

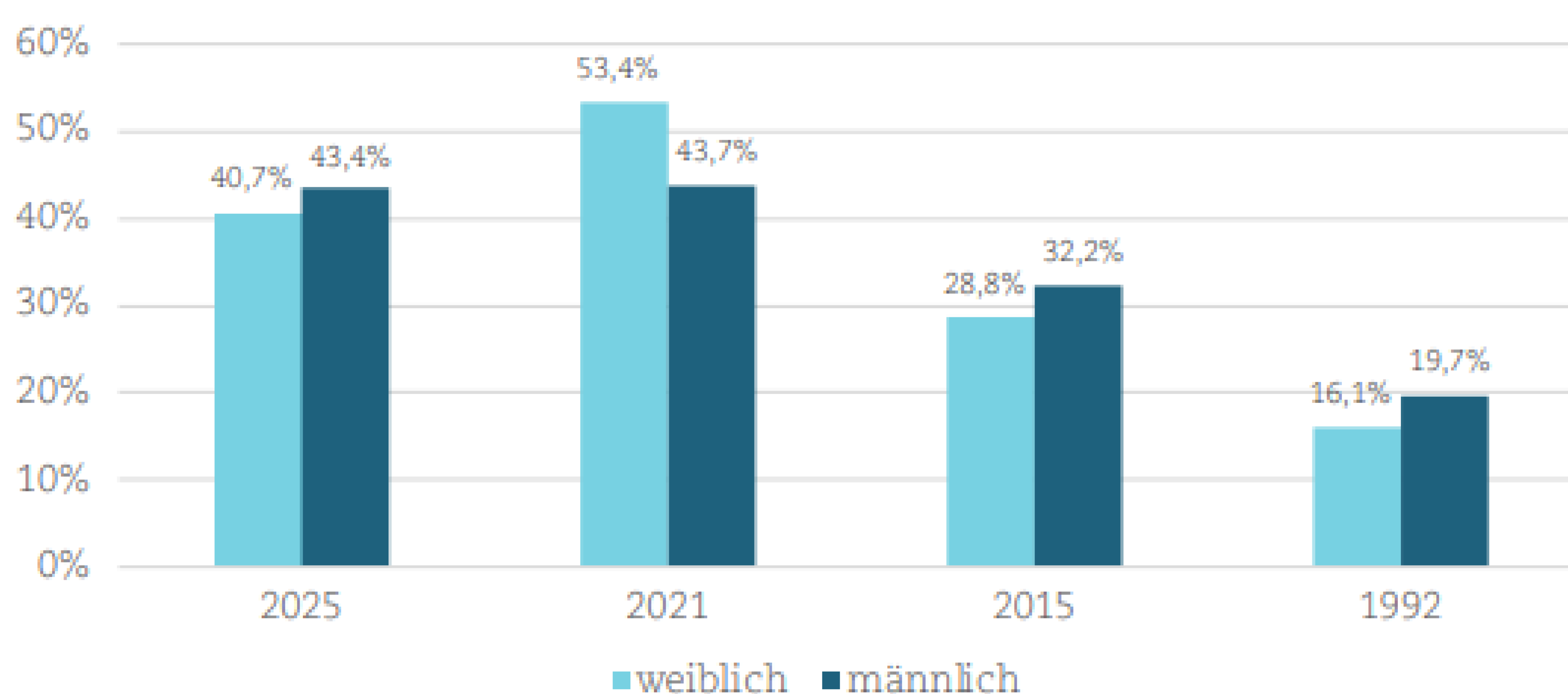
Körperlich-sportliche Aktivität in Bad Schönborn

Misst man das Sporttreiben der Bad Schönborner*innen an dem Erreichen der WHO-Empfehlung (mind. 150 Minuten moderate sportliche Aktivität pro Woche), so zeigt sich ein kontinuierlicher Anstieg der Gesamtaktivität. Von 1992 bis 2021 nahm die Gesamtaktivität stetig zu. Besonders während der Corona-Pandemie erlebte das Sport- und Bewegungsverhalten einen regelrechten Boom - viele nutzten Bewegung gezielt als Ausgleich und zur Stressbewältigung.

Zwar ist in der aktuellen Erhebung 2025 ein leichter Rückgang zu verzeichnen, dennoch liegt das Aktivitätsniveau weiterhin deutlich über dem Stand von 2015.

Interessant ist der Blick auf die geschlechtsspezifischen Unterschiede: Während Frauen während der Pandemie ihre Aktivität stark steigerten, zeigt sich im Jahr 2025 ein Rückgang. Männer hingegen konnten ihr Aktivitätsniveau weitgehend stabil halten.

WHO-Empfehlung



Zusammenfassung

- Das Ausmaß körperlich-sportlicher Aktivität ist 2025 geringer als während der Corona-Pandemie 2021, aber höher als in der Vor-Pandemie-Phase
- Körperliche Aktivität bei Frauen nahm deutlich ab nach 2021.
- Über 40% der Teilnehmenden erreichten die Aktivitätsempfehlungen der WHO.