

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 8 (2006)
Heft: 2

Rubrik: Wie aktiv sind wir?

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: 04.02.2026

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

Wie aktiv sind wir?

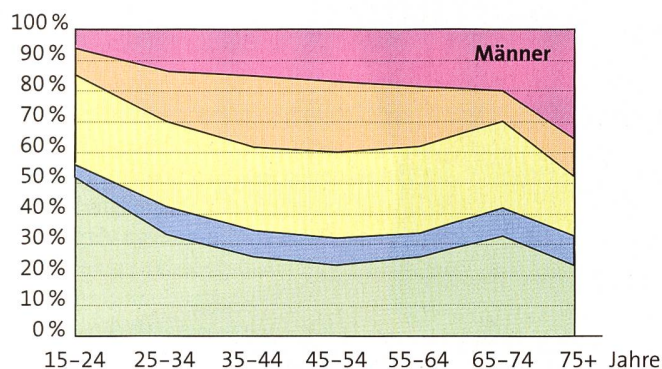
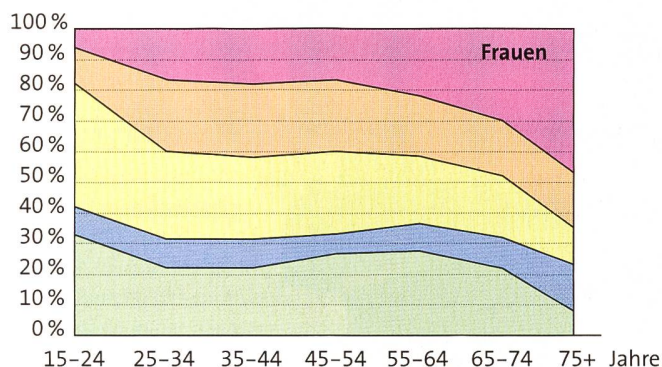
Fragen und Fakten // Bewegen sich Männer mehr als Frauen?

In welcher Schweizer Region ist die Bevölkerung am aktivsten?

Die Antworten gibt das Observatorium «Sport und Bewegung Schweiz».

In welchem Alter bewegt sich Mann und Frau am meisten? Die körperlichen Aktivitäten nehmen mit zunehmendem Alter ab. Ein deutlicher Rückgang zeigt sich vor allem zwischen dem 20. und 30. sowie nach dem 74. Lebensjahr. In jungen Jahren sind die Männer klar aktiver als die Frauen. Da der Rückgang bei den Frauen aber weniger steil verläuft, zeigen Frauen und Männer im Alter zwischen 35 und 65 Jahren ein vergleichbares Bewegungsverhalten. Im Alter von 65 Jahren nehmen zwar bei beiden Geschlechtern die körperlichen Aktivitäten beim Sport und bei der Arbeit ab, dafür ist man auf den täglichen Wegstrecken (wieder) häufiger zu Fuss unterwegs.

Abb.: Anteile der Frauen und Männer auf fünf Aktivitätsstufen, nach Alter.

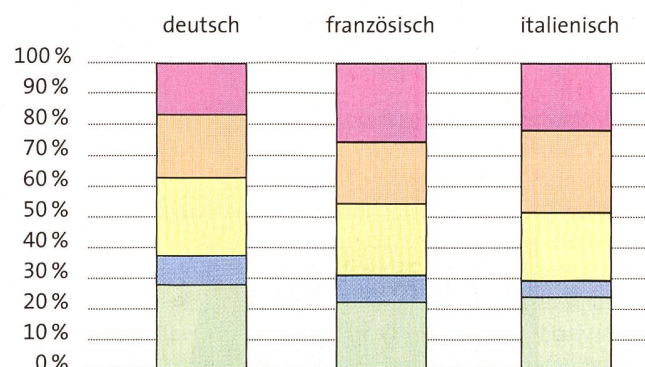


- inaktiv
- teilaktiv
- unregelmässig aktiv
- regelmässig aktiv
- trainiert

Datenquelle: BFS, Schweizerische Gesundheitsbefragung 2002, Männer: n=8272, Frauen: n=10447.

Wo leben die Aktivsten? In der Deutschschweiz ist der Bewegungsmangel weniger ausgeprägt als in den französisch- und italienisch-sprechenden Regionen der Schweiz. Am aktivsten ist die Bevölkerung im Kanton Zug, die meisten Inaktiven werden im Kanton Tessin gezählt.

Abb.: Anteile der Bevölkerung auf fünf Aktivitätsstufen, nach Sprachregion (in %).



Datenquelle: BFS, Schweizerische Gesundheitsbefragung 2002, n=12573 (d), 4712 (f), 1434 (i).

StatSanté

Resultate zu den Gesundheitsbefragungen

► Alle fünf Jahre wird gemäss dem Mehrjahresprogramm des Bundes eine Erhebung zum Gesundheitszustand der Schweizer Wohnbevölkerung durchgeführt. Für das Observatorium «Sport und Bewegung Schweiz» haben die Soziologen Markus Lamprecht und Hanspeter Stamm das Bewegungsverhalten der Bevölkerung auf dieser Datengrundlage detailliert analysiert. Die Zahlen und Fakten im vorliegenden Artikel beruhen auf ihrem Bericht, der beim Bundesamt für Statistik gratis bezogen werden kann.

Lamprecht, M.; Stamm, H.: Bewegung, Sport, Gesundheit: Fakten und Trends aus den Gesundheitsbefragungen 1992, 1997, 2002. Bundesamt für Statistik, Bundesamt für Sport: StatSanté, Neuchâtel 2006.