

Forum Sportkanton Zürich

1. Dezember 2020

Die Frauen auf der Überholspur

Resultate aus der Studie Sport Kanton Zürich

Dr. Rahel Bürgi, Dr. Markus Lamprecht

Observatorium Sport und Bewegung Schweiz

Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG

Wieviel? Was? Wo und Wann? Warum?

Neue Zürcher Zeitung

Der Sportboom in der Schweiz hält an – Frauen und Ältere holen auf

Die Schweiz ist sportlicher geworden: Vor allem Frauen und ältere Menschen bewegen sich mehr, aber auch die Romandie und das Tessin haben in den vergangenen Jahren aufgeholt. Auch die Gruppe jener, die nie Sport treiben, ist kleiner geworden, wie eine Studie zeigt.

Die Sportmuffel werden rar in Zürich

Eine Studie des Kantons ze...

sportlichen Aktivitäten – und...
ist, wer dafür verantwortlich...

Zürcher Frauen und Senioren treiben mehr Sport

Zum vierten Mal wurde die Zürcher Bevölkerung zu ihrem Sportverhalten befragt. Die neusten Resultate zeigen: Immer mehr Zürcherinnen und Zürcher halten sich körperlich fit. Gestiegen ist die Sportbegeisterung bei den Frauen und den Senioren.

Neue Zürcher Zeitung

Weshalb Fitness bei den Zürcherinnen boomt

Die Zürcherinnen gehen häufiger ins Fitnesscenter als der Rest der Schweiz. Und Ausländer machen weniger Sport als Schweizer. Das zeigen Statistiken, die der Kanton Zürich veröffentlicht hat.

Claudia Rey
01.10.2020, 14.22 Uhr

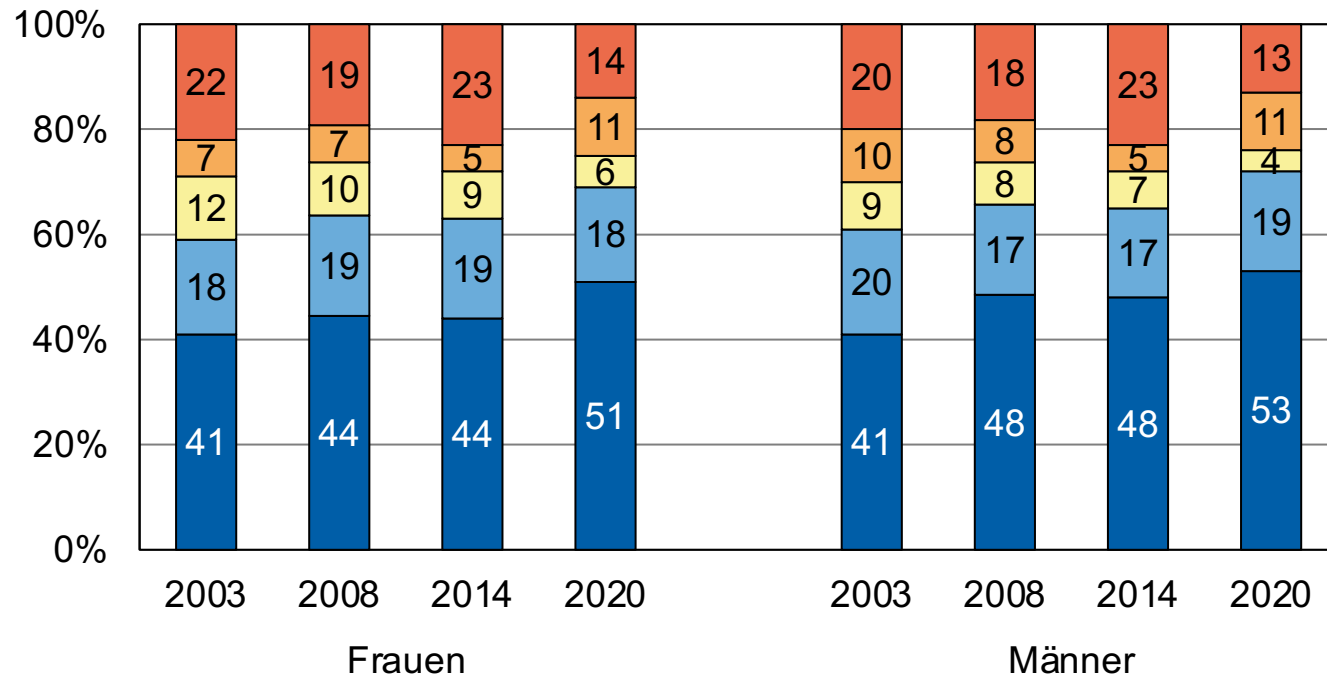


Methoden und Stichprobe



- Erhebungszeitraum: März – August 2019
- Mixed-Mode-Befragung: telefonisch oder online nach Wahl
- Befragungszeit: rund 40 Minuten
- Grundgesamtheit: Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren des Kantons Zürich
- Stichprobe: Zufällig aus Registerdaten durch BfS
- Stichprobengrösse: 2872 befragte Personen, davon 1489 Frauen

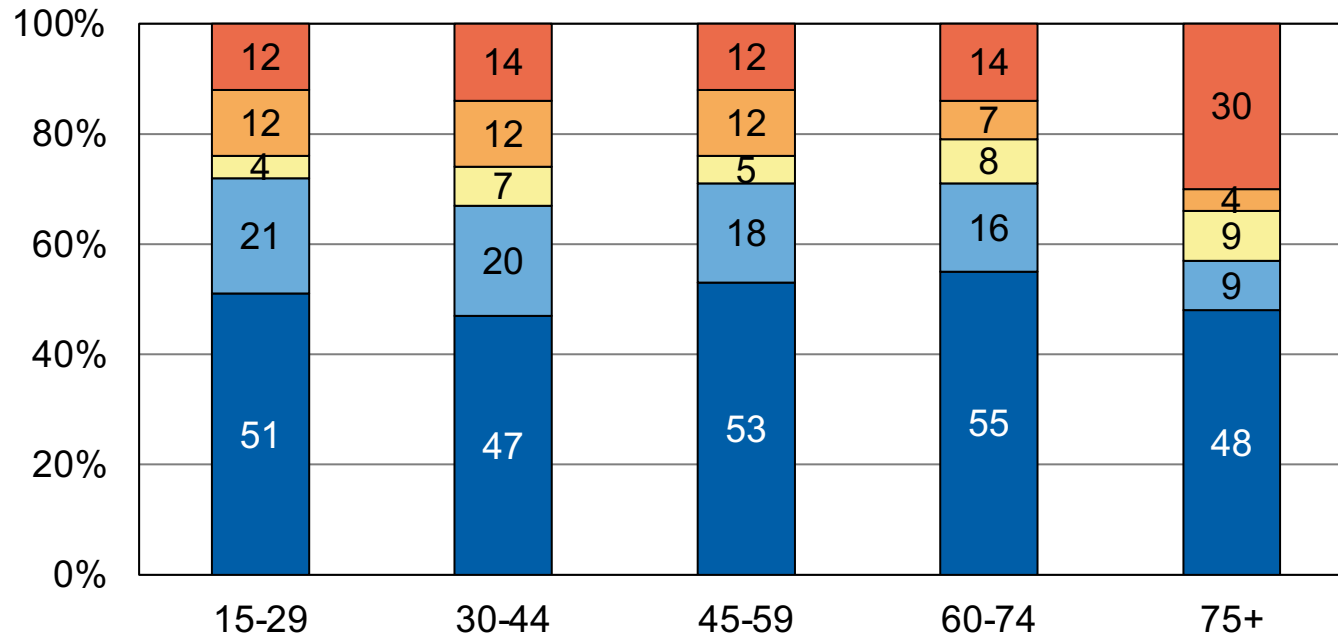
Entwicklung der Sportaktivität im Kanton Zürich 2003 bis 2020 (in %)



- 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

- Der Anteil an sehr aktiven Sportlerinnen ist seit 2014 deutlich gewachsen
- Der Anteil an Nichtsportlerinnen hat seit 2014 klar abgenommen
- Die Zürcher Frauen sind heute praktisch gleich aktiv wie die Zürcher Männer

Sportaktivität der Zürcherinnen nach Alter (in %)

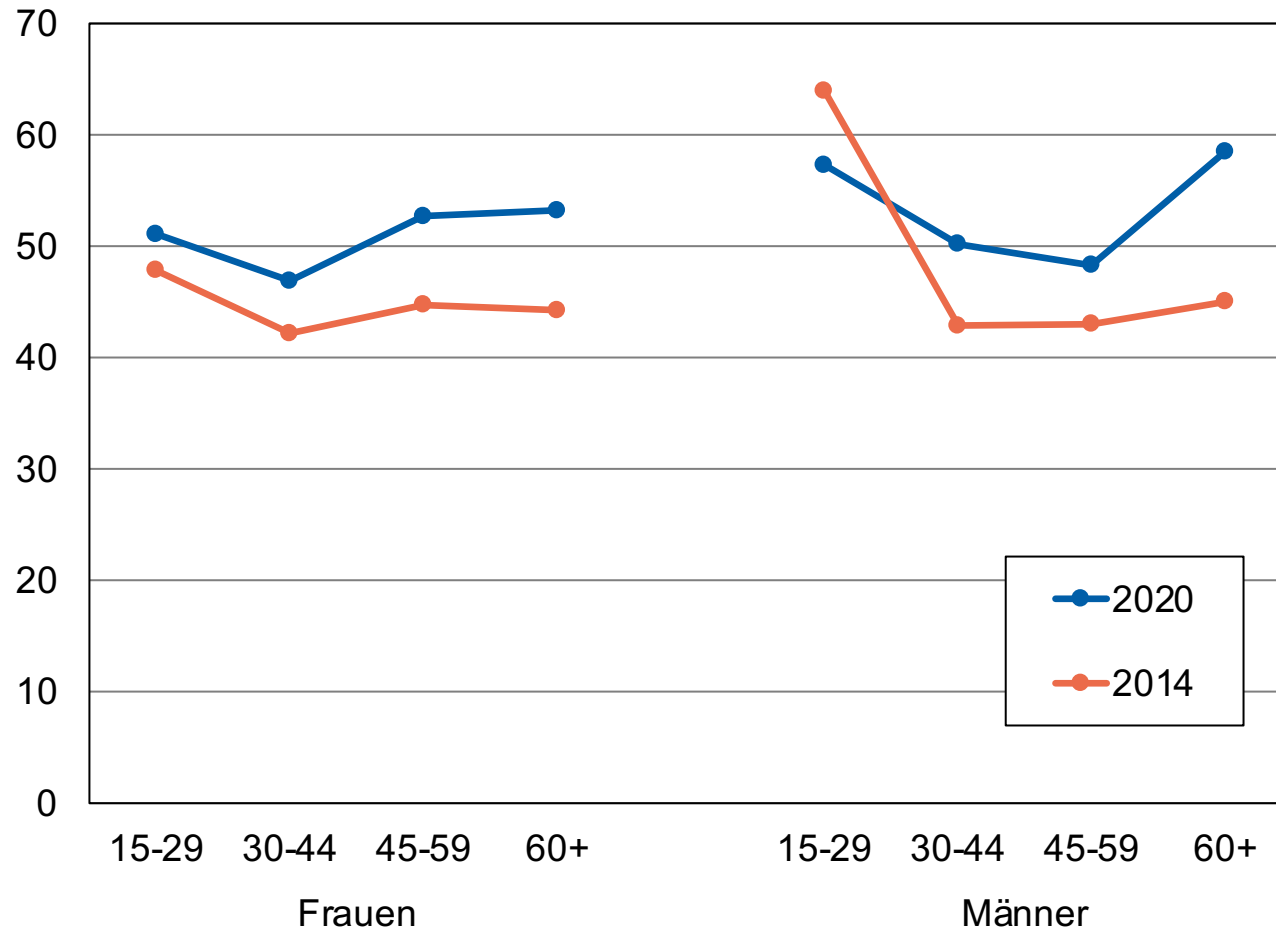


- nie
- unregelmässig/selten
- mindestens einmal pro Woche, aber insgesamt weniger als zwei Stunden
- mindestens einmal pro Woche, insgesamt zwei Stunden und mehr
- mehrmals pro Woche, insgesamt drei Stunden und mehr

- Abnahme der Sportaktivität im Alter zwischen 30 und 44 Jahren
- Ab 45 Jahren können die Zürcherinnen ihre Sportaktivität wieder deutlich steigern
- Hohe Sportaktivität im Alter von 60 bis 74 Jahren
- Anteil der Inaktiven nimmt erst ab 75 Jahren deutlich zu

Anteil der sehr Aktiven im Zeitvergleich nach Alter und Geschlecht

(mehrmals pro Woche insgesamt $\geq 3h$, in %)

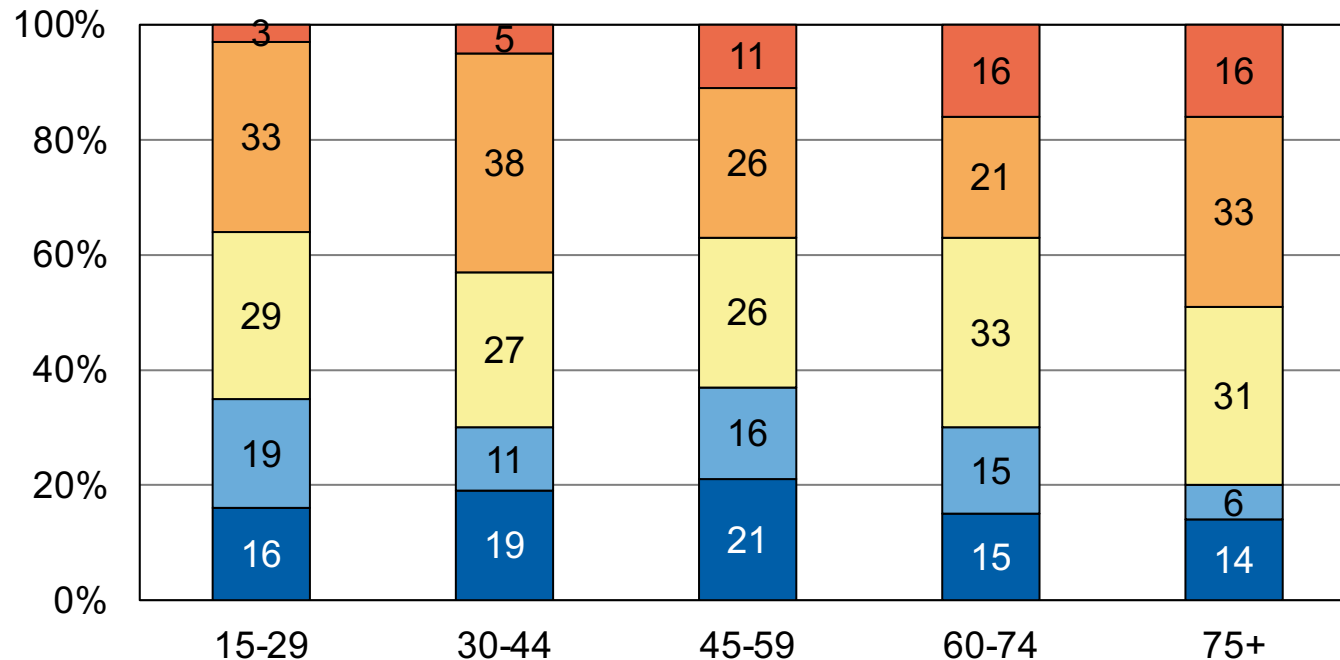


- Die Frauen konnten den Anteil an sehr aktiven Sportlerinnen seit 2014 in allen Altersgruppen steigern
- Die deutlichste Steigerung zeigt sich bei den Frauen in der 2. Lebenshälfte

Einflussfaktoren auf die Sportaktivität der Zürcherinnen

- Unterschiede nach Bildung und Einkommen
- Unterschiede zwischen einheimischer und ausländischer Wohnbevölkerung
- Unterschiede nach Wohnregion innerhalb des Kantons
- Unterschiede nach Lebenssituation und Lebensphase

Sportaktivität im Lebenslauf (in %)



- Ich habe noch nie viel Sport getrieben und treibe auch heute kaum/gar keinen Sport.
- Früher habe ich mehr Sport getrieben als heute.
- Ich habe in meinem Leben einmal mehr, einmal weniger Sport getrieben.
- Heute treibe ich mehr Sport als früher.
- Ich habe immer Sport getrieben, Sporttreiben gehört für mich einfach dazu.

- 18 Prozent der Zürcherinnen haben schon immer Sport getrieben
- 9 Prozent der Zürcherinnen haben nie einen Zugang zum Sport gefunden; dieser Anteil ist bei den älteren Frauen deutlich höher
- Knapp drei Viertel der Frauen treiben je nach Lebensphase unterschiedlich viel Sport

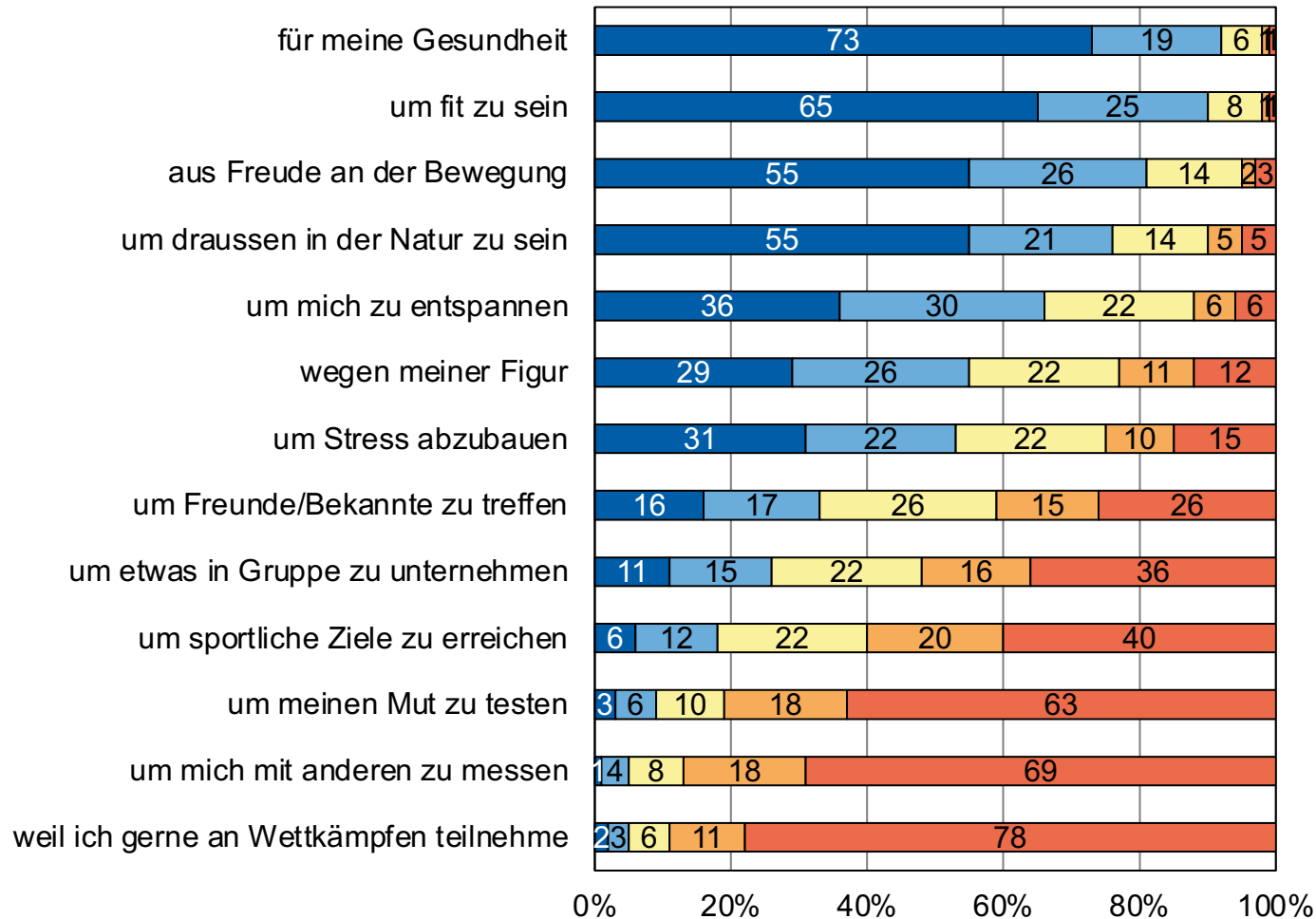
Die Nichtsportlerinnen

- Die Zahl der Nichtsportlerinnen hat um **9 Prozentpunkte** abgenommen
- **Fehlende Zeit** als häufigster Grund für die Sportabstinenz, gefolgt von gesundheitlichen Gründen, fehlender Lust und einer zu hohen Arbeitsbelastung
- Die Nichtsportlerinnen haben ein **positives Sportbild**
- Nicht alle Nichtsportlerinnen sind Bewegungsmuffel: **53%** machen gewisse sportliche Aktivitäten
- **41%** der Nichtsportlerinnen möchten (wieder) aktiv werden
- **Wunschsportarten:** Fitnesstraining, Velofahren, Krafttraining, Schwimmen

Begriffe, welche die Zürcherinnen mit Sport verbinden



Wichtigkeit verschiedener Sportmotive (in % aller Sportlerinnen)



■ trifft voll zu ■ trifft eher zu ■ trifft teilweise zu ■ trifft eher nicht zu ■ trifft überhaupt nicht zu

- Sporttreiben befriedigt die unterschiedlichsten Bedürfnisse
- Gesundheit, Fitness, Freude und Natur als wichtigste Sportmotive
- Soziale Aspekte und insbesondere Wettkampf- und Leistungsmotive häufig nicht im Vordergrund
- Sportmotive variieren je nach Alter

Ausübung der verschiedenen Sportarten im Kanton Zürich

(Wohnbevölkerung im Alter ab 15 Jahren)

	Nennung (in % der Bevölkerung)	Veränderung 2014–2020 (in Prozent- punkten)	Frauenanteil (in %)
Wandern, Bergwandern	54.7	+11.6	54
Radfahren (ohne MTB)	44.7	+2.2	51
Schwimmen	43.3	+2.0	54
Skifahren (ohne Skitouren)	31.5	-1.9	49
Jogging, Laufen	31.4	+3.4	48
Fitnessstraining, Group Fitness	18.6	-2.3	58
Krafttraining, Muskelaufbau	17.9	+8.7	49
Yoga, Pilates, Body Mind	16.3	+7.5	82
Tanzen	13.8	+3.4	78
Turnen, Gymnastik	8.3	-1.9	69
Fussball	7.8	-0.2	13
Schlitteln, Bob	7.5	+3.5	58
Snowboarden (ohne Snowboardtouren)	6.9	-0.9	42
Tennis	6.4	+0.4	35
Mountainbiken	5.6	+1.9	23
Skilanglauf	5.5	+0.7	46
Walking, Nordic Walking	5.1	-1.6	73

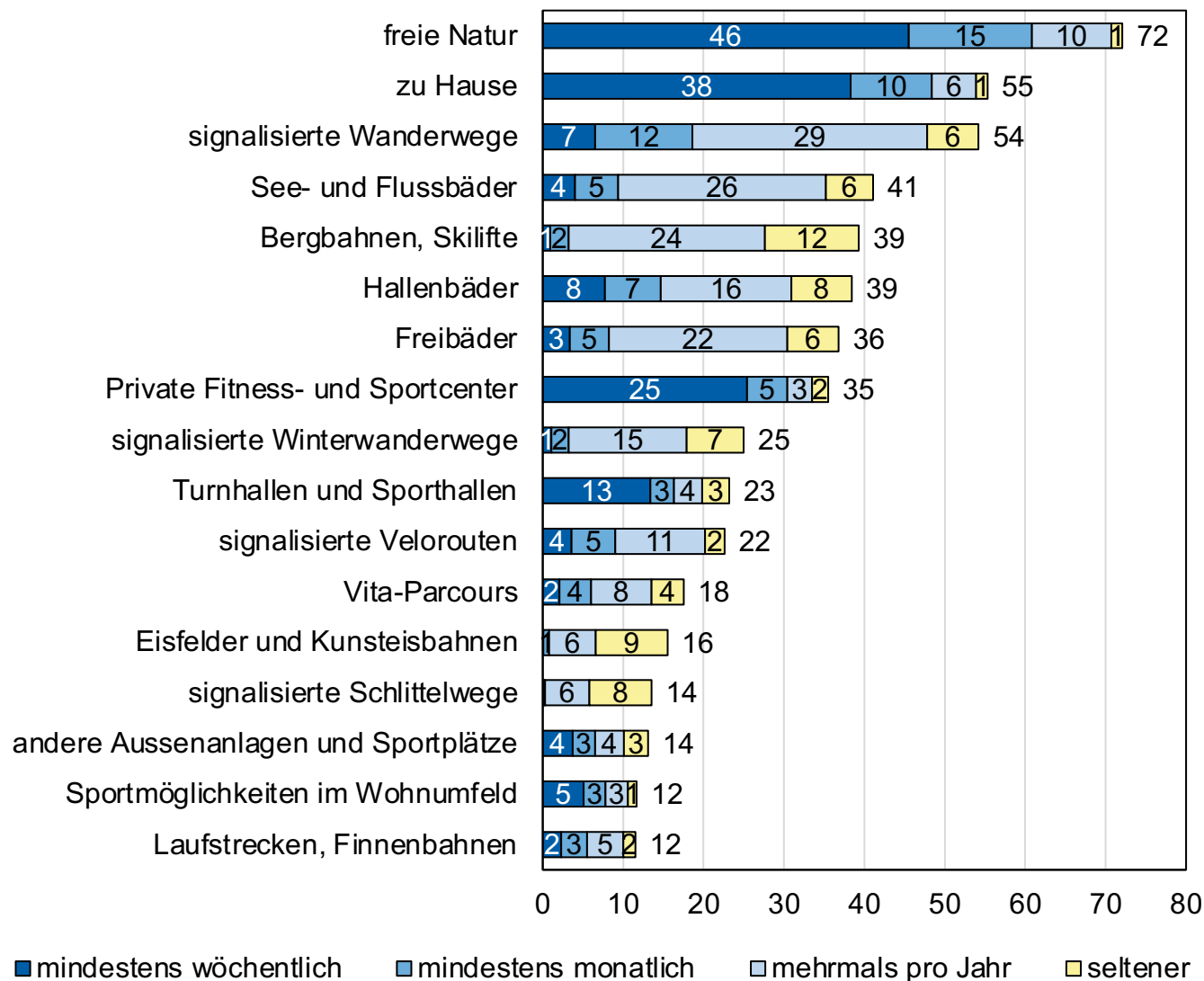
- Zürcherinnen sind sehr polysportiv (Ø 4.3 betriebene Sportarten)
- Lifetime-Sportarten besonders beliebt
- Wandern, Krafttraining und Yoga als boomende Sportarten
- Beliebte und boomende Sportarten sind auch bei Frauen sehr populär

Sportsetting der Zürcherinnen (in %)

	Frauen		Gesamt	
	2014	2020	2014	2020
«freie» Sportler	44	46	41	46
Mitgliedschaft im Center	21	28	22	26
Aktivmitgliedschaft im Verein	17	16	22	21

- Wachsende Bedeutung der Fitnesscenter
- Fitnesscenter besonders beliebt bei den 15- bis 29-jährigen Frauen
- Stabile, aber unterdurchschnittliche Anzahl an Vereinsmitgliedschaften
- 14 Prozent der Zürcherinnen engagieren sich freiwillig im Sport

Sportorte und Nutzung der Sportinfrastruktur (in % der Zürcherinnen im Alter ab 15 Jahren)



- Infrastrukturnutzung widerspiegelt Sportartenpräferenzen
- Hohe Nutzung von Natur, Zuhause, Wanderwegen, Bädern, Fitnesscentern
- Natur, Zuhause, Fitnesscenter und Turn- und Sporthallen wichtig für die regelmässige Sportausübung
- Infrastruktur oft in Wohngemeinde oder näheren Umgebung verfügbar

Tageszeit, zu der die Zürcherinnen Sport treiben

(in % aller Personen, die sportlich aktiv sind)

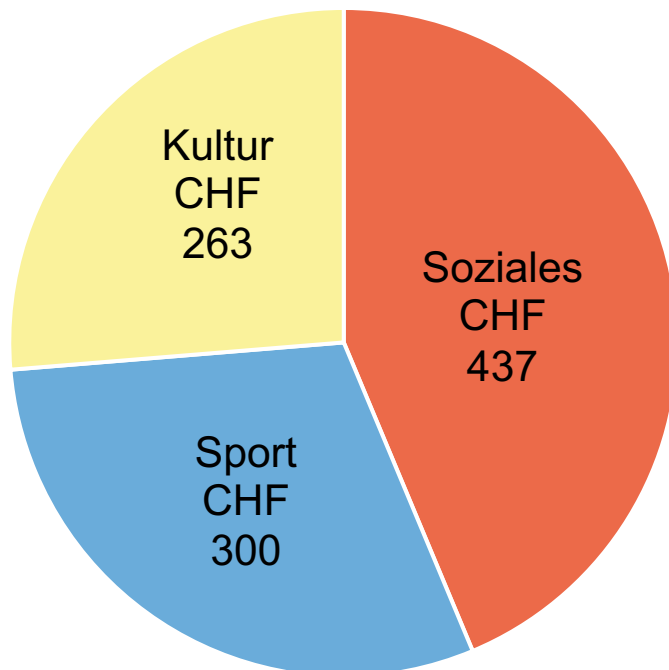
	Frauen		Gesamt	
	2014	2020	2014	2020
am frühen Morgen	8	13	8	13
am Morgen	40	33	31	27
über den Mittag	10	11	11	11
am Nachmittag	22	22	23	24
am Abend	52	43	55	47
in der Nacht	1	1	1	2
unterschiedlich	12	25	13	24

- Der Abend ist nach wie vor die beliebteste Sporttageszeit, gefolgt vom Morgen und Nachmittag
- Die Frauen legen die Sportaktivitäten etwas häufiger auf den Morgen, dafür sind sie seltener am Nachmittag und Abend aktiv
- Immer mehr Zürcherinnen entscheiden flexibel, wann Sport getrieben wird

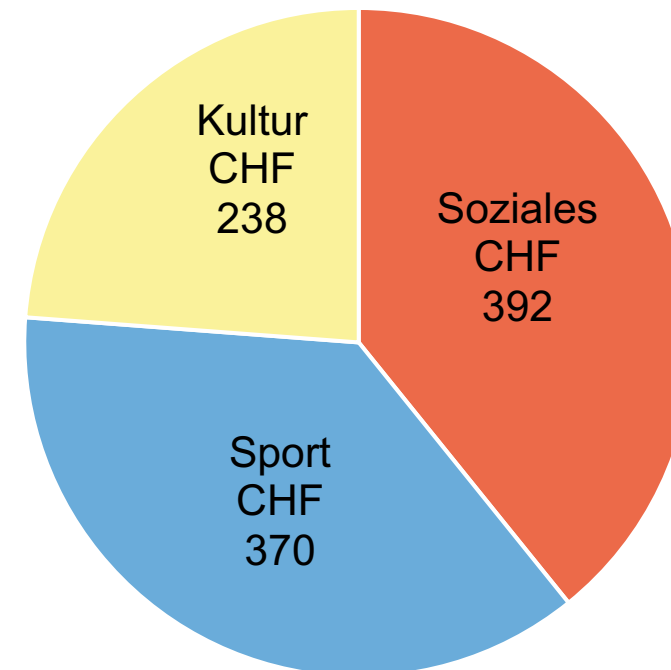
Welchen Stellenwert hat die Sportförderung?

- «Wenn Sie 1000 Franken für die Bereiche Kultur, Soziales oder Sport spenden könnten: Wie viel Geld würde jeder dieser Bereiche von Ihnen erhalten?»

Durchschnittliche Verteilung Frauen



Durchschnittliche Verteilung Männer



Die Frauen sind auf der Überholspur! Warum?

- „Versportung der Gesellschaft“: Mode, Alltag, Sport als positiver Begriff
- Öffnung des Sports und Pluralisierung der Sportmotive
- Neue Angebote
- Boomende Sportarten sind „Frauensportarten“
- Neue „Frauengeneration“, für welche Sport selbstverständlich ist



Kanton Zürich
Sportamt

Sport Kanton Zürich 2020 Studie

über das Sportverhalten und die Sportbedürfnisse der
Zürcher Bevölkerung

Observatorium Sport und Bewegung Schweiz



Vielen Dank für das Interesse!

SPORTOBS
Schweizer Sportobservatorium