. Die sozialen Ungleichheiten im Sport sind eng mit dessen Entstehungsgeschichte verbunden. Bereits bei seiner Entstehung Mitte des 19. Jahrhunderts in England war der Sport eine Angelegenheit der Mittel- und Oberschicht und diese Unterschiede halten sich hartnäckig [12]. Trotz der Öffnung des Sports und der Schaffung sportpolitischer Leitlinien und Förderprogramme konnten sie in den letzten 20 Jahren kaum reduziert werden. Seit der letzten Studie im Jahr 2020 haben sich diese Unterschiede – möglicherweise als Folge der Pandemie – sogar leicht akzentuiert.

Sozialer Gradient bezüglich Einkommen und Bildung besonders stark ausgeprägt

Ein besonders klarer sozialer Gradient ist beim Einkommen und bei der Bildung ersichtlich (vgl. Abbildung 8.1). Je höher die Bildung und je höher das Einkommen, desto grösser ist der Anteil an sehr aktiven Sportlerinnen und Sportlern und desto kleiner der Anteil an Personen, die gar keinen Sport treiben. Hervorzuheben sind Personen ohne nachobligatorischen Schulabschluss, welche sich besonders häufig als inaktiv erweisen: Fast die Hälfte (46 %) bezeichnet sich als Nichtsportlerin oder Nichtsportler und lediglich ein Viertel treibt mehrmals wöchentlich mindestens drei Stunden Sport. Damit hat die Sportaktivität in dieser Bevölkerungsgruppe, die durch einen erhöhten Anteil an älteren Personen, Menschen mit ausländischer Nationalität sowie arbeitslosen Personen gekennzeichnet ist, in den letzten sechs Jahren nochmals abgenommen, während Personen mit einem Hochschul- oder Universitätsabschluss heute mehr Sport treiben als vor sechs Jahren. Eine ähnliche Entwicklung kann man beim Haushaltseinkommen feststellen: Während der Anteil an sehr aktiven Sporttreibenden in der obersten Einkommensgruppe im Vergleich zu 2020 um 3 Prozentpunkte zugenommen hat, hat er sich in der untersten Einkommensgruppe um denselben Anteil reduziert.

A 8.1: Sportaktivität nach Bildungs-, Erwerbs-, Berufs- und Einkommensstatus sowie Haushaltszusammensetzung (in %)

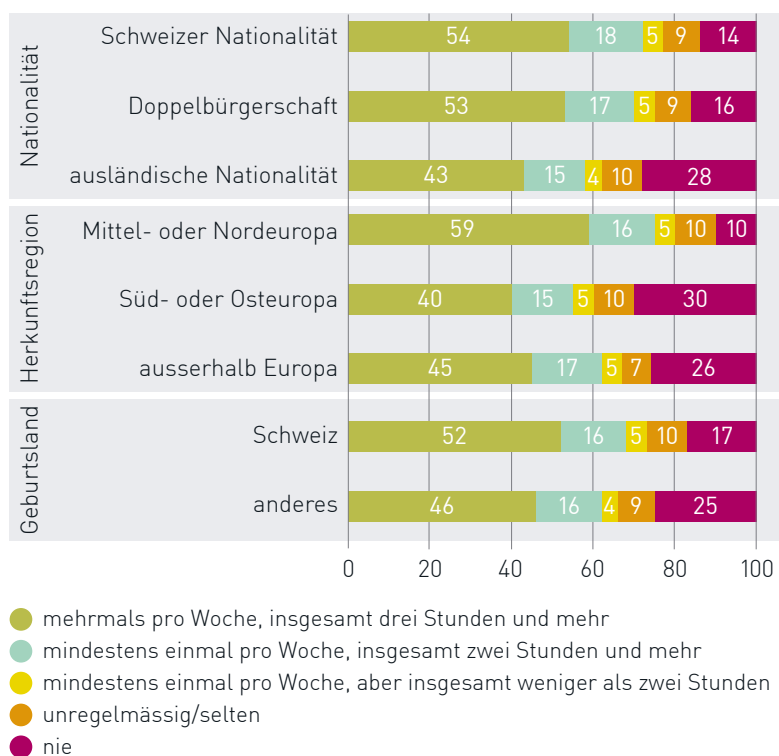


Anmerkung: Bildung: höchste abgeschlossene oder zurzeit besuchte Ausbildungsstufe, nur Personen ab 25 Jahren, n=12 052; Erwerbsstatus: n=14 681; Berufsstellung und Wirtschaftssektor: nur erwerbstätige Personen, n=8 655 bzw. 8 616; Haushaltseinkommen (netto, monatlich in CHF): n=13 388; Haushaltsform: n=14 706.

Unterschiede in der Sportaktivität nach Erwerbsstatus und beruflichem Tätigkeitsbereich

Betrachtet man neben der Bildung und dem Einkommen weitere soziale Einflussfaktoren, so differenziert sich das Bild zusehends (vgl. Abbildung 8.1). Während Personen, die in Ausbildung oder bereits pensioniert sind, eine überdurchschnittliche Sportaktivität an den Tag legen, ist bei Hausfrauen und Hausmännern sowie bei arbeitslosen Personen Gegenteiliges der Fall. Insbesondere jene Personen, welche sich als Hausmann oder Hausfrau bezeichnen, treiben heute deutlich weniger Sport als noch vor sechs Jahren, wohingegen die Gruppe der arbeitslosen Menschen bereits in der Erhebung im Jahr 2020 mit einer unterdurchschnittlichen Sportaktivität aufgefallen ist. Eine ebenfalls unterdurchschnittliche Sportaktivität weisen Personen auf, die im landwirtschaftlichen Sektor tätig sind. Nur 30 Prozent davon geben an, mehrmals pro Woche mindestens drei Stunden Sport zu treiben, ein ebenso grosser Anteil treibt gar keinen Sport. Damit ist diese Gruppe deutlich inaktiver als noch vor sechs Jahren, als 42 Prozent zu den sehr aktiven Sporttreibenden und lediglich 19 Prozent zu den sportlich Inaktiven zählten. Erwerbstätige Personen im Dienstleistungssektor konnten ihre Sportaktivität in den letzten sechs Jahren hingegen nochmals steigern. Diese Entwicklung deutet darauf hin, dass die fehlende körperliche Betätigung bei der Arbeit immer mehr mit Sport in der Freizeit kompensiert wird. Gleichzeitig zeigt ein Blick auf das Bewegungsverhalten, dass auch ein grosser Teil der in der Landwirtschaft tätigen Menschen durch ihren bewegten Arbeitsalltag trotz unterdurchschnittlicher Sportaktivität auf genügend Bewegung kommt (vgl. Kapitel 3). So erfüllen 81 Prozent die Bewegungsempfehlungen des «Netzwerks Gesundheit und Bewegung Schweiz» (HEPA) und 59 Prozent gelten als trainiert. Bei den Erwerbstätigen im tertiären Sektor sind es mit 77 Prozent sogar etwas weniger Menschen, welche die Empfehlungen erfüllen.

A 8.2: Sportaktivität nach Nationalität, Herkunftsregion und Geburtsland (in %)



Anmerkung: Nationalität n=14 682; Herkunftsregion und Geburtsland, nur Personen mit Migrationshintergrund (Doppelbürgerschaft oder ausländische Nationalität) n= 4 916 resp. n=4 952.

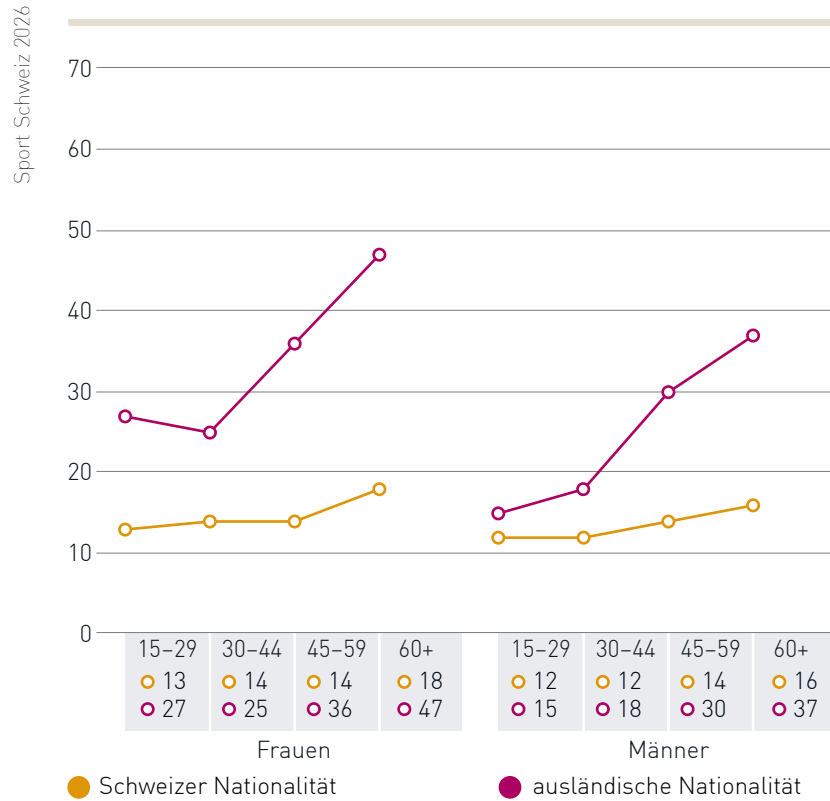
Geburt von Kindern führt zur Reduktion der Sportaktivität

Neben der beruflichen Tätigkeit können auch Kinder die Sportaktivität der Eltern entscheidend beeinflussen. Die Geburt eines Kindes führt dazu, dass man zumindest kurzfristig die Sportaktivität reduziert. Mit dem Alter der Kinder steigt der Umfang der sportlichen Aktivität jedoch wieder an. Menschen, welche in Paarhaushalten mit Kindern ab 15 Jahren leben, präsentieren sich sogar als besonders sportlich (vgl. Abbildung 8.1). Der Rückgang der Sportaktivität bei der Geburt eines Kindes zeigt sich zwar bei beiden Geschlechtern, bei den Müttern ist er aber deutlich ausgeprägter und betrifft auch den Anteil sportlich Inaktiver. Bei Frauen, die in einem Paarhaushalt mit Kindern unter 5 Jahren leben, zählen sich nur gerade 31 Prozent zu den sehr aktiven Sportlerinnen und 23 Prozent stufen sich als sportlich inaktiv ein. Bei Männern in der entsprechenden Haushaltsform liegt der Anteil an sportlich sehr Aktiven mit 48 Prozent zwar leicht unter dem Durchschnitt, der Anteil sportlich Inaktiver befindet sich mit 15 Prozent aber auf durchschnittlichem Niveau. Die Geburt eines Kindes führt bei Vätern somit ebenfalls zu einer leichten Reduzierung des Sporttreibens, nicht jedoch zu vollständiger Inaktivität. Eine interessante Geschlechterdifferenz

ist zudem, dass Frauen in Ein- und Zweipersonenhaushalten ohne Kinder sportlich aktiver sind als die entsprechenden Männer, alleinerziehende Mütter hingegen deutlich inaktiver als alleinerziehende Väter.

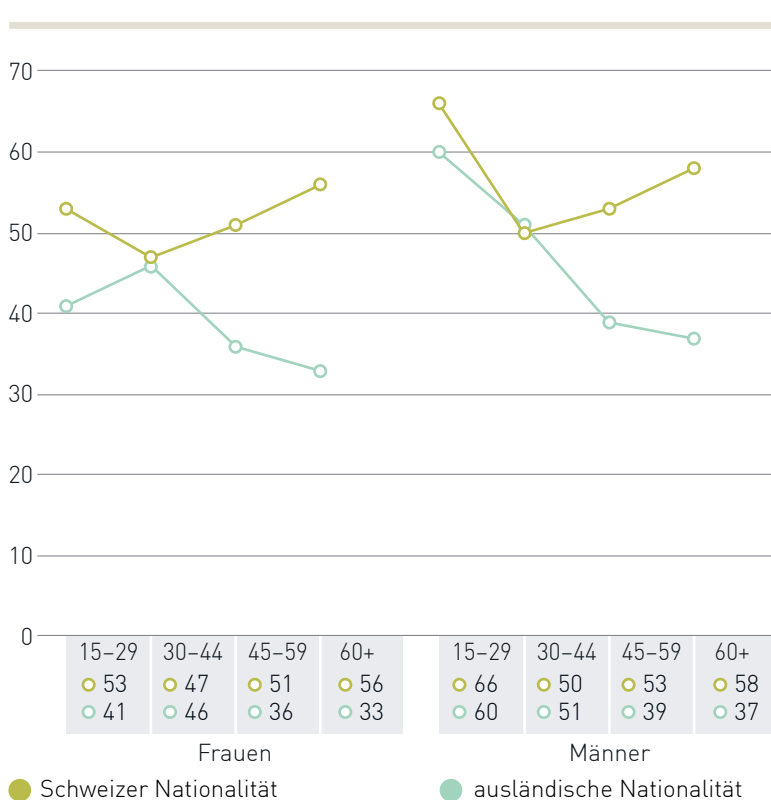
Sportaktivität der Migrationsbevölkerung ist abhängig von Herkunftsland und Aufenthaltsdauer

Die in der Schweiz lebenden Ausländerinnen und Ausländer sind sportlich weniger aktiv als die einheimische Bevölkerung (Abbildung 8.2). Dies gilt sowohl für den Anteil an sehr aktiven Sporttreibenden wie auch für den Anteil an Nichtsporttreibenden. Während sich die sportliche Aktivität der Schweizerinnen und Schweizer im Vergleich zu 2020 praktisch nicht verändert hat, zeigt sich bei der ausländischen Bevölkerung ein Rückgang der Sportaktivität. Die Doppelbürgerinnen und Doppelbürger haben sich in den letzten sechs Jahren bezüglich Sportaktivität der einheimischen Bevölkerung angeglichen. Wenn man die Unterschiede bezüglich Nationalität genauer analysieren möchte, stellt die Herkunftsregion der Menschen mit Migrationshintergrund ein wichtiges Merkmal dar. Ausländische Personen und Personen mit Doppelbürgerschaft, welche aus Mittel- oder Nordeuropa in die Schweiz migriert sind, legen ein überdurchschnittliches Sportniveau an den Tag und sind sogar aktiver als die einheimische Bevölkerung. Demgegenüber stehen Migrantinnen und Migranten aus Süd- und Osteuropa, welche bereits vor sechs Jahren als unterdurchschnittlich sportaktiv aufgefallen sind. Bei der Migrationsbevölkerung spielt jedoch nicht nur das Herkunftsland eine entscheidende Rolle, auch die in der Schweiz verbrachte Zeit hat einen Einfluss darauf, wie viel Sport getrieben wird. Je länger man in der Schweiz lebt, desto mehr gleicht sich die Sportaktivität den hiesigen Gepflogenheiten an. Entsprechend unterscheiden sich Personen mit Migrationshintergrund, welche in der Schweiz geboren sind, bezüglich Sportaktivität deutlich weniger von der einheimischen Bevölkerung als Menschen, die im Ausland geboren wurden (vgl. Abbildung 8.2).



Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 682. Bei der Gruppe mit Schweizer Nationalität sind auch Menschen mit Doppelbürgerschaft enthalten.

A 8.4: Anteil sportlich sehr Aktiver nach Nationalität, Alter und Geschlecht (in %)



Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 682. Bei der Gruppe mit Schweizer Nationalität sind auch Menschen mit Doppelbürgerschaft enthalten.

Alter und Geschlecht spielen bei der ausländischen Bevölkerung eine grössere Rolle

Der vorherige Abschnitt hat gezeigt, dass sich die Sportaktivität der einheimischen Bevölkerung in den letzten sechs Jahren kaum verändert hat, die in der Schweiz lebenden Ausländerinnen und Ausländer hingegen etwas inaktiver geworden sind. Um diese Entwicklung genauer verstehen zu können, lohnt sich eine vertiefte Analyse nach Geschlecht und Alter. Da sich Personen mit Doppelbürgerschaft der einheimischen Bevölkerung stark angenähert haben, werden sie in den folgenden Ausführungen den Personen mit Schweizer Nationalität zugeordnet.

Im Gegensatz zur einheimischen Bevölkerung gibt es bezüglich der sportlichen Inaktivität in der ausländischen Bevölkerung beträchtliche Unterschiede nach Alter und Geschlecht (vgl. Abbildung 8.3): Einerseits findet man bei den Ausländerinnen einen klar höheren Anteil an sportlich Inaktiven als bei den Ausländern, andererseits steigt die sportliche Inaktivität mit zunehmendem Alter bei der ausländischen Bevölkerung deutlich an. Seit 2014 hat sich der Anteil an Nichtsporttreibenden bei der ausländischen Bevölkerung zwar klar reduziert, die älteren Altersgruppen konnten aber nicht gleichermassen davon profitieren

Auch beim Anteil der sehr aktiven Sporttreibenden in Abbildung 8.4 haben sich die Unterschiede zwischen einheimischer und ausländischer Bevölkerung seit 2020 eher wieder akzentuiert. Dies liegt vor allem daran, dass die Schweizer Bevölkerung ab 45 Jahren seit 2014 deutlich sportlicher wurde, die älteren Generationen der ausländischen Bevölkerung hingegen in den letzten sechs Jahren an Sportlichkeit eingebüsst haben. Zwar haben auch die Ausländerinnen ihren Anteil an sehr aktiven Sportlerinnen in sämtlichen Altersgruppen seit 2014 klar gesteigert, die ausländischen Männer befinden sich 2026 aber nahezu auf dem Stand von 2014. Interessant sind bei den sehr aktiven Sporttreibenden die grossen Geschlechterunterschiede in der Gruppe der 15- bis 29-Jährigen, die in der ausländischen Bevölkerung besonders ausgeprägt sind.

Soziale Faktoren beeinflussen die Sportartenwahl

Bisher haben wir uns bei den sozialen Unterschieden hauptsächlich auf das Niveau der Sportaktivität konzentriert. Interessante Befunde lassen sich aber auch finden, wenn wir das Augenmerk auf die betriebenen Sportarten legen. Unterschiedliche Sportarten benötigen unterschiedliche finanzielle Ressourcen, beispielsweise aufgrund einer teuren Ausrüstung, hohen Mitgliederbeiträgen oder hohen Infrastrukturkosten. Somit erstaunt es wenig, dass sich bei verschiedenen Sportarten klare Unterschiede je nach Einkommen beobachten lassen. Personen mit einem Haushaltseinkommen von über 7000 CHF sind beispielsweise in Sportarten wie Leichtathletik, Unihockey, Tennis, Golf, Schlitteln, Windsurfen, Squash und Eishockey übervertreten. Personen mit einem tieferen Haushaltsbudget wählen hingegen öfter Sportarten wie Aqua-Fitness, Turnen, Schiessen oder Tanzen. Die Beispiele zeigen, dass nicht nur finanzielle Aspekte eine Rolle spielen, sondern auch die Zugehörigkeit zu einer bestimmten Gruppe oder einem bestimmten Milieu. Neben dem finanziellen Aufwand zum Betreiben einer Sportart können der Lifestyle-Charakter, die Suche oder Vermeidung von Körperkontakt oder die Ästhetik die «feinen» Unterschiede bei den Sportartpräferenzen erklären.

Auch die Herkunft und somit der kulturelle Hintergrund spielen eine wichtige Rolle bei der Wahl der betriebenen Sportart. Der Zugang zu Sportsettings oder Sportarten, die in den Herkunftsländern bekannt sind, ist verständlicherweise einfacher. Ausländerinnen und Ausländer sind klar häufiger in Sportarten wie Basketball, Kampfsport, Fussball, Kanu, Windsurfen, Joggen, Tischtennis, Klettern oder Krafttraining zu finden. Einen tiefen Ausländeranteil kann man hingegen beim Unihockey, Eishockey, Reiten, Turnen oder Walking beobachten.

Nationalität, Bildung und Einkommen haben den stärksten Einfluss auf die Sportaktivität

Die verschiedenen Faktoren wie Geschlecht, Alter, Bildung, Einkommen oder Nationalität wirken nicht unabhängig voneinander und können sich gegenseitig beeinflussen und überlagern. Wie stark dieser gegenseitige Einfluss ist, kann mit einer multivarianten Analyse überprüft werden (Details siehe Kapitel 19). Werden bei dieser Analyse Geschlecht, Alter, Bildung, Einkommen, Nationalität und Erwerbsstatus mitberücksichtigt, so wirken Bildung, Einkommen und Nationalität unabhängig voneinander am stärksten auf die Sportaktivität. Bei der Nationalität muss zusätzlich berücksichtigt werden, dass die Herkunftsregion eine entscheidende Rolle spielt.

9. Nichtsportlerinnen und Nichtsportler

Das Wichtigste in Kürze

- Rund ein Sechstel der Schweizer Bevölkerung bezeichnet sich als Nichtsportlerin oder Nichtsportler und gibt an, keinen Sport zu treiben.
- Gut die Hälfte der Nichtsporttreibenden erfüllt trotz sportlicher Inaktivität die Bewegungsempfehlungen, ein ebenso grosser Anteil betätigt sich auch ab und an sportlich.
- Frauen und ältere Personen, Menschen aus der französisch- und italienischsprachigen Schweiz, in der Schweiz wohnhafte Ausländerinnen und Ausländer, Personen mit tiefem Bildungsabschluss und geringem Einkommen, Hausmänner und Hausfrauen sowie in der Landwirtschaft tätige Personen sind häufiger sportlich inaktiv.
- Die Nichtsporttreibenden verbinden mit Sport nur selten schlechte Erfahrungen oder negative Assoziationen. Ihnen macht der Sport aber generell weniger Spass. Daneben ist die mangelnde Zeit der Hauptgrund für die sportliche Inaktivität. Vermehrt werden auch finanzielle Gründe ins Feld geführt.
- Ein gutes Drittel der Nichtsporttreibenden würde gerne (wieder) mit Sport beginnen, wobei die Verbesserung der Gesundheit und Fitness das primäre Motiv dafür ist.

Auf die Frage «Treiben Sie Sport?» antwortet rund ein Sechstel der Schweizer Bevölkerung mit einem klaren «Nein». In den letzten sechs Jahren hat sich der Anteil an sportlich Inaktiven nicht signifikant verändert: 2020 waren es 16 Prozent, 2026 sind es 17 Prozent. Der grosse Sprung bei der Sportentwicklung geschah zwischen 2014 und 2020, als der Anteil der Inaktiven von 26 Prozent auf 16 Prozent sank. Bevölkerungsgruppen, die bisher weniger Zugang zum Sport gefunden haben – wie ältere Frauen oder generell Personen aus

der französisch- und italienischsprachigen Schweiz – liessen sich vermehrt für den Sport begeistern. In den vergangenen sechs Jahren hat sich die Entwicklung zwar nicht umgekehrt, sie hat aber stagniert und der Anteil an sportlich inaktiven Personen konnte nicht weiter reduziert werden. Es scheint immer schwieriger zu werden, die verbleibenden Nichtsportlerinnen und Nichtsportler für den Sport zu begeistern – aber der Reihe nach.

T 9.1: Sport- und Bewegungsformen, die von den Nichtsporttreibenden gelegentlich ausgeübt werden

	Nennung	Durchschnittsalter	Frauenanteil
	(in % aller Nichtsporttreibenden)	(in Jahren)	(in %)
Wandern, Bergwandern	19.7	49	57
Radfahren (ohne Mountainbiking)	11.1	49	54
Schwimmen	10.2	46	63
Skifahren (ohne Skitouren)	7.7	42	52
Spazieren (mit dem Hund)	5.7	48	56
Tanzen	3.3	46	79
Jogging, Laufen	2.8	41	62
Fussball	1.6	38	5
Yoga, Pilates, Body Mind	1.2	41	90
Fitnessstraining, Group Fitness	1.1	38	67

Anmerkung: Anzahl Befragte: 2316 (Nichtsporttreibende). Es sind alle Sportarten und Bewegungsformen aufgeführt, die von mindestens 1 Prozent der Nichtsporttreibenden genannt werden.

Wann gilt man als Nichtsportler bzw. Nichtsportlerin?

Zunächst muss darauf hingewiesen werden, dass es zwischen «Sporttreibenden» und «Nichtsporttreibenden» keine objektive und scharfe Grenze gibt. Die Befragten entscheiden selbst, ob sie sich als sportlich aktiv oder inaktiv einstufen. Bereits in den früheren «Sport Schweiz»-Studien konnten wir feststellen, dass viele erklärte Nichtsportlerinnen und Nichtsportler gleichwohl sportliche Aktivitäten ausüben, deren Häufigkeit und Intensität aber zu gering sind, als dass sich die Befragten deshalb als «sportlich aktiv» einstufen würden. Zu den sportlichen Bewegungsaktivitäten, die am häufigsten von Nichtsportlerinnen und Nichtsportlern ausgeübt werden, gehören Wandern, Radfahren, Schwimmen, Skifahren, Spazieren und Tanzen (vgl. Tabelle 9.1). Es handelt sich um die gleichen Aktivitäten wie 2020, sie werden aber alle etwas weniger häufig ausgeübt als noch vor sechs Jahren. Dies zeigt sich auch in der Summe aller Aktivitäten: Gaben 2014 noch 75 Prozent der Nichtsportlerinnen und Nichtsportler an, gleichwohl bestimmte Sportaktivitäten auszuüben, so waren es 2020 noch 58 Prozent. Heute sind es nur noch 51 Prozent. Das heisst, die Nichtsportlerinnen und Nichtsportler wurden über

die Zeit inaktiver. Dies zeigt sich nicht nur bezüglich der Ausübung von gelegentlichen sportlichen Aktivitäten, sondern auch mit Blick auf das gesamte Bewegungsverhalten. Haben 2014 66 Prozent und 2020 63 Prozent der Nichtsportlerinnen und Nichtsportler die Bewegungsempfehlungen des «Netzwerks Gesundheit und Bewegung Schweiz» (HEPA) erfüllt, so sind es heute nur noch 54 Prozent. Wer die sportlich Inaktiven sind, was sie vom Sport abhält und wie sie allenfalls zu motivieren wären, wollen wir in der Folge näher unter die Lupe nehmen.

Wer sind die sportlich Inaktiven?

Wenn wir uns die verschiedenen Angaben zu den Unterschieden im Sportverhalten aus den Kapiteln 4, 7 und 8 anschauen, so lassen sich mit Blick auf die Nichtsportlerinnen und Nichtsportler die folgenden Erkenntnisse gewinnen: Frauen und ältere Personen sind bei den sportlich Inaktiven leicht in der Überzahl. Der Geschlechterunterschied ist insgesamt nur klein – 18 Prozent Inaktive bei den Frauen, 16 Prozent bei den Männern –, er ist im Alter von 25 bis 54 Jahren aber höher als im Alter über 55 Jahren. Der Anteil an sportlich Inaktiven unterscheidet sich nur wenig bezüglich Siedlungsart oder Gemeindegrösse, dafür umso mehr bezüglich Sprachregion. Bezeichnen sich in der Deutschschweiz nur 14 Prozent als sportlich inaktiv, so sind es in der Romandie 22 Prozent und in der italienischsprachigen Schweiz 28 Prozent.

Gross sind die Unterschiede auch bezüglich Nationalität, Herkunftsregion und Geburtsland. Von den in der Schweiz lebenden Ausländerinnen und Ausländern sind 28 Prozent sportlich inaktiv, wobei es grosse Unterschiede je nach Herkunftsregion gibt. Die Differenzen können einerseits auf kulturelle, andererseits auf soziale Unterschiede zurückgeführt werden. So ist der Anteil an sportlich Inaktiven bei Personen mit einem tieferen Bildungsabschluss und einem geringeren

Einkommen generell deutlich höher. Ein hoher Anteil an Nichtsportlerinnen und Nichtsportlern findet sich auch bei Personen, die in der Landwirtschaft arbeiten, sowie bei Hausfrauen und -männern. Die familiäre Situation und bestehende Doppelbelastungen dürften ein wichtiger Grund dafür sein, weshalb Frauen in jüngeren Jahren häufiger inaktiv werden als Männer.

Die vorliegenden Befunde zeigen, dass es beim Anteil an Nichtsportlerinnen und Nichtsportlern nicht nur um die Frage nach individuellen Vorlieben und Präferenzen geht. Selbstverständlich steht es allen frei, ob sie Sport treiben wollen oder nicht. Ein stagnierender Anteil an Nichtsportlerinnen und Nichtsportlern muss deshalb nicht zwangsläufig als Problem gesehen werden. Wenn es allerdings klare Unterschiede nach soziodemografischen und sozioökonomischen Merkmalen gibt, so stellt sich die Frage, ob nicht weiterhin Schwellen und Barrieren für bestimmte Bevölkerungsgruppen bestehen, welche die Zugangschancen zum Sport schmälern. Inwieweit dies der Fall ist, soll anhand der folgenden Analysen untersucht werden.

Auch die Nichtsporttreibenden sehen Sport positiv, er macht aber weniger Spass

Beginnen wir mit dem Sportverständnis. Welche Sportvorstellungen und Sporterfahrungen haben die Nichtsportlerinnen und Nichtsportler? Abbildung 9.1 zeigt, welche Assoziationen der Begriff Sport bei den sportlich Inaktiven auslöst. Auf den ersten Blick unterscheidet sich die Begriffswolke der Inaktiven nicht gross von jener der Aktiven. Auch Nichtsportlerinnen und Nichtsportler denken bei Sport am häufigsten an Bewegung (78%) und Gesundheit (58%), gefolgt von Training (39%), Anstrengung (38%), Fitness (38%) und Selbstdisziplin (31%), erst danach folgt allerdings Spass (26%). Letzterer wird von den Sporttreibenden mehr als doppelt so häufig genannt. Auch Naturerlebnis, Gesundheit, Körpergefühl, Entspannung, Fitness,



A 9.1: Begriffe, welche die Nichtsporttreibenden mit Sport verbinden

Anmerkung: Anzahl Befragte: 2041 (Nichtsporttreibende; nur Onlinebefragung). Schlagwortwolke nach Häufigkeit, mit der der jeweilige Begriff gewählt wird. Die Farben zeigen auf der Grundlage einer Faktorenanalyse, welche Begriffe oft zusammen gewählt werden.

Selbstdisziplin, Freiheit, Erlebnisse und Lebensstil sowie Gemeinschaft, Leistung und gute Figur assoziieren Nichtsportlerinnen und Nichtsportler deutlich seltener mit Sport als Sporttreibende. Sportlich Inaktive verbinden dafür Sport etwas mehr mit Pflicht, Doping, Betrug, Korruption und Gewalt. Diese negativen Sportassoziationen werden aber auch von den sportlich Inaktiven nur selten genannt und sind deshalb in Abbildung 9.1 kaum zu lesen. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Nichtsportlerinnen und Nichtsportler Sport nicht ganz so positiv sehen wie Sporttreibende, dass es aber keine grundsätzliche Aversion gegen Sport gibt bzw. diese sehr selten ist. Daran hat sich in den letzten sechs Jahren nichts Nennenswertes geändert.

Mangelnde Zeit als Hauptgrund für die sportliche Inaktivität, vermehrt werden auch finanzielle Gründe genannt

Wie begründen die Inaktiven selbst ihre Sportabstinenz? Tabelle 9.2 zeigt, dass bei den Gründen für die sportliche Inaktivität am häufigsten die fehlende Zeit genannt wird. Auch die Verweise auf die hohe Arbeitsbelastung, auf ungünstige oder lange Arbeitszeiten, auf lange Arbeitswege oder darauf, dass die Zeit für Sport der Familie verloren ginge, unterstreichen, dass Belastungen in anderen Lebensbereichen keine sportlichen Aktivitäten zulassen. Es gibt aber auch Personen, die schlicht keine Lust auf Sport oder Wett-

kampf haben oder denen andere Aktivitäten wichtiger sind. Ihnen fehlt der Spass am Sport, sie haben andere Interessen oder bevorzugen andere (Bewegungs-)Aktivitäten. Schliesslich gibt es Gründe, die auf Eintrittsbarrieren und Zugangsbeschränkungen hinweisen. Dazu gehören finanzielle Hürden, fehlende Angebote, unpassende Öffnungszeiten oder eine schlechte Erreichbarkeit von Sportanlagen. Im Gegensatz zu den persönlichen Gründen werden diese eher systemischen Gründe relativ selten angegeben. Mit 14 Prozent werden finanzielle Beschränkungen noch am häufigsten genannt. Und bei diesen sehen wir auch eine spürbare Veränderung in den letzten sechs Jahren: 2020 sagten erst 10 Prozent der sportlich Inaktiven, dass ihnen Sport zu teuer sei. Signifikant häufiger als 2020 werden heute auch «zu hohe Arbeitsbelastung», «ungünstige, lange Arbeitszeiten» und «andere Interessen genannt».

Sportlich Inaktive haben kaum schlechte Erfahrungen beim Sporttreiben gemacht

Nur 2 Prozent der Nichtsportlerinnen und Nichtsportler sagen, dass schlechte Erfahrungen der Grund für ihre Inaktivität seien. Dies liegt nicht etwa daran, dass Nichtsportlerinnen und Nichtsportler keine oder nur wenig Sport Erfahrungen hätten. Im Gegenteil: Immerhin zwei Drittel von ihnen haben früher zusätzlich zum obligatorischen Sportunterricht Sport getrieben. 58 Prozent taten dies regelmässig, das heisst mindestens wöchentlich. Dies stimmt mit den Antworten auf die Frage «Wieviel Sport haben Sie in Ihrem bisherigen Leben getrieben?» überein. Hier sagen 41 Prozent der Nichtsportlerinnen und Nichtsportler: «Ich habe noch nie viel Sport getrieben und treibe auch heute keinen Sport.» Die verbleibenden 59 Prozent waren sportlich aktiv. Die Erfahrungen, die beim Sport gemacht wurden, sind mehrheitlich positiv. 67 Prozent der ehemals aktiven Nichtsportlerinnen und Nichtsportler sprechen von guten Erfahrungen, bei 29 Prozent sind sie gemischt und bei 4 Prozent schlecht. Etwas kritischer sehen es die sportlich Inaktiven, welche nur im obligatorischen Schulsport mit Sport in Berührung kamen. Die diesbezüglichen Erfahrungen werden von 41 Prozent positiv, von 42 Prozent gemischt und von 17 Prozent negativ bewertet.

T 9.2: Gründe, weshalb man keinen Sport treibt

	in % der Nichtsport- treibenden
allgemein zu wenig Zeit	33.5
zu hohe Arbeitsbelastung, zu müde für Sport	28.3
keine Lust, Sport macht mir keinen Spass	23.6
gesundheitliche Gründe	21.2
andere Interessen	17.2
ungünstige, lange Arbeitszeiten	14.1
finanzielle Gründe, Sport ist mir zu teuer	13.8
genug Bewegung, bin fit genug	11.9
die Zeit geht der Familie verloren	10.1
machte andere Bewegungsaktivitäten	9.8
zu alt für Sport	9.0
keine Lust auf Wettkampf	8.8
Sport liegt mir nicht, Sport tut mir nicht gut	5.6
langer Arbeitsweg	4.8
finde kein passendes Angebot	4.1
wegen einer Verletzung beim Sporttreiben	2.9
unpassende Öffnungszeiten, schlechte Erreichbarkeit der Sportanlagen	2.4
schlechte Erinnerungen, schlechte Erfahrungen	2.3

Anmerkung: Anzahl Befragte: 2316 (Nichtsporttreibende). Es konnten mehrere Gründe angegeben werden, weshalb sich die Werte nicht auf 100 Prozent addieren.

Ein gutes Drittel möchte wieder sportlich aktiv werden

Ob und wie man aus den Nichtsporttreibenden zukünftig Sporttreibende machen kann, zeigt sich bei den Antworten auf die Frage nach einem allfälligen Wiedereinstieg. 36 Prozent aller Nichtsportlerinnen und Nichtsportler würden gerne (wieder) sportlich aktiv werden. Dieser Anteil liegt genau zwischen den Werten von 2014 (38%) und 2020 (34%). Nichtsportlerinnen und Nichtsportler, die schon sportlich aktiv waren, möchten eher wieder aktiv werden als Menschen, die noch nie Sport getrieben haben (46% vs. 17%). Der Wunsch nach einem Wiedereinstieg nimmt im höheren Alter ab, am höchsten ist er in der Altersgruppe der 35- bis 44-Jährigen. Er ist etwas höher bei den Frauen (38%) und in der französischen und italienischsprachigen Schweiz (39% bzw. 38%). Noch höher ist er in der ausländischen Wohnbevölkerung (41%) und da vor allem bei Personen von ausserhalb Europas (51%). Der Wunsch, wieder mit Sporttreiben zu beginnen, steigt zudem mit der Höhe des Bildungsabschlusses und des Haushaltseinkommens. Überdurchschnittlich hoch ist der Sportwunsch auch bei Personen, die im Dienstleistungssektor arbeiten (48%), sowie bei arbeitslosen Personen (51%) und Personen in Ausbildung (52%). Wenn alle Inaktiven mit Sportwunsch den Einstieg wirklich schaffen würden, würden sich damit die sozialen Unterschiede nach Nationalität verringern, nicht aber die Unterschiede nach Bildung und Einkommen.

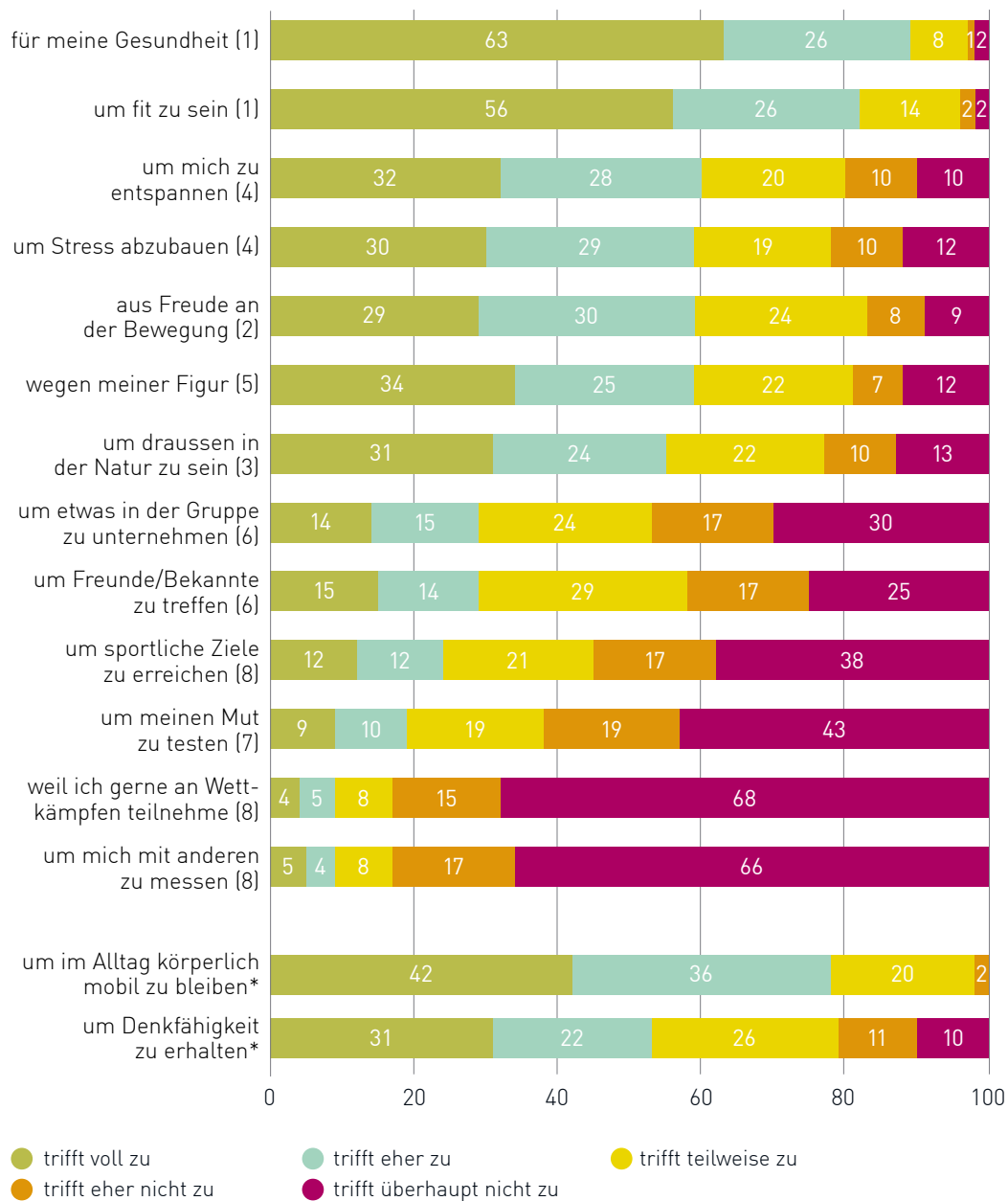
Die Wunschsportarten der sportlich Inaktiven sind weder ausgefallen noch exklusiv

Die Wunschsportarten der Nichtsportlerinnen und Nichtsportler sind in Tabelle 9.3 aufgeführt. Zuerst auf der Wunschliste steht Fitnesstraining vor Schwimmen, Wandern, Krafttraining, Yoga, Radfahren, Kampfsport und Jogging. Während von den Frauen Yoga, Aqua-Fitness und Tanzen häufiger gewählt würde, möchten Männer häufiger mit Fussball beginnen. Diejenigen, die Fussball wählen, zeichnen sich zudem durch ein tiefes Durchschnittsalter aus. Ältere Nichtsportlerinnen und Nichtsportler möchten dagegen vermehrt mit Radfahren, Wandern oder Aqua-Fitness beginnen. Die aufgeführten Wunschsportarten der Nichtsportlerinnen und Nichtsportler sind exakt die gleichen wie 2020. Bei der Beliebtheit haben sich in den letzten sechs Jahren aber leichte Verschiebungen ergeben. So werden Krafttraining, Yoga und Kampfsport heute etwas häufiger, Tanzen, Schwimmen und Jogging dagegen etwas weniger häufig genannt. Zusammenfassend lässt sich das gleiche Fazit wie 2020 ziehen: Die Sportwünsche der sportlich Inaktiven sind alles andere als ausgefallen. Gefragt sind Sportarten, die zu den populärsten in der Schweiz zählen und bei denen es eine Fülle von allgemein zugänglichen Angeboten gibt.

T 9.3: Sport- und Bewegungsformen, welche die Nichtsporttreibenden zukünftig neu oder vermehrt betreiben möchten

	Nennung (in % aller Nichtsporttreibenden)	Durchschnittsalter (in Jahren)	Frauenanteil (in %)
Fitnesstraining, Group Fitness	6.5	43	59
Schwimmen	5.2	45	63
Wandern, Bergwandern	5.0	50	70
Krafttraining, Muskelaufbau	4.9	39	54
Yoga, Pilates, Body Mind	4.0	45	92
Radfahren (ohne Mountainbiking)	3.2	52	46
Kampfsport, Selbstverteidigung	2.9	36	42
Jogging, Laufen	2.3	42	49
Fussball	2.0	34	10
Tanzen	1.8	41	89
Aqua-Fitness	1.6	50	92
Tennis	1.2	45	48
Turnen, Gymnastik	1.2	43	80
Skifahren (ohne Skitouren)	1.2	47	66

Anmerkung: Anzahl Befragte: 2316 (Nichtsporttreibende). Es sind alle Sportarten und Bewegungsformen aufgeführt, die von mindestens 1 % der Nichtsporttreibenden genannt werden.



A 9.2: Wichtigkeit verschiedener Motive, um (wieder) mit Sport zu beginnen (in % aller Nichtsporttreibenden mit Sportwunsch)

Anmerkung: Anzahl Befragte (Nichtsporttreibende mit Sportwunsch): zwischen 800 (Wettkämpfe, Mut, sich messen) und 808 (Gesundheit, Figur). Antworten auf die Frage: «Warum möchten Sie Sport treiben? Inwiefern treffen die folgenden Gründe auf Sie zu?» *Motive wurden nur bei 65-Jährigen und Älteren abgefragt (n=zwischen 72 und 73). Die Zahlen in den Klammern belegen, welche Motive sich zu den acht Motivlagen (vgl. Kapitel 5) zusammenfassen lassen.

Hinweise darauf, wie man die Nichtsportlerinnen und Nichtsportler dazu bringen könnte, eines dieser Angebote wirklich zu nutzen, lassen sich der Abbildung 9.2 entnehmen. Wer bisher keinen Sport getrieben hat, nennt primär Gesundheit und Fitness als Startmotivation. Es folgen Entspannung, Stressabbau, Freude an der Bewegung, Bodyforming und Natur. Soziale Motive wie «etwas in der Gruppe unternehmen» oder «Freundinnen und Bekannte treffen» spielen nur für eine Minderheit eine Rolle und die Leistungs- und Wettkampfmotive finden sich ganz am Schluss der Liste. Sie sind für die grosse Mehrheit der Nichtsportlerinnen und Nichtsportler nicht relevant. Für

Personen im Alter ab 65 Jahren stellen dafür der Erhalt der Alltagsmobilität und der Denkfähigkeit wichtige Gründe für einen Wiedereinstieg in den Sport dar. Die Geschlechterunterschiede halten sich in Grenzen. Frauen nennen klar häufiger Entspannung und etwas häufiger Bodyforming sowie Natur, Männer etwas häufiger Wettkampf, Freude an der Bewegung und die sozialen Motive.

10. Sportorte, Sportzeiten, Sportsetting

Das Wichtigste in Kürze

- In der Schweiz findet man neben einer gut ausgebauten Sportinfrastruktur eine breite Palette an Outdoorsportmöglichkeiten. Von zwei Dritteln der Bevölkerung wird die freie Natur als Sportarena genutzt, immer häufiger wird zu Hause Sport getrieben.
- Die Stagnation der Sportaktivität macht sich auch bei der Infrastrukturnutzung bemerkbar, welche im Vergleich zu 2020 ebenfalls stagniert oder rückläufig ist.
- Viele Sportmöglichkeiten stehen in der eigenen Wohngemeinde zur Verfügung. Die Art der Anreise und der Zeitpunkt der Nutzung werden häufig flexibel gestaltet. Zu welcher Tageszeit man Sport treiben kann, bestimmt vor allem der Erwerbsstatus.
- Erstmals sind mehr erwachsene Personen Mitglied in einem Fitnesscenter als in einem Sportverein. Der Anteil «freier» Sporttreibender hat sich in den letzten sechs Jahren hingegen nicht geändert.
- 37 Prozent der Sporttreibenden verwenden bei ihren Sportaktivitäten digitale Tools, dazu zählen soziale Medien, Apps, Videos oder Fitnesstracker. Rund zwei Drittel der Nutzenden verwenden die entsprechenden Angebote, um sportliche Aktivitäten aufzuzeichnen, zwei Fünftel für Trainingsanleitungen.

Um Sport treiben zu können, braucht es eine entsprechende Infrastruktur. Dazu gehören klassische Sportanlagen wie Turnhallen, Fussballplätze, Bäder oder Eisfelder. Ebenso braucht es aber den Zugang zu Wäldern, Seen, Parks oder Bergen und entsprechende Wanderwege, Bergbahnen, Skipisten, Langlaufloipen oder Velorouten. Beides ist hierzulande vorhanden: Die Schweiz hat nicht nur eine gut ausgebaute Sportinfrastruktur, die Schweiz ist auch ein Eldorado für Outdoorsport. Die hohe Sportaktivität der Schweizer Bevölkerung erklärt sich nicht zuletzt über die hohe Dichte an Sportstätten und eine hohe Zugänglichkeit von unzähligen Sportmöglichkeiten in freier Natur. Dies unterstreichen die vorliegenden Zahlen.

Outdoorsport steht an erster Stelle

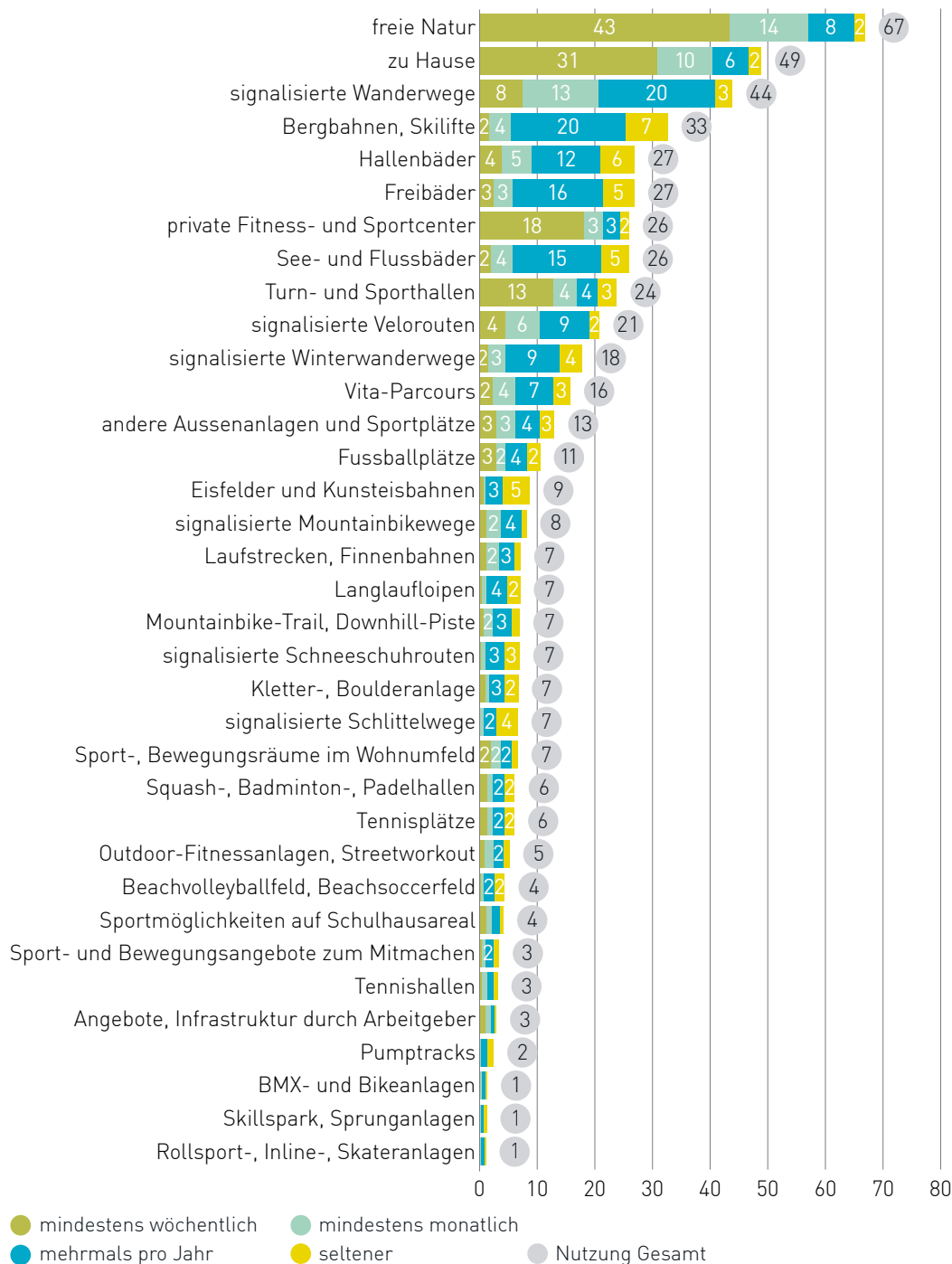
Einen Überblick über die Nutzung von Sporträumen und Sportinfrastruktur bietet Abbildung 10.1. An erster Stelle steht die allgemeine Nennung «freie Natur». 43 Prozent der Schweizer Bevölkerung treiben mindestens einmal pro Woche draussen in der Natur Sport, weitere 14 Prozent tun dies mindestens monatlich. Auch wer draussen in der freien Natur Sport treibt, ist auf entsprechende Infrastruktur angewiesen. Die Nutzung von signalisierten Wanderwegen folgt bereits auf Rang 3, die Nutzung von Bergbahnen und Skiliften auf Rang 4. Immer noch in den Top 10 findet man die See- und Flussbäder und die signalisierten Velorouten, die von 26 bzw. 21 Prozent der Bevölkerung genutzt werden. Danach folgen Winterwanderwege, Vita-Parcours, Mountainbikewege, Laufstrecken, Langlaufloipen, Schneeschuhrou-

ten und Schlittelwege. Von den klassischen Sportstätten stehen die Hallen- und Freibäder sowie die Turn- und Sporthallen, in denen jeweils rund ein Viertel der Bevölkerung sportlich aktiv ist, ganz oben.

Eine vielfältige Infrastruktur ermöglicht vielfältige Sportaktivitäten

Es folgen viele weitere Sportorte und Sportinfrastrukturen, die teilweise von weniger als einem Prozent der Bevölkerung regelmässig genutzt werden, letztlich aber die Breite und Vielfalt der Sportangebote in der Schweiz ausmachen und sicherstellen. Dabei muss berücksichtigt werden, dass 1 Prozent etwa 75 000 Menschen entspricht. Dies bedeutet, dass rund 525 000 Personen zumindest einmal im Jahr auf einer Langlaufloipe anzutreffen sind. Die Beachvolleyball- oder Beachsoccer-Anlagen werden von rund 300 000 Personen genutzt und die Angebote und Infrastruktur von Arbeitgebern von etwa 225 000 Personen.

Bemerkenswert ist, wie viele Menschen in den eigenen vier Wänden Sport treiben. 31 Prozent der Bevölkerung tun dies mindestens einmal in der Woche, weitere 10 Prozent mindestens einmal im Monat. Hohe Nutzungsraten erzielen auch die privaten Fitness- und Sportcenter, die bei der wöchentlichen Nutzung mit 18 Prozent hinter «freie Natur» und «zu Hause» an dritter Stelle liegen. Die Fitness- und Sportcenter sind mittlerweile von so grosser Bedeutung, dass ihnen, ebenso wie den Sportvereinen, ein eigenes Kapitel gewidmet ist (vgl. Kapitel 11 und 12).



A 10.1: Sportorte und Nutzung der Sportinfrastruktur in den letzten zwölf Monaten (in % der Schweizer Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren)

Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 790.

Mehr Sport in den eigenen vier Wänden, geringere Nutzung von Bergbahnen und Bädern

Die eigenen vier Wände sind der einzige Sportort, dessen Bedeutung in den letzten sechs Jahren gewachsen ist. Heute machen mehr Personen zu Hause Sport als noch 2020. Die Nutzung der anderen Infrastrukturen und Sporträume ist in den letzten sechs Jahren gleich geblieben oder sogar leicht zurückgegangen. Auch bei der Infrastrukturnutzung wird damit die Stagnation der Sportentwicklung in den letzten sechs Jahren sichtbar. Einen beachtenswerten Rückgang bei der Infrastrukturnutzung zeigt sich bei den Bergbahnen und Skiliften sowie bei allen Arten von Bädern. Auch hier bestätigen sich die Befunde aus Kapitel 6, wo der grösste Ab-

schwung bei den Sportarten Schwimmen und Skifahren beobachtet werden konnte (vgl. Tabelle 6.1). Auch die merkliche Abnahme bei der Nutzung von Turn- und Sporthallen, von Eisfeldern und Kunsteisbahnen sowie von signalisierten Wanderwegen und Schlittelwegen konnte aufgrund des Rückgangs bei den Nennungen der jeweiligen Sportarten erwartet werden.

T 10.1: Ort der Nutzung ausgewählter Sportinfrastrukturen (Anteil an allen Nutzenden der entsprechenden Infrastruktur in %)

	in der Wohn- gemeinde	in der näheren Region	an einem anderen Ort	unterschiedlich: mal da, mal dort
freie Natur	37	26	3	34
Hallenbäder	30	51	8	11
Freibäder	36	44	7	13
private Fitness- und Sportcenter	47	42	7	4
See- und Flussbäder	26	38	13	23
Turn- und Sporthallen	49	34	8	8
signalisierte Winterwanderwege	6	20	27	47
Vita-Parcours	48	37	4	11
andere Aussenanlagen und Sportplätze	39	38	5	18
Fussballplätze	51	33	6	10
Eisfelder und Kunsteisbahnen	28	54	10	8
signalisierte Mountainbikewege	14	39	12	35
Laufstrecken, Finnenbahnen	50	34	5	11
Langlaufloipen	7	26	37	30
Mountainbike-Trail, Downhill-Piste	13	39	20	28
signalisierte Schneeschuhrouen	3	24	33	40
Kletter- und Boulderanlage	19	52	18	11
signalisierte Schlittelwege	4	18	46	32
Sport- und Bewegungsräume im Wohnumfeld	59	26	3	12
Squash-, Badminton-, Padelhallen	22	57	12	9
Tennisplätze	41	41	9	9
Outdoor-Fitnessanlagen, Streetworkout	42	34	11	13
Beachvolleyballfeld, Beachsoccerfeld	29	44	14	13
Sportmöglichkeiten auf Schulhausareal	59	30	6	5
Sport- Bewegungsangebote zum Mitmachen	21	39	18	22
Tennishallen	29	55	8	8
Angebote, Infrastruktur durch Arbeitgeber	26	42	27	5
Pumptracks	30	51	11	8
BMX- und Bikeanlagen	22	44	18	16
Skillsark, Sprunganlage	18	34	37	11
Rollsport-, Inline- und Skateranlagen	32	44	13	11

Anmerkung: Antworten auf die Frage «Wo benutzen Sie diese Infrastruktur in der Regel?» Anzahl Befragte: je nach Infrastruktur zwischen 196 und 9837.

Viele Sportmöglichkeiten in der eigenen Wohngemeinde

Wo die verschiedenen Sportstätten und Sporträume in der Regel genutzt werden, lässt sich Tabelle 10.1 entnehmen. Vielen Sporttreibenden stehen die entsprechenden Angebote und Anlagen gleich in der Wohngemeinde zur Verfügung. Dies gilt nicht nur für Sport- und Bewegungsräume im Wohnumfeld und die Sportmöglichkeiten auf Schulhausarealen, sondern auch für Fussballplätze, Laufstrecken und Finnenbahnen, für Turn- und Sporthallen, für Vita-Parcours sowie für Fitness- und Sportcenter, die jeweils rund der Hälfte der Nutzenden in der eigenen Gemeinde zur Verfügung stehen. Noch etwa 30 Prozent der Nutzenden finden Tennishallen, Hallenbäder und Eisfelder gleich in der eigenen Gemeinde vor. Diese Infrastrukturen werden wie auch Squash-, Badminton- und Padelanlagen, Kletter- und Boulderanlagen sowie Pumptracks

von der Mehrheit der Nutzenden in der näheren Region aufgesucht. Etwas weiter muss naturgemäss gefahren werden, wenn man auf Schlittelwegen, Langlaufloipen, Schneeschuhrouen oder Winterwanderwegen Sport treiben möchte. Die genannten Wintersportinfrastrukturen gehören neben den signalisierten Mountainbikewegen und -trails, den See- und Flussbädern sowie allgemein der freien Natur zu den Sporträumen, die besonders häufig an unterschiedlichen Orten genutzt werden. Je nach (Schnee-)Lage fährt man mal weiter, mal weniger weit.

T 10.2: Transportmittel für den Weg ins Training oder zum Sporttreiben (Anteil an allen Personen, welche in den letzten zwölf Monaten eine Sportinfrastruktur genutzt haben)

	in %
zu Fuss	24
mit dem Velo	14
mit öffentlichen Verkehrsmitteln	9
motorisiert (Auto, Motorrad)	25
unterschiedlich: mal so, mal so	25
anderes	3

Anmerkung: Anzahl Befragte: 13849.

Zum Sport geht man mehrheitlich zu Fuss, mit dem Velo oder dem Auto

Mit welchen Verkehrsmitteln man zum Training oder allgemein zum Sporttreiben fährt, ist in Tabelle 10.2 dargestellt. Rund ein Viertel der Sporttreibenden ist normalerweise zu Fuss zum Sport unterwegs, ein weiteres Viertel motorisiert mit dem Auto oder Motorrad. 14 Prozent nutzen das Velo und 9 Prozent den öffentlichen Verkehr. Mit unterschiedlichen Verkehrsmitteln – je nach Ort oder Zeit – ist ein weiteres Viertel unterwegs. Gegenüber 2020 ist die Verkehrsmittelwahl ganz leicht ökologischer geworden. Der Prozentanteil an Sporttreibenden, die normalerweise zu Fuss oder mit dem Velo unterwegs sind, hat um 2 Prozentpunkte zugenommen, die motorisierten Fahrten haben entsprechend abgenommen. Mit 3 Prozent etwas häufiger wurde auch die Kategorie «anderes» gewählt, was an der Zunahme von neuen Elektrokleinfahrzeugen wie E-Scootern und E-Trottinetts liegen dürfte. Unverändert, und im Vergleich zur Nutzung auf dem Arbeitsweg eher tief, ist die Nutzung des öffentlichen Verkehrs. Eine Erklärung dafür ist, dass die besuchten Sportorte insbesondere in der freien Natur häufig quer oder abseits von Hauptachsen liegen oder zu Randzeiten genutzt werden.

T 10.3: Tageszeit, zu der Sport getrieben wird (Anteil an allen Sporttreibenden in %)

	alle Sporttreibenden	Männer	Frauen
am frühen Morgen	13	13	13
am Morgen	27	22	33
über den Mittag	10	11	10
am Nachmittag	30	31	29
am Abend	44	48	41
in der Nacht	2	2	1
unterschiedlich: mal so, mal so	23	23	23

Anmerkung: Antworten aller Sporttreibenden auf die Frage «Zu welcher Tageszeit treiben Sie in der Regel Sport?» Es konnten mehrere Tageszeiten angegeben werden, weshalb sich die Werte nicht auf 100 Prozent addieren. Anzahl Befragte: 12470 (Sporttreibende).

Die zeitliche Flexibilität beim Sporttreiben nimmt zu

Dies bringt uns zur Frage, zu welchen Tageszeiten die Sportstätten, Trainingsorte und Bewegungsräume aufgesucht werden. Nach wie vor ist die Sportaktivität in den Abendstunden am höchsten. 44 Prozent der sportlich Aktiven treiben in der Regel am Abend Sport (vgl. Tabelle 10.3). Gegenüber früher haben die Abendstunden aber an Bedeutung verloren. 2014 waren 56 Prozent der Sporttreibenden am Abend aktiv, schon 2020 waren es nur noch 46 Prozent. Leicht zugenommen hat das Sporttreiben am frühen Morgen und am Nachmittag. Der Rückgang bei den abendlichen Trainings geschah aber vor allem zu Gunsten von mehr Flexibilität. Zwischen 2014 und 2020 hat der Anteil an Sporttreibenden, die zu keinen festen Tageszeiten Sport treiben, sondern so, wie es gerade passt, von 10 Prozent auf 26 Prozent zugenommen und sich heute bei 23 Prozent eingependelt.

Erwerbsstatus bestimmt die Sportzeiten

Die Sportzeiten hängen mit dem Erwerbsstatus zusammen. Während Vollzeitbeschäftigte immer noch mehrheitlich am Abend Sport treiben, sind Teilzeitbeschäftigte vermehrt am Morgen oder Nachmittag sportlich aktiv. Von den Personen in Ausbildung treiben zwei Drittel am Abend Sport, gegen die Hälfte davon kann aber auch einmal am Nachmittag die Sportschuhe schnüren. Pensionierte Personen machen hauptsächlich am Morgen oder am Nachmittag Sport, Hausfrauen und Hausmänner vor allem am Morgen. Arbeitslose Personen sind sowohl am Abend als auch am Nachmittag und am Morgen sportlich aktiv. In den frühen Morgenstunden trifft man am ehesten Erwerbstätige, in den späten Abendstunden am ehesten Personen in Ausbildung beim Sporttreiben an. In den Mittagsstunden unterscheiden sich die Sporttreibenden weniger nach Erwerbsstatus, nur die Hausfrauen und Hausmänner sowie auch die Pensionierten sind über den Mittag seltener sportlich unterwegs. Gegenüber den Männern machen die Frauen häufiger am Morgen und seltener am Abend Sport, was letztlich die geschlechterspezifischen Unterschiede beim Erwerbsstatus widerspiegelt.

T 10.4: Sporttyp nach Organisationsgrad (in % der Wohnbevölkerung ab 15 Jahren)

	2014	2020	2026
Nichtsporttreibende	25	16	17
«freie» Sporttreibende (ohne Mitgliedschaft)	39	48	47
Mitgliedschaft im Fitnesscenter	11	14	17
Aktivmitgliedschaft im Verein	20	17	14
Mitgliedschaft im Verein und Fitnesscenter	5	5	5

Anmerkung: Anzahl Befragte: 2014: 10 651; 2020: 11 290; 2026: 14 782.

Veränderung beim Sportsetting: Fitnesscenter überholen Vereine

Nachdem wir die Nutzung von Infrastruktur und Sporträumen näher unter die Lupe genommen haben, wenden wir uns der Frage zu, von wem die jeweiligen Angebote organisiert werden. Tabelle 10.4 gibt einen Überblick über die verschiedenen Settings. Dabei werden je nach Organisationsgrad bzw. Mitgliedschaft vier verschiedene Sporttypen unterschieden: Personen ohne Mitgliedschaft, Personen mit einer Vereinsmitgliedschaft, Personen mit einer Mitgliedschaft in einem privaten Fitnesscenter und Personen mit einer Mitgliedschaft sowohl im Verein als auch im Fitnesscenter. Die grösste Gruppe – rund die Hälfte der Schweizer Bevölkerung – hat keine entsprechende Mitgliedschaft und wird als «freie» Sporttreibende bezeichnet. Ihr Anteil hat zwischen 2014 und 2020 mit dem Rückgang der sportlich Inaktiven stark zugenommen, bleibt seither aber konstant. Auch der Anteil an Personen mit einer Mitgliedschaft sowohl im Verein als auch im Fitnesscenter ist unverändert. Die Entwicklung des Vereinssports und der Fitnesscenter ist dagegen diametral. Die Sporttreibenden im Verein nehmen kontinuierlich ab, jene im Fitnesscenter im gleichen Masse zu, so dass die Fitnesscenter heute mehr Mitglieder im Alter ab 15 Jahren zählen als die Sportvereine.

Neue Angebote und Settings entstehen

Neben den beiden zentralen Sportanbietern – Vereine und Fitnesscenter –, die in Kapitel 11 und 12 vertieft behandelt werden, sind in den letzten Jahren weitere Angebote entstanden. Nicht alle Aktivitäten der «freien» Sporttreibenden sind unorganisiert bzw. selbst organisiert. 12 Prozent der Bevölkerung besuchen ein Angebot, das von einem anderen privaten Anbieter als einem Verein oder Fitnesscenter organisiert wird. Dazu zählen Tanz- oder Yogastudios genauso wie Kampfsport- oder Schwimmschulen. 4 Prozent nehmen an einem geleiteten offenen Sportangebot teil wie zum Beispiel einem Walking-Treff, einer Aquafit-Stunde oder einer «Gymnastik für alle»-Lektion. Schliesslich sind 2 Prozent der Bevölkerung im Alter ab 15 Jahren im freiwilligen Schulsport aktiv und 3 Prozent nutzen ein Angebot am Arbeitsplatz, bei dem der Arbeitgeber zumindest die Infrastruktur zur Verfügung stellt.

Wer nutzt Angebote und Infrastruktur am Arbeitsplatz?

Bei den Personen, welche zum Sporttreiben Angebote oder Infrastruktur am Arbeitsplatz nutzen, handelt es sich überproportional häufig um Menschen, die Vollzeit erwerbstätig sind und damit vermehrt um Männer. Es sind auch häufiger Personen mit einem hohen Bildungsabschluss und einem höheren Einkommen, vielfach im Alter zwischen 30 und 44 Jahren. Zudem handelt es sich überproportional häufig um Menschen mit einer ausländischen Nationalität. In der Deutschschweiz sowie in städtischen Gebieten scheinen entsprechende Angebote der Arbeitgeber zudem häufiger zu existieren als in der Romandie und vor allem im Tessin sowie generell auf dem Land und im intermediären Raum.

Nutzung von digitalen Tools

Angesichts der vielen Menschen, die ausserhalb von Organisationen und zu Hause Sport treiben, stellt sich die Frage, wie die Sporttreibenden sich motivieren, informieren oder auch anleiten lassen. Digitale Tools scheinen hier für viele Sporttreibende eine verheissungsvolle Möglichkeit zu sein. Die Tools können motivierend wirken, indem sie kleine Belohnungen und Fortschritte sichtbar machen oder ganze Trainingsprogramme anbieten. Sie können jederzeit und überall genutzt werden und schaffen es gleichzeitig, durch Interaktionen und Vergleiche ein Gefühl von Gemeinschaft und Zugehörigkeit zu vermitteln.

37 Prozent der Sporttreibenden bzw. 31 Prozent der Bevölkerung nutzen bei ihren Sportaktivitäten digitale Tools, dazu zählen soziale Medien, Apps, Videos oder Fitnesstracker. Die verschiedenen Angebote werden unterschiedlich genutzt: 19 Prozent der Nutzenden lassen sich von anderen Personen inspirieren, 43 Prozent suchen und folgen Trainingsanleitungen, 66 Prozent zeichnen ihre sportlichen Aktivitäten auf und 7 Prozent posten ihre Aktivitäten und sportlichen Erfolge.

Frauen verwenden digitale Tools beim Sporttreiben noch etwas häufiger als Männer und erwartungsgemäss ist die Nutzung bei jüngeren Sporttreibenden höher als bei älteren, wobei die 30- bis 44-Jährigen die Tools sogar leicht häufiger nutzen als die 15- bis 29-Jährigen (46 % vs. 44 %). Im Alter ab 45 Jahren geht ihre Verwendung kontinuierlich zurück, aber selbst in der Altersgruppe der 60- bis 74-Jährigen nutzen 29 Prozent der Sporttreibenden digitale Tools beim Sport. Bei Personen über 74 Jahren sind es noch immer 17 Prozent. Die ausländische Wohnbevölkerung macht noch etwas häufiger Gebrauch von den digitalen Möglichkeiten als die einheimische, zudem wächst die Nutzung mit dem Einkommen und dem Bildungsgrad. Personen, die viel Sport treiben, nutzen die digitalen Angebote naturgemäss am häufigsten. Aber auch fast ein Drittel der Personen, die nur unregelmässig Sport treiben, verwendet digitale Tools.

Auch in der Art der Nutzung zeigen sich interessante Unterschiede: So verwenden jüngere Personen digitale Tools eher als Inspiration oder Trainingsanleitung und sie posten ihre Aktivitäten häufiger in den sozialen Medien als ältere Menschen. Bei den Aktivitätsaufzeichnungen zeigen sich weniger Altersunterschiede, da dies auch ältere Personen häufig tun. Aktivitätsaufzeichnungen sind jedoch bei den Männern deutlich beliebter, während Frauen mehr an Trainingsanleitungen interessiert sind. Das Niveau der Sportaktivität hat wenig Einfluss auf die Nutzungsart. Auffällig ist, dass auch die Gelegenheitssportlerinnen und -sportler die digitalen Tools häufig als Trainingsanleitung oder zur Aktivitätsaufzeichnung verwenden. Dagegen machen sie kaum von Postings in den sozialen Medien Gebrauch.

11. Sport im Verein

Das Wichtigste in Kürze

- 19 Prozent der Bevölkerung sind in einem Sportverein aktiv. Damit setzt sich bei den Erwachsenen der rückläufige Trend der letzten Jahre fort.
- Männer, junge Menschen und Personen mit Schweizer Nationalität sind besonders häufig im Sportverein anzutreffen.
- Vereinsmitglieder zeichnen sich durch eine hohe Sportaktivität aus und sind deutlich wettkampf-orientierter als Nichtmitglieder.
- Neben der Teilnahme an Wettkämpfen und Meisterschaften schätzt man am Verein insbesondere die Gemeinschaft und Geselligkeit, das regelmässige Training, das gute Angebot und die örtliche Nähe.
- Knapp die Hälfte der heutigen Nichtmitglieder war in der Vergangenheit in einem Sportverein aktiv. Zwei Fünftel könnten sich vorstellen, (wieder) in einen Verein einzutreten.
- Das freiwillige Engagement bleibt auf stabilem Niveau: Gut die Hälfte der Aktivmitglieder engagiert sich freiwillig im Sport.

Die Schweiz gilt als Land der Vereine. Gemäss Freiwilligen-Monitor Schweiz 2025 gibt es hierzulande rund 80 000 Vereine [13]. Nicht nur aufgrund der grossen Zahl, auch wegen ihrer sozialen und gesellschaftspolitischen Bedeutung prägen Vereine unser Land seit über 150 Jahren. Dies gilt auch für die Sportlandschaft, wo die gut 18 000 Sportvereine über lange Zeit die wichtigsten Sportanbieter waren.

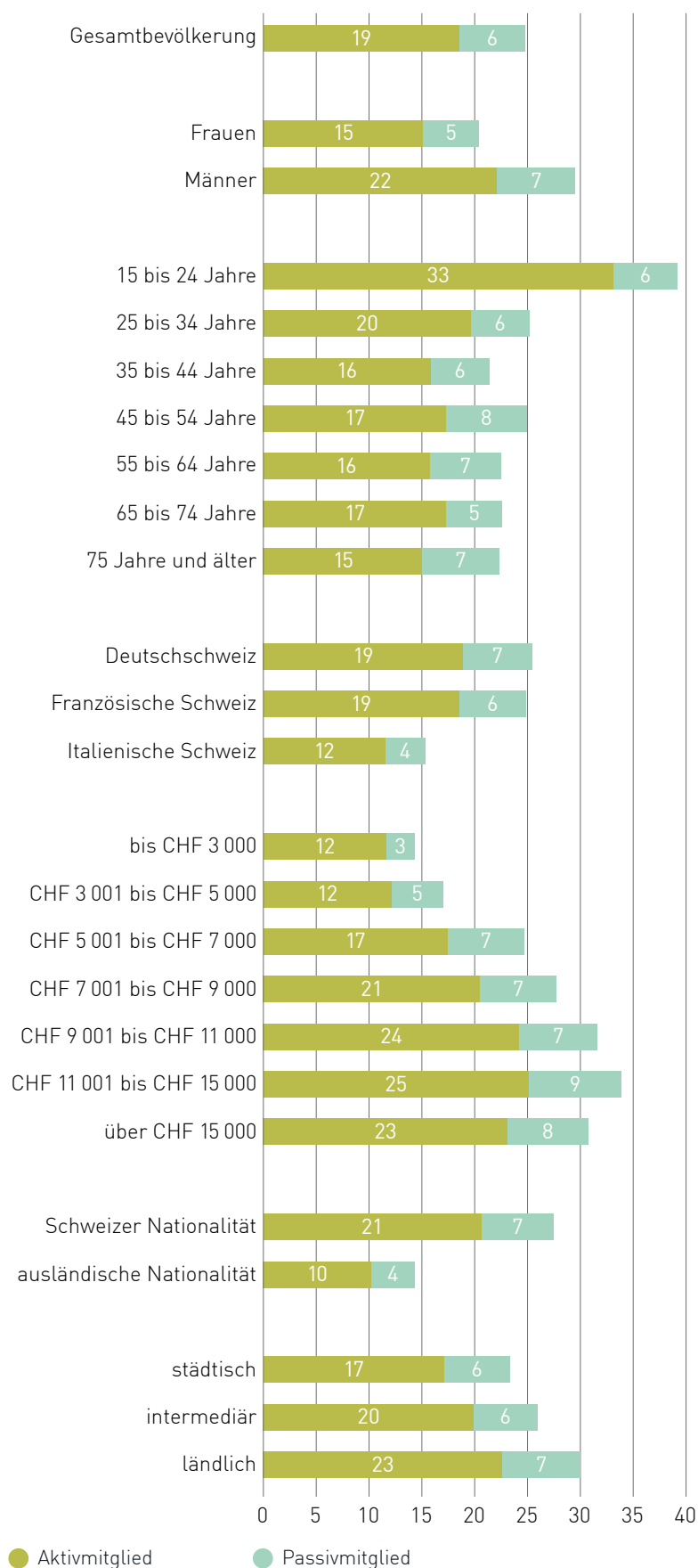
Rückgang der Mitgliederzahlen bei den Sportvereinen setzt sich fort

Bereits in den letzten Ausgaben von «Sport Schweiz» hat sich abgezeichnet, dass die Sportvereine im Vergleich zu neuen, meist kommerziellen Sportanbietern nicht im gleichen Ausmass vom anhaltenden Sportboom und dem Bevölkerungswachstum profitieren können. Diese Entwicklung hat sich in den vergangenen Jahren fortgesetzt. Der Sportverein verliert bezogen auf die Mitglieder schrittweise an Bedeutung und büsst bei den erwachsenen Sporttreibenden an Boden ein. Aktuell sind 19 Prozent der Bevölkerung ab 15 Jahren Aktivmitglied in einem Sportverein, 6 Prozent bezeichnen sich als Passivmitglied (vgl. Abbildung 11.1). Vor sechs Jahren betrug der Anteil an Aktivmitgliedern noch 22 Prozent. In der aktuellen Studie zeigt sich damit ein markanter Wendepunkt: Erstmals sind in der Schweiz mehr Personen ab 15 Jahren Mitglied in einem Fitnesscenter als in einem Sportverein.

Sportvereine nach wie vor bedeutende Sportanbieter

In dieser Betrachtung nicht enthalten sind jedoch die Kinder und Jugendlichen bis und mit 14 Jahren, die einen immer grösseren Anteil der Aktivmitglieder in Sportvereinen ausmachen. Wie die nationale Sportvereinsstudie aus dem Jahr 2023 eindrücklich zeigt, wachsen die Vereine bei den Kindern, schrumpfen hingegen bei den Erwachsenen [14]. Werden auch die jungen Mitglieder unter 15 Jahren berücksichtigt, so zählen die rund 18 400 Sportvereine, die über ihre Fachverbände dem nationalen Dachverband Swiss Olympic angeschlossen sind, knapp 2.5 Millionen Aktivmitglieder [15]. In dieser Zahl eingeschlossen sind auch gut 250 000 Studierende, die einer der rund 18 Hochschulsportorganisationen angehören und nicht als typische Sportvereinsmitglieder gelten. Wie die Sportvereinsstudie zeigt, kann mit dem Wachstum bei den Kindern der Rückgang bei den Erwachsenen kompensiert werden. Trotz der rückläufigen Zahlen bei den Erwachsenen bleiben die Sportvereine damit ein zentraler Pfeiler für den Sport und die Gesellschaft. Einerseits weil sie über die reine Sportausübung hinaus einen bedeutenden Beitrag zur sozialen Integration, zur Förderung des Gemeinschaftsgefühls sowie zur Stärkung des freiwilligen Engagements leisten. Auf letzteres wird am Schluss des vorliegenden Kapitels noch vertieft eingegangen. Andererseits weil sie für den Kinder- und Jugendsport eine Schlüsselrolle spielen.

A 11.1: Anteil Sportvereinsmitglieder nach Geschlecht, Alter, Sprachregion, Haushaltseinkommen, Nationalität und Siedlungsart (in %)



Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 779. Haushaltseinkommen: netto, monatlich in CHF; bei der Gruppe mit Schweizer Nationalität sind auch Menschen mit Doppelbürgerschaft enthalten.

Geschlechterunterschiede nehmen ab, Nationalitätenunterschiede nehmen zu

Sportvereine sind für ihr günstiges und integratives Angebot bekannt und stehen grundsätzlich allen Bevölkerungsgruppen offen. Die zunehmende Popularität der Sportvereine bei den Kindern haben wir bereits angesprochen. Dass die Vereine bei den jüngeren Altersgruppen besonders beliebt sind, zeigt sich auch in der vorliegenden Studie. Jede dritte Person im Alter zwischen 15 und 24 Jahren ist in einem Sportverein aktiv, bei den 25- bis 34-Jährigen ist es noch jede fünfte Person. Danach pendelt sich der Anteil der Aktivmitglieder bei gut 16 Prozent ein und bleibt bis ins hohe Alter konstant. Neben den Altersdifferenzen zeigt Abbildung 11.1 weitere soziale und regionale Unterschiede: Nach wie vor sind Männer deutlich häufiger im Sportverein aktiv als Frauen. Im Vergleich zu vor sechs Jahren hat sich die Differenz jedoch verringert. Während bei den Frauen der Anteil mit 15 Prozent gleich hoch wie 2020 liegt, hat sich der männliche Anteil an Vereinsmitgliedern von 28 auf 22 Prozent reduziert. Deutliche Unterschiede findet man auch bezüglich Einkommen und Nationalität. So sind Personen mit höherem Einkommen und Menschen mit einem Schweizer Pass häufiger im Sportverein vertreten. Diese Befunde konnten in ähnlichem Ausmass bereits 2020 festgestellt werden. Die Unterschiede bezüglich Nationalität haben sich aber tendenziell verstärkt, was hauptsächlich an den Ausländerinnen und Ausländern liegt, deren Anteil an Aktivmitgliedern sich in den letzten sechs Jahren um 6 Prozentpunkte reduziert hat. Wenig geändert hat sich am Befund, dass die Sportvereine in der Deutschschweiz und in der Romandie sowie bei der Landbevölkerung einen höheren Stellenwert haben als in der italienischsprachigen Schweiz und bei der Stadtbevölkerung.

Überdurchschnittliche Wettkampforientierung bei den Aktivmitgliedern

Betrachtet man die Sportaktivität der aktiven Vereinsmitglieder etwas genauer, so legen sie ein überdurchschnittliches Aktivitätsniveau an den Tag. Knapp drei Viertel der Aktivmitglieder bewegen sich mehrmals wöchentlich während mindestens drei Stunden und gelten damit als sehr aktive Sportlerinnen und Sportler. Auch bezüglich der Wettkampfteilnahme heben sie sich deutlich von den sportaktiven Nichtmitgliedern ab: Während von den Nichtmitgliedern lediglich 7 Prozent an Wettkämpfen teilnehmen, sind es unter den Aktivmitgliedern 46 Prozent. Dass Vereinsmitglieder wettkampforientierter sind, zeigt sich auch bei den Sportmotiven. Rund ein Viertel der Aktivmitglieder stuft das Motiv «Wettkampf und Leistung» als wichtig ein (vgl. Kapitel 5), bei den Nichtmitgliedern sind es nur 6 Prozent. Auch die Motive «Kontakt und Geselligkeit», «Freude an Bewegung» sowie «Risiko und Herausforderung» werden von Aktivmitgliedern als wichtiger eingestuft.

Gemeinschaft und Geselligkeit als wichtigstes Vereinsargument

Neben den Sportmotiven wurden bei den Aktivmitgliedern zusätzlich auch die Gründe für die Vereinsmitgliedschaft erfragt. Auch hier zeigt sich, dass die Gemeinschaft und Geselligkeit sowie das gemeinsame Sporttreiben mit Freunden und Kolleginnen im Verein eine zentrale Stellung einnehmen (vgl. Tabelle 11.1). Neben diesen sozialen Motiven spielen aber auch organisatorische und angebotsseitige Gründe eine wichtige Rolle: So werden das regelmässige Training zu festen Zeiten, die betriebene vereinstypische Sportart, das gute Angebot oder die örtliche Nähe ebenfalls häufig genannt. Im Vergleich zu 2020 hat sich an den Motiven für eine Vereinsmitgliedschaft wenig geändert. Dass die Freundinnen und Kollegen im gleichen Verein sind, ist heute etwas weniger wichtig, dafür hat das regelmässige Training sowie die örtliche Nähe an Bedeutung gewonnen. Bei den Vereinsargumenten zeigen sich zudem einige spannende Geschlechterdifferenzen: Männer sind häufiger wegen Freunden und Kolleginnen sowie Wettkämpfen und Meisterschaftsspielen im Verein und weil die betriebene Sportart besonders gut im Verein ausgeübt werden kann. Bei den Frauen spielen das regelmässige Training, die hohe Qualität des Sportangebots und der Trainerpersonen, die örtliche Nähe sowie das gute Preis-Leistungs-Verhältnis eine wesentlichere Rolle als bei den Männern.

T 11.1: Gründe für Aktivmitgliedschaft im Sportverein

	in % der Aktivmitglieder
Gemeinschaft und Geselligkeit im Verein	59
gute Freunde und Kolleginnen im Verein	54
regelmässiges Training zu festen Stunden	48
Sportart am besten im Verein ausübbar	45
gutes Sportangebot oder Training	41
örtliche Nähe	40
Wettkämpfe, Meisterschaftsspiele	28
gute/-r Trainer/-in	25
aus Tradition und Gewohnheit	23
günstiges/gutes Preis-Leistungs-Verhältnis	20
anderes	6

Anmerkung: Anzahl Befragte: 2959.

Potential an neuen Mitgliedern für die Sportvereine vorhanden

Bei der hohen Sportaktivität der Aktivmitglieder ist es wenig erstaunlich, dass sich die Vereinsmitgliedschaft bei rund einem Viertel nicht nur auf eine einzelne Mitgliedschaft beschränkt. So ist jedes fünfte Vereinsmitglied in zwei Sportvereinen aktiv, 4 Prozent sogar in mehr als zwei Vereinen. Dabei sind Männer nicht nur häufiger im Sportverein aktiv, sie sind auch etwas öfter Mitglied von mehreren Vereinen. Die Sportvereine spielen nicht nur für die Aktivmitglieder eine wichtige Rolle, auch viele Nichtmitglieder waren bereits einmal Teil eines Sportvereins. Knapp die Hälfte der heutigen Nichtmitglieder war in der Vergangenheit in einem Sportverein aktiv. Dagegen haben 42 Prozent der Bevölkerung noch nie in einem Verein Sport getrieben. Dazu gehören tendenziell eher Frauen, Menschen mit tiefem Einkommen und tiefer Bildung, Personen ohne Schweizer Pass, Menschen, die in der italienischsprachigen Schweiz oder in der Stadt wohnhaft sind, und solche, die noch nie den Zugang zum Sport gefunden haben. Dass durchaus Potential vorhanden wäre, zukünftig neue Mitglieder für die Sportvereine zu gewinnen, zeigen die folgenden Zahlen: 41 Prozent aller Nichtmitglieder könnten es sich unter Umständen vorstellen, (wieder) in einen Verein einzutreten. Bei Personen, die bereits einmal Vereinsmitglied waren, ist dieser Anteil deutlich höher als bei Personen ohne Vereinserfahrung (56 % vs. 27 %). Und sogar unter den Personen, welche aktuell keinen Sport treiben, liegt der Anteil bei bemerkenswerten 38 Prozent.

Freiwilliges Engagement bleibt auf stabilem Niveau

Eine Vereinsmitgliedschaft ist häufig mit einem freiwilligen Engagement verbunden. Von Vereinsmitgliedern wird zumindest implizit erwartet, dass sie den Verein auch tatkräftig unterstützen, sei es in Form von temporären Helferdiensten oder gar im Rahmen eines Ehrenamtes. Obwohl die Vereinsmitgliedschaften in den letzten sechs Jahren rückläufig sind, erweist sich das ehrenamtliche und freiwillige Engagement in derselben Zeitspanne als erstaunlich stabil. Nach wie vor engagiert sich knapp ein Fünftel der Bevölkerung freiwillig und ehrenamtlich im oder für den Sport. Bei den Männern sind es mit 20 Prozent noch etwas mehr als bei den Frauen mit 15 Prozent. Diese Differenz kommt aber lediglich zustande, weil mehr Männer als Frauen Mitglied im Sportverein sind. Werden für die Berechnungen nur Aktivmitglieder herangezogen, so sind unabhängig des Geschlechts rund 55 Prozent von ihnen freiwillig tätig (vgl. Tabelle 11.2). Während die männlichen Aktivmitglieder häufiger ein Amt im Verein ausüben (32 % vs. 27 %), leisten die weiblichen Aktivmitglieder vermehrt Helferdienste. Beim Vereinssamt konnte die Geschlechterdifferenz seit 2020 etwas verkleinert werden, bei den Helferdiensten sind die Frauen sogar an den Männern vorbeigezogen. Wer ehrenamtlich tätig ist, übernimmt meist unterschiedliche Aufgaben: Ein Drittel der Ehrenamtlichen übt verschiedene Formen von Engagements aus, ist also beispielsweise in einem gewählten Amt verantwortlich für die Vereinsfinanzen, hilft aber auch bei einem externen Sportanlass im Rahmen eines Helferdienstes in der Festwirtschaft mit. Dass häufig mehrere Arbeiten übernommen werden, zeigt sich auch bei den Ämtern im Verein: Knapp die Hälfte der Amtsträgerinnen und Amtsträger bekleidet mehr als ein Amt. Jede dritte Person mit Amt ist dabei als Trainerin oder Trainer bzw. als Leiterin oder Leiter im Nachwuchsbereich tätig.

Hohe Zufriedenheit der Amtsinhabenden und beträchtliches Potential für zukünftige Ehrenamtliche

Wer im Verein ein Amt bekleidet, investiert wöchentlich rund 2.2 Stunden für die Vereinsarbeit. Bei Personen, welche sich an der Vereinsarbeit lediglich mit Helferdiensten beteiligen, sind es mit 2.8 Stunden pro Monat erwartungsgemäss weniger. Dass die Mithilfe im Verein trotz dieses zeitlichen Investments nicht nur als mühsame Pflicht wahrgenommen wird, zeigt sich in der hohen Zufriedenheit, mit welcher die Personen ihr freiwilliges Engagement ausüben. 50 Prozent der Amtsträgerinnen und Amtsträger sind sehr zufrieden mit ihrem Amt, weitere 42 Prozent eher zufrieden. Bei den Helferdiensten berichten 35 Prozent von einer hohen Zufriedenheit, 46 Prozent sind eher zufrieden. Während sich bei der Zufriedenheit mit dem Ehrenamt in den letzten sechs Jahren kaum etwas geändert hat, sind die Freiwilligen mit den Helferdiensten aktuell etwas weniger zufrieden als noch 2020. Unabhängig davon sind zufriedene Freiwillige wohl eines der wichtigsten Argumente bei der Rekrutierung von neuen Helferinnen und Helfern. Um solche zu finden, muss man als Vereinsverantwortliche gar nicht allzu weit suchen – das Potential dafür liegt häufig im Verein selber. Von den Aktivmitgliedern ohne Amt könnten sich 28 Prozent vorstellen, in nächster Zeit ein solches zu übernehmen. Dies sind sogar etwas mehr als noch 2020 (24 %). Dazu gehören verhältnismässig viele jüngere Menschen, die entweder noch in Ausbildung sind oder aber solche, die Vollzeit erwerbstätig sind und bereits selber Kinder im vereinsfähigen Alter haben. 44 Prozent dieser Personen wurden bisher allerdings noch nie konkret für die Übernahme eines Amtes angefragt.

T 11.2: Ehrenamtliches und freiwilliges Engagement im Sport

	alle		Männer		Frauen	
	in % der Bevölkerung	in % der Aktivmitglieder	in % der Bevölkerung	in % der Aktivmitglieder	in % der Bevölkerung	in % der Aktivmitglieder
Amt im Verein	7	30	9	32	5	27
Amt ausserhalb des Vereins	3	11	4	11	3	10
Helferdienst im/für den Verein	10	35	11	33	9	39
Helferdienst ausserhalb des Vereins	6	13	6	13	5	14
freiwilliges Engagement im Sport	18	55	20	56	15	55

Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 763 bzw. 2959 (Aktivmitglieder). Es konnten mehrere Formen des Engagements angegeben werden.

12. Sport im Fitnesscenter

Das Wichtigste in Kürze

- Der kontinuierliche Zuwachs an Mitgliedern hat sich bei den Fitnesscentern in den letzten sechs Jahren fortgesetzt. Aktuell besitzen 22 Prozent der Bevölkerung ein Fitnesscenterabonnement.
- Während Männer und Frauen sowie die einheimische und ausländische Bevölkerung gleichermaßen im Fitnesscenter anzutreffen sind, besitzen jüngere Personen, Menschen aus der Deutschschweiz, die Stadtbevölkerung und Personen mit höherem Einkommen häufiger ein Abonnement.
- Die fehlende Verpflichtung, die höhere Flexibilität, die bessere Verfügbarkeit sowie das bessere oder andere Angebot sind die Hauptgründe, warum die Mitgliedschaft im Fitnesscenter anderen Angeboten vorgezogen wird.
- Die Sportmotive der Mitglieder von Fitnesscentern unterscheiden sich leicht von jenen der Nichtmitglieder. «Figur und Aussehen» wird von Menschen mit einem Fitnesscenterabonnement als besonders wichtig eingestuft.

Der Sportboom führte nicht nur zu einer markanten Erhöhung der Sportaktivität in der Bevölkerung, es entstanden gleichzeitig auch viele neue Angebote und Settings. Beispielhaft zeigt sich dies an der Entwicklung der Fitnesscenter: Aus den ersten «Muckibuden» der 1980er Jahren ist heute ein differenzierter Markt mit unterschiedlichsten Angeboten und Ausrichtungen entstanden. Der wichtigste Unterschied zum Sportverein besteht darin, dass Fitnesscenter kommerziell ausgerichtet sind und für ihre Kundschaft eine flexible, individuelle und effiziente Dienstleistung erbringen.

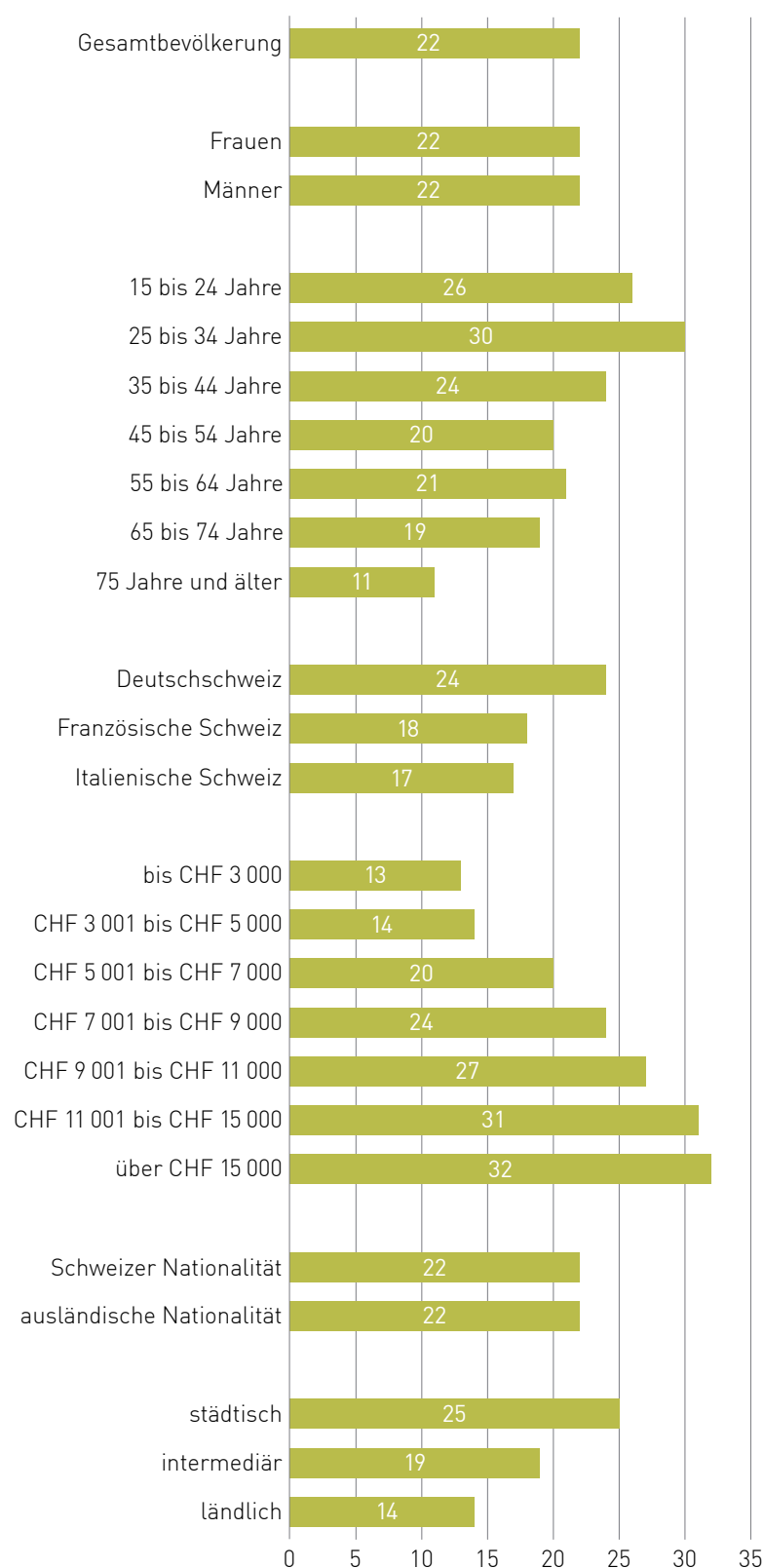
Fitnesscenter im Aufwind

Erstmals sind mehr erwachsene Personen Mitglied in einem Fitnesscenter als Mitglied in einem Verein. Der Anteil an Personen, die Mitglied in einem Fitnesscenter sind oder zumindest ein Abonnement besitzen, welches den regelmässigen Besuch ermöglicht, ist von 19 Prozent im Jahr 2020 auf 22 Prozent im Jahr 2026 angewachsen. Der Anteil an Personen, die Aktivmitglied in einem Verein sind, ist im selben Zeitraum von 22 Prozent auf 19 Prozent gesunken (vgl. Kapitel 11). Seit 2008, als erst 14 Prozent der Bevölkerung im Besitz eines Abonnements waren, haben die privaten Fitnesscenter kontinuierlich an Bedeutung und Mitgliedern gewonnen.

Keine Unterschiede nach Geschlecht und Nationalität, grosse Unterschiede nach Alter, Einkommen und Siedlungsart

Mit Blick auf die sozialen Unterschiede in der Nutzung verschiedener Sportangebote haben zwei Eigenheiten die Fitnesscenter von Anfang an ausgezeichnet. Es gibt keine bzw. nur kleine Geschlechterunterschiede und keine Nationalitätenunterschiede. Frauen und Männer sowie die einheimische und ausländische Wohnbevölkerung sind zu gleichen Teilen in den Fitnesscentern aktiv. Dies war bereits 2008 der Fall und ist auch heute in der selben Masse zu beobachten (vgl. Abbildung 12.1). Beträchtliche Unterschiede bei der Nutzung von Fitnesscentern zeigen sich dafür bezüglich Alter, Sprachregion, Haushaltseinkommen und Siedlungsart. Jüngere Personen sind eher im Fitnesscenter anzutreffen als ältere, Personen aus der Deutschschweiz eher als Personen aus der französisch- und italienischsprachigen Schweiz, Stadtmenschen eher als Landmenschen. Der Anteil an Personen mit einem Abonnement eines Fitnesscenters steigt zudem kontinuierlich mit dem Haushaltseinkommen. Von Personen mit einem hohen Einkommen ist jede Dritte in einem Fitnesscenter aktiv, von Personen mit tiefem Einkommen nur jede Siebte. Die Nutzung von Fitnesscentern ist zwischen 2020 und 2026 in fast jedem Segment gewachsen. Ein besonders hohes Wachstum zeigen mit 5 Prozentpunkten die Anteile der 25- bis 34-Jährigen und jene der 55- bis 64-Jährigen.

A 12.1: Anteil Mitglieder in privaten Fitnesscentern nach Geschlecht, Alter, Sprachregion, Haushaltseinkommen, Nationalität und Siedlungsart (in %)



Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 767. Haushaltseinkommen: netto, monatlich in CHF; bei der Gruppe mit Schweizer Nationalität sind auch Menschen mit Doppelbürgerschaft enthalten.

Ungebundenheit, Flexibilität und Verfügbarkeit als wichtigster Wettbewerbsvorteil

Um mehr über das Erfolgsgeheimnis der Fitnesscenter zu erfahren, wurden die Nutzenden gefragt, wo für sie der wichtigste Vorteil einer Mitgliedschaft in einem privaten Fitnesscenter gegenüber anderen Sportangeboten wie zum Beispiel einem Verein liege. Die Frage wurde wie folgt beantwortet: keine Verpflichtung bzw. mehr Ungebundenheit (von 19 % der Fitnesscenter-Mitglieder angekreuzt), höhere Flexibilität (17 %), bessere Öffnungszeiten und höhere Verfügbarkeit (17 %), besseres oder anderes Angebot (14 %), bessere Infrastruktur (9 %), bessere Betreuung und Beratung (8 %) und bessere Erreichbarkeit (4 %). Nur je 2 Prozent geben an, Fitnesscenter wegen Kolleginnen oder Freunden zu besuchen oder sie als moderner und angesagter wahrzunehmen. Schliesslich sehen 6 Prozent keinen Vorteil gegenüber anderen Sportangeboten. Gegenüber 2020 wird heute «bessere Infrastruktur» häufiger, «keine Verpflichtungen bzw. mehr Ungebundenheit» seltener genannt.

«Figur und Aussehen» als wichtiges Sportmotiv

Vergleicht man die Sportmotive von Mitgliedern eines Fitnesscenters mit den Sportmotiven der Nichtmitglieder, so gewichten erstere das Motiv «Figur und Aussehen» deutlich höher. Auch «Fitness und Gesundheit», «Entspannung und Stressabbau» und «Wettkampf und Leistung» werden von den Mitgliedern signifikant höher bewertet als von den Nichtmitgliedern. Umgekehrt ist es beim Motiv «Natur», das für Fitnesscenter-Mitglieder einen signifikant tieferen Stellenwert hat. Zu den Sportarten, die am häufigsten im Fitnesscenter ausgeübt werden, gehören (in abnehmender Reihenfolge): allgemein Fitnesstraining, Krafttraining, Pilates, Yoga, Body oder Muscle Pump, Spinning, Crossfit, allgemein Konditionstraining, Zumba, Aqua-Fitness, Body Combat oder Fitbox, allgemein Gymnastik, Jogging auf dem Laufband, Boxen, Functional Training, Rückentraining, Schwimmen, Gewichtheben und Radfahren auf dem Radergometer.

13. Sport in den Ferien

Das Wichtigste in Kürze

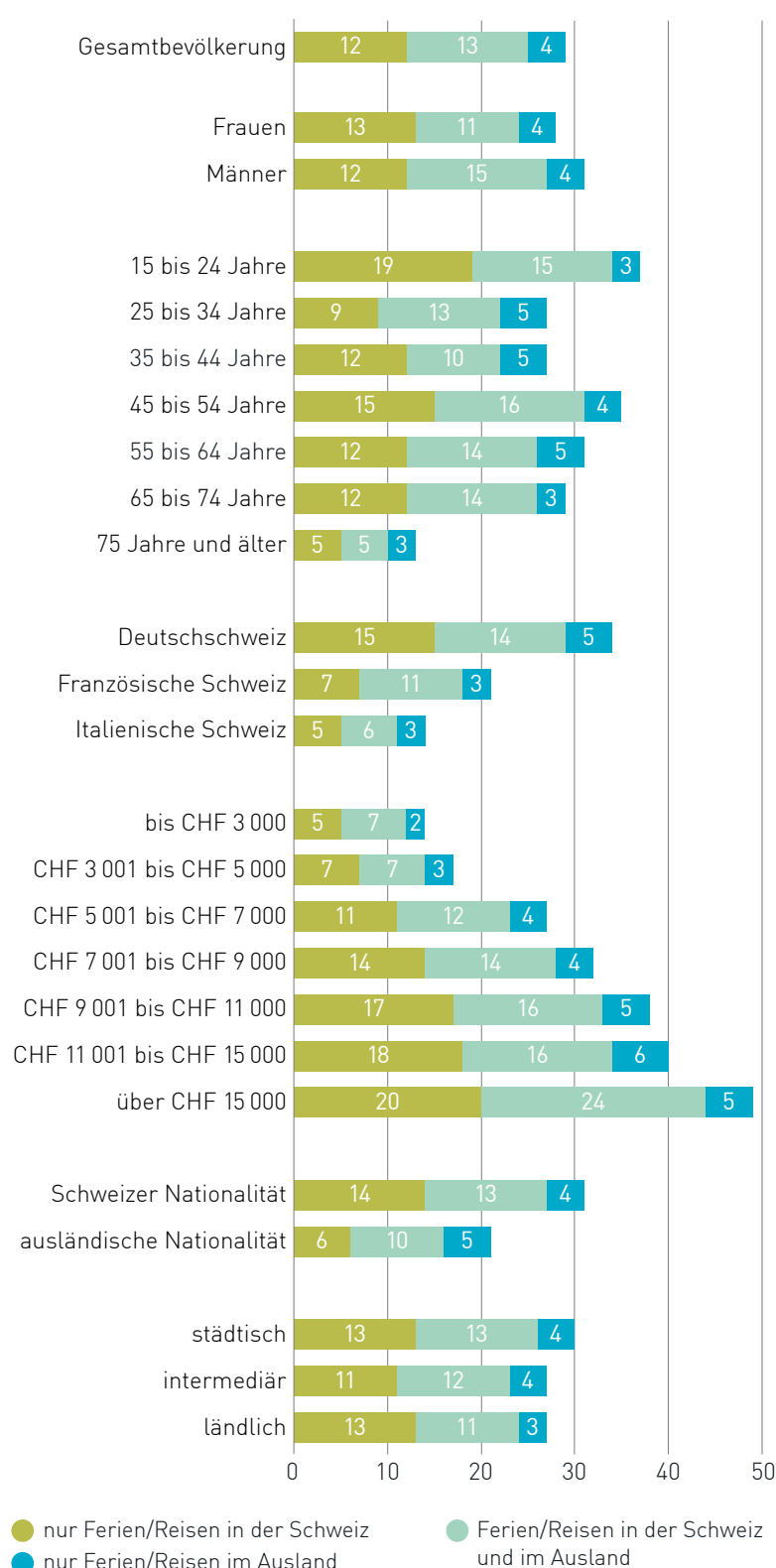
- Sportferien bleiben bei der Schweizer Bevölkerung beliebt: Knapp drei von zehn Personen haben in den vergangenen zwölf Monaten in der Schweiz oder im Ausland Sportferien genossen.
- Ein Viertel der Bevölkerung hat Sportferien in der Schweiz verbracht und dabei im Schnitt neunmal übernachtet. Ein Sechstel reiste für die Sportferien ins Ausland und hat dafür durchschnittlich 12 Übernachtungen gebucht.
- Mit steigendem Einkommen fährt man deutlich häufiger in die Sportferien. Auch bei den Menschen aus der Deutschschweiz sowie bei der einheimischen Bevölkerung sind Sportferien beliebter.
- Obwohl es ein breites Angebot an auszuübenden Feriensportarten gibt, bleiben Ski- und Wandertourismen nach wie vor die absoluten Spitzenreiter. Je nach Geschlecht und Alter lassen sich unterschiedliche Präferenzen bei der Wahl der Sportarten finden.

Sportferien sind überaus beliebt. 29 Prozent der Schweizer Bevölkerung haben in den letzten zwölf Monaten vor der Befragung Sportferien oder Sportreisen gemacht (vgl. Abbildung 13.1). 12 Prozent sind dazu in der Schweiz geblieben, 13 Prozent haben ihre Sportferien sowohl im In- als auch im Ausland verbracht und die verbleibenden 4 Prozent haben ihre Sportferien nur im Ausland genossen. Gegenüber 2020 haben sich die Zahlen nicht gross geändert. Sowohl der Anteil an Personen, der Sportferien unternimmt, als auch das Verhältnis von Inland- und Auslandsreisen haben sich nicht nennenswert verschoben. Einzig der Anteil an Personen, welcher nur Ferien im Ausland verbracht hat, ist um 1 Prozentpunkt von 5 auf 4 Prozent gefallen.

Das Reiseverhalten liegt wieder auf dem Niveau von vor der Covid-19-Pandemie

Zu den Sportferien werden in «Sport Schweiz» auch Wochenendausflüge und Kurztrips gezählt, bei denen sportliche Aktivitäten im Mittelpunkt stehen und die mindestens eine auswärtige Übernachtung beinhalten. In aller Regel dauern Sportferien aber länger als ein Wochenende. Wer in den letzten zwölf Monaten Sportferien in der Schweiz geniessen durfte, hat es dabei auf durchschnittlich 9 Übernachtungen gebracht, bei Ferien im Ausland waren es sogar 12 Übernachtungen. Dazu muss einerseits angemerkt werden, dass häufig mehrere Sportferien oder Sportreisen pro Jahr unternommen werden. Im Durchschnitt sind es 2.8 Sportreisen in der Schweiz und 2.2 Sportreisen im Ausland. Andererseits drücken einige Vielreisende mit vielen Übernachtungen den Durchschnitt hoch. Bei der Hälfte der Reisenden sind es nicht mehr als 6 Nächte in der Schweiz und 7 Nächte im Ausland. Rechnet man die Übernachtungen auf die Gesamtbevölkerung hoch, so kommt man auf durchschnittlich 4.3 Nächte pro Kopf und Jahr, wobei 2.4 Übernachtungen in der Schweiz und 1.9 Übernachtungen im Ausland anfallen. Auch diese Zahlen entsprechen weitgehend den Werten von 2020, wobei die Nächte im Ausland minimal zurückgegangen sind. Insgesamt ist das Reiseverhalten mit Blick auf Sportferien heute also wieder gleich wie vor der Covid-19-Pandemie.

A 13.1: Sportferien nach Geschlecht, Alter, Sprachregion, Haushaltseinkommen, Nationalität und Siedlungsart (Anteil an Personen, die in den letzten zwölf Monaten Sportferien mit mindestens einer Übernachtung verbracht haben, in %)



Anmerkung: Anzahl Befragte: 3614 (Basismodul). Haushaltseinkommen: netto, monatlich in CHF; bei der Gruppe mit Schweizer Nationalität sind auch Menschen mit Doppelbürgerschaft enthalten.

Sportreisen sind abhängig von den finanziellen Möglichkeiten

Wie Abbildung 13.1 veranschaulicht, gibt es bezüglich Sportferien verschiedene soziale Unterschiede. Männer machen etwas mehr Sportferien im Ausland als Frauen. Am meisten in die Sportferien fahren die 15- bis 24-Jährigen und die 45- bis 54-Jährigen. Auch Seniorinnen und Senioren machen noch häufig Sportferien, im Alter ab 75 Jahren werden Sportferien aber deutlich seltener. Mit dem Alter steigt zudem die Anzahl der Übernachtungen. Klar die meisten Übernachtungen im In- und Ausland weisen die 65- bis 74-Jährigen aus. In der Deutschschweiz werden augenfällig mehr Sportferien unternommen als in der französischen und insbesondere in der italienischsprachigen Schweiz, zudem macht die einheimische Bevölkerung erheblich mehr Sportferien als die ausländische Bevölkerung. Demgegenüber gibt es keinen grossen Stadt-Land-Unterschied. Den grössten Einfluss darauf, ob jemand Ferien macht, bei denen sportliche Aktivitäten im Zentrum stehen, hat das Haushaltseinkommen. Mit dem Haushaltseinkommen steigt die Chance auf Sportferien linear an. Fast die Hälfte der Personen in Haushalten mit einem Einkommen von über 15 000 CHF unternimmt Sportreisen, in Haushalten mit einem Einkommen von höchstens 3 000 CHF ist es nur jede siebte Person. Die sozialen Unterschiede bei den Sportreisen zeigten sich bereits 2020. Es gibt aber eine auffällige Veränderung. Die Reise-lust der 15- bis 24-Jährigen ist in den letzten sechs Jahren deutlich angestiegen: Machten 2020 erst 31 Prozent der jüngsten Altersgruppe Sportferien, so sind es heute 37 Prozent.

Ski- und Wanderferien sind die Spitzenreiter unter den Sportferien

Für Sportferien gibt es ein breites Angebot: von einem Skiwochenende im Wallis, Wanderferien im Jura oder einer Radtour dem Inn entlang bis zu Golfferien in der Algarve, Tauchferien am Roten Meer oder Yogaferien in Indien. Tabelle 13.1 gibt einen Überblick über die 20 Sportarten, die am häufigsten in den Ferien ausgeübt werden. Wie bereits 2008, 2014 und 2020 stehen Skifahren und Wandern klar an erster Stelle. Die Anteile liegen allerdings leicht tiefer als noch 2020. Es folgen Radfahren, Schwimmen und Jogging. Zum Radfahren könnte man auch das Mountainbiken und das «Rennvelo fahren» zählen, die an 6. und 11. Stelle separat folgen. Danach kommen mit Snowboarden, Skilanglauf, Schneeschuhlaufen sowie etwas weiter unten mit Ski- und Snowboardtouren weitere Wintersportarten. Sportarten, die es nicht in die Top 20 geschafft haben, aber dennoch von über 0.4 Prozent der Bevölkerung in den Ferien ausgeübt werden, sind Volleyball, Beachvolleyball, (Nordic) Walking, Tanzen und Segeln.

T 13.1: Sportarten, die in den Sportferien am häufigsten ausgeübt werden

	Nennung (in % der Bevölkerung)	Durchschnittsalter (in Jahren)	Frauenanteil (in %)
Skifahren, Ski alpin	12.3	45	49
Wandern, Bergwandern	11.9	52	55
Radfahren, Radtouren	4.1	55	46
Schwimmen	3.3	50	56
Jogging, Laufen, Running	2.6	43	38
Mountainbiking	2.1	50	36
Snowboarden	1.9	31	46
Skilanglauf	1.8	51	55
Schneeschuhlaufen	1.3	58	62
Yoga, Tai Chi, Qi Gong	1.3	50	87
Rennvelo fahren	1.2	48	25
Fitnessstraining, Aerobics	1.2	38	48
Golf	1.2	62	31
Skitouren, Snowboardtouren	1.1	43	32
Fussball	0.9	22	41
Klettern, Bergsteigen	0.9	41	44
Tauchen, Schnorcheln	0.8	43	31
Tennis	0.7	51	26
Surfen, Wellenreiten	0.7	31	60
Windsurfen, Kiten	0.6	41	32

Anmerkung: Anzahl Befragte: 3614 (Basismodul).

Unterschiedliche Präferenzen je nach Alter und Geschlecht

Bei den Sportarten, die in den Ferien ausgeübt werden, gibt es unterschiedliche Präferenzen je nach Alter und Geschlecht. Bei Golfferien liegt das Durchschnittsalter bei über 60 Jahren, bei über 50 Jahren liegt es beim Schneeschuhlaufen, Radfahren, Wandern, Tennis und Skilanglauf. Das tiefste Durchschnittsalter hat Fussball mit 22 Jahren, wobei es sich hier um Trainingslager und Turniere handeln dürfte. Durchschnittlich jünger als 40 Jahre sind zudem Personen, die zum Snowboarden, Surfen oder Fitnessstraining in die Ferien fahren. In der Gunst der Frauen liegen Yoga und Schneeschuhlaufen weiter vorne. Frauen sind aber auch beim Surfen, Schwimmen, Wandern und Skilanglaufen in der Mehrheit. Bei den Männern beliebter sind Rennvelo fahren, Tennis, Golf, Tauchen, Ski- und Snowboardtouren sowie Windsurfen oder Kiten.

Im Vergleich zu 2020 können wir bezüglich Sportreisen bei den folgenden Sportarten einen Rückgang feststellen: Skifahren, Wandern, Radfahren sowie Schwimmen und Golf. Demgegenüber wird in den Ferien mehr Yoga, Skilanglauf, Rennvelo fahren, Windsurfen und Kiten sowie Schneeschuhlaufen ausgeübt. Beim Fussball und den Ski- und Snowboardtouren ist das Durchschnittsalter der Reisenden gesunken, bei Tennis, Yoga, Golf und Radfahren hingegen gestiegen. Während der Frauenanteil beim Fussball und Mountainbiken markant zugenommen hat, ist er beim Tauchen und Tennis deutlich gesunken.

14. Sportausgaben

Das Wichtigste in Kürze

- Der Sport ist getrieben vom Sportboom der letzten Jahrzehnte zu einem bedeutenden Wirtschaftsfaktor geworden. 2020 erzielte er eine Bruttowertschöpfung von 11.4 Milliarden CHF, was 1.7 Prozent des Bruttoinlandprodukts der Schweiz entspricht.
- Die Sportausgaben der Schweizer Bevölkerung sind konstant hoch, sie haben sich in den letzten sechs Jahren aber nicht weiter gesteigert. Im Durchschnitt werden pro Person und Jahr rund 2100 CHF für den Sport ausgegeben.
- Am meisten Geld pro Jahr zahlt man mit 680 CHF für Sportferien und Sportreisen, rund 600 CHF investiert man in Bekleidung und Ausrüstung.
- Wer viel Sport treibt und ein hohes Haushaltseinkommen zur Verfügung hat, gibt deutlich mehr Geld für den Sport aus. Auch Alter, Geschlecht und die Sprachregion spielen eine messbare Rolle. Männer, Personen zwischen 35 und 74 Jahren sowie Menschen aus der Deutschschweiz weisen überdurchschnittliche Sportausgaben aus.

Mit der Zunahme der verschiedenen Sportaktivitäten, den Sportferien, dem Sportkonsum oder auch den Sportunfällen in den letzten Jahrzehnten ist der Sport zu einem bedeutenden Wirtschaftsfaktor geworden. Verschiedene sportökonomische Untersuchungen haben die Wertschöpfungs- und Beschäftigungswirkungen der Sportwirtschaft unter die Lupe genommen. Die letzte Studie zur gesamtwirtschaftlichen Bedeutung des Sports in der Schweiz stammt aus dem Jahr 2020 [16]. Darin wird für den Sport ein Umsatz von 22.2 Milliarden CHF und eine Bruttowertschöpfung von 11.4 Milliarden CHF errechnet. Dies entspricht 1.7 Prozent des schweizerischen Bruttoin-

landprodukts (BIP). Am meisten zur Bruttowertschöpfung tragen die Sportanlagen (23%), die Sportvereine und Sportverbände (19%) sowie der Sporttourismus (18%) bei.

Ausgaben für den Sport konstant hoch

In der Bevölkerungsbefragung «Sport Schweiz» mussten die Befragten ihre jährlichen Sportausgaben in verschiedenen Bereichen beziffern. Ihre Schätzungen für die verschiedenen Teilbereiche sowie die daraus resultierenden Gesamtausgaben lassen sich Tabelle 14.1 entnehmen. Aktuell werden in der Schweiz 2088 CHF pro Kopf und Jahr für den Sport

T 14.1: Sportausgaben der Schweizer Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren

	Bevölkerungsanteil mit entsprechenden Ausgaben	durchschnittliche Ausgaben pro Kopf der Bevölkerung	durchschnittliche Ausgaben pro Kopf der Personen mit entsprechenden Ausgaben
	(in %)	(in CHF)	(in CHF)
Sportbekleidung, Sportschuhe, Sportgeräte, Sport- ausrüstung, inkl. Miet- und Leihausgaben	75	601	797
Sportangebote wie Mitgliederbeiträge für Vereine oder Fitnesscenter, Trainings, Kurse, Schulungen oder sportmedizinische Dienstleistung	53	425	805
Sportanlagenbenutzung wie Eintritte und Abonnemente für Schwimmbäder, Skilifte, Bergbahnen	63	261	415
Besuch von Sportveranstaltungen	32	123	388
Sportferien oder sportbezogene Tagesausflüge im In- und Ausland inkl. Fahrtkosten, Übernachtungs- kosten und Verpflegung	39	678	1758
Total der Ausgaben für Sport	86	2088	2421

Anmerkung: Anzahl Befragte: 3447 (Basismodul).

ausgegeben. 2020 betrugen die Sportausgaben 1937 CHF, was einer Steigerung um 151 CHF entspricht. Berücksichtigt man die inflationsbedingte Veränderung des Landesindex für Konsumentenpreise zwischen April 2019 und April 2025 von plus 5.9 Prozent, so ergibt sich für die vergangenen sechs Jahre nur noch ein minimaler Zuwachs der durchschnittlichen Sportausgaben von 37 CHF. 2020 wiesen 89 Prozent der Befragten Sportausgaben aus, 2026 sind es noch 86 Prozent. Der leicht sinkende Anteil an Personen mit Sportausgaben ist angesichts der stagnierenden Sportentwicklung wenig erstaunlich, der Rückgang wird aber dadurch kompensiert, dass die Sporttreibenden ihre Sportausgaben leicht erhöht haben.

Höchste Ausgaben für Sportferien und Sportreisen sowie für Sportbekleidung und Sportausrüstung

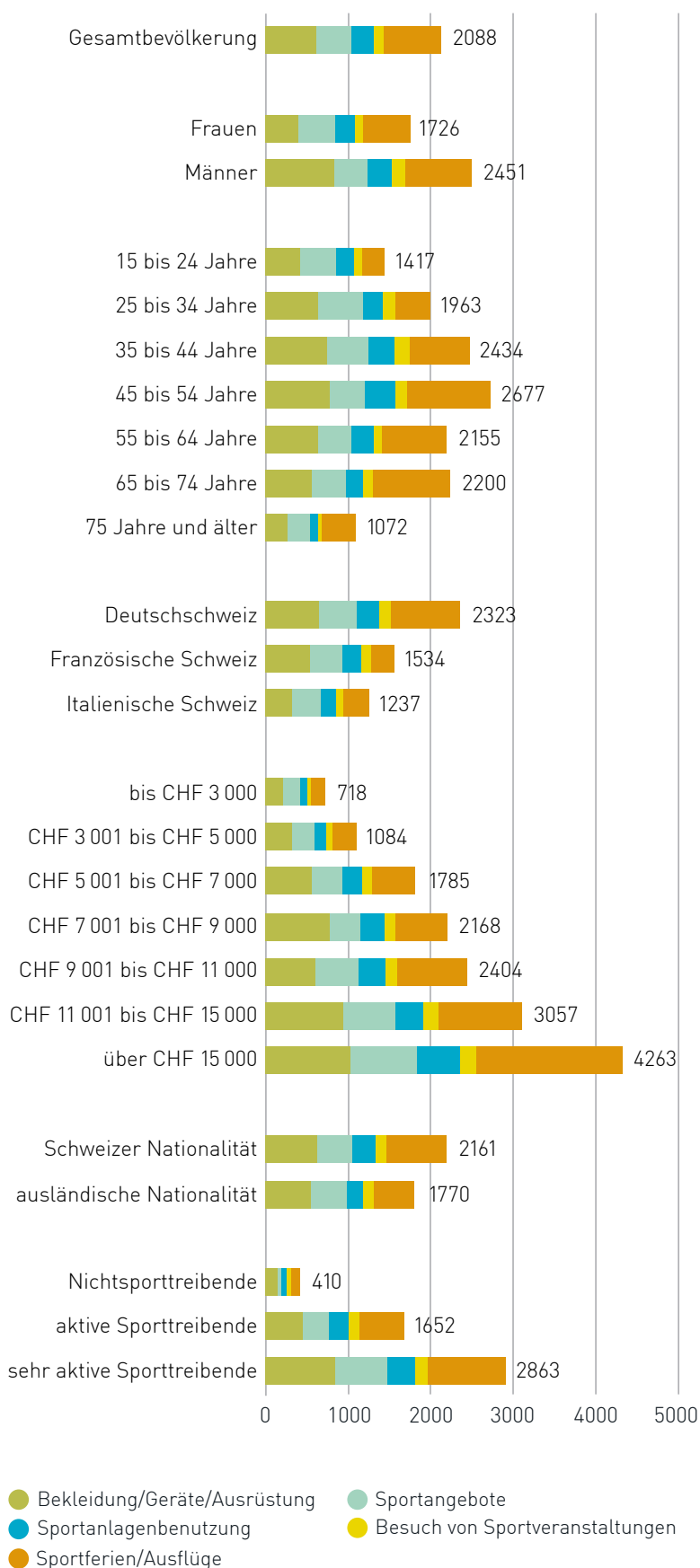
Am meisten – nämlich durchschnittlich 678 CHF pro Kopf und Jahr – gibt die Schweizer Bevölkerung für Sportferien und Sportreisen aus. 39 Prozent der Bevölkerung haben entsprechende Ausgaben. Dass der Anteil 10 Prozentpunkte höher ist als der Anteil an Personen, die Sportferien machen (vgl. Kapitel 13), liegt daran, dass bei den Ausgaben neben den Sportferien auch die sportbezogenen Tagesausflüge mitgerechnet werden. In einem ähnlichen Bereich wie die Ausgaben für Sportferien und Sportreisen liegen mit 601 CHF pro Jahr die Ausgaben für Sportbekleidung und Sportausrüstung. Im Vergleich zu den Sportferien ist der Anteil der Bevölkerung mit Ausgaben für Sportbekleidung und Sportausrüstung deutlich höher. Nur ein Viertel der Bevölkerung gibt kein Geld für Sportbekleidung und Sportausrüstung aus. Gut die Hälfte der Bevölkerung zahlt Mitgliederbeiträge für Vereine oder Fitnesscenter sowie für sportbezogene Kurse und Schulungen. Auch die sportmedizinischen Dienstleistungen – etwa für Massagen – gehören in diesen Bereich. Pro Kopf fallen so jährliche Ausgaben von 425 CHF an. Pro Person mit entsprechenden Ausgaben sind es 805 CHF im Jahr. Für die Nutzung von Infrastruktur wie Sportanlagen, Schwimmbädern, Skiliften oder Bergbahnen wird in der Schweiz 261 CHF pro Kopf und Jahr ausgegeben; für die Besuche von Sportveranstaltungen 123 CHF. Da nur 32 Prozent der Bevölkerung Ausgaben für den Besuch von Sportveranstaltungen tätigen, geben diejenigen mit entsprechenden Ausgaben 388 CHF pro Jahr aus. Dies ist ähnlich viel, wie die Nutzenden von Infrastruktur für die Nutzung von Sportanlagen, Schwimmbädern, Skiliften oder Bergbahnen ausgeben (415 CHF pro Nutzende).

Untersucht man, wie sich die verschiedenen Budgetposten für Sportausgaben in den letzten sechs Jahren verändert haben, und berücksichtigt dabei die inflationsbedingte Erhöhung, so zeigt sich, dass die Ausgaben für Sportferien und Sportreisen real etwas gestiegen sind, während die Ausgaben für alle anderen Budgetposten leicht gesunken sind. Letzteres liegt aber allein daran, dass der Prozentsatz an Personen mit entsprechenden Ausgaben überall leicht gesunken ist. Am deutlichsten gesunken von 69 Prozent auf 63 Prozent ist der Anteil an Personen mit Ausgaben für die Nutzung von Sportinfrastruktur. Effektiv zahlen die entsprechenden Nutzerinnen und Nutzer für die Infrastrukturnutzung heute sogar etwas mehr als vor sechs Jahren.

Sportausgaben sind abhängig von Sportaktivität und Haushaltseinkommen

Die Höhe der Sportausgaben ist einerseits abhängig von der Sportaktivität, andererseits von den finanziellen Mitteln, die zur Verfügung stehen (vgl. Abbildung 14.1). Erwartungsgemäss geben sehr aktive Sporttreibende deutlich mehr für den Sport aus als weniger aktive. Besonders viel investieren die sehr aktiven Sporttreibenden für Bekleidung und Ausrüstung, für Sportangebote und für Sportreisen. Aber selbst sportlich Inaktive haben noch Sportausgaben von immerhin 410 CHF pro Jahr, wobei das Geld vor allem in Bekleidung und Ausrüstung sowie Ausflüge fliesst. Gegenüber 2020 sind die Sportausgaben der Nichtsportlerinnen und Nichtsportler gesunken, was sich mit den gesunkenen sportlichen Aktivitäten der Inaktiven erklären lässt (vgl. Kapitel 9). Mit steigendem Haushaltseinkommen nehmen die Sportausgaben linear zu. Die in Abbildung 14.1 aufgeführten jährlichen Sportausgaben würden für jede Einkommensstufe etwa 2 bis 2.5 Prozent des geschätzten jährlichen Haushaltseinkommens ausmachen. Gemessen am Haushaltsbudget können Gutverdienende überproportional viel für Sportferien und Sportreisen ausgeben. Im Vergleich zu 2020 sind die Sportausgaben bei den tieferen Einkommensklassen gesunken.

A 14.1: Sportausgaben nach Geschlecht, Alter, Sprachregion, Haushaltseinkommen, Nationalität und Sportaktivität (Durchschnittliche Ausgaben pro Kopf der Bevölkerungsgruppe, in CHF)



Anmerkung: Anzahl Befragte: 3447 (Basismodul). Haushaltseinkommen: netto, monatlich in CHF; bei der Gruppe mit Schweizer Nationalität sind auch Menschen mit Doppelbürgerschaft enthalten.

Auch Alter und Geschlecht beeinflussen die Sportausgaben

Neben der Sportaktivität und dem Einkommen beeinflussen das Geschlecht und das Alter die Höhe der Sportausgaben. Frauen geben unabhängig von der Sportaktivität weniger Geld für Sport aus als Männer, ihre Ausgaben für Bekleidung, Geräte und Ausrüstung sowie für den Besuch von Sportveranstaltungen sind nur etwa halb so hoch wie diejenigen der Männer. Auch für Sportferien und Sportreisen geben die Frauen deutlich weniger aus, dafür haben sie leicht höhere Ausgaben bei den Sportangeboten. Während sich in den letzten sechs Jahren bei den Geschlechterunterschieden keine Veränderungen beobachten lassen, zeigen sich mit Blick auf das Alter einige Verschiebungen. Gegenüber 2020 sind die Sportausgaben in der ältesten Altersgruppe gewachsen; Personen im Alter ab 75 Jahren sind heute insbesondere reiselustiger geworden. Nach wie vor verzeichnen aber die jüngste und älteste Altersgruppe die niedrigsten Sportausgaben. Schliesslich ist eine Entwicklung bei den Sprachregionen erwähnenswert: Die Sportausgaben in der italienischsprachigen Schweiz sind gegenüber 2020 deutlich gesunken. Dieser Befund steht in Einklang mit der sinkenden Sportaktivität im Tessin. Klar am meisten Geld für Sport wendet die Deutschschweiz auf, wo insbesondere die Ausgaben für Sportferien und Ausflüge überdurchschnittlich hoch ausfallen.

Wie stark die verschiedenen soziodemografischen und soziökonomischen Merkmale auf die Sportausgaben wirken, wenn man berücksichtigt, dass sich die entsprechenden Faktoren gegenseitig beeinflussen, lässt sich wiederum mit einer multivariaten Analyse überprüfen (Details siehe Kapitel 19). Wie erwartet, erweisen sich die Sportaktivität und das Haushaltseinkommen als die entscheidenden Prädiktoren für die Sportausgaben. Die weiteren Faktoren wie Alter, Geschlecht und Sprachregion haben zwar einen messbaren, aber nur marginalen Einfluss. Die Nationalität hingegen hat nach Kontrolle dieser Variablen keinen signifikanten eigenständigen Einfluss auf die Sportausgaben.

15. Sportverletzungen

Das Wichtigste in Kürze

- 8.5 Prozent der Bevölkerung haben sich in den letzten zwölf Monaten beim Sporttreiben verletzt, wobei es sich bei zwei Dritteln um Bagatellunfälle handelte, welche keine oder eine Arbeitsunfähigkeit von bis zu drei Tagen nach sich zogen.
- Wie die Sportaktivität blieb auch die Inzidenz von Sportverletzungen in den letzten sechs Jahren unverändert.
- Frauen verletzen sich zwar weniger oft beim Sport als Männer, ihre Verletzungen sind aber tendenziell gravierender. Mit dem Alter sinkt das Risiko, sich beim Sporttreiben zu verletzen.
- Am meisten – auch schwerere – Unfälle passieren beim Skifahren und Fussball. Das höchste Verletzungsrisiko hat man in den Sportarten Fussball und Eishockey.

Regelmässige sportliche Aktivitäten wirken sich positiv auf die körperliche und psychische Gesundheit aus. Die gesundheitlichen Effekte des Sports sind wissenschaftlich gut untersucht und zweifelsfrei belegt. Eine sportlich aktive Bevölkerung ist also auch aus Public-Health-Sicht erstrebenswert. Sport kennt aber auch eine Kehrseite: die Sportunfälle. Gemäss der Beratungsstelle für Unfallverhütung (BFU) verletzen sich jährlich 430 000 in der Schweiz wohnhafte Personen bei Sportunfällen im In- und Ausland [17]. Diese Sportunfälle führen zu rund 53 000 schweren und mittelschweren Verletzungen. Das sind fast viermal mehr als im Strassenverkehr.

Nicht bei allen Sportverletzungen handelt es sich aber um einen eigentlichen Unfall. Nur in 67 Prozent der Fälle ist die Verletzung plötzlich und unvermittelt aufgetreten. In 20 Prozent ist von chronischen Beschwerden aufgrund von Überlastungen oder einer früheren Verletzung die Rede. Versicherungstechnisch müsste hier von einer «Krankheit» gesprochen werden. Bei den verbleibenden 13 Prozent bleibt unklar, ob es sich um einen eindeutigen Unfall oder eher um eine Krankheit handelt. Im Vergleich zu 2020 gibt es eine ganz leichte Verschiebung von den «Unfällen» zu den «Krankheiten». Das heisst, es gibt etwas weniger akute und etwas mehr chronische Beschwerden.

Zahl der Sportverletzungen bleibt unverändert

Tabelle 15.1. zeigt, dass 8.5 Prozent der Befragten in den letzten zwölf Monaten eine Sportverletzung erlitten haben, die einen Arztbesuch nötig machte. Dies ist exakt der gleiche Anteil wie 2020. Wie die Sportaktivität scheint sich also auch die Inzidenz von Sportverletzungen nicht verändert zu haben. Zur Bestimmung der Inzidenz gilt es allerdings auch die Mehrfachverletzten zu beachten. Während 75 Prozent nur eine Verletzung beim Sport in den letzten zwölf Monaten erlitten haben, geben 19 Prozent zwei und 6 Prozent drei und mehr Sportverletzungen an. Der Prozentsatz an Personen, die sich mehrfach verletzt haben, ist gegenüber 2020 leicht um 3 Prozentpunkte gestiegen.

Gut zwei Drittel der Sportunfälle sind Bagatellunfälle

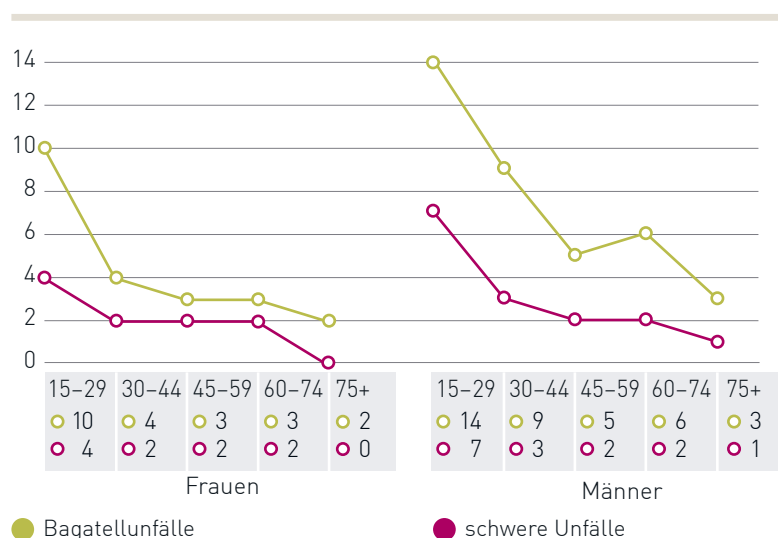
Um die Schwere der Verletzung zu bestimmen, wurde zusätzlich erhoben, ob die Verletzung in einem Spital oder in einer Arztpraxis behandelt wurde, ob ein Spitalaufenthalt nötig war und wie lange dieser dauerte sowie ob und wie lange man aufgrund der Verletzung arbeitsunfähig war. Neu wurde zudem gefragt, ob aufgrund der Verletzung mit dauerhaften körperlichen oder psychischen Einschränkungen gerechnet werden muss. 86 Prozent der Sportverletzungen konnten ambulant in einer Arztpraxis oder einem Spital behandelt werden, während 14 Prozent einen stationären Spitalaufenthalt nach sich zogen. In 65 Prozent

T 15.1: Sportverletzungen mit ärztlicher Behandlung

		in % der Bevölkerung	in % aller Verletzten
Sportverletzung in den letzten zwölf Monaten	Verletzung erlitten	8.5	100.0
	keine Verletzung erlitten	91.5	
Auftreten der Verletzung	plötzlich, unvermittelt aufgetreten	5.7	67.2
	chronisch, aufgrund früherer Verletzung	1.7	19.8
	beides/unklar	1.1	13.0

Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 771.

A 15.1: Anteil Personen, die sich in den letzten zwölf Monaten beim Sporttreiben verletzt, nach Schweregrad sowie Geschlecht und Alter (nur Verletzungen mit ärztlicher Behandlung, in %)



Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 771. Schwere Unfälle ziehen eine Arbeitsunfähigkeit von mehr als 3 Tagen nach sich.

der stationären Fälle dauerte der Spitalaufenthalt eine bis drei Nächte, bei 25 Prozent waren es vier bis sechs Nächte und bei den restlichen 10 Prozent über sechs Nächte. Arbeitsunfähig waren 34 Prozent aller Personen, die sich beim Sport verletzt haben. Bei 4 Prozent aller Verletzten dauerte die Arbeitsunfähigkeit nicht mehr als 3 Tage, bei 8 Prozent zwischen 4 und 7 Tagen, bei 13 Prozent zwischen 8 und 31 Tagen und bei 9 Prozent über einen Monat. Bei Verletzungen, bei denen keine Arbeitsunfähigkeit eintritt oder diese nicht mehr als 3 Arbeitstage dauert, spricht man von Bagatellunfällen. Gemäss den vorliegenden Angaben würde es sich also bei 70 Prozent der Sportunfälle um Bagatellunfälle handeln. 30 Prozent sind schwerere Unfälle. Bei 6 Prozent der Sportunfälle sind dauerhafte körperliche oder psychische Einschränkungen vorhanden, bei weiteren 18 Prozent sind dauerhafte Einschränkungen zumindest möglich. In den letzten sechs Jahren hat die Schwere der Sportverletzungen nicht zugenommen, eher im Gegenteil: 2020 konnten 85 Prozent der Sportverletzungen ambulant behandelt werden und bei 67 Prozent handelte es sich um Bagatellunfälle.

Frauen verletzen sich seltener im Sport, die Verletzungen sind aber gravierender

Frauen verletzen sich weniger oft beim Sport als Männer, ihre Verletzungen sind aber tendenziell gravierender. 6 Prozent aller Frauen und 11 Prozent aller Männer verletzten sich innerhalb von zwölf Monaten beim Sporttreiben. Bei den Frauen mussten 15 Prozent dieser Verletzungen stationär im Spital behandelt werden, bei den Männern waren es 13 Prozent. Sowohl bei den Frauen als auch bei den Männern ist die Verletzungsgefahr in jungen Jahren am höchsten (vgl. Abbildung 15.1). Junge Menschen im Alter von 15 bis 29 Jahren verletzen sich etwa doppelt so häufig

beim Sport wie 30- bis 44-Jährige. Danach sinkt das Risiko für eine Sportverletzung mit fortschreitendem Alter weiter, jedoch nicht kontinuierlich. Mit dem Anstieg der Sportaktivität der Männer um die Pensionierung findet nochmals ein leichter Anstieg insbesondere der Bagatellunfälle statt.

Der Verlauf der Unfallzahlen zeigt, dass diese mit der Exposition – das heisst mit der Anzahl Sportstunden – zusammenhängen. Von den sehr aktiven Sporttreibenden, die mehrmals pro Woche in einem Gesamtumfang von mindestens drei Stunden Sport treiben, haben sich in den vergangenen zwölf Monaten 12 Prozent verletzt; bei den Personen, die mindestens wöchentlich, aber insgesamt weniger als zwei Stunden Sport treiben, sind es 7 Prozent; bei den Personen, die seltener Sport treiben, aber immer noch 5 Prozent. Und selbst Nichtsportlerinnen und Nichtsportler können sich bei sportlichen Aktivitäten verletzen. Immerhin 2 Prozent der sportlich Inaktiven ist das in den letzten zwölf Monaten passiert. Und wenn sich inaktive oder weniger aktive Personen beim Sporttreiben verletzen, sind die Verletzungen häufig gravierender und die Heilungsdauer ist länger. 13 Prozent der Verletzungen von sehr aktiven Sporttreibenden müssen stationär im Spital behandelt werden, bei den sportlich inaktiven Personen sind es 21 Prozent.

Hohes Verletzungsrisiko in den populären Mannschaftssportarten

Am häufigsten sind Verletzungen in den Sportarten Fussball, Jogging, Skifahren, Wandern, Radfahren, Krafttraining, Volleyball und Mountainbike, wobei es sich beim Jogging, Fussball, Wandern und Volleyball bei über 70 Prozent der Fälle um Bagatellunfälle handelt. Betrachtet man nur die schweren Unfälle, so lautet die Reihenfolge der Sportarten mit den meisten Verletzten Skifahren, Fussball, Radfahren, Jogging, Krafttraining, Wandern, Mountainbike und Volleyball. Bei der Aufzählung der unfallträchtigsten Sportarten fällt auf, dass die vorderen Plätze von Sportarten belegt werden, die auch häufig ausgeübt werden. Wo es viele Aktive gibt, gibt es auch mehr Verletzte. Um das Unfallrisiko einer Sportart grob abschätzen zu können, muss die Anzahl Verletzter mit der Anzahl Ausübender ins Verhältnis gesetzt werden. Das höchste Verletzungsrisiko hätte man demnach in den Sportarten Fussball und Eishockey, gefolgt von Leichtathletik, Handball, Volleyball, Basketball, Kampfsport und Unihockey. Betrachtet man nur die schweren Verletzungen so gesellen sich zu den verschiedenen Mannschaftssportarten noch einige weitere Sportarten – wie Reiten, Eislaufen, Snowboarden und Mountainbike – dazu, während Leichtathletik aus der Liste verschwindet. Für eine präzisere Einschätzung des Unfallrisikos in einer Sportart müsste jedoch die genaue Expositionszeit ermittelt werden, was im Rahmen der Erstellung der «Factsheets Sportarten» geschehen wird.

16. Interesse am Mediensport

Das Wichtigste in Kürze

- In den letzten 20 Jahren ist das Interesse am Mediensport kontinuierlich gesunken. Dieser Trend hat sich seit 2020 weiter akzentuiert.
- Aktuell zeigt ein knappes Viertel der Bevölkerung ein hohes Interesse am Mediensport, 30 Prozent interessieren sich hingegen gar nicht dafür.
- Bei Männern, bei der älteren Bevölkerung, bei Menschen mit Schweizer Nationalität sowie bei den sehr aktiven Sportlerinnen und Sportlern ist das Interesse am Mediensport überdurchschnittlich hoch.
- Am häufigsten verfolgt man das Sportgeschehen noch immer am Fernsehen. In den letzten Jahren hat aber die digitale Mediennutzung online und in den sozialen Medien stark zugelegt.
- Je nach Kanal lassen sich Unterschiede beim Profil der Nutzenden beobachten. Bei den älteren Altersgruppen bleibt das TV-Gerät das Leitmedium, bei den jüngeren Generationen sind die sozialen Medien mittlerweile ebenso beliebt.

«Der Fernseher ist des Schweizers liebstes Sportgerät.» Diese Beobachtung aus früheren «Sport Schweiz»-Studien stimmt heute nicht mehr. In den Nullerjahren erreichte der Sportkonsum der Schweizer Bevölkerung seinen Höchstwert. Vor 20 Jahren haben tatsächlich mehr Personen Sport konsumiert als Sport betrieben. Nur ein Fünftel der Bevölkerung zeigte kein Interesse am Sport in den Medien, sportlich inaktiv war damals über ein Viertel. Seither ist der Sportkonsum kontinuierlich gesunken (vgl. Tabelle 16.1). Heute ist gegen ein Drittel der Bevölkerung nicht am Sportgeschehen interessiert. Der Anteil an Personen mit einem hohen Sportinteresse ist im gleichen Zeitraum von 35 Prozent auf 24 Prozent gesunken.

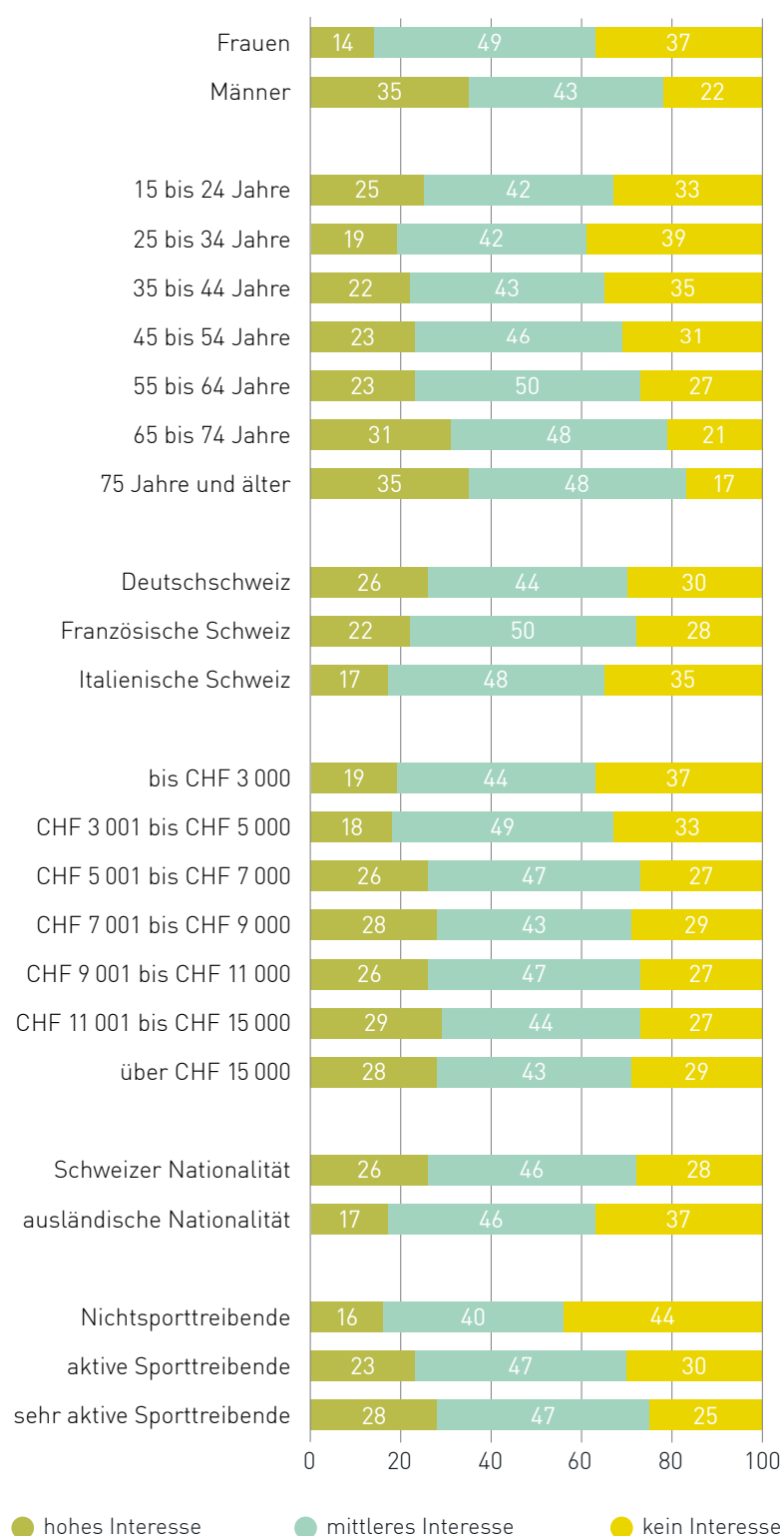
Interesse am Mediensport nimmt ab

Zwischen 2020 und 2026 hat sich der Rückgang des Sportkonsums nicht nur fortgesetzt, sondern sogar akzentuiert. Der Rückzug ins Private, der seit der Covid-19-Pandemie festgestellt werden kann, zeigt sich beim Sportkonsum nicht. So hat die Erhebung zum Kultur- und Freizeitverhalten des Bundesamtes für Statistik 2025 einen markanten Rückgang bei den Freizeitaktivitäten ausserhalb der eigenen vier Wände und eine Zunahme von kreativen Hobbytätigkeiten und digitalen Aktivitäten zu Hause festgestellt [18]. Von diesem Trend konnte der Mediensport aber nicht profitieren. Das Sportinteresse ist heute deutlich tiefer als vor der Pandemie. Dies gilt für fast alle Bevölkerungsgruppen.

T 16.1: Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung 2000 bis 2026 (in % der Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren)

	2000	2008	2014	2020	2026
hohes Interesse	33	35	31	28	24
mittleres Interesse	45	45	47	47	46
kein Interesse	22	20	22	25	30

Anmerkung: Anzahl Befragte: 2000: 2063; 2008: 10 255; 2014: 10 625; 2020: 11 282; 2026: 14 748.

A 16.1: Sportinteresse nach Geschlecht, Alter, Sprachregion, Haushaltseinkommen, Nationalität und Sportaktivität (in %)

Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 748. Haushaltseinkommen: netto, monatlich in CHF; bei der Gruppe mit Schweizer Nationalität sind auch Menschen mit Doppelbürgerschaft enthalten.

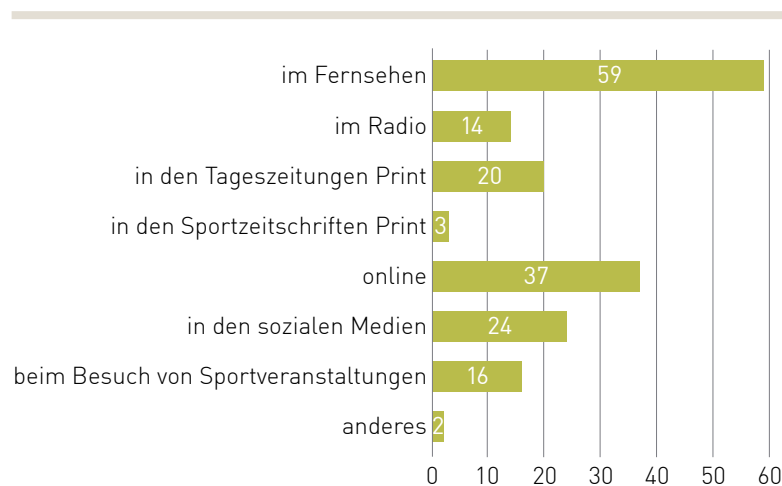
Soziale Unterschiede beim Sportinteresse

Nach wie vor gibt es beim Sportinteresse klare Unterschiede nach Geschlecht, Alter, Sprachregion, Nationalität und Sportaktivität (vgl. Abbildung 16.1): Männer interessieren sich mehr für Sport als Frauen, ältere Personen mehr als jüngere, die einheimische Bevölkerung mehr als die ausländische Bevölkerung, Personen aus der Deutschschweiz mehr als Personen aus der französisch- und italienischsprachigen Schweiz, sportlich Aktive mehr als sportlich Inaktive. Zudem zeichnen sich Personen mit einem tieferen Haushaltseinkommen auch durch ein tieferes Sportinteresse aus. Der Rückgang des Interesses am Sport betrifft alle Bevölkerungsgruppen in ähnlichem Ausmass. Tendenziell ist der Rückgang bei den unteren Einkommensklassen und bei der ausländischen Bevölkerung noch etwas ausgeprägter. Bemerkenswert ist zudem, dass es nur in einer einzigen Gruppe zu einer leichten Zunahme des Sportinteresses in den letzten sechs Jahren kam: Die 15- bis 24-Jährigen interessieren sich 2026 wieder etwas mehr für den Sport in den Medien als 2020. Dieser Anstieg hat mit einer Verschiebung in der Mediennutzung zu tun.

Digitalisierung der Mediennutzung

In Abbildung 16.2 wird ersichtlich, wie verschiedene Medien genutzt werden. Die Mehrheit der Schweizer Bevölkerung verfolgt das Sportgeschehen im Fernsehen und etwa ein Siebtel auch im Radio. Ein Fünftel liest die Sportseiten von gedruckten Tageszeitungen, aber nur eine kleine Minderheit informiert sich in speziellen Sportzeitschriften. Über ein Drittel gibt an, sich online zu informieren, und ein Viertel verfolgt den Sport in den sozialen Medien. Nimmt man online und soziale Medien zusammen, so kommen die digitalen Kanäle auf einen Nutzungsanteil von 45 Prozent. Ein Sechstel der Bevölkerung besucht zudem Sportveranstaltungen. Im Vergleich zu 2020 haben vor allem die gedruckten Tageszeitungen, aber auch Fernsehen, Radio und Sportzeitschriften Anteile verloren. Insbesondere bei den Tageszeitungen wird der gravierende Einbruch aber dadurch abgefedert, dass Tageszeitungen heute vermehrt online gelesen werden. Auch bei den anderen Medien lässt sich eine Verschiebung zu digitalen Kanälen feststellen. Die Internetnutzung konnte deshalb in den letzten sechs Jahren markant zulegen.

A 16.2: Verfolgung des Sportgeschehens (in % der Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren)



Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 748.

Verschiedene Kanäle, verschiedene Nutzergruppen

Bei der Mediennutzung zeigen sich grosse Unterschiede nach Geschlecht, Alter, Sprachregion oder Sportaktivität, die zusätzlich zu den allgemeinen Unterschieden beim Sportinteresse beachtet werden müssen (vgl. Tabelle 16.2). Männer informieren sich häufiger online und in spezifischen Sportzeitschriften über das Sportgeschehen, sie besuchen auch häufiger Sportveranstaltungen als Frauen. Bei der sportspezifischen Nutzung von sozialen Medien, Radio, Fernseher und Tageszeitungen sind die geschlechtsspezifischen Unterschiede etwas geringer. Die Altersunterschiede

werden bei den Sportseiten in den gedruckten Tageszeitungen, die von 45 Prozent der über 75-Jährigen, aber nur noch von 5 Prozent der 15- bis 24-Jährigen gelesen werden, besonders augenfällig. In der jüngsten Altersgruppe, wo wir als einzige einen Anstieg des Sportinteresses feststellen konnten, erreichen Sportinformationen in den sozialen Medien mittlerweile ein gleich grosses Publikum wie der Sport im Fernsehen. Bei den älteren Altersgruppen bleibt der Fernseher dagegen das Leitmedium, wenn es um Sport geht. Altersunterschiede zeigen sich auch beim Radiohören und beim Besuch von Sportveranstaltungen: Jüngere Personen hören seltener Radio, besuchen jedoch häufiger Sportveranstaltungen. Zudem geht die online Nutzung mit höherem Alter deutlich zurück. Bei den Sprachregionen fällt auf, dass Menschen in der Deutschschweiz überproportional Sportnachrichten am Radio hören und sich häufiger online informieren. In der französischen Schweiz springt die überproportionale Nutzung von sozialen Medien und der unterdurchschnittliche Besuch von Sportveranstaltungen ins Auge. In der italienischsprachigen Schweiz sind die gedruckten Tageszeitungen von geringerer Bedeutung. Nichtsportlerinnen und Nichtsportler weisen bei allen Sportmedien unterproportionale Nutzungsraten auf, ausser beim Fernsehen, welches sie verhältnismässig häufig nutzen. Sporttreibende besuchen hingegen überdurchschnittlich oft Sportveranstaltungen.

T 16.2: Verfolgung des Sportgeschehens nach Geschlecht, Alter, Sprachregion und Sportaktivität (in % der Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren)

	im Fernsehen	im Radio	in den Tageszeitungen Print	in den Sportzeitschriften Print	online	in den sozialen Medien	beim Besuch von Sportveranstaltungen	anderes
Frauen	51	13	16	2	27	20	12	2
Männer	68	15	24	5	49	27	20	2
15 bis 24 Jahre	50	6	5	2	42	50	18	3
25 bis 34 Jahre	46	8	9	1	38	37	13	3
35 bis 44 Jahre	51	13	10	3	45	28	17	2
45 bis 54 Jahre	58	15	17	4	43	22	19	3
55 bis 64 Jahre	66	18	27	3	36	15	16	2
65 bis 74 Jahre	72	16	36	4	29	8	15	2
75 Jahre und älter	78	17	45	4	19	7	12	1
Deutschschweiz	58	15	20	3	40	23	18	2
Französische Schweiz	63	11	21	3	32	27	11	4
Italienische Schweiz	57	10	14	3	30	20	16	1
Nichtsporttreibende	50	8	10	1	21	14	6	3
aktive Sporttreibende	60	15	18	2	37	24	15	2
sehr aktive Sporttreibende	62	16	24	4	44	27	20	2

Anmerkung: Anzahl Befragte: 14 748.

17. Sportförderung, Sportinteresse, Sportpolitik

Das Wichtigste in Kürze

- Die Sportförderung geniesst bei der Schweizer Bevölkerung einen hohen Stellenwert.
- Grossmehrheitlich ist man mit der Sportförderung in der Schweiz zufrieden. Bei der Förderung der Sportangebote für benachteiligte Gruppen, beim Behindertensport sowie beim Kinder- und Jugendsport könnte man nach Ansicht der Bevölkerung am ehesten noch etwas mehr investieren, wohingegen beim kommerziellen Spitzensport am ehesten Sparpotential ausgemacht wird.
- Die positiven Wirkungen des Sports sind in der Schweizer Bevölkerung breit anerkannt und auch die Durchführung von Sportanlässen geniesst bei den Menschen eine hohe Akzeptanz.
- Neben den positiven Wirkungen ist man sich auch der Schattenseiten des Sports bewusst. Die grössten Probleme des Sports werden bei seiner Kommerzialisierung, bei der Korruption und beim Doping ausgemacht.

Dem Sport werden zahlreiche positive Wirkungen nachgesagt, viele davon sind wissenschaftlich gut belegt. Neben den positiven Effekten auf die physische und psychische Gesundheit kann der Sport die Integration und den Zusammenhalt in der Gesellschaft fördern und gilt als «Schule für das Leben», welche Kompetenzen und Werte vermittelt, die für das soziale Miteinander und die Wirtschaft von grosser Bedeutung sind. Aufgrund seines Beitrages für die Gesundheit und das Gemeinwohl wird der Sport von der öffentlichen Hand über verschiedene Gefässe und auf unterschiedlichen Ebenen gezielt gefördert. Die Förderung des Breitensports gehört dabei genauso dazu wie die Unterstützung des Leistungssports sowie die Bereitstellung von Sportinfrastruktur oder die subsidiäre Unterstützung von Sportgrossanlässen. Aus Sicht der Politik ist es deshalb wichtig, in Erfahrung zu bringen, wie der Sport und dessen Förderung von der Bevölkerung wahrgenommen werden.

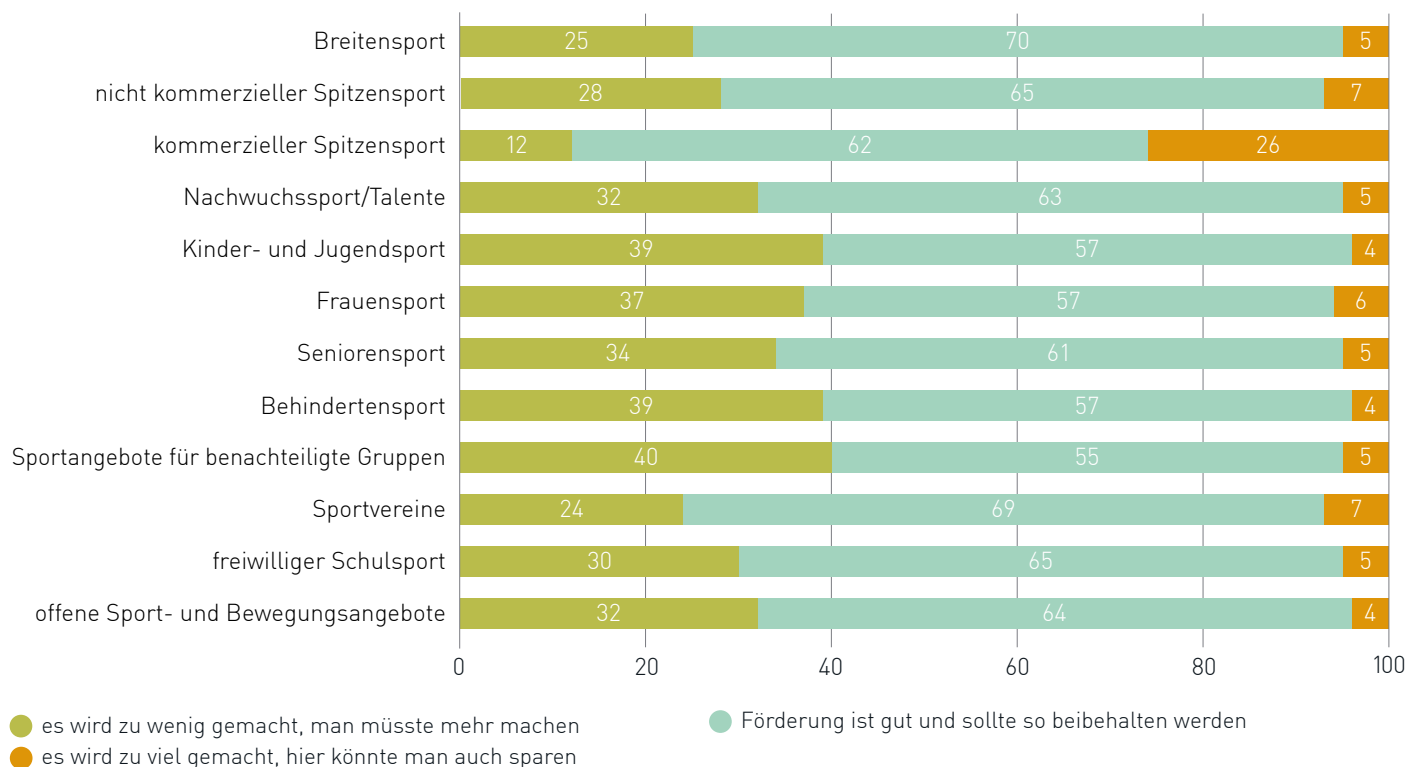
Erstmals werden dem Sport am meisten Spendengelder zugesprochen

Analog zu 2014 und 2020 wurden die Befragten im Rahmen von «Sport Schweiz 2026» gefragt, welchen Anteil sie für die Bereiche Kultur, Soziales und Sport spenden würden, wenn sie einen fiktiven Betrag von 1000 CHF zur Verfügung hätten. Die Frage soll aufzeigen, welchen Stellenwert die Förderung des Sports bei der Bevölkerung im Vergleich mit anderen Bereichen einnimmt. Während der Sport in den Jahren 2014 und 2020 jeweils hinter dem Bereich Soziales den 2. Rang eingenommen hat, würde man heute dem Sport mit 368 CHF erstmals den grössten Betrag zuweisen (vgl. Tabelle 17.1). Dicht dahinter folgt mit 363 CHF der Bereich Soziales, wohingegen der Bereich Kultur mit einem Betrag von 269 CHF praktisch unverändert auf dem 3. Rang fungiert. Dass man dem Bereich Sport heute etwas mehr Geld spenden möchte als vor sechs Jahren, zeigt sich in nahezu allen Bevölkerungsgruppen. Eine besonders deutliche Erhöhung zeigt sich bei den über 75-Jährigen, die dem Sport heute rund 50 CHF mehr spenden würden als noch 2020. Personen, welche Mitglied in einem Sportverein sind, würden dem Sport mit einem Anteil von 472 CHF am meisten Geld zur Verfügung stellen. Zudem gilt: Je mehr Sport man treibt, desto mehr Geld spricht man ihm zu. Von den sehr aktiven Sportlerinnen und Sportlern erhält der Sport 397 CHF, aber auch die Nichtsportlerinnen und Nichtsportler würden dem Sport noch 281 CHF zuweisen. Von den Frauen (326 CHF), der italienischsprachigen Bevölkerung (324 CHF) sowie von Akademikerinnen und Akademikern (320 CHF) würde der Sport etwas weniger Geld erhalten.

T 17.1: Verteilschlüssel der Spenden für die drei Bereiche Kultur, Soziales und Sport im Umfang von 1000 CHF (Durchschnitt der Beträge in CHF für die entsprechenden Bereiche)

	2014	2020	2026
Kultur	275	266	269
Soziales	380	390	363
Sport	345	344	368

Anmerkung: Anzahl Befragte: 2014: 6861; 2020: 11 012; 2026: 14 180. Antworten auf die Frage: «Wenn Sie 1000 Franken für die Bereiche Kultur, Soziales oder Sport spenden könnten: Wie viel Geld würde jeder dieser Bereiche von Ihnen erhalten?»

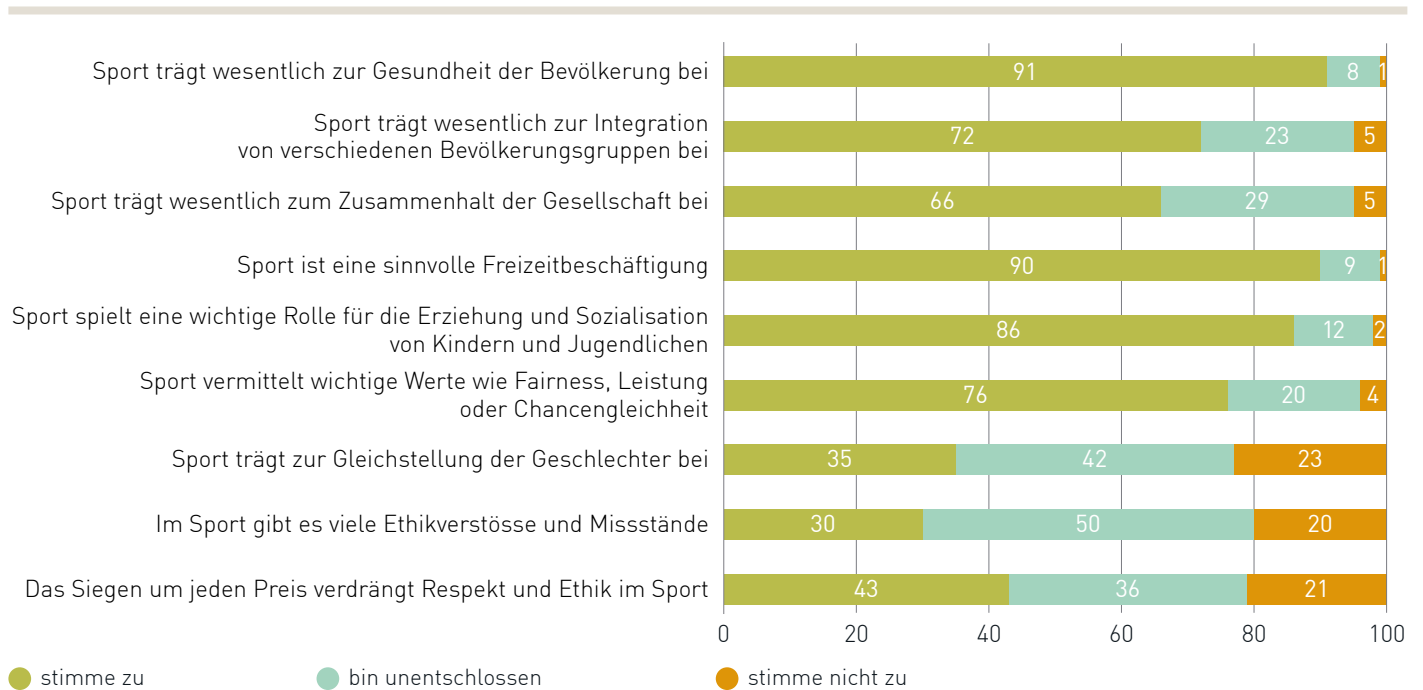


Anmerkung: Anzahl Befragte: zwischen 12 937 und 13 208.

Bevölkerung ist mit der Sportförderung in der Schweiz grossmehrheitlich zufrieden

Ein konkreteres Bild, wie die Menschen in der Schweiz die Sportförderung einschätzen und welche Bereiche ihnen besonders wichtig sind, vermittelt Abbildung 17.1. Grundsätzlich scheint die Bevölkerung in der Schweiz mit der Sportförderung zufrieden zu sein. In sämtlichen Bereichen ist mindestens die Hälfte der Befragten der Meinung, die Förderung sei gut und solle so beibehalten werden. Die höchste Zufriedenheit zeigt sich bei der Förderung des Breitensports und der Sportvereine, wohingegen bei der Förderung der Sportangebote für benachteiligte Gruppen, beim Behindertensport sowie beim Kinder- und Jugend-

sport rund zwei Fünftel der Auffassung sind, man müsste noch mehr machen. Der Bereich, wo aus Sicht der Bevölkerung am ehesten gespart werden könnte, stellt der kommerzielle Spitzensport dar. Hier ist rund ein Viertel der Befragten eher kritisch eingestellt und der Meinung, es werde zu viel gemacht. Bei allen anderen Bereichen verorten lediglich 4 bis 7 Prozent der Bevölkerung Sparpotential.

A 17.2: Einschätzung der Wirkung des Sports (in % der Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren)

Anmerkung: Anzahl Befragte: zwischen 995 und 1008.

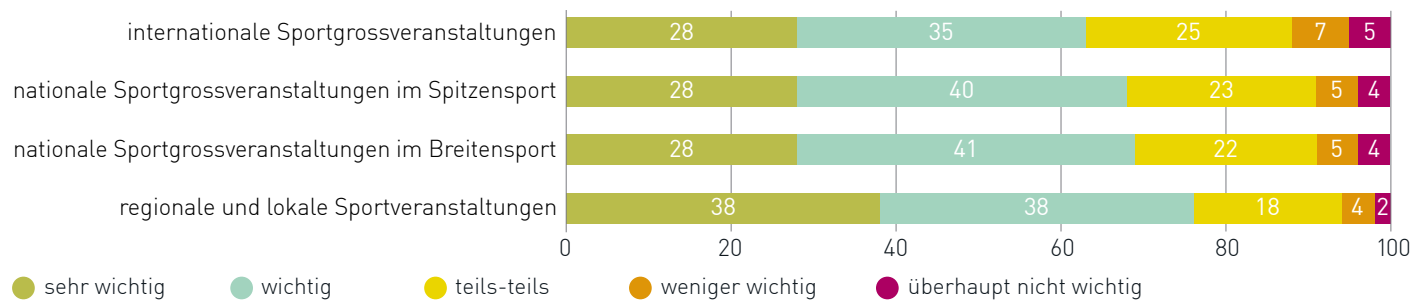
Sport und seine positiven Wirkungen breit anerkannt

Dass die Sportförderung positiv wahrgenommen wird und einen hohen Stellenwert geniesst, liegt auch daran, dass die positiven Wirkungen des Sports nicht nur wissenschaftlich belegt sind, sondern auch von der Bevölkerung breit anerkannt werden. Neun von zehn Personen sind sich der Wichtigkeit des Sports für die Gesundheit bewusst und erachten Sport als eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung. Mindestens zwei Drittel der Menschen in der Schweiz anerkennen zudem, dass der Sport nicht nur gesundheitliche, sondern auch soziale Wirkungen entfalten kann und bezüglich Integration, Sozialisation, Zusammenhalt und Vermittlung von Werten eine wichtige Funktion in der Gesellschaft einnimmt. Nichtsdestotrotz macht Abbildung 17.2 sichtbar, dass der Sport nicht einfach als Allheilmittel gegen sämtliche Probleme angesehen wird, sondern die Bevölkerung auch die Schattenseiten des Sports erkennt. Zwei Drittel der in der Schweiz wohnhaften Menschen bezweifeln oder sind sich zumindest unsicher, ob der Sport zur Gleichstellung der Geschlechter beitragen kann. Weitere 30 Prozent sind der Ansicht, dass es im Sport viele Missstände und Ethikverstösse gibt und über 40 Prozent teilen die Meinung, dass Siegen um jeden Preis den Respekt und die Ethik im Sport verdrängt. Insgesamt werden der Sport und seine Wirkungen von der Bevölkerung heute ähnlich beurteilt wie vor sechs Jahren.

Wichtigkeit von Sportanlässen breit in der Bevölkerung verankert

Sportanlässe bieten der Bevölkerung einerseits die Möglichkeit, sich selbst sportlich mit anderen zu messen, andererseits den Sport in einer passiven Rolle als Zuschauerin oder Zuschauer als Unterhaltung zu konsumieren. Daneben können internationale Sportgrossanlässe dazu dienen, das nationale Prestige zu fördern und das Gastgeberland gegen aussen in einem positiven Licht erscheinen zu lassen. Aus diesen Gründen werden sowohl Sportgrossanlässe wie auch regionale und lokale Sportveranstaltungen vielseitig gefördert und unterstützt. Abbildung 17.3 macht deutlich, dass diese Unterstützung von der Mehrheit der Schweizer Bevölkerung als wichtig und richtig eingestuft wird. Unabhängig davon, ob es sich um internationale oder lokale Sportveranstaltungen handelt und ob dabei Spitzensport oder Breitensport betrieben wird, stuft eine klare Mehrheit der Bevölkerung Sportanlässe für den Schweizer Sport und die Schweiz als Land als wichtig oder sehr wichtig ein. Nationale Sportgrossveranstaltungen und insbesondere regionale und lokale Sportveranstaltungen werden dabei als noch etwas wichtiger erachtet als internationale Sportgrossveranstaltungen. Auch diese Befunde zur Einschätzung von Sportanlässen haben sich in den letzten sechs Jahren praktisch nicht verändert und präsentieren sich ähnlich positiv wie 2020.

A 17.3: Einschätzung der Bedeutung von Sportanlässen für den Schweizer Sport und die Schweiz als Land (in % der Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren)



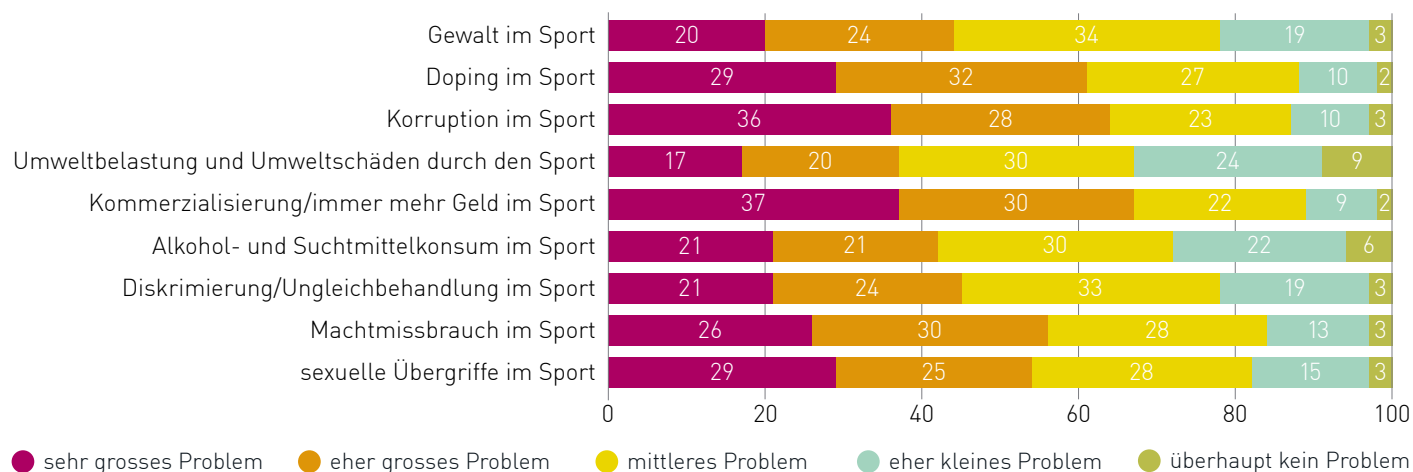
Anmerkung: Anzahl Befragte: zwischen 998 und 1002.

Vielfältige Probleme im Sport vorhanden

Bereits bei der Einschätzung zu den Wirkungen des Sports (vgl. Abbildung 17.2) hat sich gezeigt, dass die Schweizer Bevölkerung nicht nur die positiven Wirkungen des Sports kennt, sondern sich auch dessen Schattenseiten bewusst ist. Um noch genauer erfassen zu können, wo die Menschen in der Schweiz die Probleme des Sports verorten, wurde eine detaillierte Einschätzung zu verschiedenen Problembereichen eingeholt. Bei der Betrachtung von Abbildung 17.4 fällt zunächst auf, dass sämtliche Probleme von zumindest zwei Dritteln der Befragten als mindestens mittleres Problem eingestuft werden. Wie bereits vor sechs Jahren werden Kommerzialisierung, Korruption sowie Doping im Sport als grösste Probleme benannt. Während die Einschätzung zur Kommerzialisierung unverändert ist, werden Doping und Korruption als deutlich weniger gravierende Probleme

wahrgenommen als noch 2020. Am anderen Ende der Einstufung befindet sich das Problem «Umweltbelastung und Umweltschäden durch den Sport». Dieser Bereich wird heute zwar von mehr Menschen als sehr grosses oder eher grosses Problem taxiert als 2020 (+5 Prozentpunkte), gleichzeitig gibt es einen Drittel, welcher Umweltschäden durch den Sport als kleines oder kein Problem erachtet.

A 17.4: Einschätzung der Probleme im Sport (in % der Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren)



Anmerkung: Anzahl Befragte: zwischen 978 und 992.

18. Fazit

In den letzten drei Jahrzehnten zeigte die Sportentwicklung nur in eine Richtung, nämlich nach oben: mehr aktive Sporttreibende, mehr Sportarten, mehr unterschiedliche Angebote, mehr Träger und auch mehr Geld. Bei «Sport Schweiz 2026» wird erstmals ein Ende dieser Entwicklung erkennbar. Ob der Sportboom damit seinen Zenit erreicht hat oder ob es sich nur um einen Marschhalt handelt, lässt sich aus heutiger Sicht schwer abschätzen. Abschliessend sollen trotzdem einige Überlegungen dazu angestellt werden.

In einem Punkt sind die Befunde im vorliegenden Bericht zweifelsfrei: Die Entwicklung, die wir eingangs als Expansion und Differenzierung beschrieben haben, hat an Dynamik verloren und weist Anzeichen einer Stagnation auf. Die Sportaktivität der Schweizer Bevölkerung steigt erstmals nicht weiter an. Der Anteil an sehr Aktiven bleibt genauso wie der Anteil an sportlich Inaktiven zwischen 2020 und 2026 praktisch unverändert. Die Stagnation des Sportbooms wird auch bei der Nutzung der Sportinfrastruktur sichtbar, die in den letzten sechs Jahren stabil geblieben oder sogar rückläufig ist. Rückläufig sind auch die Mitgliedschaften in den Sportvereinen. Ein Wachstum können wir einzig bei den Fitnesscentern und beim Sport in den eigenen vier Wänden ausmachen. Erstmals sind dadurch mehr Personen im Alter ab 15 Jahren Mitglied in einem Fitnesscenter als in einem Sportverein. Auch die Sportausgaben, genauso wie die Sportverletzungen, sind nicht weiter angestiegen und liegen heute auf gleichem Niveau wie vor sechs Jahren. Die Sporttreibenden konzentrieren sich heute bei ihren Aktivitäten eher auf weniger Sportarten – zumindest zählen sie weniger Sportarten auf. Weiterhin am Sinken ist das Interesse am Sport in den Medien, was insbesondere an den jüngeren Menschen liegt, für die das Fernsehen nicht mehr das klare Leitmedium ist.

Nicht in allen Bevölkerungsgruppen zeigt sich die Stagnation des Sportbooms im gleichen Masse. Nachdem sich die Geschlechterunterschiede in den letzten Jahrzehnten stark angeglichen haben, lässt sich in den letzten sechs Jahren wieder eine leichte Akzentuierung beobachten, was sich vor allem bei den jüngeren Altersgruppen zeigt. Auch die Aufholjagd der lateinischen Schweiz wurde zumindest vorübergehend gestoppt. Im Tessin verzeichnen wir einen klaren Rückgang der Sportaktivität. Die sozialen Unterschiede beim Sportverhalten mit Blick auf Bildung, Einkommen oder Nationalität bleiben erhalten.

Bei der Interpretation der vorliegenden Ergebnisse gilt es einen Punkt zu unterstreichen: Wir erkennen eine Stagnation auf hohem Niveau, nicht aber einen Einbruch oder gar eine Krise. Das Sportsystem ist seit 2020 zwar nicht weiter gewachsen, es ist aber auch nicht geschrumpft. Die aktuellen Zahlen zur Sportaktivität, Infrastrukturnutzung oder zu den Sportausgaben liegen immer noch weit über den Zahlen von 2000, 2008 oder 2014. Sport hat in der Schweizer Bevölkerung weiterhin ein sehr gutes Image und ist mit vielen positiven Assoziationen verbunden. Die Sportförderung geniesst in unserem Land noch immer eine hohe Akzeptanz. Auch im Vergleich mit anderen europäischen Ländern erweist sich die Schweizer Bevölkerung nach wie vor als überaus sportlich und liegt zusammen mit den skandinavischen Ländern klar an der Spitze.

Dass sich die Dynamik von Expansion und Differenzierung abgeschwächt hat, muss nicht nur negativ gelesen werden. Das Wachstum des Sports war immer auch eine Folge seiner Differenzierung. Da immer mehr Aktivitäten zum Sport gezählt wurden, wurde die Differenzierung als «Entsportung des Sports» kritisiert. Der Sport wurde nicht nur vielfältiger, sondern auch unübersichtlicher und diffuser. Es war von einer Erosion seiner Werte die Rede. Auch wenn die Wettkampf- und Leistungswerte sowie der Vereinssport in den letzten sechs Jahren nicht an Bedeutung gewonnen haben – eher im Gegenteil –, so wird doch deutlich, dass die «Entsportung des Sports» nicht unbegrenzt fortschreitet. Die Inflationierung des Sportbegriffs hat in den letzten Jahren nicht weiter zugenommen. Die abnehmende Anzahl an Nennungen zusätzlicher Sportaktivitäten ist ein Indiz dafür.

Wenn wir nach Ursachen für die jüngste Entwicklung suchen, so drängen sich zwei Erklärungen auf. Einerseits lässt sich argumentieren, dass die Entwicklung an ihre Grenzen gestossen ist und das Potential schlicht ausgeschöpft wurde. Es wird immer schwieriger, sportlich inaktive oder weniger aktive Menschen für den Sport zu begeistern. Für diese Argumentation spricht, dass wir eine ähnliche Entwicklung wie beim Sport auch generell beim Bewegungsverhalten beobachten können. Nachdem in den letzten 20 Jahren immer mehr Menschen die Bewegungsempfehlungen erfüllten, ist auch diese Entwicklung aktuell zum Stillstand gekommen. Dieser Argumentation steht jedoch die Beobachtung entgegen, dass es immer noch klare soziale Unterschiede bei der Sportbeteiligung gibt und sich nach wie vor viele Menschen vermehrt sportlich betätigen möchten: Ein knappes Drittel der Sporttreibenden würde gerne eine neue Sportart erlernen oder die momentanen Aktivitäten intensivieren. Und auch von den sportlich Inaktiven möchte ein gutes Drittel Sport beginnen.

Andererseits stellt sich die Frage, welche Rolle die Covid-19-Pandemie bei der jüngsten Entwicklung gespielt hat. Der internationale Vergleich zeigt, dass sich in vielen europäischen Ländern eine ähnliche Entwicklung wie in der Schweiz feststellen lässt. Die Sportentwicklung stagniert oder ist sogar rückläufig, und zwar auch in Ländern, die eine deutlich geringere Sportaktivität aufweisen als die Schweiz. Laut der Studie «Sport Schweiz light 2022» führte die Covid-19-Pandemie zu spürbaren Veränderungen im Sportverhalten, ohne jedoch schwerwiegende Einbrüche oder fundamentale Erschütterungen auszulösen. Insbesondere verlagerte sich die Aktivität von organisierten Angeboten hin zu unorganisiertem Outdoorsport. Die längerfristigen Folgen schienen sich in engen Grenzen zu halten. Heute lassen sich diesbezüglich einige bemerkenswerte Ausnahmen erkennen: Insbesondere beim Schwimmen und Skifahren, die nicht nur zwischen 2020 und 2022, sondern auch aktuell den deutlichsten Rückgang an Aktiven zu verzeichnen haben, scheint die Covid-19-Pandemie längerfristig ihre Spuren hinterlassen zu haben. Auch der ungewöhnlich starke Rückgang der Sportaktivität im Tessin könnte eine Spätfolge der stärkeren Betroffenheit durch die Pandemie und den damit verbundenen rigoroseren Einschränkungen der sportlichen Aktivitäten sein. Schliesslich kann auch die Zunahme von sportlichen Aktivitäten zuhause sowie die Akzentuierung der sozialen Unterschiede im Sportverhalten als längerfristige Auswirkung der Pandemie gelesen werden.

Folgt man den präsentierten Ergebnissen und unseren Überlegungen dazu, so scheint die Annahme einer Trendwende wenig plausibel. Die Argumente sprechen mehr für eine Stagnationsphase. Welche Dynamik auf die Phase des Stillstands folgt – ob ein Aufschwung oder ein Rückgang –, lässt sich zum gegenwärtigen Zeitpunkt nicht beurteilen.

19. Untersuchungsmethode und Stichprobe

Wie bei der letzten Durchführung im Jahr 2020 wurde die Studie «Sport Schweiz 2026» für die Zielgruppe der Erwachsenen als Mixed-Mode-Erhebung durchgeführt. Dabei steht es den Zielpersonen frei, ob sie an der Studie wie in früheren Jahren mittels eines computergestützten Telefoninterviews (CATI) oder über einen Online-Selbstaufüller (computergestütztes Web-Interview (CAWI)) teilnehmen möchten. Nach den guten Erfahrungen aus dem Jahr 2020 sollte diese Methode der in der gesamten Schweiz verzeichneten sinkenden Erreichbarkeit und Teilnahmebereitschaft bei telefonischen Befragungen entgegenwirken. Die Zielgruppe der Kinder (10 bis 14 Jahre), deren Befunde in einem separaten Kinder- und Jugendbericht dokumentiert sind, wurde wie bis anhin ausschliesslich telefonisch befragt.

Das Schweizer Sportobservatorium erstellte den Fragebogen in Anlehnung an frühere Erhebungen in enger Kooperation mit den Trägern und Partnern der Studie. Im Sinne der Vergleichbarkeit wurde versucht, möglichst wenig an den Fragen zu ändern. Gleichzeitig wurden einige neue Themen (z. B. Sport am Arbeitsplatz, digitale Tools) in die Befragung aufgenommen. Für die Durchführung der Erhebung war wie bereits in den Jahren 2000, 2008, 2014 und 2020 YouGov Schweiz (ehemals LINK Institut) verantwortlich, wobei die telefonischen Interviews in den Telefonlabors in Luzern (Deutsch) und Lausanne (Französisch und Italienisch) geführt wurden.

Mit Blick auf die Vergleiche über die Zeit ist eine Veränderung bei der Eingabe der Sportarten zu beachten (vgl. dazu auch die entsprechenden Ausführungen in Kapitel 6). Trotz der Optimierung des CAWI-Fragebogens, wodurch eine intuitivere und übersichtlichere Erfassung der Sportarten erzielt werden konnte, kam es zu einer geringeren Anzahl an Nennungen von Sportarten. Die verstärkte Nutzung mobiler Endgeräte brachte es mit sich, dass aufgrund der kleineren Displays und der weniger komfortablen Eingabe etwas weniger Aktivitäten aufgeführt wurden als am Desktop-Computer. Wurden von den Sporttreibenden an Desktop-Computern durchschnittlich 4.0 Sportarten eingegeben, so waren es an mobilen Geräten nur 3.5 Sportarten.

Um die CATI- und CAWI-Version der Befragung auf ihre Funktionalität und Verständlichkeit zu testen, wurden vom 14. bis 22. Januar 2025 60 Pretestinterviews durchgeführt. Die verantwortlichen Befragenden und Befragte sowie Supervisorinnen und -visoren wurden im Vorfeld der Studie geschult und für die Studie instruiert. Die ersten Einladungsschreiben wurden am 26. Februar 2025 versandt, womit die ersten Interviews am 28. Februar durchgeführt werden konnten. Um saisonale Effekte so gut wie möglich ausschliessen zu können, wurden die Interviews in drei Tranchen durchgeführt, welche zeitlich versetzt im Abstand von etwa sechs Wochen abgearbeitet wurden. Das Feld wurde offiziell am 15. August 2025 geschlossen.

Die Grundgesamtheit (Population), aus welcher die Basisstichprobe gezogen wurde, besteht aus allen in der Schweiz wohnhaften Personen im Alter ab 15 Jahren, welche in deutscher, französischer oder italienischer Sprache befragt werden können. Wie bereits 2020 wurden bei «Sport Schweiz 2026» auch Personen über 74 Jahren befragt. Neben der Basisstichprobe wurden mittels Zusatzstichproben weitere Jugendliche sowie zusätzliche Bewohnerinnen und Bewohner der teilnehmenden Kantone und Städte befragt (vgl. Tabelle 19.1). Insgesamt konnten so Daten von 14 791 Personen ausgewertet werden. Knapp 94 Prozent der befragten Personen haben dabei den Online-Fragebogen ausgefüllt.

Alle Zielpersonen, welche nach dem Zufallsprinzip aus dem Stichprobenrahmen für Personen- und Haushaltserhebungen (SRPH) des Bundesamts für Statistik gezogen wurden, erhielten zunächst einen Ankündigungsbrief vom Bundesamt für Sport BASPO. Da der Fokus der Erhebung auf der CAWI-Methode lag (CAWI-forced), enthielt das Schreiben neben den üblichen Studieninformationen auch die persönlichen Logindaten für den Einstieg in den Online-Fragebogen. Erst im Rahmen der zweiten Erinnerung wurden die Zielpersonen telefonisch kontaktiert. Für die Zielpersonen bestand jedoch die Möglichkeit, bereits vorher mit der installierten Gratis-Hotline von YouGov Schweiz telefonisch oder per E-Mail in Kontakt zu treten, um sich für die Durchführung eines telefonischen Interviews zu melden. Neben der Hotline stand den Zielpersonen eine Website mit allen wichtigen Informationen zur Befragung zur Verfügung. Wie Tabelle 19.2 zeigt, konnte schliesslich eine Brutto-Ausschöpfung von 40 Prozent erreicht werden. Für ein Interview

mussten die befragten Personen je nach Befragungsmethode und Stichprobe im Schnitt zwischen 24 und 33 Minuten aufwenden.

Von den teilnehmenden Personen sind 51 Prozent weiblich, 19 Prozent haben eine ausländische Nationalität und weitere 14 Prozent sind Schweizer Doppelbürgerinnen und -bürger. Die ausländische Wohnbevölkerung ist in der Befragung also etwas unterrepräsentiert, weshalb man korrekterweise von der sprachassimilierten Wohnbevölkerung sprechen müsste. Gleichzeitig lässt sich sagen, dass die Befragung aufgrund von Methode, Fragestellung und Kontaktierung für betagte Personen nicht repräsentativ ist. Bei der Hochrechnung wird dies entsprechend berücksichtigt (vgl. unten).

Fast drei Viertel der Teilnehmenden haben den Fragebogen in deutscher Sprache (74 %) ausgefüllt, 19 Prozent auf Französisch und 7 Prozent auf Italienisch. Damit die aus verschiedenen Teilstichproben zusammengesetzte Gesamtstichprobe für die Schweizer Wohnbevölkerung repräsentativ ist, wurden verschiedene Gewichtungen eingeführt. Dabei wurde insbesondere die unterschiedliche Stichprobengrösse nach Regionen und Altersgruppen berücksichtigt. Die vorliegenden Resultate beruhen auf gewichteten Daten, wohingegen die Fallzahlen ungewichtet angegeben werden und sich auf die tatsächliche Zahl befragter Personen beziehen.

Obwohl «Sport Schweiz» die umfangreichste Erhebung zum Sportverhalten ist, die in der Schweiz durchgeführt wird, und die Daten nach strengen wissenschaftlichen Kriterien erhoben und ausgewertet wurden, muss berücksichtigt werden, dass sich Stichprobenerhebungen stets innerhalb gewisser Fehlerspannen bewegen. Das bekannteste Mass zur statistischen Kontrolle dieser Fehlerspanne ist der so genannte Vertrauensbereich. Die Grösse des Vertrauensbereichs berechnet sich mit folgender Formel:

$$V = \pm 2 \sqrt{\frac{p(100-p)}{n}}$$

V = Vertrauensbereich

p = Anteil der Befragten, die eine bestimmte Antwort gegeben haben (in Prozentpunkten)

n = ungewichtete Stichprobengrösse

Wenn also zum Beispiel 49.0 Prozent der Befragten in der Stichprobe angeben, dass sie wandern, so liegt der «wahre» Wert in der Grundgesamtheit mit einer Wahrscheinlichkeit von 95 Prozent zwischen 48.2 und 49.8 Prozent (Vertrauensbereich: ± 0.84 Prozentpunkte). Beim Schiessen, das von 1.1 Prozent der Bevölkerung als Sportart genannt wird, liegt der «wahre» Wert mit einer 95-prozentigen Wahrscheinlichkeit zwischen 0.9 und 1.3 Prozent (Vertrauensbereich: ± 0.18 Prozentpunkte).

Die berechneten Prozentwerte können unter Beachtung der statistischen Fehlerspanne auf die Bevölkerung hochgerechnet werden. Gemäss den Angaben des Bundesamts für Statistik umfasste die Schweizer Wohnbevölkerung im Alter von 15 bis 85 Jahren Anfangs 2025 7 493 800 Personen. Unter Berücksichtigung des Vertrauensbereichs kann man also sagen, dass ein Prozent der Befragten rund 75 000 Personen entspricht.

Die dargestellten Ergebnisse wurden zusätzlich mit verschiedenen Analysen abgesichert und auf statistische Signifikanz geprüft. Aus Platzgründen fand die Darstellung der entsprechenden Analysen keinen Eingang in den Text. Bei der Datenanalyse kamen zudem multivariate Verfahren zur Anwendung. Insbesondere wurde mit Varianz-, Regressions- und Hauptkomponentenanalysen gearbeitet.

Mittels Hauptkomponentenanalyse kann eine gegebene Anzahl von Variablen (z.B. Sportmotive) in eine reduzierte Anzahl hypothetischer Variablen sogenannte Faktoren (z.B. Motivlagen) überführt werden. Diese Variablen sollten dem Anspruch genügen, die ursprüngliche Variablenstruktur möglichst gut abzubilden. Bei der Hauptkomponentenanalyse handelt es sich um ein sozialwissenschaftliches Standardverfahren, dessen Resultate wegen verschiedener Berechnungsmöglichkeiten aber in hohem Masse annahmeabhängig sind. Die von uns verwendete Auswertungsstrategie orientiert sich an in den einschlägigen Lehrbüchern beschriebenen «Grundverfahren» bei der Durchführung von Hauptkomponentenanalysen. Die hypothetischen Variablen werden dabei auf der Grundlage der Korrelationsmatrix der z-standardisierten Variablen extrahiert.

Mittels Regressionsanalyse und Varianzanalyse lässt sich die Frage beantworten, inwieweit die Varianz einer abhängigen Variable (z. B. Sportaktivität) sich auf eine oder mehrere unabhängige Variablen bzw. deren Interaktion (z. B. Geschlecht, Alter, Bildung oder Einkommen) zurückführen lässt. Während in der Regressionsanalyse die Varianzerklärung über die Abweichung von der Regressionsgerade gemessen wird, wird die Varianzerklärung bei der Varianzanalyse über die Abweichungen zum Gruppenmittelwert ermittelt. Da die Schätzung aufgrund von Gruppenmittelwerten vorgenommen wird, hat die Varianzanalyse gegenüber

der Regressionsanalyse den Vorteil, dass die zentralen Annahmen – Linearität der Zusammenhänge und intervallskalierte Variablen – weniger strikt formuliert sind. Auch bei diesen Analysen wurden Standardverfahren verwendet. Bei der Regressionsanalyse wurde die Kleinst-Quadrate-Methode (OLS-Schätzung) angewendet, bei der Varianzanalyse kam eine multiple Klassifikationsanalyse (MCA) zur Anwendung.

T 19.1: Übersicht über die Zahl der ausgefüllten Fragebogen und realisierten Interviews in den verschiedenen Modulen

	CAWI	CATI	Gesamt	Anteil CAWI
Basismodul	3381	251	3632	93.1
Zusatz Jugendliche	1009	20	1029	98.1
Kantone	9442	688	10 130	93.2
BE	658	55	713	92.3
BL	673	57	730	92.2
GR	679	54	733	92.6
NE	721	78	799	90.2
NW	534	40	574	93.0
SG	640	39	679	94.3
Stadt St. Gallen	445	22	467	95.3
Stadt Rapperswil-Jona	398	31	429	92.8
SZ	482	38	520	92.7
TG	675	55	730	92.5
VD	659	55	714	92.3
ZG	725	42	767	94.5
ZH	702	45	747	94.0
Stadt Zürich	713	35	748	95.3
Stadt Winterthur	738	42	780	94.6
Gesamt	13 832	959	14 791	93.5
Zusatz Kinder	0	1545	1545	0.0

T 19.2: Übersicht über die Teilnahmequoten und Ausfälle bei der Befragung (inklusive Stichprobe Kinder)

	Total	Basis- modul	Kantone/ Städte	Jugend- liche	Kinder
Aktiviert Adressen	40 586	9 157	24 862	2 198	4 369
– davon ohne Telefonnummer	17 121	3 939	10 608	819	1 755
Ausfälle total	4 098	880	2 542	107	569
– davon Adressprobleme	1 153	268	734	43	108
– davon Verweigerungen	1 994	393	1 203	44	354
– davon Ausfälle (Sprache/Alter/Gesundheit)	951	219	605	20	107
Offene Kontakte/Termine/Interview unterbrochen	20 152	4 645	12 190	1 062	2 255
– davon offene Termine	63	15	25	6	17
– davon Interview unterbrochen	1 727	435	1 103	173	16
Realisierte Interviews	16 336	3 632	10 130	1 029	1 545
– davon D	12 119	2 000	8 617	570	932
– davon F	3 148	939	1 513	307	389
– davon I	1 069	693		152	224
Brutto-Ausschöpfung (in %)	40.3	39.7	40.7	46.8	35.4
Befragungsdauer CATI: mittlere Dauer (in Min.)		32.2	33.3	29.6	31.8
Befragungsdauer CAWI: mittlere Dauer (in Min.)		28.2	26.8	24.1	

20. Literaturangaben

- [1] Lamprecht, Markus und Hanspeter Stamm (2000): Sport Schweiz 2000. Sportaktivität und Sportkonsum der Schweizer Bevölkerung. Basel, Bern, Zürich: SOV, STG, LSSFB.
- [2] Lamprecht, Markus, Adrian Fischer und Hanspeter Stamm (2008): Sport Schweiz 2008. Das Sportverhalten der Schweizer Bevölkerung. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO.
- [3] Lamprecht, Markus, Adrian Fischer und Hanspeter Stamm (2014): Sport Schweiz 2014. Sportaktivität und Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung. Magglingen: BASPO, BFS, Swiss Olympic, bfu und Suva.
- [4] Lamprecht, Markus, Rahel Bürgi und Hanspeter Stamm (2020): Sport Schweiz 2020. Sportaktivität und Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO.
- [5] European Commission, Directorate-General for Education, Youth, Sport and Culture (2022): Special Eurobarometer 525. Sport and Physical Activity. Publication Office of the European Union.
- [6] Lamprecht Markus, Rahel Bürgi und Hanspeter Stamm (2022): Sport Schweiz light 2022. Die Folgen der Covid-19-Pandemie für das Sportverhalten der Schweizer Bevölkerung. Forschungsbericht. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO.
- [7] Bundesamt für Sport BASPO, Bundesamt für Gesundheit BAG, Gesundheitsförderung Schweiz, Beratungsstelle für Unfallverhütung BFU, Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz HEPA (2022): Bewegungsempfehlungen Schweiz. Grundlagen. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO.
- [8] Sportobservatorium. Indikator «Sport und Bewegungsförderung», URL: <https://www.sportobs.ch/de/indikatoren/sport-und-bewegungsfoerderung>. [Abgerufen am 09.2.2026].
- [9] Schweizer Sportobservatorium (2026): Körperliche Bewegung und Sport in der Gesundheitsbefragung 2022 des Bundesamts für Statistik. Zürich: Schweizer Sportobservatorium.
- [10] Lehnert, Katrin, Gorden Sudeck und Achim Conzelmann (2011): BMZI – Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport. Diagnostica, 57(3), 146-159.
- [11] Haut, Jan (2018): Sport und soziale Ungleichheit. In Arne Güllich und Michael Krüger (Hrsg.), Sport in Kultur und Gesellschaft: Handbuch Sport und Sportwissenschaft. Berlin, Heidelberg: Springer.
- [12] Lamprecht, Markus und Siegfried Nagel (2022): Sportsoziologie. Einführung. Baden-Baden: Nomos Verlagsgesellschaft.
- [13] Fischer, Adrian, Markus Lamprecht und Hanspeter Stamm (2025): Freiwilligen-Monitor Schweiz 2025. Zürich: Seismo Verlag.
- [14] Bürgi, Rahel, Markus Lamprecht, Angela Gebert und Hanspeter Stamm (2023): Sportvereine in der Schweiz. Entwicklungen, Herausforderungen und Perspektiven. Ittigen b. Bern: Swiss Olympic.
- [15] Verbandsbefragung 2024. URL: <https://www.swissolympic.ch/verbaende/fuehrungsinstrumente/studien-fakten>. [Abgerufen am 09.2.2026].
- [16] Hoff, Oliver, Tonio Schwehr, Pino Hellmüller, Josephine Clausen und Carsten Nathani (2020). Sport und Wirtschaft Schweiz. Wirtschaftliche Bedeutung des Sports in der Schweiz. Rüschlikon: Rütter Sococo.
- [17] Niemann, Steffen, Yvonne Achermann Stürmer, Lynn Ellenberger und Delphine Meier (2025): Status 2025: Statistik der Nichtberufsunfälle und des Sicherheitsniveaus in der Schweiz. Bern: BFU, Beratungsstelle für Unfallverhütung.
- [18] Moeschler, Olivier (2025): Kultur- und Freizeitverhalten in der Schweiz. Erhebung zur Sprache, Religion und Kultur (ESRK) 2024 und Entwicklungen seit 2019 und 2014. Neuchâtel: Bundesamt für Statistik (BFS).

Titelbild: Active City Baden 2026

Schweizer Sportobservatorium
c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG
Forchstrasse 212
CH-8032 Zürich
info@sportobs.ch
www.sportobs.ch

Bundesamt für Sport BASPO
2532 Magglingen
info@baspo.admin.ch
www.baspo.ch

Ausgabe: 2026

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung oder Verbreitung jeder Art –
auch auszugsweise – nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers
und unter Quellenangabe gestattet.