

**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 37 (1980)

**Heft:** 1

  

**Artikel:** Repräsentativstudie über das Sportverhalten und das Sportinteresse berufstätiger Frauen

**Autor:** Biener, K.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-993855>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 16.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

sprechenden Belastung ermittelt und anstelle der Klammerfunktion [215 - (Alter in Jahren)] in den Zähler der in Tabelle 1 angegebenen Formeln eingesetzt wird. Im Gegensatz zur Belastung im steady-state ist die Maximalbelastung zur Messung der maximalen Herzfrequenz vor allem im höheren Alter nicht ganz risikolos und sollte deshalb nicht routinemässig durchgeführt werden. Das vereinfachte Ergometerverfahren zur Bestimmung der  $\dot{V}O_2$  max. eignet sich recht gut für die Längsschnittbeobachtung bei immer dem gleichen Individuum, indem sich zum Beispiel die Verbesserung des Dauerleistungsvermögens im Verlaufe eines gezielten Trainings mit dieser Methode sehr schön dokumentieren lässt. Weniger geeignet ist die Methode für den Vergleich der aeroben Kapazität verschiedener Individuen untereinander, weil hier vor allem aufgrund der teilweise erheblichen Unterschiede in der maximalen Herzfrequenz und auch zufolge anderer Faktoren bei der Extrapolation zu grosse Fehler entstehen.

Wenn für die Beurteilung des Dauerleistungsvermögens kein Fahrradergometer zur Verfügung steht, kann als einfachste Methode der 12-Minuten-Lauf nach Cooper absolviert werden. Die Probanden werden bei diesem Verfahren aufgefordert, auf einer ebenen, ausgemessenen Strecke im Verlauf von exakt 12 Minuten laufend oder gehend eine maximal mögliche Distanz zurückzulegen. Da eine Arbeitsleistung während 12 Minuten zu 90 Prozent oder mehr von der aeroben Kapazität abhängig ist, kann aus der zurückgelegten Distanz auf das maximale Sauerstoffaufnahmevermögen zurückgeschlossen werden. In Parallelversuchen, bei denen sowohl die maximale Sauerstoffaufnahme-fähigkeit auf dem Ergometer gemessen und ein 12-Minuten-Lauf absolviert wurde, hat sich eine für die Praxis genügende Übereinstimmung der beiden Messmethoden ergeben. Die maximale Sauerstoffaufnahme-fähigkeit lässt sich aus der in 12 Minuten zurückgelegten Distanz nach folgender Formel abschätzen:

$$\dot{V}O_2 \text{ max. (ml/min/kg)} = (0.02 \times \text{Distanz in Metern}) - 5.4$$

(Beispiel: Laufdistanz = 2500 m,  $\dot{V}O_2$  max. = 44.6 ml/min/kg).

#### Literatur

- Åstrand P.O. and K. Rodahl: Textbook of Work Physiology. Physiological Bases of Exercise. McGraw-Hill Company, New York 1977.  
 Cooper K.: Bewegungstraining. Fischer Verlag, Frankfurt a.M. 1970.  
 Fox E.L.: Sports Physiology. H.B. Saunders Company, Philadelphia 1979.  
 Howald H., R. Maire, B. Heierli und F. Follath: Echokardiographische Befunde bei trainierten Sportlern. Schweiz. med. Wschr. 107, 1662-1666 (1977).  
 MacDougall J.D., D.G. Sale, J.R. Moroz, G.C.B. Elder, J.R. Sutton und H. Howald: Mitochondrial volume density in human skeletal muscle following heavy resistance training. Med. Sci. Sports 11, 164-166 (1979).  
 Weibel E.R.: Oxygen Demand and the Size of Respiratory Structures in Mammals. In: S.C. Wood and C. Lenfant (eds.): Evolution of Respiratory Processes Vol. 13, M. Dekker, New York - Basel 1979.

#### Adresse des Autors:

Dr. med. Hans Howald  
 Leiter des Forschungsinstitutes  
 Eidg. Turn- und Sportschule  
 CH-2532 Magglingen

## Repräsentativstudie über das Sportverhalten und das Sportinteresse berufstätiger Frauen

K. Biener

### 1. Material und Statistik

Innerhalb des Nationalfondsprojekts über das Gesundheitsprofil berufstätiger Frauen im Alter von 20 bis 65 Jahren in der Nordschweiz («Normogrammstudie Frauen» NF-Projekt Nr. 607.76) wurde eine repräsentative Stichprobe von 1033 Frauen aus 39 ebenfalls nach dem Zufallsverfahren ausgewählten Produktionsbetrieben auf ihren Gesundheitszustand, das körperliche Leistungsverhalten (Ergometrie, Spirometrie, Dynamometrie, Beweglichkeitstest) sowie auf ihre Lebensgewohnheiten hin untersucht. In diesem Zusammenhang wurden auch das Freizeit- und das Sportverhalten analysiert. Diese Studie war als Ergänzung zur «Normogrammstudie Männer» (Nationalfondsprojekt Nr. 607.73) durchgeführt worden, in der 1053 Männer aus 44 Stichprobenbetrieben repräsentativ erfasst wurden; aus diesem Material hatten wir bereits über das Sportverhalten und das Sportinteresse berufstätiger Männer berichtet (Biener 1977). Wir gliedern das Datenmaterial nach Alter und Zivilstand dieser berufstätigen Frauen auf. Ausserdem wird es bei bemerkenswerten Unterschieden den Ergebnissen der Männerstudie gegenübergestellt.

### 2. Gegenwärtige Sportklubzugehörigkeit

Die 20- bis 42jährigen Frauen waren in 27% gegenwärtig Mitglied eines Sportvereins, die 42- bis 65jährigen in 13 Prozent. Bei den Männern waren es vergleichsweise 36 Prozent der Jüngeren beziehungsweise 21 Prozent der Älteren. Gliedert man diese Zahlen einmal nach Zivilstand auf, so ergeben sich recht eindrucksvolle Unterschiede (Tabelle 1).

Es sind erwartungsgemäss mehr Juniorinnen als Seniorinnen Mitglied eines Sportvereins. Es ist aber auffällig, dass die jüngeren geschiedenen Frauen am häufigsten in einem Sportklub verankert sind, vielleicht nicht zuletzt deswegen, um neue Bekannte zu gewinnen. In der Tat kommt dem Sport eine wertvolle gruppensoziologische Bedeutung zu; er kann aus der Isolierung und zu wertvollen Partnerkontakten führen. Die älteren Geschiedenen scheinen resigniert zu haben; sie weisen nach den Ledigen von allen Gruppen die niedrigsten Mitgliedszahlen auf.

### 3. Bevorzugte Sportklubarten

Die meisten Frauen bis zum 42. Altersjahr sind Mitglieder in einem Turnverein. An zweiter Stelle steht der Firmensportklub, dicht gefolgt von Tennisvereinen. Diese drei Klubarten nehmen fast zwei Drittel aller sporttreibenden Frauen auf. Danach folgen mit deutlich niedrigeren Mitgliederzahlen Reitklubs, Ballsportvereine, Ski- und Wassersportklubs. Bei den älteren Frauen dominieren ebenfalls Turn- und Firmensportklubs; Tennisklubs treten in den Hintergrund. In Reitvereinen sind nur Juniorinnen, jedoch keine Seniorinnen Mitglieder. Eine Übersicht über die Sportklubarten gewährt Tabelle 2 auf der nächsten Seite.

Zivilstandsmässig fällt auf, dass relativ wesentlich mehr ledige Juniorinnen einem Tennisklub angehören als verheiratete; bei den Seniorinnen aber ist es umgekehrt. Altersmässig sind ebenfalls einige Unterschiede deutlich; ältere Frauen sind häufiger an Volksmärschen beteiligt und in Firmensportklubs sowie in den traditionellen Turnvereinen der Gemeinden verankert. Jüngere Frauen spielen häufiger Tennis und sind häufiger Reiterinnen, ebenso widmen sie sich dem Wassersport. Als besondere Einzelnennungen von Sportklubs imponieren Deltaseglerklub, Behindertensportverein oder Gehörlosensportklub.

Tabelle 1: Repräsentativstudie Gesundheitsprofil berufstätiger Frauen - Frau und Sport. Gegenwärtige Sportklubmitgliedschaft. Nordschweiz 1980 (N = 1033).

Zivilstand	Alter 20 bis 42 Jahre Sportklubmitglieder	Alter 43 bis 65 Jahre Sportklubmitglieder
ledig	27% aller Ledigen	7% aller Ledigen
verheiratet	26% aller Verheirateten	20% aller Verheirateten
verwitwet	28% aller Verwitweten	18% aller Verwitweten
geschieden	29% aller Geschiedenen	9% aller Geschiedenen
Total	27% aller Frauen	13% aller Frauen
Vergleich Männer (N = 1053)	36% aller Männer	21% aller Männer

**Tabelle 2:** Repräsentativstudie Gesundheitsprofil berufstätiger Frauen – Frau und Sport. Bevorzugte Sportklubarten. Nordschweiz 1980 (N = 1033).

Sportklubart 100%	20 bis 42 Jahre	43 bis 65 Jahre
Turnvereine	23%	29%
Firmensportklubs	18%	21%
Tennisklubs	17%	7%
Reitvereine	9%	3%
Skiklubs	5%	2%
Ballspielvereine	5%	8%
Wassersport (Segeln, Kanu, Tauchen)	5%	–
Fitnessklubs	4%	7%
Leichtathletikkclubs	3%	3%
Kegelklubs	3%	7%
Sonstiges (Volksmärsche, Volkstanz, SAC, Judoklub, Deltasegeln und andere)	8%	13%

#### 4. Frühere Sportklubzugehörigkeit

Als ehemalige Sportklubmitglieder sind 19 Prozent der unter 42jährigen Frauen registriert worden, ebenso 15 Prozent der über 42jährigen. Jüngere Frauen sind also gegenwärtig häufiger in einem Sportklub verankert, sind aber auch häufiger wieder ausgetreten als ältere. Als die Seniorinnen noch junge Frauen gewesen sind, ist man seltener in einen Frauensportverein eingetreten, ihm aber öfter treu geblieben. Am meisten hat man die Sportklubs wieder verlassen, welche auch gegenwärtig die meisten Mitglieder haben, nämlich Turnvereine. Entweder hat man bald gemerkt, dass man sich sportlich doch nicht angesprochen fühlte oder, man hat sich von anderen Interessen abwerben lassen. Nicht jedoch sind Austritte aus Firmensportgruppen erfolgt; man bleibt diesem Sportverein verbunden, weil man am Arbeitsplatz immer wieder die Sportfreunde sieht und sich ihnen verpflichtet fühlt, aber vielleicht auch, weil man die Turnstunde oft direkt nach der Arbeitszeit absolvieren kann. Organisatorische Vorteile spielen eine Rolle. Nicht ausgetreten ist man jedoch auch aus dem Tennisklub; wer einmal zu dieser Sportart gefunden hat, bleibt ihr verbunden, ebenso dem Reiten, dem Alpinismus (SFAC) sowie anderen speziellen Einzelsportarten mit viel persönlichem Engagement. Zurückgetreten ist man vom Radsport, von leichtathletischen Disziplinen, von Judo-Karate, in drei Fällen vom Fussballspielen; Austritte aus Skiklubs sind nicht selten durch Unfälle begründet gewesen.

#### 5. Allgemeiner Freizeitsport

Auf die Frage, ob und wieviele Stunden diese Frauen in der Freizeit Sport betreiben, fielen die Antworten gemäss Tabelle 3 aus.

Es ist auffällig, dass das Schwimmen, aber auch das Turnen beziehungsweise die Gymnastik von den Juniorinnen wie von den Seniorinnen

fürchtet Unfälle oder fühlt sich zuweilen etwas hilflos vor der raffinierten Ausrüstung, wie viele Aussagen bestätigen. Der Skilanglauf gewinnt jedoch immer mehr Anhängerinnen auch bei diesen älteren Frauen, wie die Detailanalyse der Daten gezeigt hat; die Zahl der Langläuferinnen ist nämlich bei den Seniorinnen wie bei den Juniorinnen fast gleich, der Unterschied von 17 Prozent zu 11 Prozent in der Tabelle (Skiabfahrt, Skilanglauf); war also praktisch auf das Konto der seltener gewordenen Abfahrtsläuferinnen in der zweiten Lebenshälfte zu buchen. Deutlich abgenommen hat aber – leider – auch der Besuch von Vita-parcours und Fitnessbahnen; hier wäre verstärkte gesundheitserzieherische Empfehlung nötig unter Umständen mit der Massgabe, zu belastende Kraft-, Sprung- oder Dehnübungen auszuklammern und von Zwischenstation zu Zwischenstation nur leicht zu traben oder zu gehen. Deutlich angestiegen sind jedoch mit fortschreitendem Alter verständlicherweise die Zahlen der wanderfreudigen Frauen; nicht nur Bergwanderungen in mittleren Höhen,

**Tabelle 3:** Repräsentativstudie Gesundheitsprofil berufstätiger Frauen – Frau und Sport. Freizeitsport, Wochenstundenzahl, Sportarten. Nordschweiz (N = 1033)

Sportwochenstunden	nach Alter		nach Zivilstand			
	20 bis 42	43 bis 65	ledig	verheiratet	verwitwet	geschieden
keine	26%	54%	27%	44%	59%	48%
1–2	31%	21%	30%	28%	7%	22%
3–4	22%	12%	21%	16%	14%	14%
5–6	18%	12%	19%	12%	19%	15%
über 6	3%	1%	3%	–	1%	1%
Häufigste Sportarten in der Freizeit (Mehrfachantworten)	Juniorinnen 42 Jahre		Seniorinnen 42 Jahre			
Schwimmen	24%		19%			
Wandern, Bergwandern	15%		29%			
Turnen, Gymnastik	20%		20%			
Skiabfahrt, Skilanglauf	17%		11%			
Vita-parcours	8%		3%			
Tennis, Tischtennis	7%		5%			
Ballspiele	3%		2%			
Volksmärsche	4%		6%			
Velofahren	6%		5%			
Reiten	5%		1%			
Ballett, Jazz-Tanz	4%		1%			
Wassersport, Segeln, Kanu	3%		1%			
Eislauf, Curling	3%		2%			
Kegeln	2%		4%			
Sonstiges	6%		5%			

gleich häufig betrieben werden; das Interesse an diesen Sportarten bleibt also bestehen. In der zweiten Lebenshälfte sinkt erwartungsgemäss die Häufigkeit des Skiabfahrens; man

sondern auch die Volksmärsche werden dabei immer beliebter. Auch das Kegeln zeigt eine altersspezifisch ansteigende Tendenz, während man den Bootssport weitgehend und das Reiten

fast ganz aufgegeben hat. Als sonstige Sportarten haben wir unter anderem Sportangeln, Fischen, Segelfliegen, Skiakrobatik, Fussball, Schiessen zusammengefasst.

Es ist bemerkenswert, dass jede 4. Juniorin, jedoch jede 2. Seniorin keinerlei Freizeitsport mehr betreiben. Ordnet man die Freizeitsportlerinnen nach Zivilstand ein, so bemühen sich zwar drei Viertel der ledigen Frauen, aber nur noch die Hälfte der geschiedenen und sogar nur noch zwei Fünftel der verwitweten um eine sportliche Ausgleichstätigkeit.

## 6. Einzel- und Gruppensport

Innerhalb der Sozialisationsformen des Sportverhaltens interessierte uns, ob diese Frauen vorwiegend allein, zu zweit oder in Gruppen ihren Freizeitsport treiben und ob sich der Ehepartner beteiligt. Eine Übersicht zeigt Tabelle 4, wobei wir die Prozentzahlen der Männer aus diesen Betrieben gegenüberstellen.

Es ist also auffällig, dass Frauen signifikant häufiger zu zweit Sport treiben als Männer, und zwar mehr jüngere als ältere. Dabei sind nicht immer die Ehemänner die Sportpartner, sondern je nach Zivilstand Mitarbeiterinnen aus dem Betrieb und/oder Freundinnen. Männer treiben als Junioren in zwei Dritteln Gruppensport meist in Ballklubs, Frauen nur in einem Drittel. Jüngere Frauen treiben häufiger allein Sport als Männer, da ihnen oft der männliche Partner fehlt. Ältere Männer aktivieren sich in einem Drittel der Fälle allein im Freizeitsport (vor allem Waldlauf, Skilanglauf, auf Vita-parcours), Frauen nur in einem Viertel der Fälle. Die Übersicht nach Zivilstand geordnet gibt weitere interessante Einblicke in diese Sozialisationsform. Es lohnt sich eine tabellarische Darstellung (Tabelle 5).

Verwitwete können wegen zu geringer Zahlen in unserem Material prozentual nicht verglichen werden.

Die geschiedene Seniorin treibt also nur in einem Viertel der Fälle noch zu zweit Sport; mit je 38 Prozent gleich häufig betätigt man sich sportlich in dieser Situation allein oder in Gruppen. Am seltensten treibt die verheiratete Juniorin allein Sport, am meisten die ledige und die geschiedene Seniorin. Am häufigsten in Gruppen ist die verheiratete Seniorin engagiert, und zwar recht oft direkt nach der Arbeitszeit in den Betriebssportgemeinschaften, sofern solche bestehen. Man will sich als Ehefrau noch fit erhalten, besonders nachdem die Kinder volljährig oder selbständig geworden sind und man jetzt die Zeit für sportlichen Ausgleich findet.

**Tabelle 4:** Repräsentativstudie Gesundheitsprofil berufstätiger Frauen – Frau und Sport. Freizeitsport, Sozialisierungsform Einzel- und Gruppensport. Nordschweiz 1980. Vergleich mit berufstätigen Männern.

Freizeitsport	Frauen (N = 1033)		Männer (N = 1053)	
	20 bis 42	43 bis 65	20 bis 42	43 bis 65
meist allein	19%	26%	14%	35%
meist zu zweit	44%	35%	24%	23%
meist in Gruppen	37%	39%	62%	42%

**Tabelle 5:** Repräsentativstudie Gesundheitsprofil berufstätiger Frauen – Frau und Sport. Freizeitsport, Sozialisierungsform, Einzel- und Gruppensport nach Zivilstand. Nordschweiz 1980 (N = 1033).

Freizeitsport	Frauen 20 bis 42 Jahre			Frauen 43 bis 65 Jahre		
	ledig	verheiratet	geschieden	ledig	verheiratet	geschieden
meist allein	20%	14%	25%	37%	13%	38%
meist zu zweit	41%	53%	39%	29%	42%	24%
meist in Gruppen	39%	33%	36%	34%	45%	38%

## 7. Sportverhalten des Ehepartners/Partners

Wenn man untersucht, ob und wie oft der Ehebeziehungsweise der Lebenspartner sportlich verankert ist, so ergeben sich wiederum bemerkenswerte Vergleichszahlen. Gleichzeitig gewinnt man einen ungefähren Einblick in die Partnerbindungsverhältnisse dieses Frauenkollektivs. (Tabelle 6.)

bei meist um Hausfrauen, also nicht um berufstätige Frauen. Bei den jüngeren Ehefrauen ist das Schwimmen am meisten begehrt, dann das Turnen, dann das Skifahren; bei den älteren wird am häufigsten das Wandern angegeben, an zweiter Stelle das Turnen, an dritter das Schwimmen. 31 Prozent der Junioren beziehungsweise 10 Prozent der Senioren haben keine Ehefrau/Partnerin oder geben keine Antwort.

**Tabelle 6:** Repräsentativstudie Gesundheitsprofil berufstätiger Frauen – Frau und Sport. Freizeitsport, Sozialisierungsform, Sport des Ehepartners/Partners. Nordschweiz 1980. (N = 1033). Nach Zivilstand.

Ehepartner/Partner treibt Sport	Frauen 20 bis 42 Jahre			Frauen 43 bis 65 Jahre		
	ledig	verheiratet	geschieden	ledig	verheiratet	geschieden
ja	61%	68%	37%	30%	53%	23%
nein	15%	32%	30%	14%	47%	29%
habe keinen	24%	–	33%	56%	–	48%

Verwitwete können wegen zu geringer Zahlen nicht verglichen werden.

Die ledigen über 42 Jahre alten Frauen besitzen also in etwas mehr, die geschiedenen in etwas weniger als der Hälfte der Fälle zurzeit keinen männlichen Lebenspartner. Bei den Frauen unter 42 Jahren trifft es bei den ledigen nur in einem Viertel, bei den geschiedenen in einem Drittel zu. Die Ehemänner der Juniorinnen sind in zwei Drittel, die der Seniorinnen in der Hälfte der Fälle in der Freizeit sportlich aktiv.

Diese Angaben lassen wiederum Vergleiche mit den Ergebnissen aus der Männerstudie zu; dort trieben 48 Prozent der Ehefrauen der Junioren und nur 27 Prozent der Ehefrauen der Senioren Freizeitsport, während 21 Prozent der Juniorengattinnen und 63 Prozent der Seniorengattinnen keinerlei Sport trieben. Es handelte sich da-

Bei den jüngeren Ehepaaren dominiert das gemeinsame Schwimmen und Skifahren in jedem dritten Fall, bei den älteren das gemeinsame Wandern/Bergwandern in jedem zweiten Fall.

## 8. Schwimmer und Nichtschwimmer

Es haben sich 88 Prozent der bis 42jährigen und 67 Prozent der über 42jährigen Frauen als Schwimmerinnen bezeichnet. Der Vergleich mit den Männern hat ebenfalls 88 Prozent der Junioren und 73 Prozent der Senioren als Schwimmer ergeben. Von den Frauen besitzen 7 Prozent der jüngeren und 2 Prozent der älteren das Rettungsschwimmerbrevet, vergleichsweise 6 Prozent der jüngeren Männer und 1 Pro-

zent der älteren Männer. Aufschlussreich ist eine Gegenüberstellung nach Zivilstand; am wenigsten Nichtschwimmerinnen gibt es bei den ledigen (9 Prozent bei den jüngeren und 18 Prozent bei den älteren Frauen); wesentlich mehr bei verheirateten (17 Prozent bei den jüngeren und 39 Prozent bei den älteren Frauen). Allerdings sind die Zahlen bei den verwitweten mit rund einem Drittel bei den jüngeren und mit der Hälfte bei den älteren Witwen am höchsten, doch sind wegen zu geringer Zahlen keine Prozentangaben möglich. Die geschiedenen Frauen sind in 10 Prozent bei den jüngeren und in 22 Prozent bei den älteren Frauen Nichtschwimmerinnen unter sich.

### 9. Beliebteste Sportart zum Zuschauen (Passivsport)

Man betreibt selbst aktiv durchaus nicht immer diejenigen Sportarten, denen man auch am liebsten zusieht. Steht bei den Männern als liebste Sportart zum Zuschauen das Fussballspiel mit 33 Prozent bei den Junioren und Senioren an erster Stelle, gefolgt von Eishockey (16 Prozent beziehungsweise 11 Prozent), vom Motorsport (10 Prozent beziehungsweise 4 Prozent) sowie vom Skisport (8 Prozent beziehungsweise 17 Prozent) und Turnen/Kunstturnen (7 Prozent beziehungsweise 17 Prozent), so ist es bei den Frauen der Skisport, gefolgt vom Reiten und vom Tennis. Allerdings folgt das Fussballspiel gleich hinterher an 4. Stelle; Frauen sind von Kampfsportarten also auch fasziniert. Genaue Übersicht zeigt Tabelle 7.

### 10. Zuschauerinnen bei Sportveranstaltungen

In diesem Zusammenhang ist die Auskunft darüber aufschlussreich, wieviele dieser Frauen bei öffentlichen Sportveranstaltungen aller Art zuschauen. Es zeigt sich, dass berufstätige Frauen gar nicht so selten als Zuschauerinnen anzutreffen sind. Fast alle in der Freizeit aktiven Sportlerinnen haben auch als Zuschauerinnen Interesse. Rund zwei Fünftel der jüngeren und drei Fünftel der älteren Frauen dieses Kollektivs sind nie auf Sportveranstaltungen anzutreffen. Am meisten Interesse zeigen die ledigen Juniorinnen, von denen 37 Prozent regelmässig oder oft bei einem Sportanlass zusehen; es folgen mit 24 Prozent die verheirateten Seniorinnen, welche auch meist ihren Mann zu einem Sportanlass begleiten. Am wenigsten Interesse zeigen die ledigen Seniorinnen, welche in 79 Prozent nie auf Sportplätzen zu finden sind. Die Gegen-

**Tabelle 7:** Repräsentativstudie Gesundheitsprofil berufstätiger Frauen – Frau und Sport. Bevorzugte Sportart zum Zuschauen. Nordschweiz 1980 (N = 1033). Vergleich mit berufstätigen Männern.

Beliebtester Passivsport (Mehrfachantworten)	Frauen (N = 1033)		Männer (N = 1053)	
	20 bis 42	43 bis 65	20 bis 42	43 bis 65
Skisport	19%	17%	8%	15%
Reiten	17%	18%	8%	10%
Tennis, Tischtennis	7%	10%	3%	2%
Fussballspielen	13%	11%	33%	33%
Eislauf	12%	12%	1%	2%
Eishockey	7%	4%	16%	11%
Motorsport	6%	3%	10%	4%
Leichtathletik	6%	6%	7%	4%
Turnen	5%	12%	7%	17%
Tanzen	3%	7%	–	–
Schwimmen	3%	4%	–	4%
Boxen	2%	2%	3%	3%
Rudern, Segeln	1%	1%	3%	2%
Radsport	–	–	4%	5%
Schwimmen	–	–	5%	3%
Sonstiges	5%	4%	6%	5%
Alles	2%	3%	3%	3%
Keine Antwort	6%	7%	8%	9%

**Tabelle 8:** Repräsentativstudie Gesundheitsprofil berufstätiger Frauen – Frau und Sport. Zuschauerinnen bei Sportveranstaltungen. Nordschweiz 1980. Vergleich mit berufstätigen Männern.

Sportbesuch	Frauen (N = 1033)		Männer (N = 1053)	
	20 bis 42	43 bis 65	20 bis 42	43 bis 65
regelmässig	5%	4%	8%	5%
oft	8%	7%	9%	9%
selten	46%	27%	45%	35%
nie	41%	62%	38%	51%

überstellung zu den Frequenzahlen männlicher Besucher von Sportveranstaltungen zeigt Tabelle 8.

### 11. Zuschauerinnen bei Fernsehsportsendungen

Wenn man schon nicht auf Sportplätze geht, so wohnen sicher viele Bürger am Fernsehen den Sportsendungen bei, besonders bei Olympischen Spielen, bei Fussballweltmeisterschaften, bei entscheidenden Skirennen. Damit bestätigt man wenigstens in dieser Form sein Interesse am Sport. Wie ist die Frage bei diesem Frauenkollektiv zu beantworten? Sehen berufstätige Männer gleich häufig dem Fernsehsport zu? Es ist nicht überraschend, dass die Sportklubmitglieder und

die nicht in Klubs verankerten Freizeitsportler häufiger vorm Fernsehgerät zuschauen. Ein relativ grosser Prozentsatz von Nichtsportlern und Nichtsportlerinnen allerdings zeigt ebenfalls am Fernsehsport Interesse oft nicht zuletzt deswegen, um einen eigenen Leistungswunsch zu verdrängen oder zu kompensieren beziehungsweise komplementieren. Zweifellos kommen dem Fernsehsport auch starke motivierende Eigenschaften zu, die zu aktiver Sporttätigkeit anregen. Bei Begründungsaussagen, warum man am Fernsehen zuschaut, standen nicht so sehr die Hinweise auf Bequemlichkeit im Vordergrund, sondern Bemerkungen wie: «Man sieht die wichtigsten Szenen – man ist näher dabei – man sieht dem Sieger ins Gesicht – man kann seine Klubgegner studieren – es ist nicht so teuer wie hinfahren.» (Siehe Tabelle 9 auf der nächsten Seite.)

**Tabelle 9:** Repräsentativstudie Gesundheitsprofil berufstätiger Frauen – Frau und Sport. Zuschauerinnen beim Fernsehsport. Nordschweiz 1980. Vergleich mit berufstätigen Männern.

Fernsehsport	Frauen (N = 1033)		Männer (N = 1053)	
	20 bis 42	43 bis 65	20 bis 42	43 bis 65
jedes Wochenende	24%	19%	35%	32%
zuweilen	54%	49%	45%	47%
nie	26%	37%	15%	18%
kein Gerät	6%	5%	5%	3%

## 12. Beteiligung an Sportwetten

Es ist bemerkenswert, dass immerhin 14 Prozent der jüngeren (meist ledige) und 27 Prozent der älteren (meist verheiratete) Frauen regelmässig im Lotto mitspielen. Im Sporttoto beteiligen sich jedoch nur 1 Prozent der jüngeren und 3 Prozent der älteren regelmässig. Mit einer Beteiligung an Sportwetten offenbart sich nicht unbedingt eine echte Sportbezogenheit zum Fussball, zumal diese Wetten selten mit Freunden oder Ehemännern gemeinsam beraten und abgeschlossen werden. Ein grosser Kreis dieser Frauen hat jedoch auch selbständig teilweise in Gruppen regelmässig gewettet und zuweilen auch schon namhafte Beträge gewonnen. Genauere Angaben bringt Tabelle 10.

**Tabelle 10:** Repräsentativstudie Gesundheitsprofil berufstätiger Frauen – Frau und Sport. Beteiligung an Sportwetten. Nordschweiz 1980. Vergleich mit berufstätigen Männern.

	Frauen (N = 1033)		Männer (N = 1053)	
	20 bis 42	43 bis 65	20 bis 42	43 bis 65
<b>Lotto allein</b>				
regelmässig	14%	7%	13%	3%
zuweilen	18%	13%	14%	11%
nie	68%	80%	73%	86%
<b>Toto allein</b>				
regelmässig	1%	2%	2%	1%
zuweilen	5%	3%	2%	2%
nie	94%	95%	96%	97%
<b>Lotto und Toto</b>				
regelmässig	1%	0%	6%	7%
zuweilen	7%	5%	32%	20%
nie	92%	95%	62%	73%

Die Gegenüberstellung zu berufstätigen Männern zeigt, dass die Männer häufiger an beiden Wettarten gemeinsam teilnehmen, die Frauen jedoch in Einzelwettbewerben doch zuweilen häufiger als die Männer ihr Glück versuchen.

## 13. Geldausgaben für Sport

Ein Mass für die aktive oder passive Sportbezogenheit ist bis zu einem gewissen Grade die

Geldausgabe für Sportkleidung, Klubgebühren, Fahrgelder zum Sportplatz, Eintritts- oder Teilnahmegebühren für Sportanlässe, für Trainingsstunden oder Sportgeräte. Es sind in diesen Geldausgaben jedoch auch Fahrten zur Skipiste, Liftabonnements, Hütten- und Übernachtungsgebühren bei Wander- und Bergtouren, Kosten für Sportliteratur, sportärztliche Untersuchungen sowie sonstige detaillierte Ausgaben in Zusammenhang mit der sportlichen Freizeitgestaltung enthalten. Erfragt wurden die durchschnittlichen monatlichen Ausgaben. In Einzelfällen erreichten diese Beträge die Höhe von 250 bis 300 und sogar 400 Franken, besonders wenn es sich um sportliche Spezialausrüstungen oder um den Besitz eines eigenen Reitpferdes handelte.

Die Frauen von 20 bis 42 Jahren haben in 63 Prozent (Männer 59 Prozent) irgendwelche monatliche Geldbeträge für sportliche Zwecke ausgegeben, die Frauen von 43 bis 65 Jahren in 44 Prozent (Männer 47 Prozent). Im Mittel geben die Juniorinnen 35 Franken (Juniorinnen 42 Franken) und die Seniorinnen 37 Franken (Seniorinnen 44 Franken) für den Sport in Freizeit und Erholung aus.

## 14. Sportauszeichnungen und Titel

Insgesamt 17 Prozent der berufstätigen Frauen von 20 bis 42 Jahren (Männer 30 Prozent) geben an, bisher einmal eine Auszeichnung, eine Urkunde, eine Siegermedaille, einen Ehrenpokal, einen Kranz oder einen Sporttitel zum Beispiel als Regional- oder Klubmeisterin erworben zu haben. Bei den Frauen von 43 bis 65 Jahren sind es 11 Prozent (Männer 18 Prozent). In diesen Ehrungen sind unter anderem auch die Urkunden als Rettungsschwimmerinnen enthalten; meist handelt es sich um Auszeichnungen bei Skirennen, in der Leichtathletik, aber auch im Korbball oder sogar im Frauenfussball.

## 15. Erste Motivation zur Sporttätigkeit

Geht man der Frage nach, wer oder was die Probandinnen seinerzeit zum Sporttreiben animiert hat, so decken sich die Antworten der jüngeren Frauen weitgehend mit den Antworten der älteren. Es ist aufschlussreich, dass keine Befragte konkret einen Arzt als Motivationsperson erwähnt, obwohl mit der Frage des Bewegungsmangels und der Entwicklung der Sportmedizin immer mehr Ärzte gezielt zu sportlicher Betätigung raten. Wie der Vergleich in dieser Frage zu den berufstätigen Männern aussieht, zeigt Tabelle 11 auf der nächsten Seite.

Es ist auffällig, dass Frauen viel häufiger als die Männer sagen, dass sie von sich aus zum Sport gefunden hätten; dafür geben die Männer zahlreiche differenzierte Gründe an, beispielsweise «Angeregt durch die Olympischen Spiele – Durch die Tour de Suisse».

Männer werden fast nie von ihren Ehefrauen primär zum Sport motiviert, wohl aber viele Ehefrauen von ihrem Gatten. Viele ältere Männer haben aus Gesundheitsgründen noch mit dem Sport begonnen.

## 16. Einschätzung des gesündesten Sport

In der Beurteilung der Einzelsportarten hinsichtlich ihres Gesundheitswertes wird dem Schwimmen mit 60 Prozent von den jüngeren Frauen (20 bis 42) und mit 36 Prozent von den älteren Frauen (43 bis 65) der weitaus höchste gesundheitliche Nutzeffekt zugeordnet. Zur gleichen Meinung gelangen auch die Männer. An zweiter Stelle wird das Wandern genannt, und zwar in 14 Prozent von den Juniorinnen und in 32 Prozent von den Seniorinnen. Es folgen Skifahren, Waldlauf, Leichtathletik, Bergsteigen und Benützung der VitaParcours. Bei den Männern werden an 2. Stelle Turnen, an 3. Stelle Wandern, dann Skilanglauf, Radfahren, Bergsteigen und Leichtathletik erwähnt.

## 17. Einschätzung der Olympiade

Weiterhin ist die Frage gestellt worden, wie von diesen Probandinnen gegenwärtig die Olympischen Spiele beurteilt werden. Form und Zukunft der Olympiaden sind immer mehr in das Kreuzverhör nicht nur der sportlich interessierten Bevölkerung geraten. Wieviel Prozent der Frauen lehnen sie ab, wieviel befürworten sie? Welche Kritik wird geübt? – Es ist in den Ergebnissen erstens verblüffend, dass fast gleich viele Juniorinnen wie Seniorinnen zustimmend eingestellt sind. Zweitens überrascht, dass fast doppelt so viele Frauen wie Männer der Olympiade zustimmen. Drittens fällt auf, dass sich die Frauen häufiger positiv kritisierend äussern als die Männer.

Wir haben versucht, in Tabelle 12 auf der nächsten Seite die Antworten zu bündeln.

**Tabelle 11:** Repräsentativstudie Gesundheitsprofil berufstätiger Frauen – Frau und Sport. Erste Motivation zu sportlicher Tätigkeit. Nordschweiz 1980. Vergleich mit berufstätigen Männern.

	Frauen (N = 1033)		Männer (N = 1053)	
	20 bis 42	43 bis 65	20 bis 42	43 bis 65
Von mir aus	26%	27%	18%	17%
Eltern, Vater, Bruder	13%	11%	14%	7%
Schule	14%	12%	11%	7%
Freunde, männliche Bekannte	7%	5%	23%	28%
Freudinnen, weibliche Bekannte	16%	11%	2%	1%
Ehemann/Ehefrau	10%	17%	1%	1%
Freude an der Natur, an Tieren	3%	2%	2%	3%
Turnvereine, Pfadfinder u.ä.	1%	2%	6%	10%
Sonstiges (Idealismus, Gesundheitsgründe, Wohnung am Sportplatz, Ehrgeiz, usw.)	10%	13%	23%	28%

**Tabelle 12:** Repräsentativstudie Gesundheitsprofil berufstätiger Frauen – Frau und Sport. Einstellung zu den Olympischen Spielen. Nordschweiz 1980. Vergleiche mit berufstätigen Männern.

Einschätzung der Olympiade	Frauen (N = 1033)		Männer (N = 1053)	
	20 bis 42	43 bis 65	20 bis 42	43 bis 65
zustimmend	40%	37%	21%	21%
positiv kritisierend oder neutral	35%	34%	29%	26%
ablehnend	21%	26%	40%	42%
keine Antwort	4%	5%	10%	11%

**Tabelle 13:** Repräsentativstudie Gesundheitsprofil berufstätiger Frauen – Frau und Sport. Freizeitgestaltung. Nordschweiz 1980. Vergleich mit berufstätigen Männern.

Freizeitform	Frauen (N = 1033)		Männer (N = 1053)	
	20 bis 42	43 bis 65	20 bis 42	43 bis 65
A. Sport	34%	14%	30%	23%
B. Aktiv (ausser Sport)	36%	39%	38%	52%
C. Passiv	30%	47%	32%	25%

Die Begründungen einer Ablehnung bei den Frauen lauteten unter anderem: «Olympische Idee stimmt nicht mehr – überspitzt – Geschäft – reine Politik – kein Sport mehr.» Bei den Männern werden unter anderem folgende Antworten gegeben: «Sportler machen sich kaputt – Profitangelegenheit – ist überlebt – schlechtes Jugendbeispiel – sind keine Amateure mehr – Prestigefrage der Staaten – man sollte sie auf die ursprüngliche Idee zurückbringen.»

## 18. Einschätzung des Frauensportes

Auf die Frage: «Sollen Frauen Alltagsport treiben?» antworten 94 Prozent der jüngeren und 95 Prozent der älteren bejahend; von den Männern waren es 97 Prozent der jüngeren und 90 Prozent der älteren. Stellt man die Frage: «Sollen Frauen Hochleistungssport treiben?», so sind nur noch 43 Prozent der jüngeren und 32 Prozent der älteren weiblichen Berufstätigen dafür; bei berufstätigen Männern liegen die Zahlen fast gleich. Man lehnt den Hochleistungssport der Frauen ab wegen möglicher Unterleibsschäden, da er unweiblich oder zu anstrengend sei. Man stimmt dem Hochleistungssport zu, da Frauen ebenso robust wie Männer sein können, wenn Freude oder Talent vorhanden sei; auf alle Fälle solle man jedoch vorher den Arzt fragen.

## 19. Allgemeine Freizeitgestaltung

Fragt man abschliessend, was in der Freizeit ganz allgemein am liebsten getan wird, so nennen ein Drittel der Frauen im Alter von 20 bis 42 Jahren und 14 Prozent der Frauen im Alter von 43 bis 65 Jahren spontan «Sport» oder irgendeine spezielle Sportart. Weitere 36 Prozent der jüngeren und 39 Prozent der älteren zählen eine aktive Beschäftigung auf. Mit eindeutigem Unterschied sind die jüngeren Frauen jedoch nur in 30 Prozent, die älteren aber in 47 Prozent einer passiven Freizeitgestaltung ergeben. Die ältere berufstätige Frau sucht in ihrer Freizeit Ruhe; die Antworten dieser Altersgruppe lauten entsprechend meist: «Ausruhen – Schlafen – Musik hören – Fernsehen.» Die älteren berufstätigen Männer haben vergleichsweise seltener, und zwar nur in 25 Prozent ihre Freizeit passiv verbracht; sie haben sehr häufig ein aktives Freizeit hobby wie: «Gartenarbeit – Fischen – Landwirtschaft – Aquarium – Volière pflegen – Tierzucht – Basteln – Malen – Modellbau – Schreinerarbeit» aufzuweisen. Als passive Freizeitgestaltung der Männer wurde unter anderem erwähnt: «Briefmarken – Jassen – Biertrinken – Tonband – Nichts.» In Tabelle 13 nebenstehend werden die Prozentzahlen von Männern und Frauen ver-

gleichsweise angegeben, ebenso gebündelt die Detailantworten der Frauen. Innerhalb der Zivilstandsunterteilung ergeben sich keine nennenswerten Unterschiede.

Gebündelte Detailantworten der Frauen (Männer siehe Lit.)

- A. Als «Sport» wurden unter anderem Angaben gewertet: «Ballett – Gymnastik – Langlauf – Minigolf – Reiten – Schwimmen – Segeln – Skifahren – Tennis – Turnen – Velofahren.»
- B. Als «Aktive Freizeitgestaltung» wurde unter anderem gewertet: «Chorsingen – Familienausflug – Gitarrenspiel – Handarbeiten – Garten – Klavier – Kochen für Gäste – Malen – Motorradfahren – Musizieren – Reiten – Tanzen.»
- C. Als «Passive Freizeitgestaltung» wurde unter anderem gerechnet: «Ausruhen – Autofahren – Diskutieren – Fernsehen – Freunde – Läden (Einkaufsbummel) – Kreuzworträtsel – Mode – Musik hören – Nichts – Schlafen – Theaterbesuche – Yoga.»

## 20. Zusammenfassung

Innerhalb einer Studie über das Gesundheits- und Leistungsprofil berufstätiger Frauen (Nationalfondprojekt 607.76) wurde eine repräsentative Stichprobe von 1033 Frauen aus 39 ebenfalls nach dem Zufallsverfahren ausgewählten Betrieben auch hinsichtlich des Sportverhaltens und der Sportinteressen untersucht. Die unter 20- bis 42-jährigen Frauen waren in 27 Prozent, die 42- bis 65-jährigen in 13 Prozent Mitglieder eines Sportvereins. Vergleichsweise waren von 1053 ebenfalls repräsentativ erfassten Männern aus den gleichen Betrieben 36 Prozent der jüngeren und 21 Prozent der älteren in einem Sportklub verankert. Meist waren die Sportle-

rinnen in den örtlichen Turnvereinen Mitglieder; an zweiter Stelle standen Firmensportklubs, an dritter Stelle Tennisklubs. Keinerlei Freizeitsport betreiben 26 Prozent der Juniorinnen und 54 Prozent der Seniorinnen; analysiert man nach Zivilstand, so sind es 27 Prozent ledige und 44 Prozent verheiratete sowie 59 Prozent verwitwete beziehungsweise 48 Prozent geschiedene Frauen. Beliebteste Freizeitsportart bei den Juniorinnen ist das Schwimmen, gefolgt von Turnen/Gymnastik und vom Skifahren; bei den Seniorinnen steht das Wandern/Bergwandern an erster Stelle, gefolgt von Turnen/Gymnastik und Schwimmen. Es haben sich 88 Prozent der jüngeren und 67 Prozent der älteren Frauen als des Schwimmens kundig bezeichnet; vergleichsweise waren es ebenfalls 88 Prozent der jüngeren und 73 Prozent der älteren Männer. Immerhin haben fast ein Viertel aller befragten Frauen jedes Wochenende und über die Hälfte zuweilen Sportveranstaltungen im Fernsehen verfolgt. Die jüngeren Frauen haben in 63 Prozent irgendwelche Geldbeträge pro Monat für den Sport ausgegeben (im Mittel 35 Franken), die älteren Frauen in 44 Prozent (im Mittel 37 Franken). 17 Prozent der Juniorinnen (11 Prozent der Seniorinnen) haben bisher schon einmal eine sportliche Auszeichnung (Titel, Medaille, Urkunde, Kranz, Pokal) erhalten. Rund zwei Fünftel aller Frauen stehen den Olympischen Spielen zustimmend, rund ein Drittel positiv kritisierend oder neutral und ein Viertel ablehnend gegenüber.

Anschrift des Verfassers:  
Prof. Dr. med. Kurt Biener  
Institut für Sozial- und Präventivmedizin  
der Universität Zürich  
Gloriastrasse 32, 8006 Zürich