

## ASKÖ-Studie: Bewegung gewinnt gegen Corona

Utl.: Die öffentliche Stimmung schreitet nach Bewegung.

ASKÖ-Bewegungsstudie zur Corona-Krise und das aktuelle  
Bewegungsverhalten in Österreich. =

Wien (OTS) - Der Sport-Dachverband ASKÖ (Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur in Österreich) präsentierte am Freitag (15.05.2020) im APA-Pressezentrum eine bei Triple M (Matzka Markt- und Meinungsforschungsinstitut) in Auftrag gegebene Studie zu aktuellen Änderungen des Bewegungsverhaltens in Österreich. Ausgangspunkte der ASKÖ-Studie waren die sich abzeichnenden sozialen Auswirkungen der COVID-19-Pandemie in Österreich auf das Bewegungsverhalten. Die in Österreich verordneten Ausgangsbeschränkungen konnten nicht folgenlos sein. Daher war es das Ziel, die Auswirkungen zu quantifizieren und mit Fakten zu belegen.

Mittels Online-Befragung wurden 1007 repräsentativ ausgewählte Personen der österreichischen Bevölkerung zwischen 15 und 74 Jahren im Zeitraum vom 9. bis 16. April 2020 befragt. Die Sicherheit der Ergebnisse liegt bei einer max. Schwankungsbreite von +/- 3,2%.

Hier die wichtigsten Ergebnisse:

Corona-Krise stresst

Gestresst fühlen sich besonders jene, die aufgrund von Corona arbeitslos geworden sind (59%) und Personen, die sich in Ausbildung befinden (65%). Mehr unter Druck stehen 46% Frauen als Männer (41%). Unter 50-Jährige sind deutlich stärker gestresst als über 50-Jährige.

Für ein Drittel steigt allgemein die Bedeutung von Bewegung und Sport durch Corona

Für ein Drittel (34%) der ÖsterreicherInnen haben Bewegung und Sport an Bedeutung gewonnen. Für 49% hat sich nichts verändert. Für jene, die in Ausbildung stehen, (54%), unter 30-Jährige (48%) und Personen, die durch Corona arbeitslos geworden sind (44%) ist Bewegung noch wichtiger geworden.

Für Junge und durch Corona arbeitslos gewordene Menschen ist Sport

besonders wichtig

Für sich selbst halten 55% aller Befragten Bewegung und Sport in der Zeit der Corona-Krise für sehr wichtig bzw. wichtig. Dies gilt besonders für 69% der aufgrund von Corona arbeitslos gewordenen Menschen und für 74% (!) der in Ausbildung befindlichen. Je älter, desto weniger wichtig sind für sie Bewegung und Sport.

Bedeutung von Bewegung und Sport für die Zukunft steigt

Für die Zukunft, glauben 62% aller Befragten, dass durch die Corona-Krise die Bedeutung von Bewegung und Sport zunehmen wird, vor allem die bis 30-Jährigen (74%). 25% meinen, dass sich der Zugang zu Sport durch die Krise nachhaltig verändert, 54% glauben das nicht.

Gründe und geändertes Verhalten für Bewegung und Sport in der Corona-Krise

Als die 3 wichtigsten Gründe für Bewegung und Sport in der Corona-Krise wurden genannt: 38% Ausgleich, 35% Fit bleiben, 28% gesundheitliche Gründe.

Jeder fünfte treibt in der Corona-Krise mehr Sport als vorher. Das tatsächliche Bewegungsverhalten ändern 38% der Befragten.

~

\* 19% machen mehr Bewegung, durchschnittlich 3,5 Stunden pro Woche mehr.

\* 19% machen weniger Sport, durchschnittlich 3,6 Stunden pro Woche weniger.

\* 35% betreiben während Corona genau so viel Sport wie vorher.

\* 27% machen während Corona - so wie vorher auch - keinen Sport.

~

Hier sind jene, die am meisten Sport betreiben, in Ausbildung befindliche Jüngere bis 30 Jahre und durch Corona arbeitslos gewordene Menschen und Personen, die sich stärker gestresst fühlen.

Für jene, die mehr Bewegung gemacht haben, ist zu 67% der Grund, dass die Stimmung positiv beeinflusst wird.

Für jene, die weniger Sport machen konnten, liegt es zu 32% daran, dass sie im Wohnbereich keine Möglichkeit haben.

Online Bewegungsaktivitäten während Corona nutzt ein Viertel

73% der Befragten nutzen Online-Bewegungsaktivitäten nicht, ein gutes Viertel nutzt sie.

9% nutzen erst seit der Corona-Krise Online-Bewegungsangebote, 18% nutzen seit der Corona-Krise gleichviel oder mehr Online-Bewegungsangebote, haben diese jedoch schon vor Corona genutzt.

Jede/r Zweite der unter 30-Jährigen (49%) und 30% der Frauen nutzen solche Online-Bewegungsangebote.

Zusammenfassung: Sportvereine für sozialen Zusammenhalt wichtig

Die Corona-Krise hat die Einstellungen zu Bewegung und Sport verändert, ebenso das Bewegungsverhalten. Die Bevölkerung erkennt mehr den ausgleichenden Wert von Bewegung und Sport, um ins Gleichgewicht zu kommen. Sport in seiner Vielfalt wirkt so vielfältig für die Gesundheit, wie es kein Medikament kann. Vor allem die in Ausbildung befindlichen Jungen und arbeitslose Menschen schätzen und nützen sportliche Aktivität, um ihre Stimmung positiv zu beeinflussen. Ein Viertel der ÖsterreicherInnen glaubt an eine nachhaltige Veränderung des Bewegungsverhaltens.

Vor allem Jüngere nützen Online-Bewegungsangebote. Zeitmangel, räumliche Distanz oder anderer Gründe, die eine sportliche Aktivität mit persönlichen sozialen Kontakten zu Gruppenmitgliedern und dem Übungsleiter verhindern, sprechen für Online-Bewegungsangebote als Alternative und Ergänzung.

Sehr wichtig ist, dass für 50% der Befragten durch die Corona-Krise die Bedeutung der Sportvereine für den sozialen Zusammenhalt der Bevölkerung größer wird, während nur 29% nicht daran glauben.

Für ASKÖ-Präsident Hermann Krist ist die Studie eine Bestätigung dafür, dass die ÖsterreicherInnen sehr wohl für noch mehr Bewegung und Sport zu begeistern sind und dass wir allen Altersgruppen, aber vor allem den jungen Menschen zu Bewegung und Sport ermöglichen müssen. "Die Menschen haben in der Corona-Krise die positiven Wirkungen des Sports erkannt, Sport ist das beste Mittel gegen Stress, dieser Fakt bleibt stehen."

Krist fordert nun von der Politik ein, in Einbeziehung von Experten mutige Schritte zu setzen: "Vorschläge und Konzepte liegen schon genug am Tisch, jetzt müssen rasch Taten folgen! Wenn zum Beispiel Kinder im Sportverein trainieren dürfen, warum dürfen sie dann in der Schule keinen Sport machen und warum dürfen unsere Bewegungsexperten nicht ihre Arbeit wie bisher machen? Das versteht kein Mensch."

Zudem fordert Krist den Ausbau der Aktion "Kinder gesund bewegen" der Dachverbände ein. Der ASKÖ-Präsident möchte die Erkenntnisse der Studie nutzen um in Seniorenheimen, Tagesheimstätten und ähnlichen Betreuungseinrichtungen für mehr Bewegung zu sorgen, auch Programme für arbeitslose Menschen sollen verstärkt angeboten werden: "Über 500.000 Arbeitslose brauchen nicht nur Bewerbungstraining, auch die Fitness ist für den weiteren beruflichen Lebensweg unverzichtbar."

In diesem Zusammenhang verwies er auf die ökonomischen Wirkungen des Sports, der jährlich mehr als 1,1 Milliarden Euro an Krankheitskosten vermeiden hilft. "Alleine das ASKÖ Fit Programm spart jährlich knapp 19 Mio. an Krankheitskosten, das wollen wir ausbauen."

Die ASKÖ, so der Präsident, werde sich intensiv den neuen Herausforderungen stellen und weiter neue und jedenfalls leistbare Angebote entwickeln, bestehende Angebote adaptieren und allfällig erweitern. "Wir werden noch stärker die Vorteile einer Mitgliedschaft im Sportverein herausarbeiten und dafür werben."

Sport Austria-Präsident Hans Niessl kann den Ergebnissen ebenfalls viel für den gesamten österreichischen Sport abgewinnen. "Ich danke für diese Studie, die wir auch für unsere Arbeit bei Sport Austria sehr gut verwenden können."

Die Corona-Krise hat den Menschen die Bedeutung von Sport und Bewegung noch stärker ins Bewusstsein gerückt. Was schon lange erwiesen ist, wird gerade in Zeiten wie diesen immer mehr Menschen bewusst: Sport fördert die Gesundheit im Allgemeinen und stärkt das Immunsystem im Speziellen, Sport ist einfach die beste Medizin für Körper, Geist und Seele! Deshalb wäre auch Sportunterricht im Freien bei der Wiedereröffnung der Schulen so wichtig gewesen.

Mit 2,1 Millionen Mitgliedern ist der organisierte Sport hinter der Arbeiterkammer und der katholischen Kirche die drittgrößte

Organisation des Landes und damit auch ein wesentlicher sozialer Faktor. Ich halte die 15.000 Sportvereine sogar für den Kitt unserer Gesellschaft. Aus diesem Grund ist es auch so entscheidend, dass wir in der Krise keine Vereine verlieren und wir am Mittwoch von der Bundesregierung die dringend nötige finanzielle Unterstützung nun auch offiziell zugesagt bekommen haben.

Ich hoffe, dass diese rasch bei den Vereinen ankommt und von ihnen möglichst einfach - ohne Steuerberater oder Rechtsanwälte zu benötigen - beantragt werden kann. Wie wichtig die Rettung jedes einzelnen unschuldig in Not geratenen Vereins ist, stellt diese Studie eindrucksvoll unter Beweis."

Die Studie und dazugehörige Grafiken sind unter [[www.askoe.at](http://www.askoe.at)] (<http://www.askoe.at>) verfügbar.

~

Rückfragehinweis:

Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur in Österreich  
01/8693245-17  
[mm@askoe.at](mailto:mm@askoe.at)  
[www.askoe.at](http://www.askoe.at)

~

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/765/aom>

\*\*\* OTS-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLISSLICHER  
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.OTS.AT \*\*\*

OTS0149 2020-05-15/13:03

151303 Mai 20

Link zur Aussendung:

[https://www.ots.at/presseaussendung/OTS\\_20200515\\_OTS0149](https://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20200515_OTS0149)