

Bewegung trotz(t) Corona

Coronabedingte Veränderungen

Mit Schließung der Sportstätten und Fitnessstudios als Maßnahmen zur Eindämmung der COVID-19 Pandemie haben sich die organisierten Bewegungsangebote drastisch reduziert. Insgesamt ist das Aktivitätsniveau (Minuten pro Tag habituelle und sportliche Aktivität) der Stichprobe trotzdem signifikant angestiegen. Dieses zunächst überraschende Ergebnis bestätigen auch internationale Studien zu Daten der Fitnessgerätehersteller (Garmin, 2020), sowie Studien aus Belgien (Constandt, et al., 2020), Frankreich und der Schweiz (Cheval et al., 2021). Als Grundlage für diesen Trend wird ein Anstieg des Freizeitsports, sowie verschiedener unorganisierter Indoor- und Outdooraktivitäten angegeben. Mehr Freizeit und ein gesteigertes Gesundheitsbewusstsein scheinen Triebkräfte für dieses Verhalten gewesen zu sein. Eine umfassende wissenschaftliche Aufarbeitung ist jedoch noch nicht abgeschlossen, ebenso ist die Frage ungeklärt, wie nachhaltig dieses Engagement ist.

Die Abbildung zeigt die eigene Einschätzung der Teilnehmenden.

