



**„Beweg dich,
Deutschland!“ -
TK-Bewegungsstudie
2022**

**Pressekonferenz am
30. November 2022**

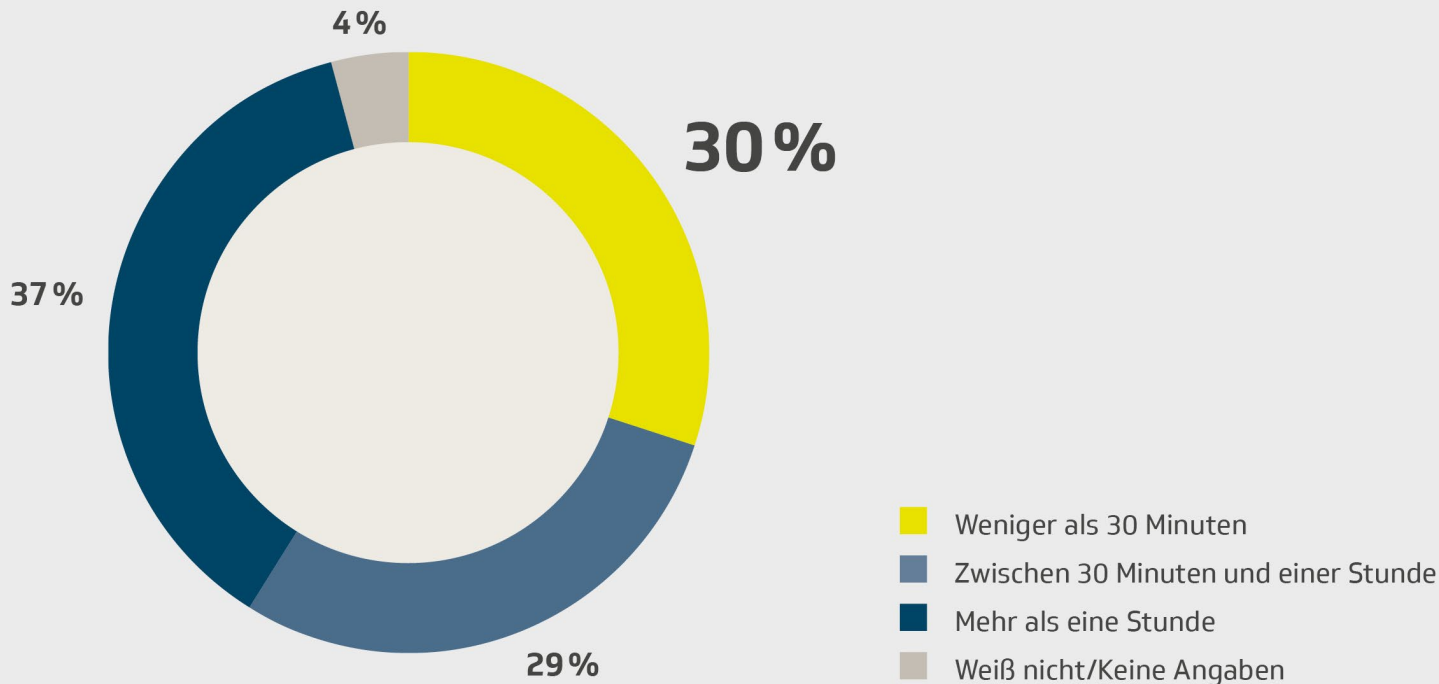
Befragung zu Bewegung und Sport in Zeiten von Corona

TK-Bewegungsstudie 2022

- **Untersuchungszeitraum:** 4. bis 20. Mai 2022
- **Grundgesamtheit der Befragten:** In Privathaushalten lebende deutschsprachige Personen ab 18 Jahren
- **Stichprobengröße:** Je mindestens 200 Befragte repräsentativ pro TK Ländergebiet (7x200) plus Aufstockung in Baden-Württemberg auf 500 Befragte repräsentativ; insgesamt damit 1.706 Befragte
- **Erhebungsmethode:** Computergestützte Telefoninterviews anhand eines strukturierten Fragebogens.

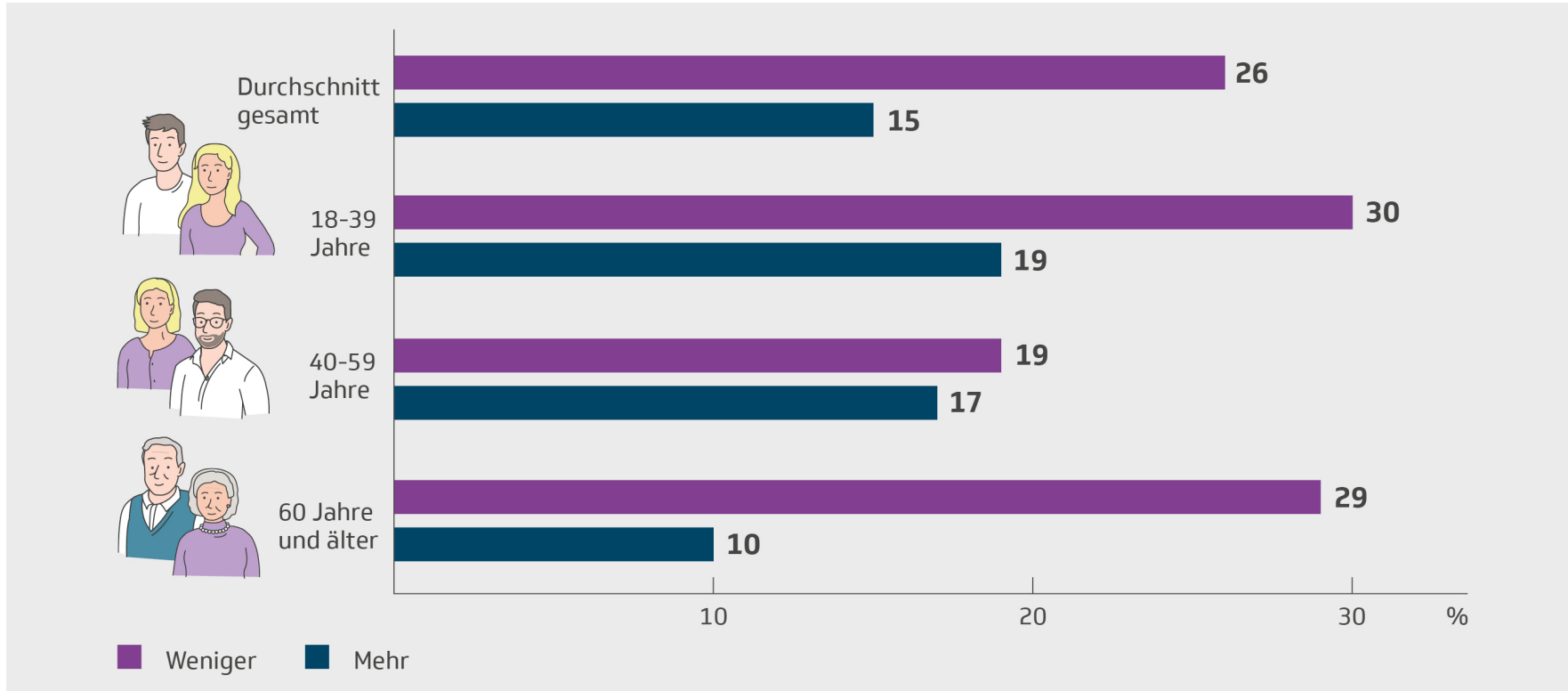
Fast jede und jeder Dritte bewegt sich weniger als eine halbe Stunde am Tag

Geschätzte Dauer der alltäglichen Wege per Rad oder zu Fuß



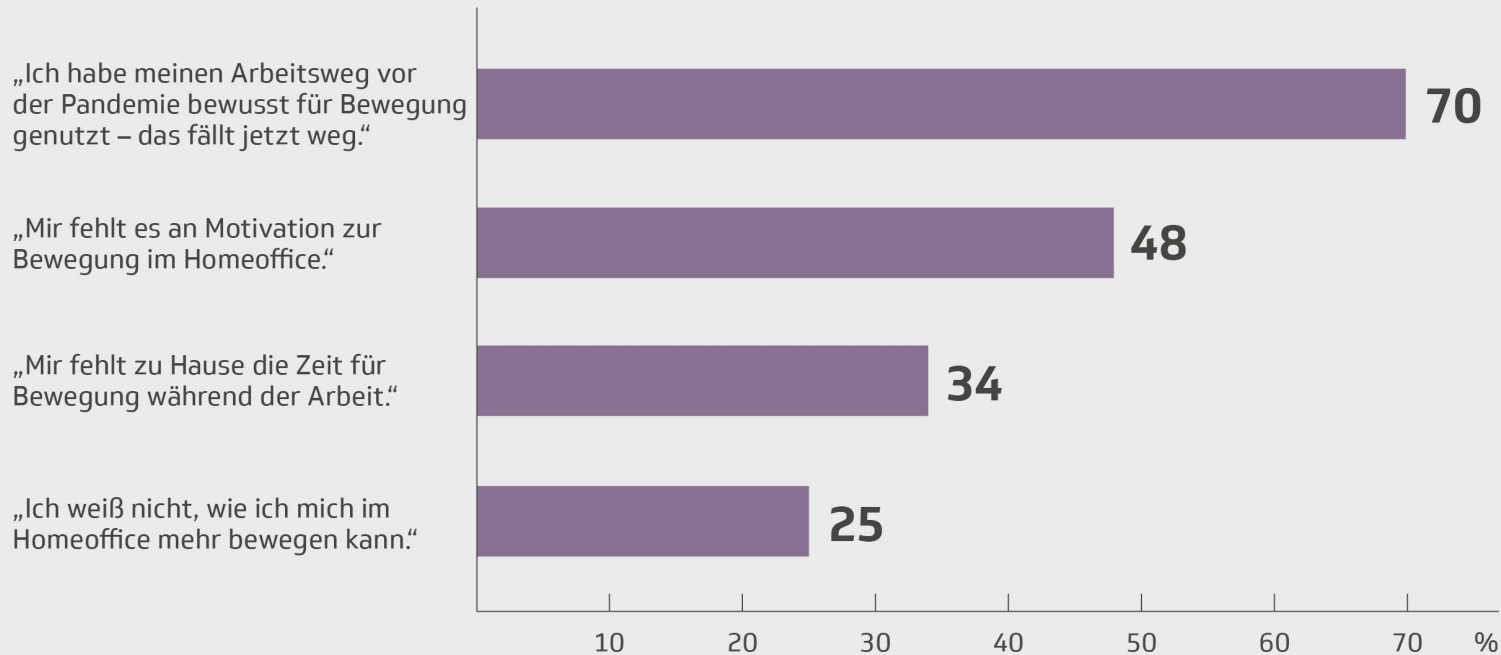
Corona – die Sitzpandemie?

Mehr als ein Viertel hat sich während der Coronapandemie weniger bewegt



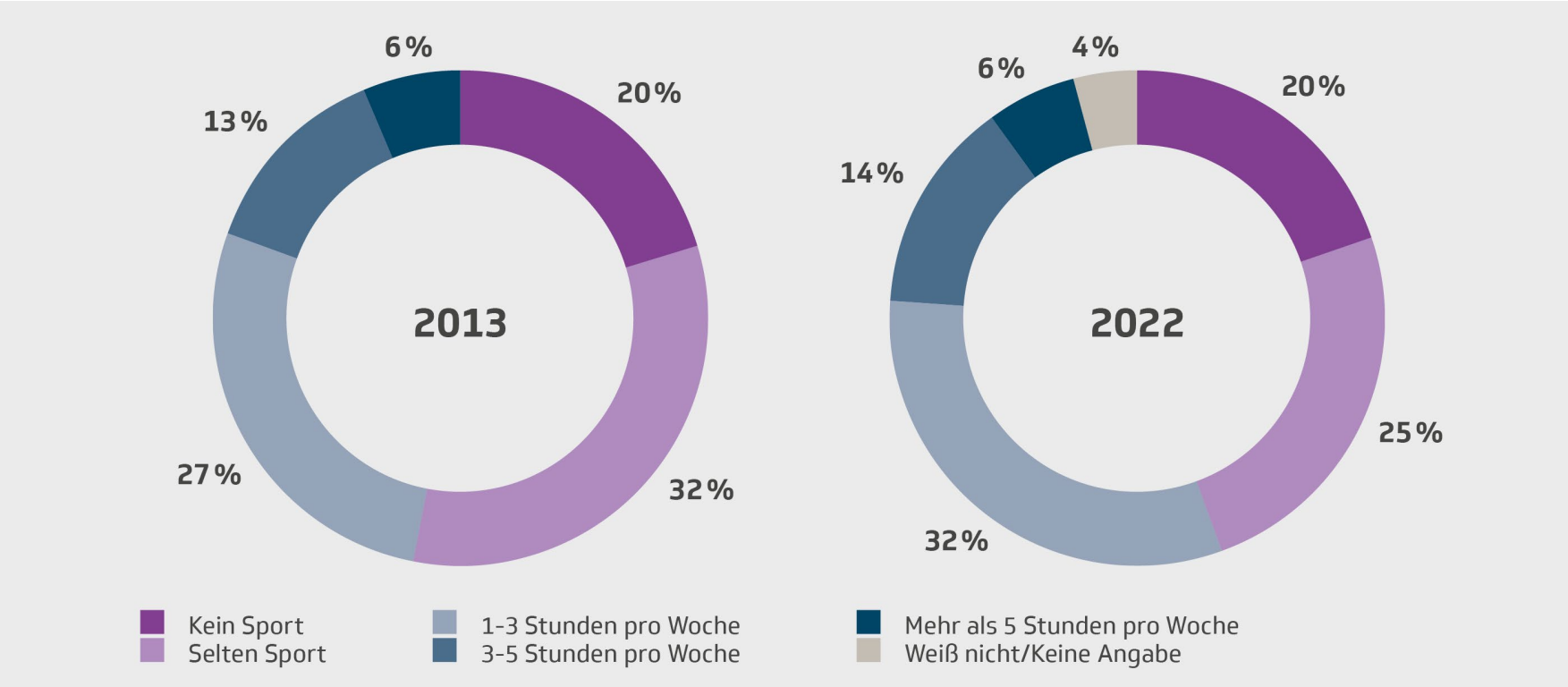
Weniger Wege, mangelnde Motivation

Gründe für weniger Bewegung im Homeoffice



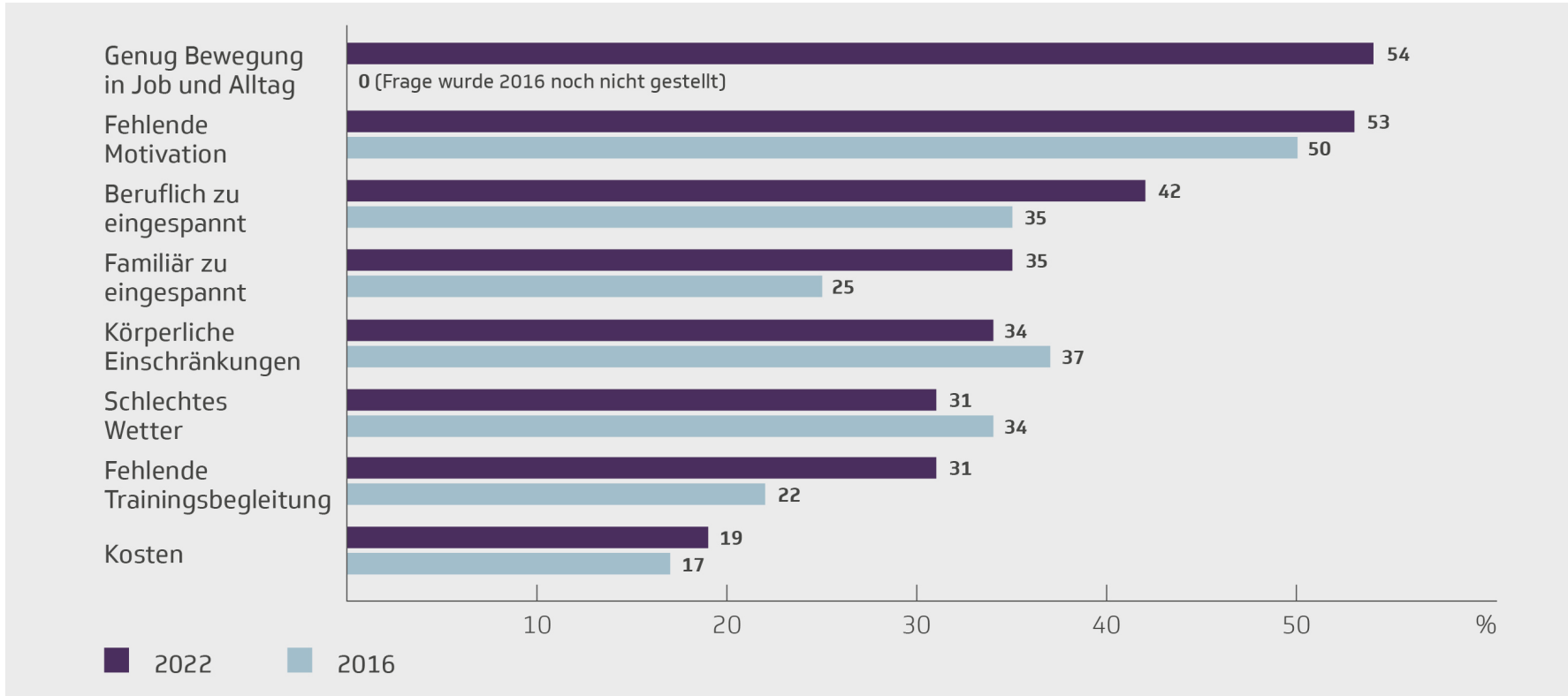
Fast jede und jeder Zweite treibt kaum Sport

Sportpensum in Deutschland heute und vor neun Jahren

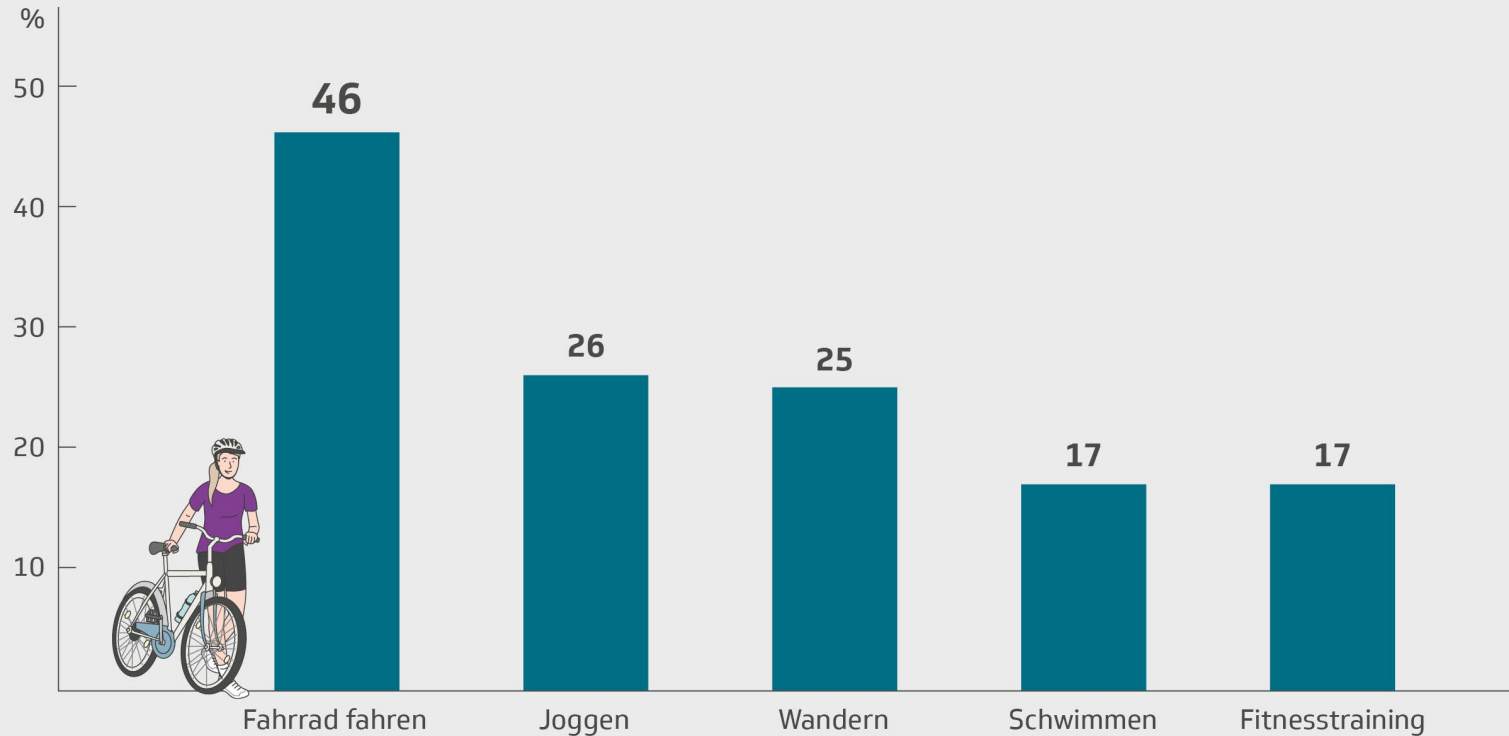


Immer die gleichen Ausreden...?

Top-8-Gründe, die vom Sport abhalten

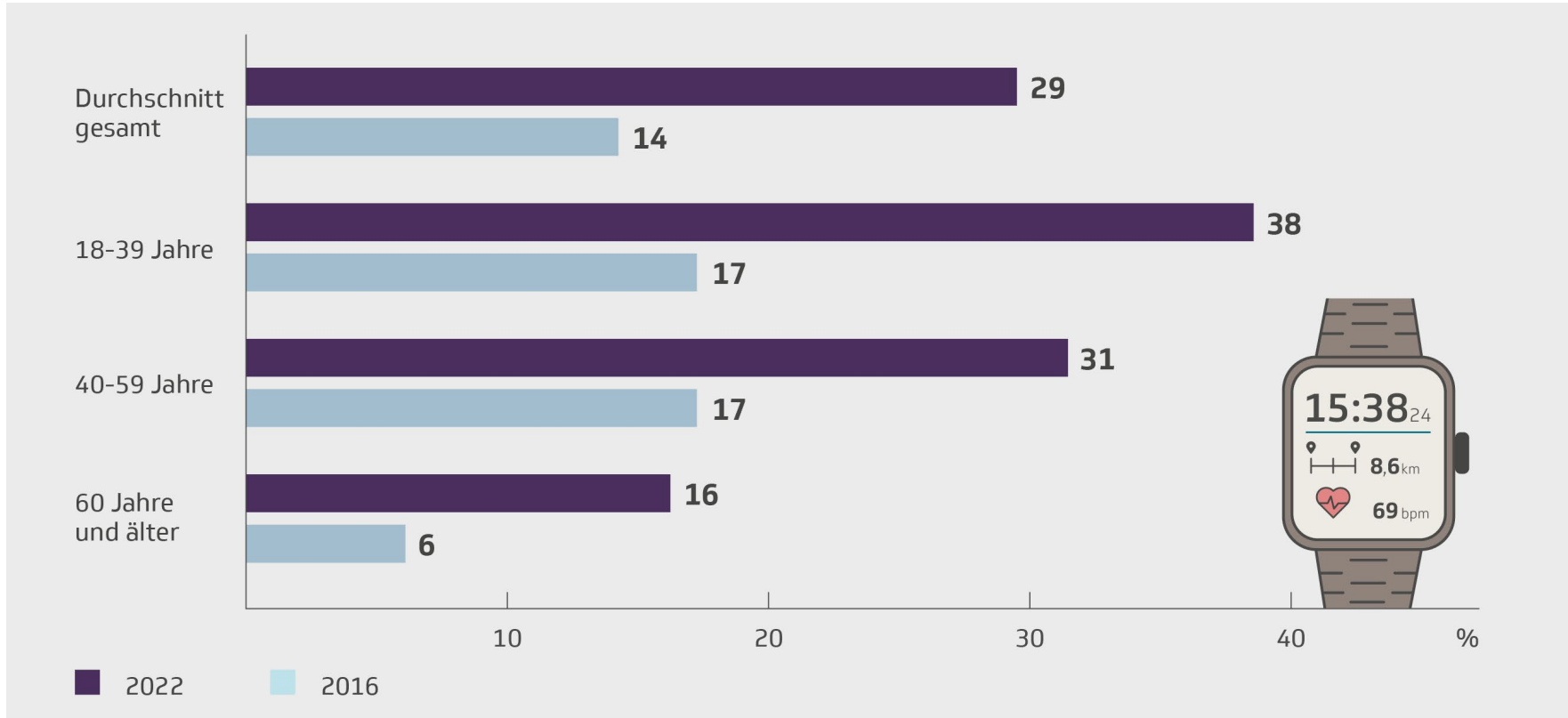


Top 5 der beliebtesten Sportarten



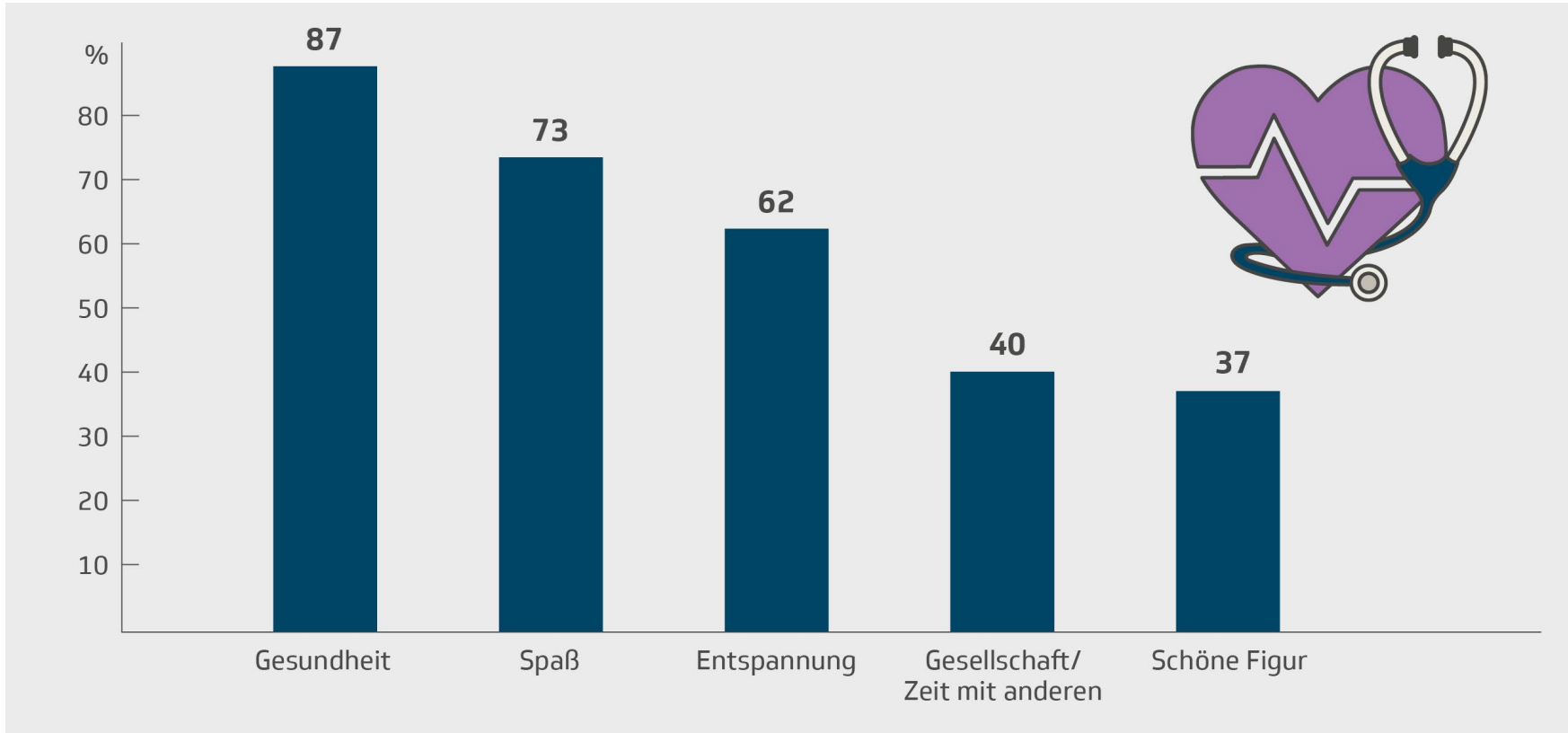
Nicht ohne meine Smartwatch!

Nutzen Sie Smartwatch, Fitnessarmband oder Apps beim Sport?



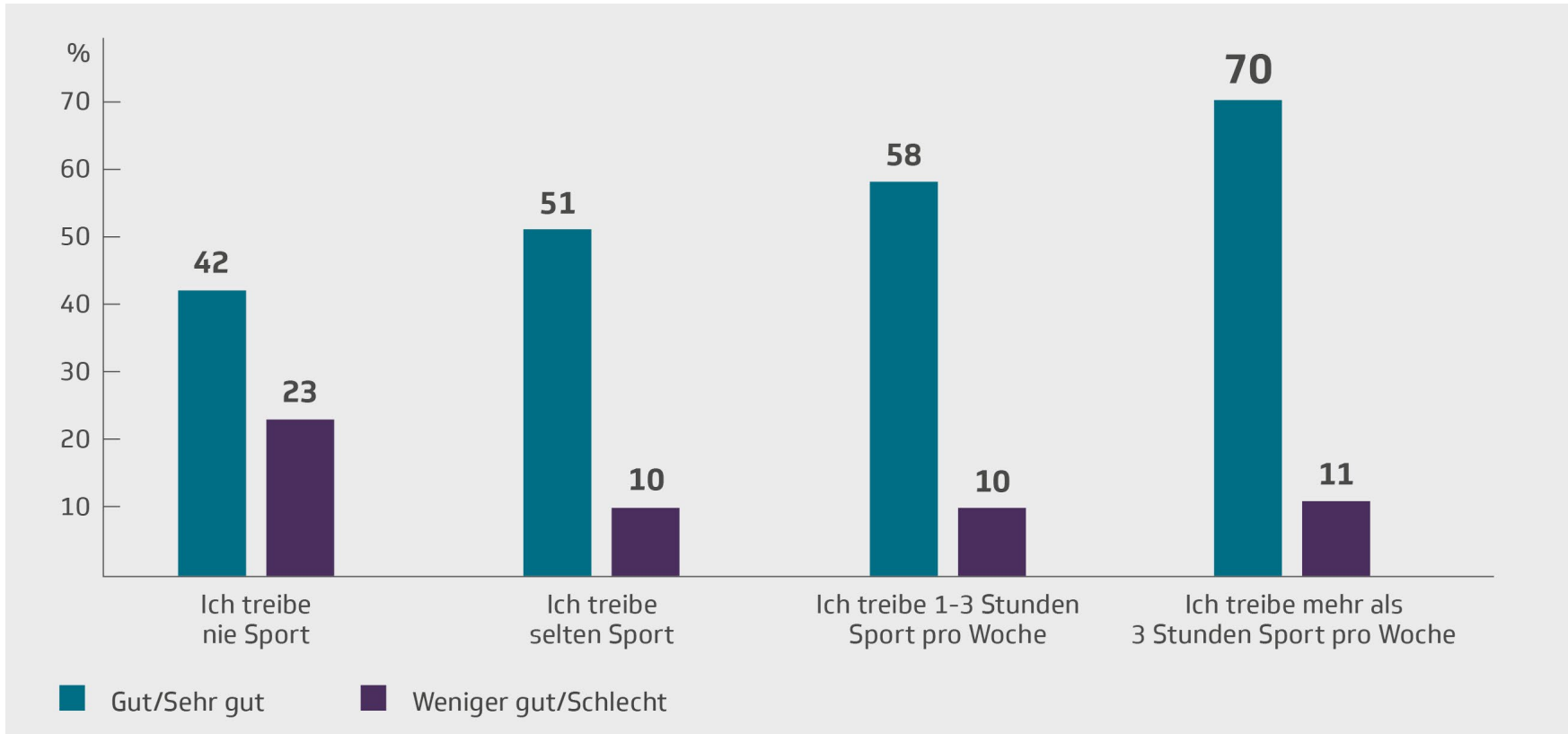
Gute Gründe für Sport

Was treibt Sie an, Sport zu machen?



Sportlern geht's besser als Nichtsportlern

Gesundheitszustand nach Sportlertyp



Techniker Krankenkasse

Pressestelle

Nicole Ramcke und Silvia Wirth

Tel. 040 - 69 09-17 83

pressestelle@tk.de

**Wenn Sie noch
Fragen haben ...**

... stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.