

**UPDATE DER  
SPECTRA-LAUFSTUDIE  
MACHT DEUTLICH:  
ANZAHL DER LÄUFER STAGNIERT  
NACH WIE VOR – LAUFUMFANG UND  
-TEMPO WERDEN WENIGER**

6/11

**SPECTRA-AKTUELL**

## **UPDATE DER SPECTRA-LAUFSTUDIE MACHT DEUTLICH: ANZAHL DER LÄUFER STAGNIERT NACH WIE VOR - LAUFUMFANG UND -TEMPO WERDEN WENIGER**

**Die Zahl der Läufer und Nordic Walker stagniert in Österreich seit mehr als 10 Jahren. Zur Zeit drehen 14% der Österreicher zumindest 1x pro Woche ihre Laufrunden und 9% nehmen zumindest 1x pro Woche ihre Stöcke zur Hand. Nach wie vor ausgesprochen klar verteilt sind auch die Rollen hinsichtlich der demografischen Schwerpunkte: Läufer sind überwiegend männlich und jung, Nordic Walker sind weiblich und älter. Bei den Läufern fällt überdies die zunehmende Tendenz zum weniger und langsamer Laufen auf.**

Seit dem Jahr 2000 beobachtet SPECTRA im Rahmen der jährlichen Laufstudie die Entwicklungen des Freizeitsports mit dem Schwerpunkt Laufen und seit 2004 auch Nordic Walking.

Die Ergebnisse der diesjährigen Erhebung zeigen einmal mehr die beeindruckende Konstanz des **Laufsports**. Seit 11 Jahren (!) ist der Anteil der Läufer in Österreich unverändert.

14% der Österreicher, das sind knapp 1 Mio. Menschen, schnüren zumindest 1x pro Woche ihre Laufschuhe. Die Zahl der Gelegenheitsläufer, das heißt seltener als 1x pro Woche, beträgt 11%. In Summe bedeutet das: rund ein Viertel der Österreicher darf zum Segment der zumindest gelegentlichen Läufer gezählt werden.

Das Laufverhalten im Detail zeigt, dass der sportliche Fleiß und das Durchhaltevermögen im Vergleich zu den Vorjahren immer mehr nachlässt. Die regelmäßigen Läufer drehen an 2,2 Tagen (2009: 2,6 Tage) ihre Runden, und legen dabei in 2,1 Stunden (2009: 2,8 Stunden) 15 km (2009: 20 km) zurück. Und das mit einer Durchschnittsgeschwindigkeit von 8:23

min pro km (2009: 8:03 min). Man läuft also weniger und langsamer!

Demografisch gesehen hat sich bei den Läufern wenig verändert. Die Läufer sind speziell in den höheren Bildungsschichten und vor allem bei den Männern und jüngeren Menschen vertreten. Ein Viertel der 15-29jährigen schnürt zumindest 1x pro Woche die Laufschuhe. Laufende Vorreiter sind die westlichen Bundesländer.

Grundsätzlich ähnlich wie beim Laufen verhält es sich beim **Nordic Walking**. Seit 2005 liegt der Anteil der regelmäßigen Nordic Walker bei 7-9%, weitere rund 9% nehmen nur noch gelegentlich die Stöcke zur Hand.

Der beim Laufen beobachtbare demografische Trend ist beim Nordic Walking genau umgekehrt. Drei mal so viele Frauen (13%) wie Männer (4%) greifen zumindest 1x pro Woche zu den Stöcken. Hinsichtlich des Alters dominiert die Generation 50+. Die größten Nordic Walker-Anteile findet man in den östlichen und südlichen Bundesländern.

*Die Gesamtbetrachtung von Laufen und Nordic Walking zeigt einmal mehr: Sowohl die Läufer als auch die Nordic Walker bleiben bei ihrem Sport. Lediglich 6% üben beides aus.*

*Neueinsteiger einmal mehr festhalten: Neueinsteiger und Aussteiger scheinen sich die Waage zu halten – die Anzahl der Läufer und Walker bleibt annähernd gleich, es bleiben aber nicht die selben.*

*Vor dem Hintergrund dieser wenig dynamischen Entwicklung muss man hinsichtlich der Lauf- und Nordic Walking-*

#### **Erhebungscharakteristik**

**Stichprobe:** n=1.000 Personen, repräsentativ für die österreichische Bevölkerung ab 15 Jahre

**Methodik:** Quotaverfahren, persönliche Interviews (face-to-face)

**Umfrage:** MTU-12065

**Feldzeit:** Mai 2011

Die maximale Fehlerspanne bei 1.000 Befragten beträgt +/- 3,16%

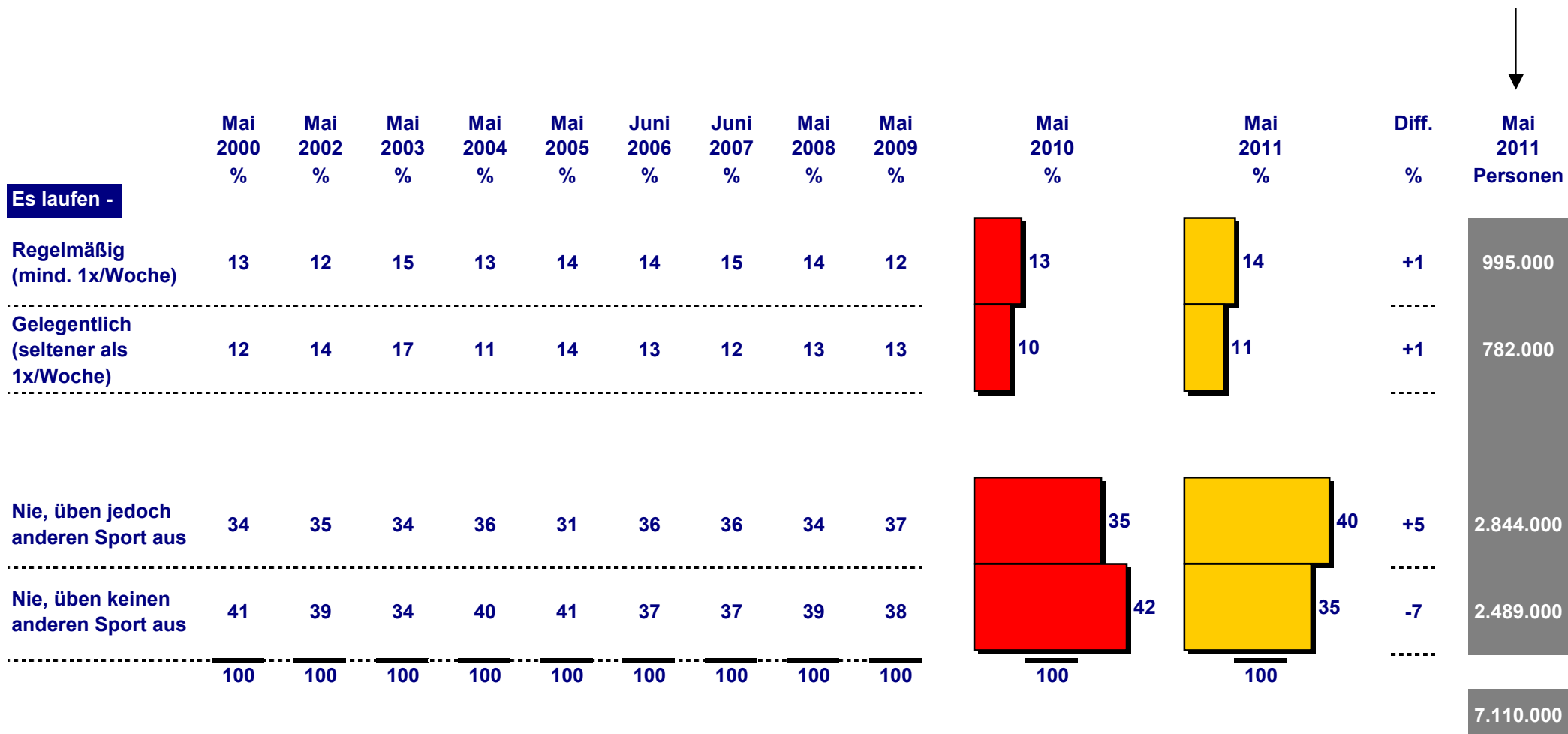
---

#### **Für den Inhalt verantwortlich:**

SPECTRA MarktforschungsgesmbH, Brucknerstraße 3-5, 4020 Linz,  
Tel.: 0732/6901, Fax: 0732/6901-4, e-mail: [office@spectra.at](mailto:office@spectra.at), [www.spectra.at](http://www.spectra.at)

Dieser Newsletter dient zur Information über Ergebnisse aus aktuell durchgeführten Studien – Eigenvervielfältigung  
Soweit in diesem Newsletter personenbezogene Ausdrücke verwendet werden, umfassen diese Frauen und Männer gleichermaßen

# Laufen in Österreich ( I )



# Laufen in Österreich ( II )

Es laufen mindestens einmal pro Woche

	Mai 2000	Mai 2002	Mai 2003	Mai 2004	Mai 2005	Juni 2006	Juni 2007	Mai 2008	Mai 2009	Mai 2010	Mai 2011	Diff. %
	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
<b>Bevölkerung insgesamt</b>	13	12	15	13	14	14	15	14	12	13	14	+1
<b>Geschlecht</b>												
Männer	16	14	16	16	16	18	16	20	13	16	18	+2
Frauen	11	10	15	11	12	11	12	9	11	9	9	+0
<b>Alter</b>												
15-29 Jahre	21	19	28	22	25	19	24	25	21	25	26	+1
30-39 Jahre	16	17	19	15	14	21	21	21	15	17	17	+0
40-49 Jahre	20	16	11	17	17	18	15	16	15	14	11	-3
50 Jahre und älter	5	3	8	5	6	7	4	5	3	3	7	+4
<b>Schulbildung</b>												
Volksschule, Hauptschule	13	8	11	9	11	12	10	11	9	10	11	+1
Weiterf. Schule ohne Matura	13	14	22	16	12	13	12	15	17	12	5	-7
Matura, Uni	17	22	25	26	26	25	25	23	19	19	24	+5
<b>Bundesland</b>												
Wien	7	7	13	10	11	13	15	17	12	14	14	+0
Niederösterreich, Burgenland	11	11	17	9	11	12	11	11	9	11	12	+1
Steiermark, Kärnten	19	14	18	14	17	14	15	13	10	9	11	+2
Oberösterreich	13	12	13	12	13	18	14	14	10	15	11	-4
Salzburg, Tirol, Vorarlberg	17	16	15	22	16	15	14	16	20	17	21	+4

# Laufen in Österreich ( III )

## Laufverhalten im Detail

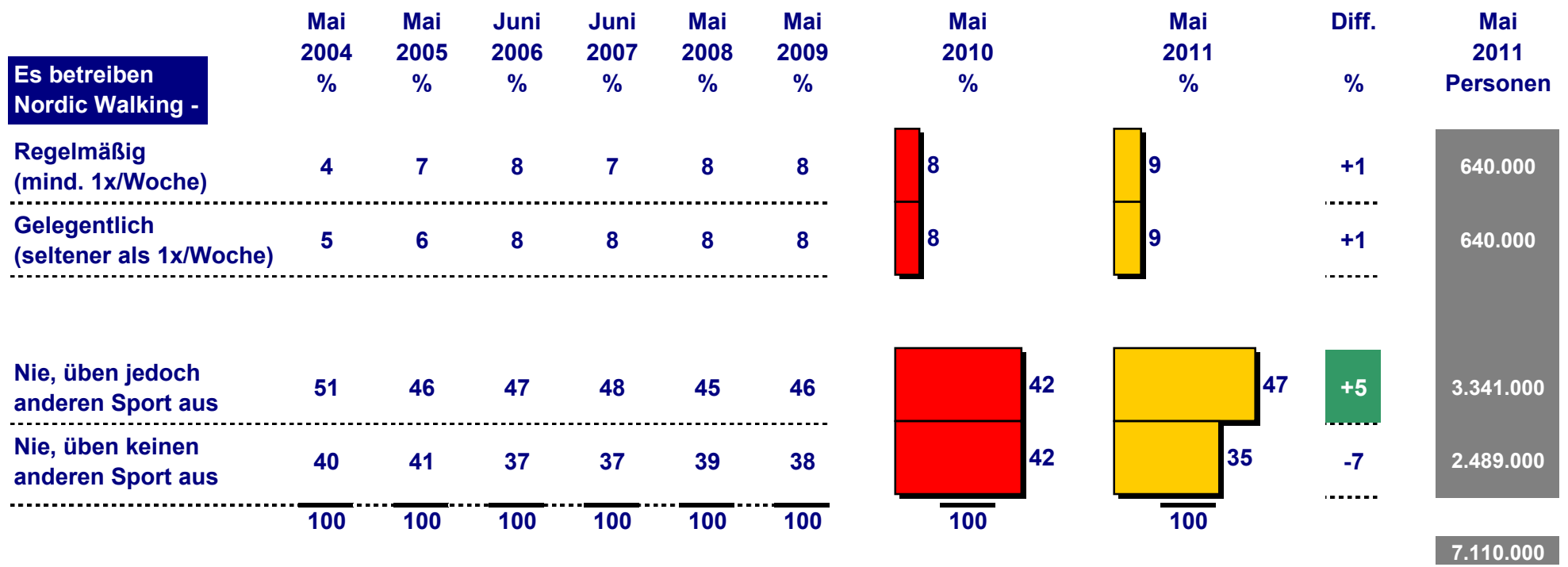
### Durchschnittliche Anzahl der -

	Mai 2000	Mai 2002	Mai 2003	Mai 2008	Mai 2009	Mai 2010	Mai 2011
- <u>Lauf</u> tage pro Woche	2,9 T	2,8 T	2,6 T	2,7 T	2,6 T	2,2 T	2,2 T
- gelaufenen <u>Stunden</u> pro Woche	2,5 Std.	2,6 Std.	2,7 Std.	2,7 Std.	2,8 Std.	2,2 Std.	2,1 Std.
- gelaufenen <u>Kilometer</u> pro Woche	19 km	22 km	21 km	20 km	20 km	16 km	15 km

### Durchschnittliche Laufeinheit

6,6 km	7,6 km	8,3 km	7,4 km	7,7 km	7,3 km	6,8 km
51 min	55 min	62 min	59 min	62 min	60 min	57 min
7:39 min/km	7:11 min/km	7:36 min/km	7:58 min/km	8:03 min/km	8:13 min/km	8:23 min/km

# Nordic Walking in Österreich ( I )



# Nordic Walking in Österreich ( II )

Es betreiben Nordic Walking mindestens einmal pro Woche

	Mai 2004 %	Mai 2005 %	Juni 2006 %	Juni 2007 %	Mai 2008 %	Mai 2009 %	Mai 2010 %	Mai 2011 %	Diff. %
<b>Bevölkerung insgesamt</b>	4	7	8	7	8	8	8	9	+1
<b>Geschlecht</b>									
Männer	2	3	5	4	4	4	5	4	-1
Frauen	7	10	10	9	13	12	11	13	+2
<b>Alter</b>									
15-29 Jahre	5	5	5	3	4	6	5	4	-1
30-39 Jahre	6	5	8	8	7	8	8	6	-2
40-49 Jahre	7	8	9	10	12	9	11	7	-4
50 Jahre und älter	1	7	8	6	8	8	9	14	+5
<b>Schulbildung</b>									
Volksschule, Hauptschule	3	7	8	6	9	6	8	9	+1
Weiterführende Schule ohne Matura	6	8	10	11	9	10	10	11	+1
Matura, Uni	9	5	7	7	9	11	8	8	+0
<b>Bundesland</b>									
Wien	5	3	5	6	3	6	4	7	+3
Niederösterreich, Burgenland	4	6	7	7	11	7	9	10	+1
Steiermark, Kärnten	3	6	7	8	13	13	11	11	+0
Oberösterreich	4	13	10	13	9	8	13	8	-5
Salzburg, Tirol, Vorarlberg	6	6	7	2	7	5	5	8	+3



# Laufen und Nordic Walking in Österreich

Es betreiben zumindest ab und zu -

