

Zeitschrift:	Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
Herausgeber:	Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
Band:	33 (1976)
Heft:	3
Artikel:	Schwimmen, Alpinismus und Wandern als Life-time-Sport bei Männern der Nordwestschweiz (Repräsentativerhebung)
Autor:	Biener, K.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-994337

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 09.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Schwimmen, Alpinismus und Wandern als Life-time-Sport bei Männern der Nordschweiz (Repräsentativerhebung)

K. Biener

1. Einleitung, Material und Statistik

In einer Feldstudie über den Gesundheitszustand der männlichen Bevölkerung in der Nordostschweiz wurden die Leistungsfähigkeit verschiedener Organsysteme sowie die Faktoren, welche diese Funktionen beeinflussen, untersucht. Nach Befragungen über Familienkrankheiten, über persönlich durchgemachte Leiden, über Lebensgewohnheiten, Genussmittelkonsum, Sportverhalten, Ernährungsgewohnheiten unter anderem wurde eine gründliche ärztliche Untersuchung vorgenommen. Dabei wurden beispielsweise die Herz- und Kreislaufaktivität mittels Ergometrie, die Lungenfunktion mittels Spirographie, die Hör- und Sehfähigkeit, verschiedene spezifische Blut- und Urinfaktoren analysiert, Kraft- und Beweglichkeitsmessungen sowie spezifische Leistungstests durchgeführt. Als Ergänzung zu den medizinischen Untersuchungen erfolgte eine soziologische Befragung, um eine umfassendere Interpretation der medizinischen Messwerte mit Korrelationsberechnungen zu ermöglichen. Gegenstand dieser Befragungen waren unter anderem Wohnverhältnisse, Arbeits- und Freizeitsituation, Lebensweise und Familienprobleme sowie andere Umweltfaktoren, welche die Organfunktionen mittelbar oder unmittelbar beeinflussen.

Die Studie umfasste das ganze Gebiet der Nord- und Nordostschweiz. Ausgewählt wurden 44 Betriebe verschiedener Wirtschaftsbranchen nach dem Zufallsprinzip. In jedem in die Stichprobe gefallenen Betrieb wurden 6,25 Prozent der gesamten Belegschaft aus der Mitarbeiterkartei beziehungsweise des Personalverzeichnisses ebenfalls nach dem Zufallsprinzip ausgezählt. Erfasst wurden männliche Schweizer Arbeitnehmer im Alter von 20 bis 65 Jahren. Es handelte sich um 207 Probanden in der Vorstudie und 1053 in der Hauptstudie, also um insgesamt 1260 Männer. Mit diesem Vorgehen war die Repräsentanz der Ergebnisse gewährleistet.

Die Erhebung erfolgte durch ein Team, dem zwei Ärzte, ein Anthropologe, eine Soziologin, zwei Sozialarbeiterinnen sowie temporär weitere Mitarbeiter aus Laboratorium und Statistik angehörten.

Die Verteilung der Firmen zeigt folgende Übersicht (Tabelle 1).

Kantone	Anzahl der Betriebe	Prozentsatz der Stichprobe
Zürich	28	63,6%
Schaffhausen	3	6,8%
Thurgau	4	9,1%
St. Gallen	8	18,2%
Appenzell IR + AR	1	2,3%
Total	44	100 %

Ausgewählt wurden nur Betriebe mit 56 und mehr Arbeitnehmern.

2. Sportverhalten und Sportinteresse

Aus einer 20-Prozent-Stichprobe der 1053 Probanden war mit 36 Prozent jeder dritte 20 bis 42 Jahre alte und mit 21 Prozent jeder fünfte 43 bis 65 Jahre alte männliche Betriebsangehörige Mitglied in einem Sportverein. Die Prüfung mit dem Chi-quadrat-Test ergab eine statische Signifikanz dieses

Unterschieds mit $X^2 (1; 0,975) = 5,02 < X^2 (1) = 5,344 < X^2 (1 : 0,99) = 6,63$.

Die altersspezifische Verteilung auch verschiedener anderer sportspezifischer Verhaltensweisen bei allen 1053 Betriebsangehörigen zeigt die nachfolgende Tabelle.

Tabelle 2: Normogrammstudie, Repräsentativerhebung Männer, Nordschweiz (n = 1053). Sportverhalten und Sportinteresse, Angaben in Prozent.

Altersgruppen	Sportklub-Mitglieder	Fitness-Parcours	Heimgymnastik betreiben früh	Heimgymnastik betreiben abends
20–24	44,8	40,7	11,5	18,6
25–29	38,5	26,9	10,2	19,4
30–34	33,6	36,7	9,5	18,1
35–39	36,4	33,6	14,9	10,3
40–44	21,0	24,3	7,0	11,4
45–49	27,7	22,0	15,9	15,2
50–54	23,6	21,9	12,9	10,2
55–59	16,4	12,5	15,6	8,6
60–65	16,1	6,8	15,3	13,0
Total	27,5	24,3	12,7	13,7

Über die Art des Sportes in der Freizeit, über frühere Sportaktivität, über die Gründe des Aufgebens, über das passive Sportinteresse am Fernsehen, über das Sportverhalten des Ehepartners, über die Sozialisierungsform in Einzel- und/oder Gruppensport, über erste Motivationen zum Sporttreiben haben wir in einer Sonderstudie berichtet (Biener 1975).

3. Schwimmen und Freizeit

Insgesamt 88 Prozent der 20- bis 42jährigen Männer und 73 Prozent der 43- bis 65jährigen Männer aus einer 20-Prozent-Stichprobe der 1053 Probanden haben sich als Schwimmer bezeichnet, der Rest von 12 Prozent beziehungsweise 27 Prozent als Nichtschwimmer. Die Prüfung ergab, dass sich mit signifikantem Unterschied mehr jüngere als ältere Befragte als Schwimmer erklärten, und zwar mit $X^2 (1; 0,99) = 6,63 < X^2 (1) = 6,85 < X^2 (1; 0,995) = 7,88$. Die altersspezifische Aufteilung bei allen 1053 Betriebsangehörigen zeigt Tabelle 3.

Tabelle 3: Normogrammstudie, Repräsentativerhebung Männer, Nordschweiz (n = 1053). Schwimmverhalten, Angaben in Prozent.

Altersgruppen	Schwimmer mässig	Schwimmer gut	Schwimmer sehr gut	Nicht-schwimmer
20–24	14,9	56,4	20,7	8,0
25–29	18,3	61,5	16,5	3,7
30–34	23,3	59,7	10,3	6,7
35–39	23,4	53,3	18,6	4,7
40–44	28,1	42,1	14,0	15,8
45–49	34,5	43,7	10,9	10,9
50–54	32,1	36,4	12,2	19,3
55–59	35,8	32,8	17,2	24,2
60–65	33,9	30,6	4,9	30,6
Total	27,9	45,3	12,4	14,5

Stilart

Altersgruppen	Brust	Crawl	Rücken	Delphin
20–24	91,2	74,7	88,5	25,3
25–29	96,3	69,7	87,2	18,3
30–34	93,1	53,4	78,4	15,5
35–39	95,3	52,3	85,0	16,8
40–44	83,3	44,7	62,3	9,6
45–49	89,1	32,8	69,7	10,9
50–54	81,4	37,8	62,1	7,9
55–59	75,8	27,3	54,7	5,5
60–65	69,7	17,9	53,3	3,3
Total	85,6	44,0	70,8	11,9

Auffällig und erfreulich ist, dass sich in der Altersgruppe von 25 bis 35 die meisten als gute Schwimmer bezeichnen. Innerhalb der Stilartern hat das Crawlschwimmen innerhalb der letzten Jahrzehnte stark an Bedeutung gewonnen. Die älteren Jahrgänge ab 55 Jahre beherrschen nur in der Hälfte der Fälle das Rücken- und in reichlich zwei Dritteln das Brustschwimmen, von den jüngeren Jahrgängen bis 30 Jahre fast gleichviele beide Stilarten, nämlich rund neun Zehntel.

4. Alpinismus und Freizeit

Besonderes Interesse aus dem Blickwinkel der Prävention von Bewegungsmangelkrankheiten haben wir dem Bergsteigen beziehungsweise dem Bergwandern entgegengebracht, zumal auf diesem Sektor noch wenig statistisches Material zusammengetragen worden ist. Mitglieder im Schweizerischen Alpenklub sind 3,5 Prozent aller dieser Betriebsangehörigen, und zwar von 20 bis 34 Jahre nur insgesamt 5, von 35 bis 49 Jahre weitere 12 und von 50 bis 65 Jahre weitere 19 Probanden.

Frage man, wieviele Gipfel über 3000 m und wieviele Gipfel über 4000 m Höhe bereits von den Probanden im Leben bestiegen worden sind, so kommen fast immer sehr präzise Antworten; man kennt noch «seine» Gipfel über 3000 m, zumindest aber über 4000 m. Für uns waren diese Aussagen ein weiteres Mass für die Sporteinstellung beziehungsweise für das aktive Freizeitverhalten vor allem auch im Hinblick auf die Korrelationen zu den Kreislaufunktionswerten, die Cholesterinspiegel, das Rauchverhalten und andere Parameter. Die Ergebnisse zeigt Tabelle 4.

Bergwanderungen führten im vergangenen Jahr mit 67,1 Prozent die meisten dieser Probanden durch, und zwar rund zwei Drittel. Ein Drittel aller Befragten unternahm im Berichtsjahr eine bis zu 9 Touren und ein Drittel (35,9 Prozent) mehr als 9 Touren meist als eintägige Wochenendbergfahrten. 32,9 Prozent aller Befragten haben sich nicht für das Bergwandern interessiert. In den vorgenannten Zahlen sind auch die in Tabelle 4 erfassten Hochtouren inbegriffen.

Von 82,8 Prozent der Probanden sind Wanderungen aller Art im vergangenen Jahr erfolgt, also Bergfahrten und bei physischer Unfähigkeit oder bei anderen Interessen wenigstens Wanderungen in der näheren Umgebung am Wochenende. Bei Aufgliederung der Wandergewohnheiten ganz allgemein ergibt sich folgendes Bild (Tabelle 5).

Tabelle 4: Normogrammstudie, Repräsentativerhebung Nordschweiz (n = 1053). Alpinismus und Freizeit, Angaben in Prozent.

Mitglieder im Schweizerischen Alpenklub (SAC) sind:

Alter	20 bis 34 Jahre	35 bis 49 Jahre	50 bis 65 Jahre	Total
	0,3	3,4	4,9	3,5
<i>Gipfel über 3000 m</i>				
bis 3	30,8	25,0	19,2	24,8
bis 6	9,0	12,9	8,5	10,0
bis 9	0,6	1,8	1,5	1,3
über 9	5,8	13,8	14,9	11,8

Gipfel über 4000 m

bis 3	7,7	8,8	7,2	7,8
bis 6	1,6	2,1	1,5	1,7
bis 9	0,3	0,6	1,5	0,9
über 9	0,3	1,2	1,5	1,1

Tabelle 5: Normogrammstudie, Repräsentativerhebung Männer Nordschweiz (n = 1053). Wandergewohnheiten, Angaben in Prozent.

Altersgruppen	wandern oft	wandern selten	wandern nie
20–24	34,5	55,2	10,3
25–29	40,4	51,5	8,1
30–34	55,2	35,3	9,5
35–39	52,3	40,2	7,5
40–44	66,6	26,3	7,1
45–49	61,3	32,8	5,9
50–54	66,4	30,0	3,6
55–59	69,3	22,0	8,7
60–65	64,5	24,2	11,3
Total	57,9	34,2	7,9

Es zeigt sich, dass mit 50 bis 54 Jahren am meisten Probanden wandern; darnach nimmt die Wanderlust wieder etwas ab, das Alter fordert seinen Tribut. Deutlich wird, dass die Zahl der Wanderfreudigen bis zum 44 Jahr kontinuierlich zunimmt; in der frühen Jugend widmet man sich häufiger dem Sport und dem Tanzen.

5. Hausbesitz, Autobesitz, Garten und Freizeit

24,9 Prozent der Befragten sind Besitzer eines eigenen Hauses insgesamt 54,5 Prozent eines eigenen Gartens. In 37,5 Prozent ist dieser Garten unter 500 Quadratmeter gross, in 9,9 Prozent 500 bis 1000 und in 7,2 Prozent über 1000 Quadratmeter gross. Gartenarbeit machen 45,0 Prozent der Personen, also knapp die Hälfte. Dabei sind die Stundenzahlen von je ein bis drei Stunden pro Woche mit je 7 Prozent ungefähr gleich verteilt, ebenso von je 4 bis 6 Stunden pro Woche mit je 4 Prozent und

von je 7 bis 8 Stunden pro Woche mit je 2 Prozent. Über 9 Stunden Gartenarbeit werden von 5 Prozent aller Betriebsangehörigen, also von jedem 7. bis 8. Gartenbesitzer angegeben.

Einen eigenen Hund besitzen 11,7 Prozent aller Befragten. Zweifellos verpflichtet ein derartiger Tierbesitz zur aktiven Wartung und damit bis zu einem gewissen Grad zur körperlichen Bewegung. Es ist erstaunlich, dass sich unter den 20- bis 24jährigen Erfassten mit 18,3 Prozent ebenso wie unter den 50- bis 54jährigen mit 18,1 Prozent am meisten Hundebesitzer befinden, am wenigsten mit je 5 Prozent bis 6 Prozent in den Altersstufen von 25 bis 39 Jahren.

Einen eigenen Wagen besitzen 61,1 Prozent. Gliedert man die Besitzdauer des Autos in Jahren als ein gewisses Mass für einen Bewegungsmangel auf – in den meisten Fällen können die Autobesitzer sogar ziemlich genau ihre bisher in ihrem Leben gefahrenen Autokilometer angeben –, so ergibt sich folgende Übersicht:

bis ein Jahr	4,1 %	bis 6 Jahre	4,5 %
bis 2 Jahre	2,9 %	bis 7 Jahre	2,7 %
bis 3 Jahre	3,6 %	bis 8 Jahre	2,8 %
bis 4 Jahre	3,5 %	bis 9 Jahre	2,1 %
bis 5 Jahre	3,8 %	über 9 Jahre	31,1 %

keinen Wagen besitzen 38,9 %

Natation, alpinisme et promenade chez des hommes suisses de 20 à 65 ans (Résumé)

Dans une étude statistique, 1260 hommes âgés de 20 à 65 ans ont été interrogés quant à leurs activités sportives. 27,5 pour cent des participants à cette étude étaient membres d'un club sportif. 12 pour cent des hommes âgés de 20 à 42 ans et 27 pour cent des hommes âgés de 43 à 65 ans ne savaient pas nager. Dans les groupes d'âge en-dessous de 30 ans, plus de 70 pour cent des participants pratiquaient au moins 3 différents styles de natation (brasse, crawl et dos). 3,5 pour cent des personnes interrogées étaient membres du club alpin suisse, dont moins de 1 pour cent des hommes âgés de moins de 35 ans.

La promenade est régulièrement pratiquée par 58 pour cent des participants et seulement 8 pour cent ne la pratiquent jamais.

Literatur: Beim Verfasser

Anschrift des Verfassers:

PD Dr. K. Biener, Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich, Gloriastrasse 32, 8006 Zürich

Nachdruck aus «Schweizer Aerzte-Information» vom 28. Juli 1975

Interessenkollision: Arztgeheimnis und Informationsbedürfnis der Öffentlichkeit

Interessenkonflikte wegen des Arzt- bzw. Patientengeheimnisses können da entstehen, wo der Informationsanspruch der Öffentlichkeit auf das Hindernis des ärztlichen Berufsgeheimnisses stößt. Die Aerzte sind hier an einer klassischen Interessenkollision beteiligt. Obwohl selbst ein indiskretes Interesse der Öffentlichkeit an der Intimsphäre (d.h. an ganz persönlichen Verhältnissen) eines Patienten in manchen Einzelfällen verständlich und berechtigt sein kann, ist das Ergebnis der Güterabwägung unter rechtlichen und ethischen Gesichtspunkten für Aerzte, Juristen und Publizisten eindeutig:

- Die ärztliche Geheimhaltungspflicht deckt mit der Intimsphäre der Patienten und derer Angehörigen ein höheres Gut als ein ebenfalls gerechtfertigtes Informationsbedürfnis der Öffentlichkeit darstellt.
- Die Öffentlichkeit besitzt kein generelles Anrecht auf die Intimsphäre irgendwelcher Patienten. Teilweise Ausnahmen können Persönlichkeiten betreffen, die in aussergewöhnlichem Masse mit dem öffentlichen Leben verbunden sind (z.B. Politiker, Wirtschaftsführer, Wissenschaftler, Künstler, Sportgrößen) und selber ein gesteigertes Publizitätsbedürfnis haben oder sogar provozieren.

Schweizer Aerzte-Information, Zürich