

meinungsraum.at  
September 2013

Radio Wien  
„Bewegt durchs Leben – Gesund mit der Natur“

# Inhalt

1. Studienbeschreibung
2. Ergebnisse
3. Summary
4. Stichprobenbeschreibung
5. Rückfragen/Kontakt

## Studienbeschreibung

# 1. Studienbeschreibung

Auftraggeber	Radio Wien
Thematik	Bewegt durchs Leben – Gesund mit der Natur
Zielgruppe	Berufstätige WienerInnen und NiederösterreicherInnen (Speckgürtel) 14-65 Jahre, repräsentativ nach Alter, Geschlecht, Region und Schulbildung
Stichprobenmethode	Panel-Umfrage
Nettostichprobe	300 Computer Assisted Web Interviews
Interviewdauer	ca. 3 Minuten
Response rate	53%
Feldzeit	12.09.2013 - 16.09.2013

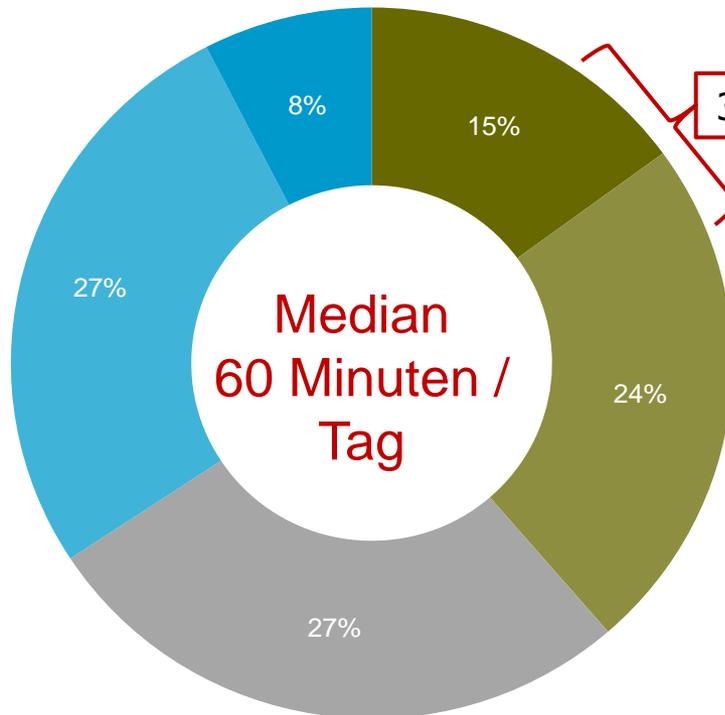
Zitierangabe: bitte zitieren Sie die Studie wie folgt:  
Umfrage von meinungsraum.at im Auftrag von Radio Wien

## Ergebnisse

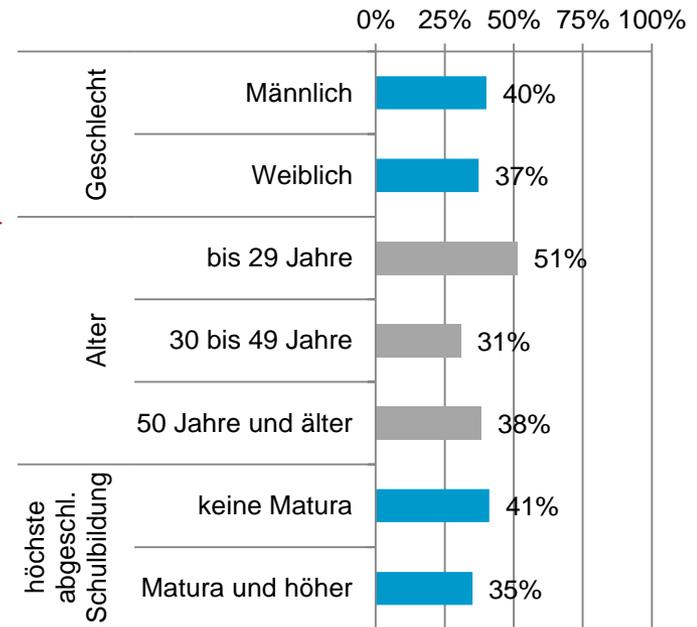
## 2.1 Bewegung pro Tag: im Durchschnitt bewegt man sich 60 Minuten am Tag

Wie lange machen Sie pro Tag durchschnittlich Bewegung? D.h. zu Fuß gehen, Stufen steigen, Radfahren, Spazieren gehen, mit dem Hund Gassi gehen, Sport ...

Einfachnennung, Angaben in %, n = 300

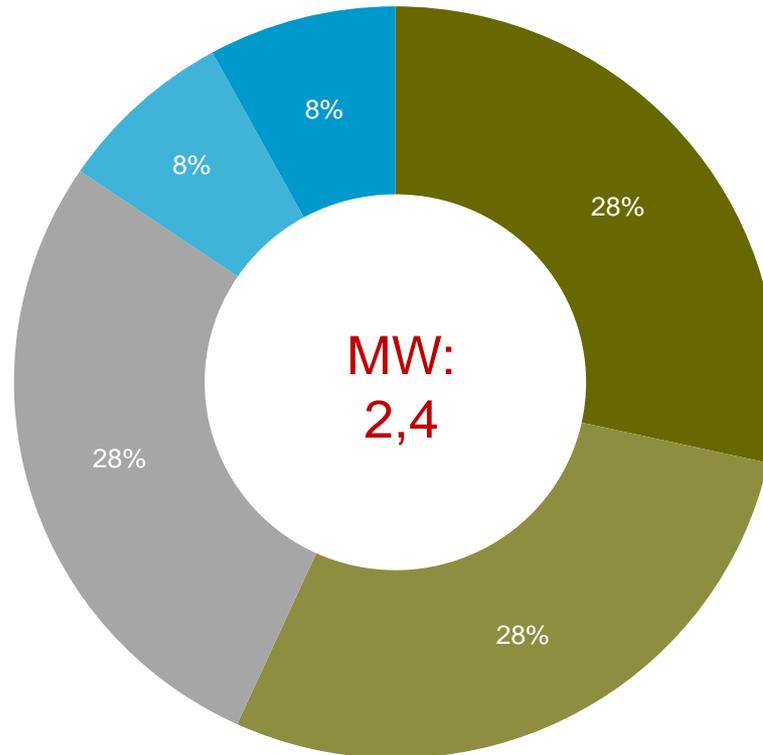


■ mehr als 120 Minuten am Tag   ■ 61 bis 120 Minuten am Tag   ■ 31 bis 60 Minuten am Tag  
■ 11 bis 30 Minuten am Tag   ■ bis zu 10 Minuten am Tag



## 2.2 Spaß bei Bewegung und Sport: 57% bewegen sich (sehr) gerne

Wie viel Spaß macht Ihnen Bewegung und Sport generell? Bitte bewerten Sie anhand einer Skala von 1=ich bewege mich/sportle sehr gerne bis 5=ich bewege mich nur ungerne/mache kaum Sport  
5er-Skala, Angaben in %, n = 300

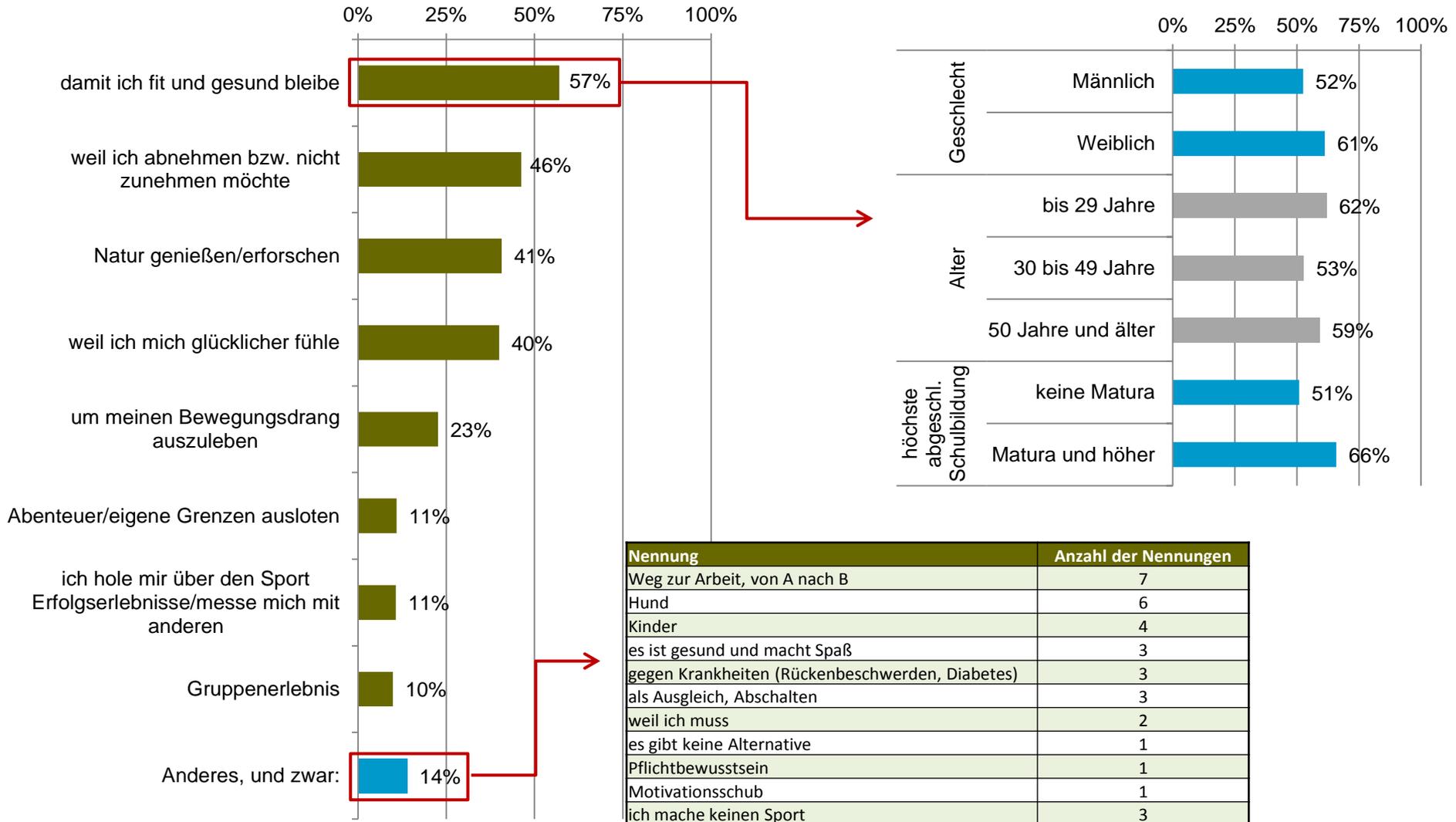


■ 1 = ich bewege mich/sportle sehr gerne ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5 = ich bewege mich nur ungerne/mache ungerne Sport

## 2.3 Motive für Bewegung bzw. Sport: 57% wollen damit fit und gesund bleiben

Warum bewegen Sie sich bzw. machen Sie Sport? – was sind Ihre Hauptmotive?

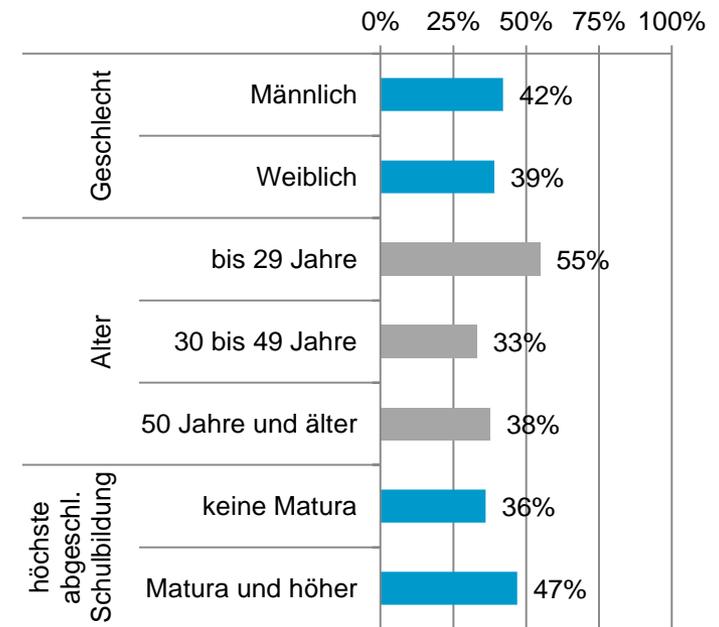
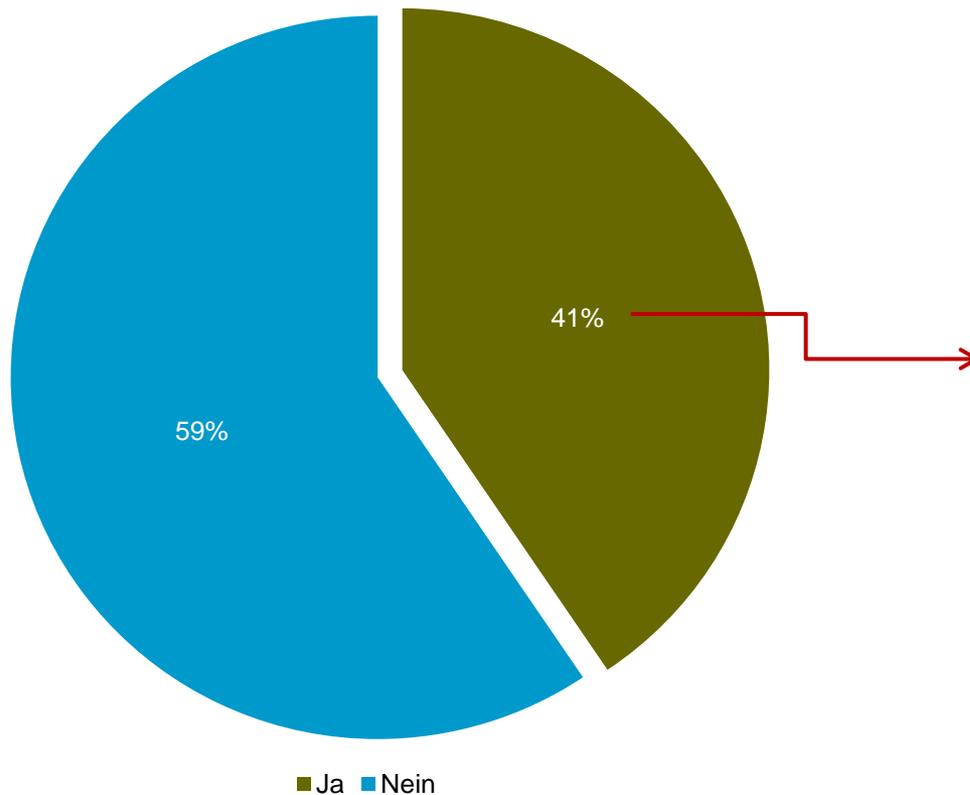
Mehrfachnennung, Angaben in %, n = 300



## 2.4 Regelmäßige Sportart: 4 von 10 üben zumindest eine Sportart aus

Üben Sie zumindest eine Sportart regelmäßig aus? zB. besuchen Sie regelmäßig einen Fitnessclub, Fußballtraining, Aerobic, Kampfsport etc. oder sind Sie aktives Mitglied in einem Sportverein oder ähnliches?

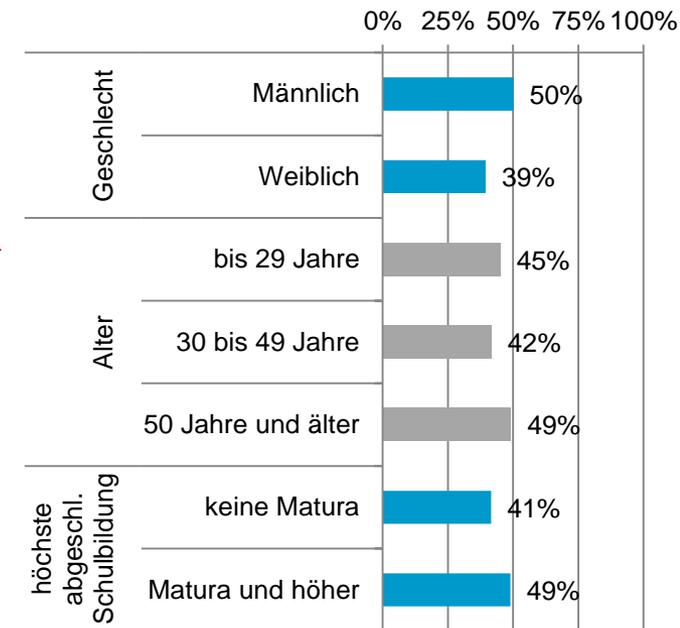
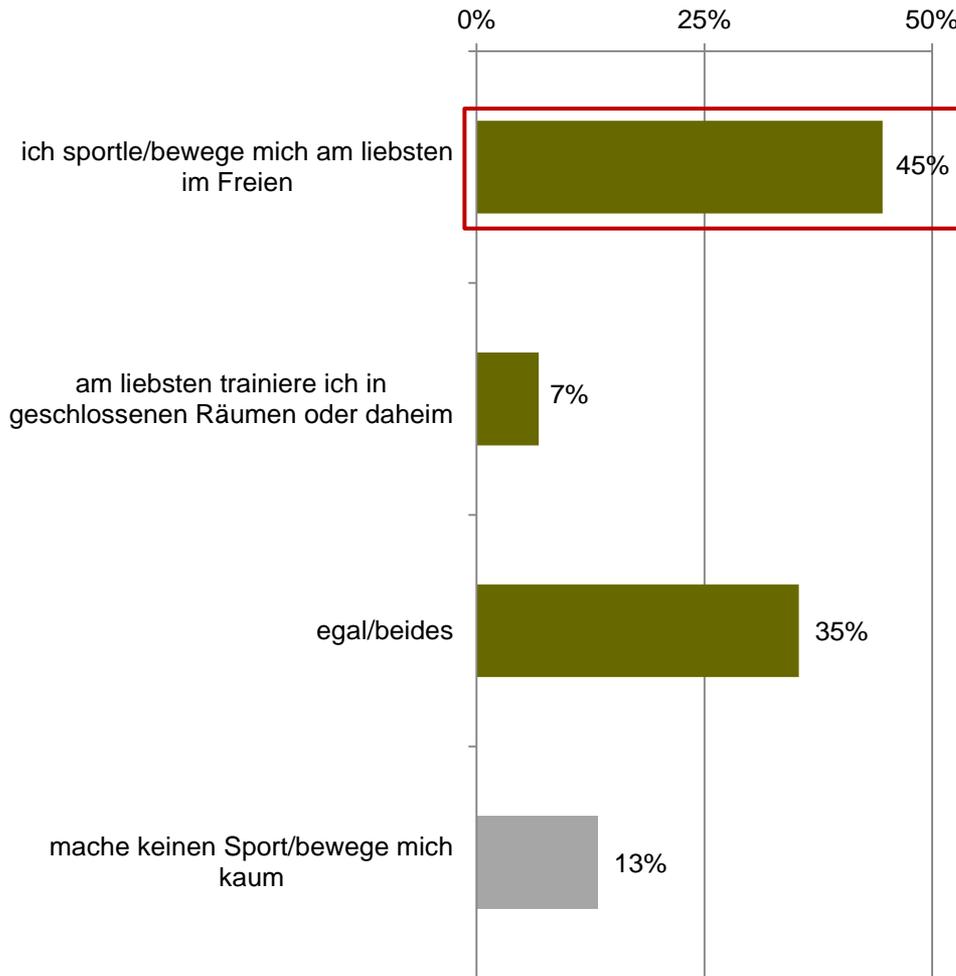
Einfachnennung, Angaben in %, n = 300



## 2.5 Ort für Sport und Bewegung: 45% bewegen sich am liebsten im Freien

Machen Sie Sport und Bewegung lieber im Freien, in der Natur oder in geschlossenen Räumen?

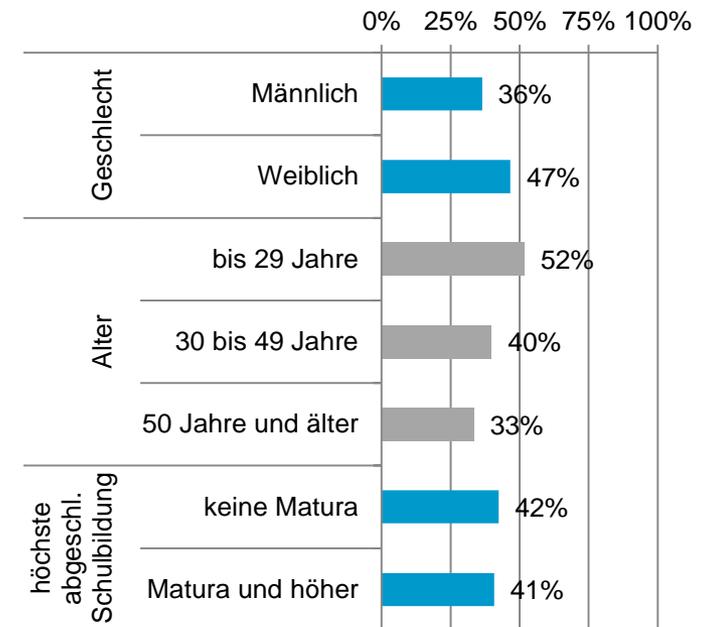
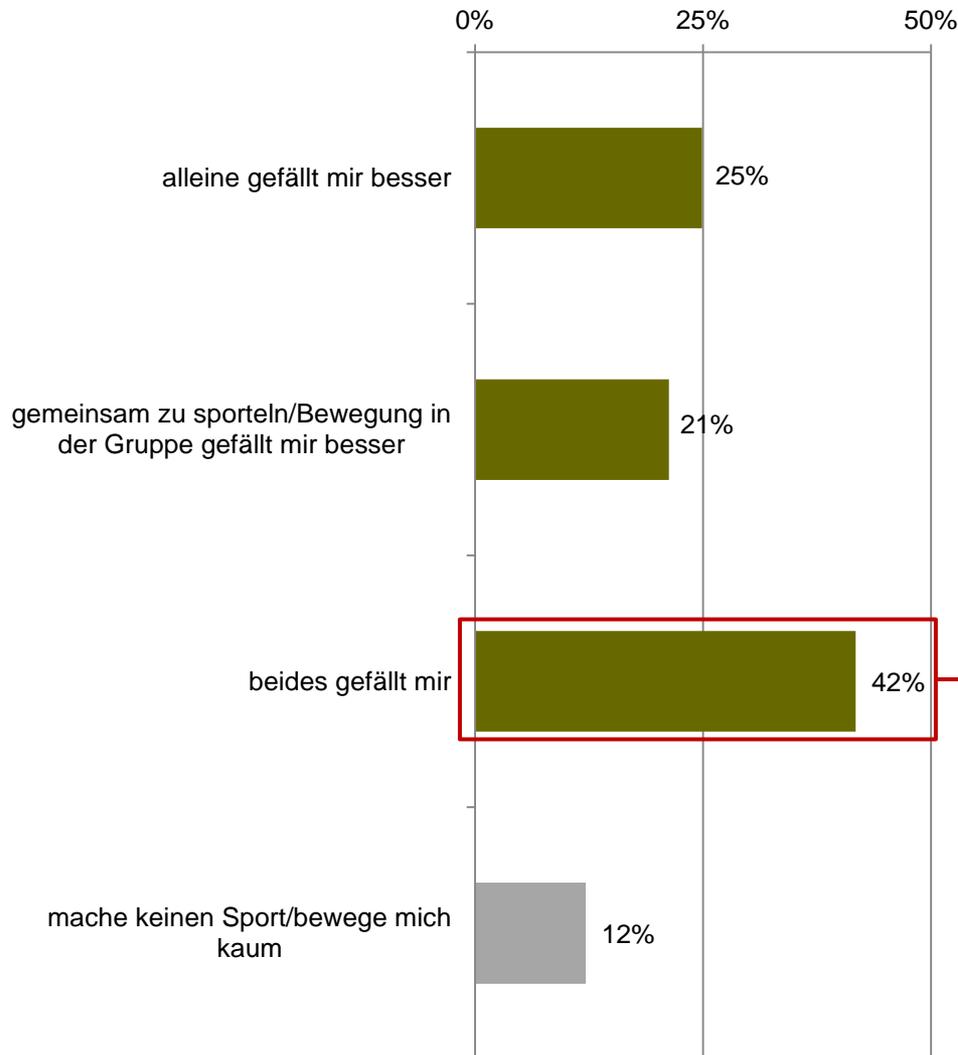
Einfachnennung, Angaben in %, n = 300



## 2.6 Sport allein oder in Gesellschaft: 42% gefällt beides

Sporteln Sie lieber allein oder in Gesellschaft?

Einfachnennung, Angaben in %, n = 300



## Summary

Von 12.9. bis 16.9.2013 wurden 300 Personen aus Wien/Speckgürtel zum Thema „ Bewegt durchs Leben – Gesund mit der Natur“ online befragt.

---

#### Bewegung generell :

- Der durchschnittliche Wiener bewegt sich 60 Minuten pro Tag – zu Fuß gehen, Stufen steigen etc. inklusive. 39% bewegen sich länger als eine Stunde täglich – und erschreckende 35% bewegen sich maximal 30 Minuten täglich. Jüngere – bis 29 Jahre sind deutlich bewegungsfreudiger – 51% bewegen sich länger als eine Stunde täglich.
- Mehr als die Hälfte der WienerInnen bewegen sich gerne(28%) oder sehr gern (28%) – 16 % bewegen sich (sehr) ungern – demnach bekommt Bewegung und Sport insgesamt eine Spaß-Note von 2,4 – jüngere haben mehr Spaß an Bewegung und Sport wie über 30jährige, nach Geschlecht gibt es keine Unterschiede.
- 41% der WienerInnen üben zumindest eine Sportart regelmäßig aus – unter den unter 29jährigen liegt dieser Wert noch bei 55%.

#### Sport und Bewegung – warum, wo und mit wem:

- Haupt-Motiv zu Bewegung und Sport sind Gesundheit und Fitness (57%), gefolgt von abnehmen/nicht zunehmen (46%), Natur-Genuss (41%) und Glücksgefühlen (40%) – Abenteuer, Erfolgs- und Gruppenerlebnisse sind nur für einen kleinen Teil der Wiener – eher für die jüngeren Hauptmotivation für sportliche Betätigung.
- Das Training im Freien wird eindeutig favorisiert – 45% bevorzugen es - 35% ist es egal ob sie sich in freier Natur oder in geschlossenen Räumen bewegen und 7 % bevorzugen zweiteres.
- 25% sporteln lieber alleine, 21% gefällt das Training in der Gruppe besser – 42% mögen beides.

Fazit: Bewegung und Sport kommt im Tagesablauf der WienerInnen eine eher untergeordnete Rolle zu – durchschnittlich bewegt man sich zwar eine Stunde pro Tag jedoch bewegt sich ein Drittel nur weniger als 30 Minuten täglich. Grund für die Unbeweglichkeit ist die Bewegungsunlust – viele haben keinen Spaß an Bewegung. Die Hauptmotive für Bewegung sind auch keine Spaßfaktoren: Gesundheit, Fitness und Figurbewusstsein.

## Stichprobenbeschreibung

## 4.1 Stichprobenbeschreibung

### Geschlecht

	Häufigkeit	Prozent
männlich	144	48,0
weiblich	156	52,0
Gesamt	300	100,0

### Alter

	Häufigkeit	Prozent
14 - 19 Jahre	21	7,0
20 - 29 Jahre	66	22,0
30 - 39 Jahre	66	22,0
40 - 49 Jahre	72	24,0
50 - 59 Jahre	51	17,0
60 - 65 Jahre	24	8,0
Gesamt	300	100,0

### Schulbildung

	Häufigkeit	Prozent
Volks-, Hauptschulabschluss (Pflichtschule)	57	19,0
Berufsschule/Lehre, Fach/Handelsschule (ohne Matura)	120	40,0
Matura (AHS/BHS)	63	21,0
Kurzstudium, College, FH (Fachhochschule)	30	10,0
Hochschule, Universität	30	10,0
Gesamt	300	100,0

### Region

	Häufigkeit	Prozent
Bezirk 1, 4-9	35	11,8
Bezirk 2, 3, 20	42	14,0
Bezirk 15, 16, 17, 18, 19	53	17,5
Bezirk 12, 13, 14, 23	49	16,4
Bezirk 10, 11	38	12,7
Bezirk 21,22	45	14,9
Speckgürtel	38	12,7
Gesamt	300	100,0

## 5. Rückfragen/Kontakt

Studienleitung: Roswitha Wachtler  
Tel: +43 (0)1 512 8900 0  
Mobil: +43 (0) 664 887 359 18  
Mail: [roswitha.wachtler@meinungsraum.at](mailto:roswitha.wachtler@meinungsraum.at)  
Web: [www.meinungsraum.at](http://www.meinungsraum.at)