

Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 53 (1996)

Heft: 4

Artikel: Wer sind die Gelegenheitssportler?

Autor: Stamm, Hanspeter / Lamprecht, Markus

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-993271>

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: 15.04.2026

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

Im Visier Forschung

Wer sind die Gelegenheitssportler?

Angesichts steigender Gesundheitskosten ist die Prävention von Krankheiten in den letzten Jahren zunehmend in den Blickpunkt des öffentlichen Interesses geraten. Dabei entwickelten sich Sport und Bewegung zu Eckpfeilern präventiver Massnahmen.

Obwohl die positiven Gesundheitseffekte regelmässigen Sporttreibens einer Mehrheit der Bevölkerung bekannt sind, setzt nur eine Minderheit dieses Wissen in tatsächliche Handlungen um. Vor diesem Hintergrund ging es in einem vom Sportwissenschaftlichen Institut (SWI) in Auftrag gegebenen Projekt darum, die Ursachen ungenügender Bewegung zu untersuchen und zielgerichtete Strategien für die Förderung sportlicher Aktivitäten zu entwickeln. Im Zentrum stand mit den Gelegenheitssportlern eine besonders vielversprechende Zielgruppe. Die Gelegenheitssportler können wegen ihrer unregelmässigen sportlichen Betätigung zwar nicht mit nachhaltigen Trainings- und Gesundheitseffekten rechnen. Im Gegensatz zu den Nichtsportlern verfügen Gelegenheitssportler aber über gewisse Beziehungen zum Sport, auf die eine Förderungskampagne aufbauen könnte.

Der Gelegenheitssport im Visier der Forschung

Um die Gelegenheitssportler gezielt ansprechen zu können, sind genauere Kenntnisse über diese Zielgruppe notwendig. Eine systematische Auswertung von Befragungsdaten sollte nicht nur über das Sportverhalten und Sportinteresse sowie die Bedürfnisse und Motivlagen, sondern auch über die Lebens- und Freizeitsituation der Gelegenheitssportler Aufschluss geben. Die Grundlage der Untersuchung bildeten vier neuere Datensätze zur sportlichen Aktivität sowie zum Gesundheits-, Bewegungs- und Freizeitverhalten der Schweizer Wohnbevölkerung, die unter dem Blickwinkel des Gelegenheitssports sekundäranalytisch ausgewertet wurden. Der Mikrozensus 1988 des Bundesamtes für Statistik, eine Untersuchung der Autoren von Erwerbstätigen in Winterthur (1992), die Befragung «Sport – Bewegung – Gesundheit» der ESSM (1993) und die

jüngste Sportstudie des SLS (1994) deckten dabei unterschiedliche Aspekte der Fragestellung ab und förderten eine Fülle von Befunden zum «Wesen des Gelegenheitssportlers» zutage.

Ausmass des Gelegenheitssports

In der Untersuchung wurden die Gelegenheitssportler als Personen definiert, die mehrmals pro Jahr, aber weniger als einmal pro Woche Sport treiben. Personen, die mindestens einmal pro Woche sportlich aktiv sind, wurden dagegen als «regelmässige» Sportler klassifiziert. Selbstverständlich sagt diese Klassifikation wenig darüber aus, ob sich die sogenannten Sportler unter einem gesundheitlichen Blickwinkel genügend bewegen. Sie gibt lediglich die im Hinblick auf zielgerichtete Aktivierungsstrategien bedeutsame Trennlinie zwischen Personen mit einer kontinuierlichen und solchen mit einer eher sporadischen Aktivität an.

Obwohl das Ausmass der Sportaktivität in den verschiedenen Datensätzen recht unterschiedlich erhoben worden war, konnten die Daten unter Bezugnahme auf verschiedene Angaben (Häufigkeit der Sportaktivität, Stunden-

Der Sport gehört zu den beliebtesten Freizeitaktivitäten. Viele Freizeitsportler lassen es aber bei einer gelegentlichen sportlichen Betätigung bewenden und können deshalb nicht mit nachhaltigen Trainings- und Gesundheitseffekten rechnen. Wie könnten die «Gelegenheitssportler» zu vermehrter körperlicher Bewegung animiert werden? Eine Untersuchung, die im Auftrag des SWI durchgeführt wurde, vermittelt erste Anhaltspunkte.

Hanspeter Stamm
und Markus Lamprecht

zahl des Sporttreibens, Häufigkeit einzelner Sportaktivitäten, Orte des Sporttreibens) befriedigend homogenisiert werden. Trotz der begrenzten Vergleichbarkeit der Datensätze fällt in Abbildung 1 auf, dass die Anteile der verschiedenen Gruppen von Sportlern

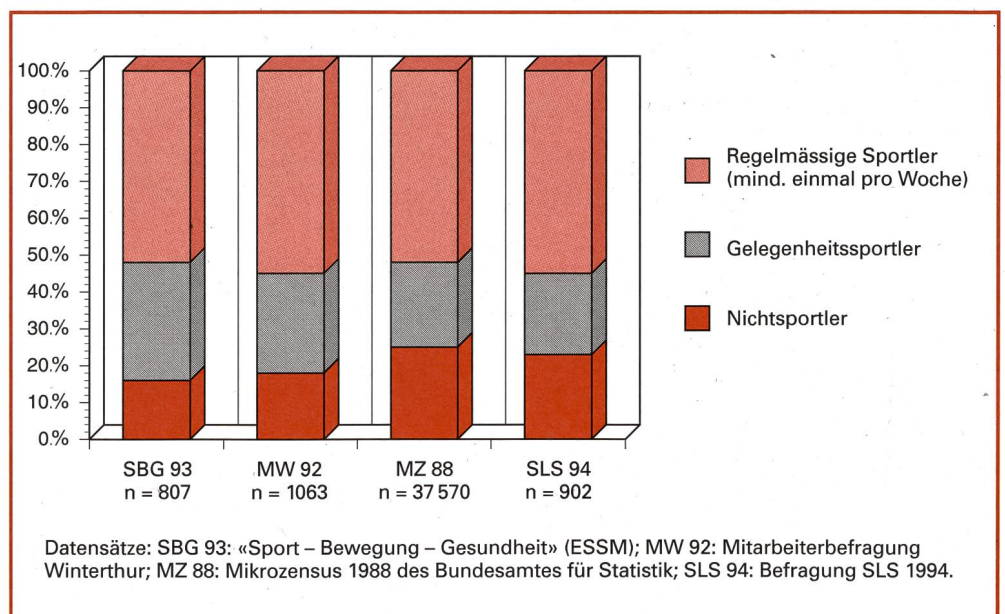


Abbildung 1: Anteile verschiedener Sportlergruppen an der Gesamtbevölkerung (in %).

Beliebteste Sportarten:	– Life-Time-Sportarten (Wandern, Radfahren, Schwimmen) – Spielerische Aktivitäten (Minigolf, Kegeln, Federball usw.)
Bevorzugte Orte des Sporttreibens:	– Öffentliche Anlagen – Freie Natur
Hauptmotiv:	Gesundheit
Körperliche Bewegung:	Kompensieren geringe Sportaktivität kaum durch andere Arten der Bewegung
Gesundheitsverhalten:	Trotz hohen Gesundheitsbewusstseins auf verschiedenen Dimensionen des Gesundheitsverhaltens (Rauchen, Ernährung) weniger positive Werte als regelmässige Sportler
Sportinteresse:	Durchschnittlich sehr hohes Interesse an Sportinformationen
Sportwunsch:	Möchten überdurchschnittlich häufig mehr Sport treiben

Tabelle 1: Merkmale der Gelegenheitssportler.

in verschiedenen Befragungen relativ stabil sind. So wurde in allen vier Datensätzen jeweils rund die Hälfte der Befragten als «regelmässige» Sportler klassifiziert, während die Gelegenheitssportler einen Anteil von einem Viertel bis etwa einem Drittel an der Gesamtbevölkerung haben. Die erklärten Nichtsportler stellen mit Anteilen von zwischen 15 und 25 Prozent eine klare Minderheit dar.

Merkmale der Gelegenheitssportler

Von dieser Einteilung ausgehend wurde die Gruppe der Gelegenheitssportler in weiteren Untersuchungs-

schriften näher analysiert. Tabelle 1 gibt zunächst einen Überblick über die wichtigsten Resultate zu ihrem Sport-, Bewegungs-, Gesundheits- und Freizeitverhalten.

Mit Bezug zur Sport- und Freizeitaktivität fällt zunächst auf, dass die Gelegenheitssportler spezifische Sportarten und Orte des Sporttreibens bevorzugen, die sie klar von den Sportlern unterscheiden. So sind sie häufig in der freien Natur und öffentlichen Anlagen bei typischen Life-Time-Sportarten und spielerischen Aktivitäten, die auch niederschwellig betrieben werden können, anzutreffen. Aktivitäten, die ein regelmässigeres Training, Wettkämpfe oder eine engere institutionelle

Einbindung verlangen, sind dagegen wenig beliebt. Wichtigstes Motiv zum Sporttreiben ist für die Gelegenheitssportler die Gesundheit. Das hohe Gesundheitsbewusstsein findet allerdings nur begrenzt Eingang in andere Dimensionen des Freizeit- und Gesundheitsverhaltens: So kompensieren die Gelegenheitssportler ihren Bewegungsmangel kaum durch andere Formen der körperlichen Bewegung, während sie im Durchschnitt etwas häufiger rauchen und etwas weniger stark auf ihre Ernährung achten als die Sportler.

Wie aus der Tabelle weiter hervorgeht, ist «Passivsport» im Gegensatz zur eigenen Sportaktivität bei den Gelegenheitssportlern überaus beliebt. Das hohe Interesse am Sport und das Wissen um den gesundheitlichen Nutzen des Sports findet eine Fortsetzung im Wunsch einer Mehrheit der Gelegenheitssportler, häufiger Sport zu treiben. Dieser Wunsch nach vermehrter Sportaktivität ist bei den Gelegenheitssportlern deutlich stärker ausgeprägt als bei den Sportlern und den Nichtsportlern.

Verschiedene Gruppen von Gelegenheitssportlern

Zusätzlich wurde im Projekt untersucht, ob sich die Gelegenheitssportler auch im Hinblick auf ihre Lebensumstände von den regelmässigen und Nichtsportlern unterscheiden. Auf einer allgemeinen Ebene scheint dies kaum der Fall zu sein. Zwar finden sich die bekannten Effekte von Alter, Geschlecht und Zivilstand in dem Sinne, dass ältere Menschen, Frauen und verheiratete Personen etwas seltener Sport treiben. Überdies scheint die Wohnregion eine Rolle zu spielen, wobei die Deutschschweizer etwas sportlicher sind als die Befragten aus dem Tessin und der Romandie. Mit Ausnahme des Alters sind diese Effekte aber nur von untergeordneter Bedeutung.

Eine vertiefende Analyse zeigte allerdings auf, dass die Gelegenheitssportler keineswegs eine homogene Gruppe darstellen. Mittels einer Clusteranalyse – eines statistischen Verfahrens, das in der Lage ist, Gruppen von Personen mit ähnlichen Merkmalen aufzuspüren – konnte nachgewiesen werden, dass sich die Gelegenheitssportler ihrerseits in neun Untergruppen aufteilen, die durch je spezifische Lebensumstände und Gründe, weshalb sie wenig Sport treiben, charakterisiert sind (vgl. Tabelle 2).

Nr. d. Gruppe	Bezeichnung der Gruppe	Spezifische Merkmale
Gruppe 1 (8,5%)	Junge Erwerbstätige, die häufig mit einem Partner zusammenwohnen	+ Sportinteresse + Sportveranstaltungen
Gruppe 2 (6,3%)	Junge Leute mit höherer Bildung (häufig noch in Ausbildung)	+ Sportwunsch – Sportinteresse «aussersportliche Interessen
Gruppe 3 (8,3%)	Ältere erwerbstätige Männer mit höherer Bildung	+ Sportwunsch – Sportinteresse «aussersportliche Interessen
Gruppe 4 (15,5%)	Jüngere, verheiratete (Haus)frauen	– Sportinteresse
Gruppe 5 (10,8%)	Mehrheitlich weibliche Rentner	– Sportwunsch – Sportinteresse «bewegungsintensive» Freizeit
Gruppe 6 (8,4%)	Erwerbstätige, gutsituierte Männer mittleren Alters	– Sportwunsch + Sportinteresse
Gruppe 7 (15,1%)	Ledige, junge Erwerbstätige mit mittlerer Bildung	+ Sportwunsch – Sportinteresse «aussersportliche Interessen»
Gruppe 8 (11,6%)	Gutsituierte, höher gebildete verheiratete Männer mittleren Alters	+ Sportwunsch + Sportinteresse
Gruppe 9 (15,4%)	Verheiratete Männer mittleren Alters mit mittlerer Bildung	+ Sportinteresse

Tabelle 2: Verschiedene Gruppen von Gelegenheitssportlern (in Klammern relative Grössen der Gruppen).



Kompensieren geringer Aktivität durch andere Arten von Bewegung...

Bereits die Kurzbezeichnungen in der zweiten Spalte von Tabelle 2 deuten auf Ursachen für die nur sporadische Sportaktivität gewisser Teilgruppen hin. So dürfte bei Gruppen, die eine vollzeitliche Erwerbstätigkeit mit Kindern kombinieren (Gruppen 8 und 9), das Zeitbudget so beschränkt sein, dass nur noch wenig Zeit für sportliche Freizeitaktivitäten ausserhalb der Familie bleibt. Dagegen dürfte das sporadische Sportengagement bei den Gruppen 3 und 5 eher auf einen Alterseffekt zurückzuführen sein.

Weitere Anhaltspunkte, aber auch mögliche Anknüpfungspunkte für Aktivierungsstrategien, erhält man, wenn die verschiedenen Gruppen zusätzlich auf ihre Beziehungen zu Sport und Bewegung untersucht werden (vgl. die dritte Spalte von Tabelle 2). So existieren vier Gruppen, die sich durch einen recht ausgeprägten Wunsch nach häufigerem Sporttreiben auszeichnen. Während bei zwei Gruppen (7 und 8) zeitliche Gründe einer regelmässigeren Betätigung im Wege stehen dürften, kombinieren die beiden anderen Gruppen (2 und 3) einen ausgeprägten Sportwunsch mit einem relativ gerin-

gen allgemeinen Sportinteresse und einer verhältnismässig breiten Nutzung anderer Freizeitangebote («ausersportliche Interessen»), die ihnen möglicherweise noch wichtiger sind als der Sport. Zwei Gruppen äussern demgegenüber nur einen mässigen Sportwunsch: Während die Mitglieder der Gruppe 6 tatsächlich kein grosses Bewegungsbedürfnis zu haben scheinen, zeichnet sich Gruppe 5 als einzige durch überdurchschnittliche Werte auf anderen, tendenziell bewegungsintensiven Freizeitaktivitäten (ins Grüne gehen, Spaziergänge mit dem Hund usw.) aus, die bis zu einem gewissen Grade als Ersatz für sportliche Aktivitäten gelten können.

Schliesslich zeigen sich auch im Hinblick auf das Interesse an «Passivsport» Unterschiede. Vier Gruppen zeichnen sich durch ein ausgeprägtes Sportinteresse aus, wobei es sich in drei Fällen (6, 8, 9) um typische «Fernsehsportler» handeln dürfte, während die vierte Gruppe (1) zusätzlich überdurchschnittliche Werte beim Besuch von Sportveranstaltungen aufweist.

Implikationen

Im Hinblick auf die Förderung von Bewegung und Sport bei den Gelegenheitsportlern lassen die dargestellten Befunde verschiedene Schlüsse zu. Zunächst dürften die Gelegenheitsportler tatsächlich eine vielversprechende Zielgruppe sein: Sie äussern nicht nur überdurchschnittlich häufig den Wunsch, vermehrt Sport zu treiben, sie

sind sich auch des gesundheitlichen Nutzens des Sports bewusst und zeigen insgesamt ein hohes Interesse am Sport. Allerdings zeigt sich keine einfache Animationsstrategie für Gelegenheitsportler. Zwar zeichnen sich – wie in anderen Studien auch – ältere Menschen, Frauen sowie Personen mit Kindern durch ein unterdurchschnittliches Sportengagement aus, und ihnen sollte im Rahmen von Förderungsmassnahmen besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden.

Jenseits dieser bekannten Zielgruppen sind die Gründe für das sporadische Sportengagement der Gelegenheitsportler aber ebenso vielfältig wie ihre Lebensumstände. Tatsächlich dürfte eine differenzierte Strategie erfolgversprechend sein, die direkt auf die Bedürfnisse und Lebensumstände der jeweiligen Teilgruppen ausgerichtet ist. So zeigen die vorliegenden Resultate, dass in verschiedenen Gruppen zeitliche Beschränkungen im Sinne von hohen Belastungen durch Arbeit, Familie oder andere Freizeitaktivitäten wesentlich sind. Hier wären Angebote vielversprechend, die einen hohen Grad an zeitlicher und räumlicher Flexibilität mit tiefen Kosten verbinden. Andere Gruppen zeigen dagegen nur ein geringes Interesse am Sport, weil teilweise anderweitige Interessen dominieren. Hier wären im Hinblick auf die Gesundheitsförderung nicht zuletzt auch andere Formen der Bewegung, die sportliche Aktivitäten bis zu einem gewissen Grade substituieren können, zu akzentuieren. ■

Dr. Markus Lamprecht und *Dr. Hanspeter Stamm* beschäftigen sich seit mehreren Jahren mit der soziologischen Erforschung von Freizeit und Breitensport in der Schweiz. Gemeinsam führen sie ein unabhängiges Forschungsbüro in Zürich.