



Einblicke in Studienergebnisse zum Konsumentenverhalten in der Fitness- und Gesundheitsbranche

Prof. Dr. Sarah Kobel

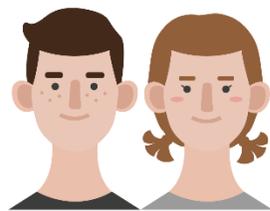
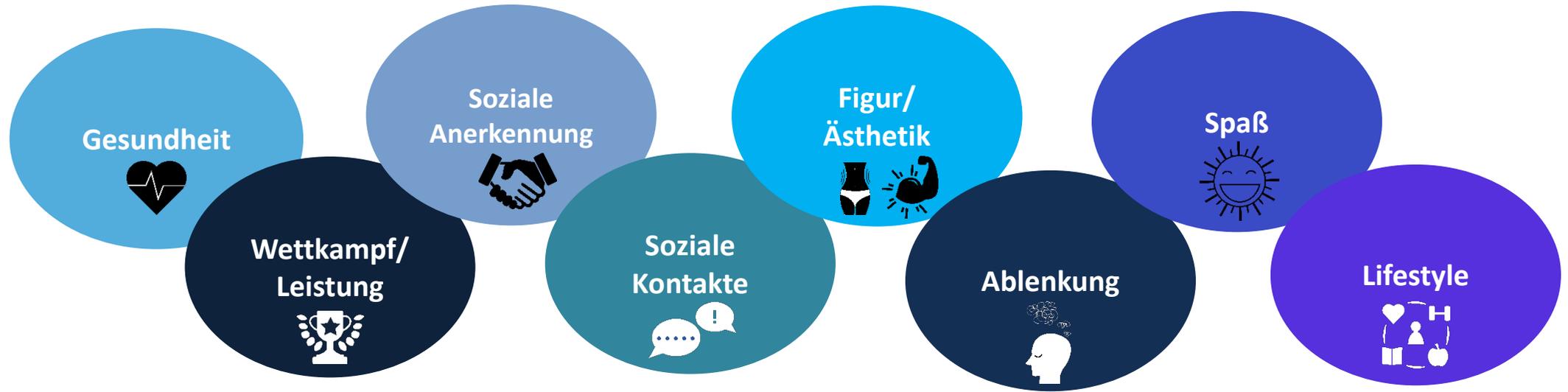


Deutsche Hochschule
für Prävention und Gesundheitsmanagement
University of Applied Sciences

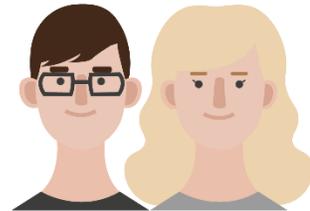
**Altersgruppen im Vergleich:
Warum trainieren Menschen unterschiedlichen Alters?***

- n = 2.078 Mitglieder in Fitness-/Gesundheitsanlagen
 - n = 171 unter 20 Jahre (8,2 %)
 - n = 528 von 20 bis unter 30 Jahre (25,4 %)
 - n = 314 von 30 bis unter 40 Jahre (15,1 %)
 - n = 242 von 40 bis unter 50 Jahre (11,6 %)
 - n = 360 von 50 bis unter 60 Jahre (17,3 %)
 - n = 463 60 Jahre oder älter (22,3 %)
- 52,9 % männlich, 47,1 % weiblich
- Erhebungszeitraum: August 2022

Motive zum Training



bis 20 Jahre



20 bis unter 30 Jahre



30 bis unter 40 Jahre



40 bis unter 50 Jahre

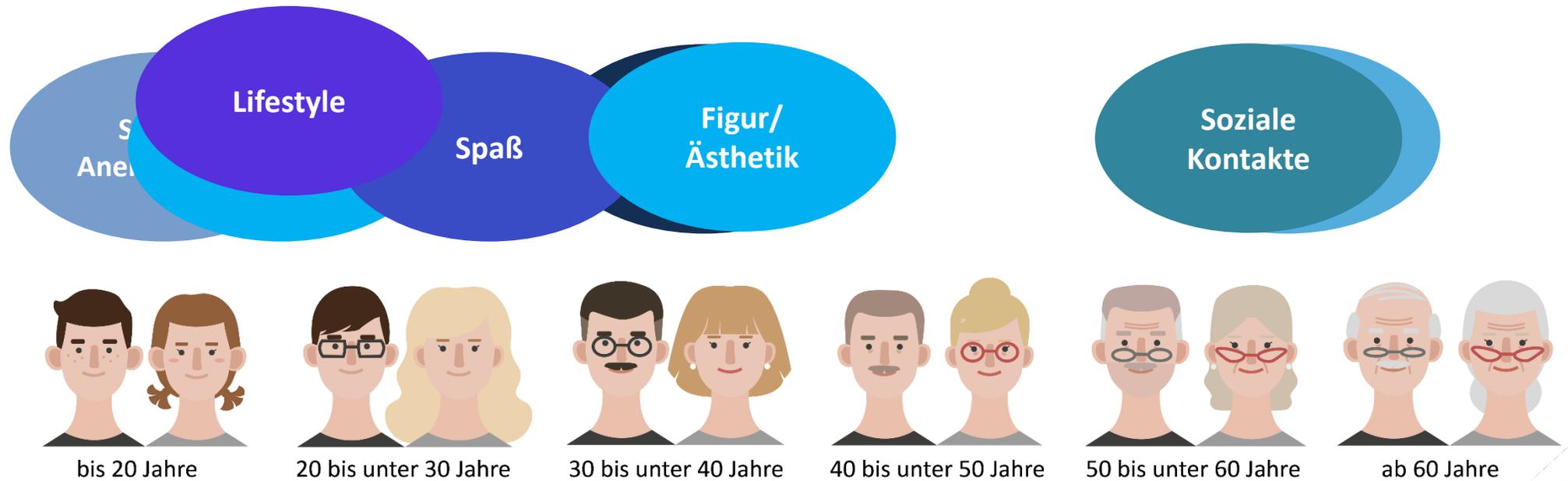


50 bis unter 60 Jahre



ab 60 Jahre

Erwartung?

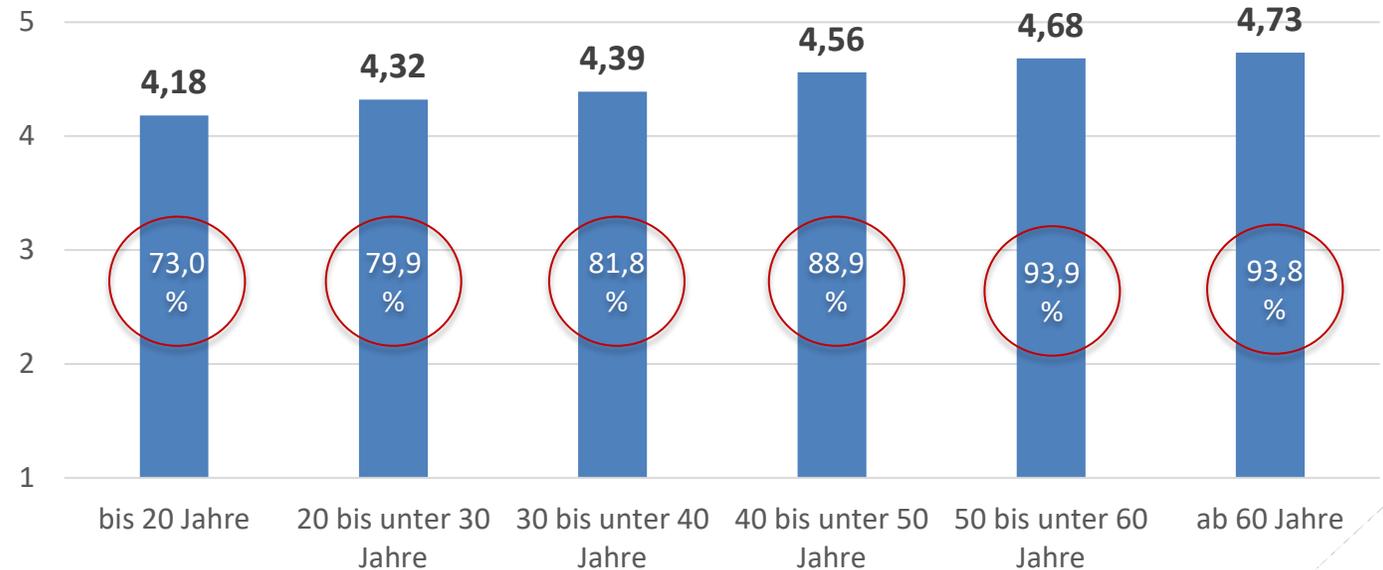
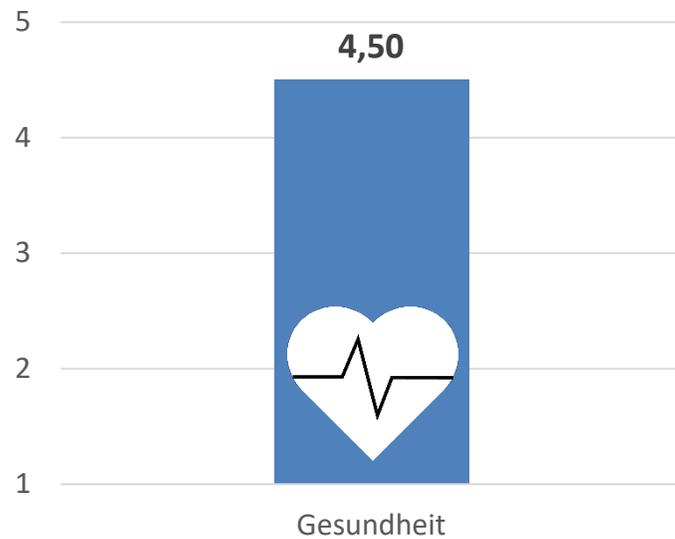


Warum trainieren Menschen unterschiedlichen Alters?

Ergebnisse

Hauptmotiv: Gesundheit

- Anlagen positionieren sich auch 2023 schwerpunktmäßig im Bereich Gesundheit
- Auch für Mitglieder ist Gesundheit das übergeordnete Trainingsmotiv, unabhängig vom Alter

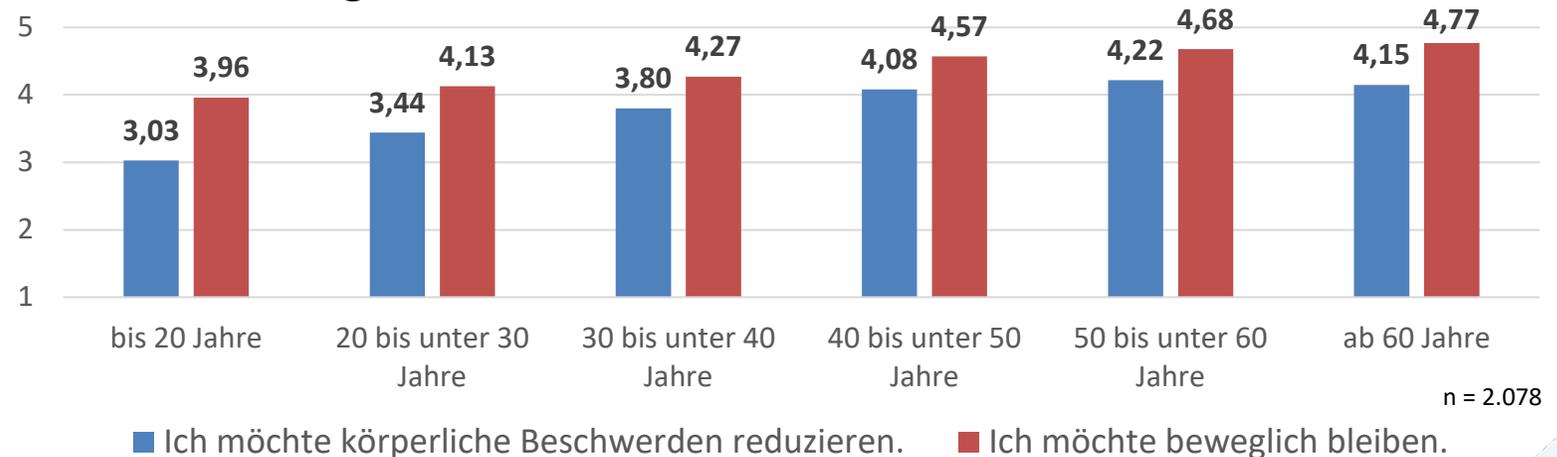
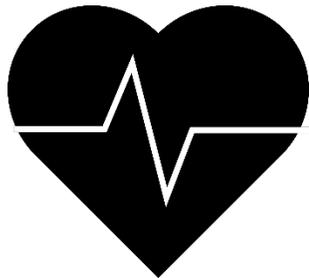


Skala von 1 = trifft überhaupt nicht zu bis 5 = trifft vollkommen zu

Warum trainieren Sie? Um mich in körperlich guter Verfassung zu halten, vor allem um fit zu sein, vor allem aus gesundheitlichen Gründen

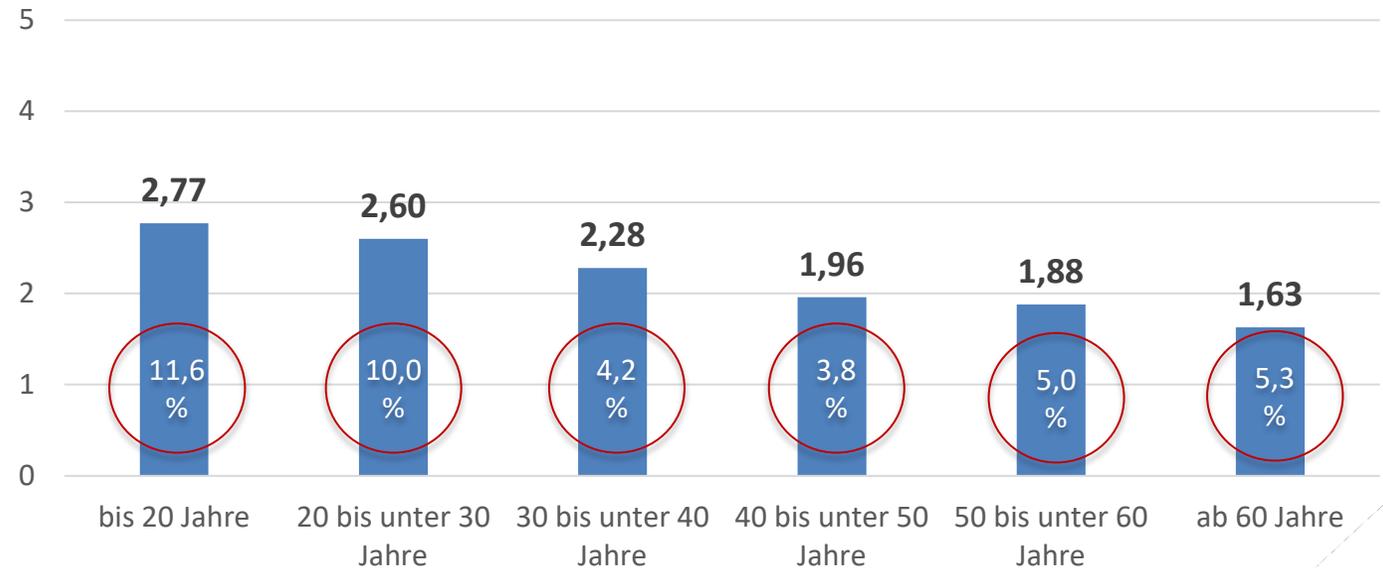
= trifft eher zu/trifft vollkommen zu

- Auch für Mitglieder ist Gesundheit das übergeordnete Trainingsmotiv, unabhängig vom Alter
- Betrachtet man die Items genauer, zeigt sich:
 - „**um fit zu sein**“ und „**um mich in einer körperlich guten Verfassung zu halten**“ spielt für alle Altersgruppen gleichermaßen eine sehr bedeutende Rolle
 - Unterschiede zeigen sich beim Item „**vor allem aus gesundheitlichen Gründen**“, dessen Bedeutung mit steigendem Alter zunimmt (unter 20: $M = 3,68$, ab 60: $M = 4,72$)
- Zusätzliche Items belegen, dass der Aspekt der Gesunderhaltung/Prävention für Ältere bedeutsamer ist als für Jüngere:



Motiv: Wettkampf/Leistung

- Leistungs-/Wettbewerbsmotive nehmen mit dem Alter ab, spielen aber insgesamt eine nur untergeordnete Rolle



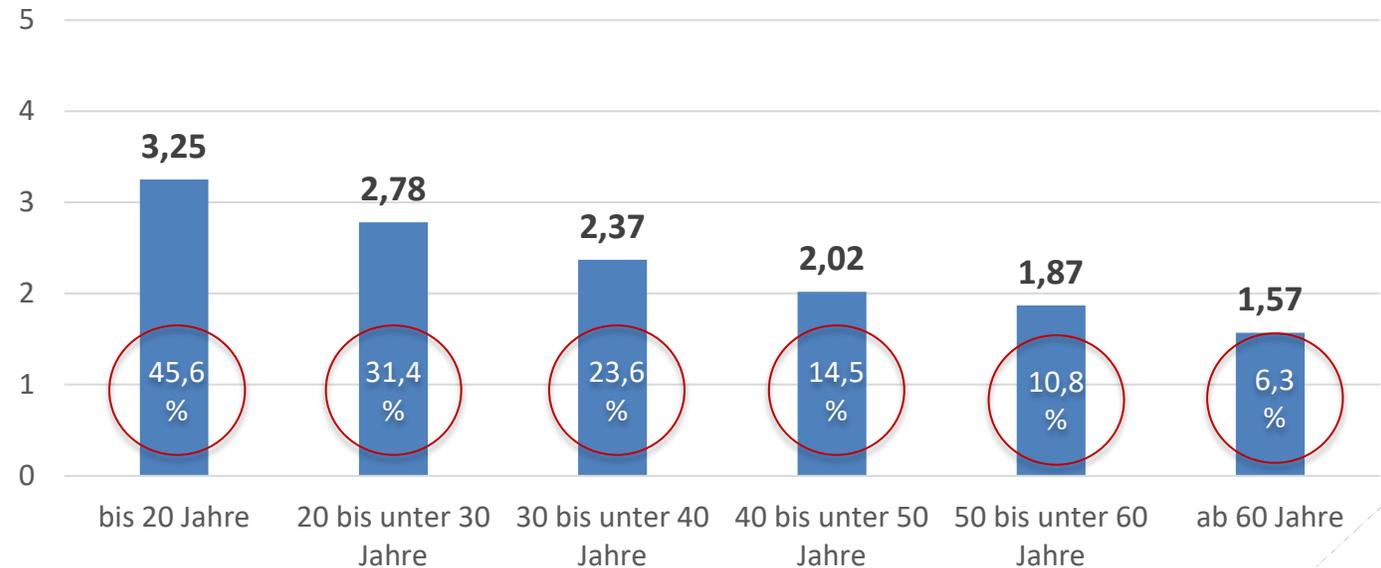
Skala von 1 = trifft überhaupt nicht zu bis 5 = trifft vollkommen zu

Warum trainieren Sie? Weil ich im Wettkampf aufblühe, um mich mit anderen zu messen, um sportliche Ziele zu erreichen, wegen des Nervenkitzels

 = trifft eher zu/trifft vollkommen zu

Motiv: Soziale Anerkennung/Bewunderung

- Auch der Aspekt der sozialen Anerkennung/Bewunderung nimmt in seiner Bedeutung mit dem Alter ab, spielt insgesamt aber ebenfalls eine weniger bedeutende Rolle.
- Etwas weniger als jeder Zweite unter 20 aber wird stark durch soziale Anerkennung motiviert.



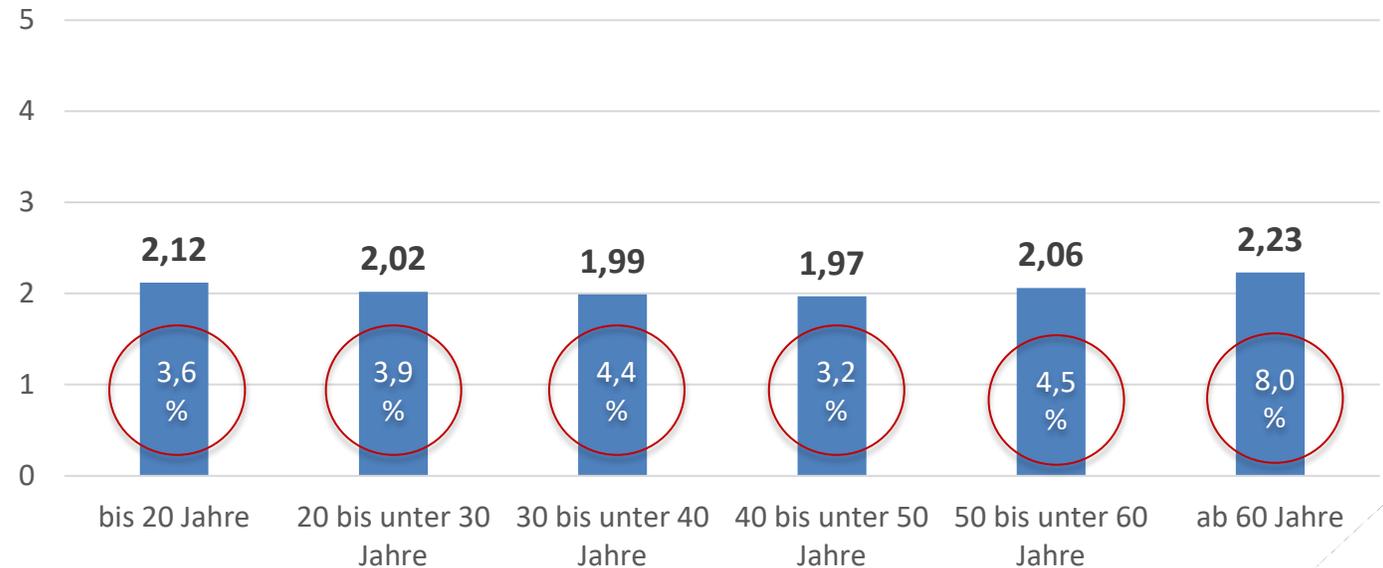
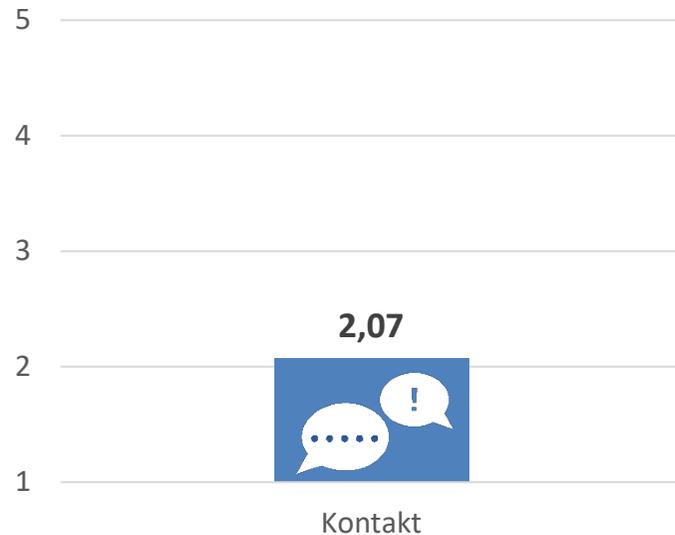
Skala von 1 = trifft überhaupt nicht zu bis 5 = trifft vollkommen zu

Warum trainieren Sie? Ich liebe es, wenn andere mich für meine Trainingserfolge bewundern

 = trifft eher zu/trifft vollkommen zu

Motiv: Soziale Kontakte

- Soziale Kontakte im/durch Training spielen eine untergeordnete Rolle, unabhängig vom Alter



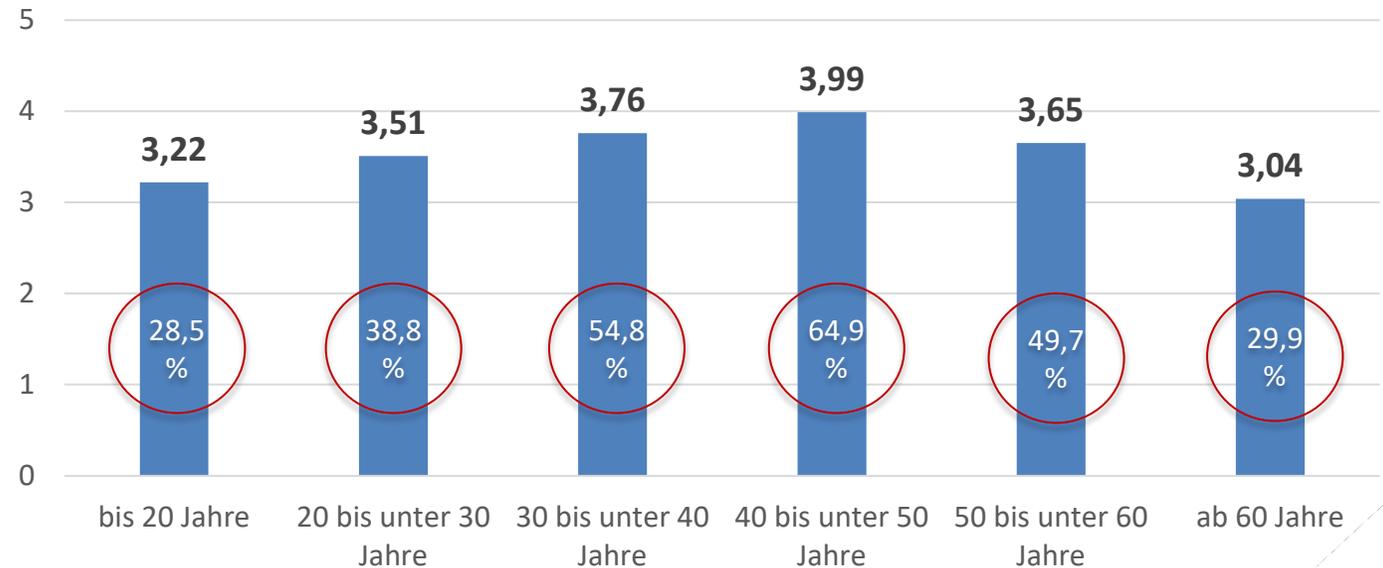
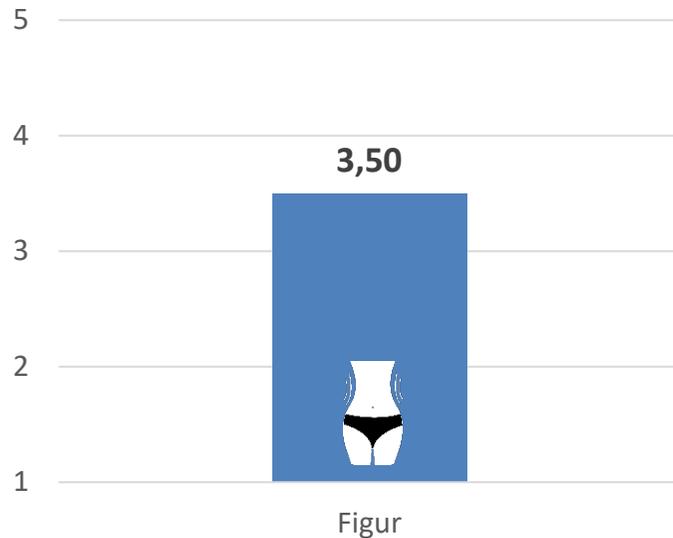
Skala von 1 = trifft überhaupt nicht zu bis 5 = trifft vollkommen zu

Warum trainieren Sie? Um mit anderen gesellig zu sein, um etwas in einer Gruppe zu unternehmen, um dabei Freunde/Bekannte zu treffen, um dadurch neue Menschen kennen zu lernen, um durch den Sport neue Freunde zu gewinnen

 = trifft eher zu/trifft vollkommen zu

Motiv: Figur

- Die Figur (abnehmen, Gewicht regulieren) stellt insbesondere für die „mittleren“ Altersgruppen, hier für mehr als jeden Zweiten, einen tendenziell bedeutsamen Treiber für regelmäßiges Training dar.



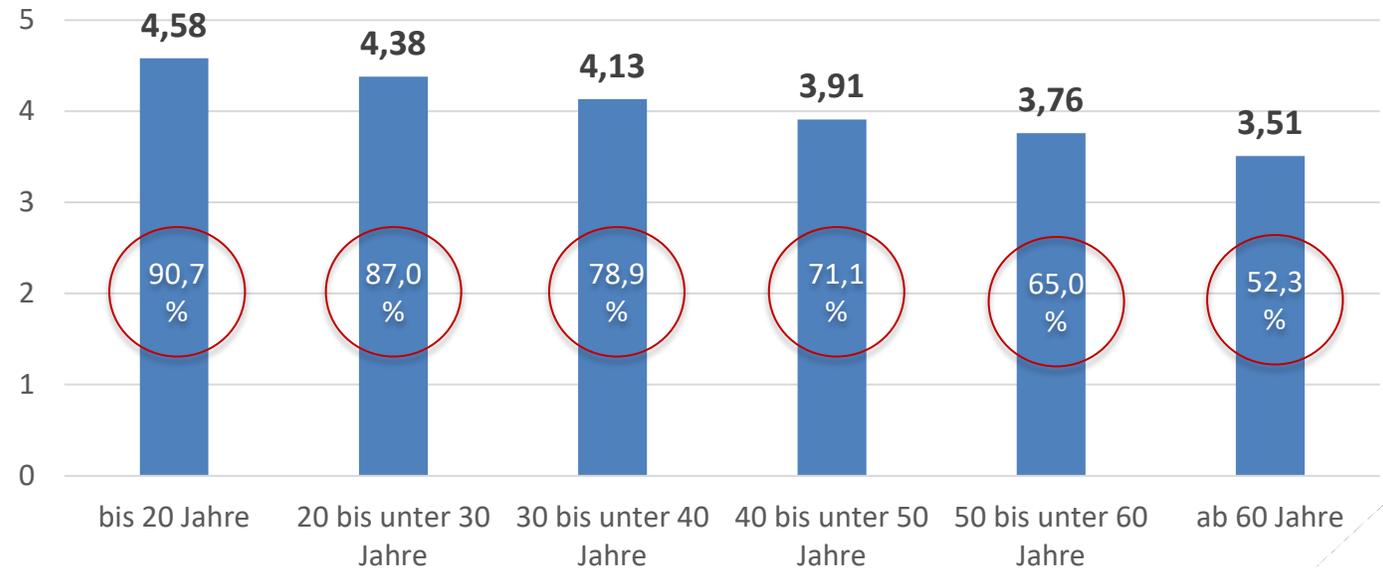
Skala:
von 1 = trifft überhaupt nicht zu
bis 5 = trifft vollkommen zu

Warum trainieren Sie? Um abzunehmen, um mein Gewicht zu regulieren, wegen meiner Figur

 = trifft eher zu/trifft vollkommen zu

Motiv: Ästhetik

- Während das Thema Gewichtsregulation bzw. -reduktion überwiegend bei den mittleren Altersgruppen als Treiber des Trainings fungiert, spielt die Sichtbarkeit körperlicher Fortschritte für Jüngere eine deutlich stärkere Rolle als für ältere Trainierende.



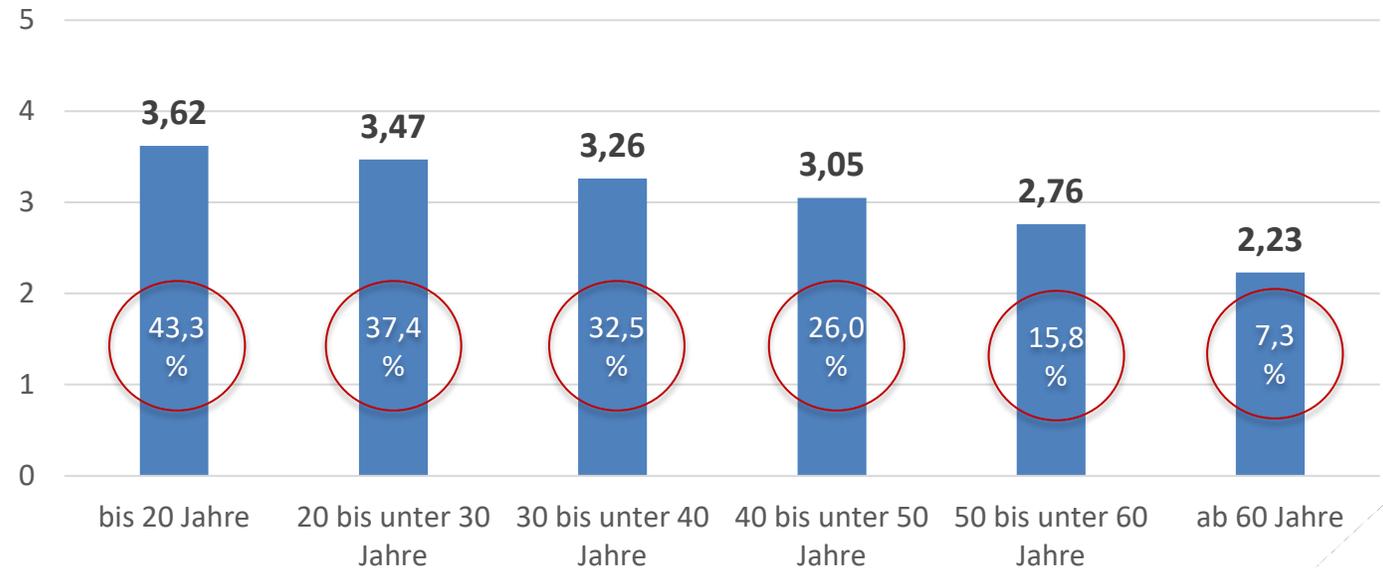
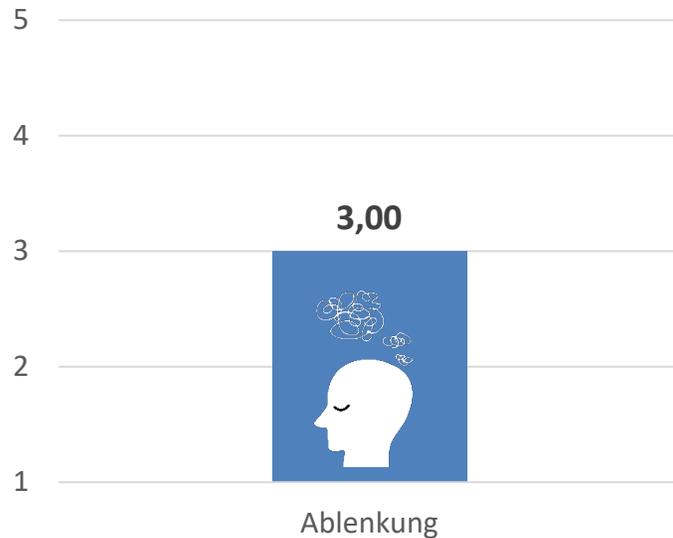
Skala:
von 1 = trifft überhaupt nicht zu
bis 5 = trifft vollkommen zu

Warum trainieren Sie? Ich liebe es, wenn ich körperliche Fortschritte sehen kann

= trifft eher zu/trifft vollkommen zu

Motiv: Ablenkung

- Training dient hauptsächlich den Jüngeren zur Ablenkung/zum Stressabbau. Die Bedeutung dieses Motivs nimmt mit zunehmendem Alter ab.



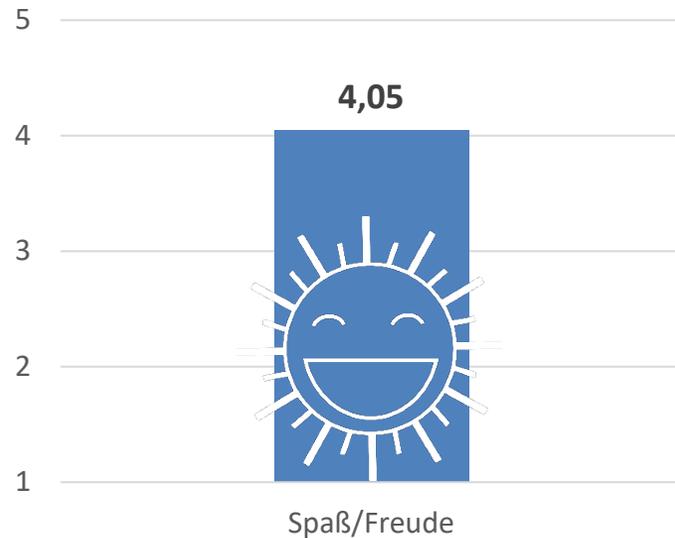
Skala:
von 1 = trifft überhaupt nicht zu
bis 5 = trifft vollkommen zu

Warum trainieren Sie? Um Ärger/Gereiztheit abzubauen, weil ich mich so von anderen Problemen ablenke, um Stress abzubauen, um meine Gedanken im Kopf zu ordnen

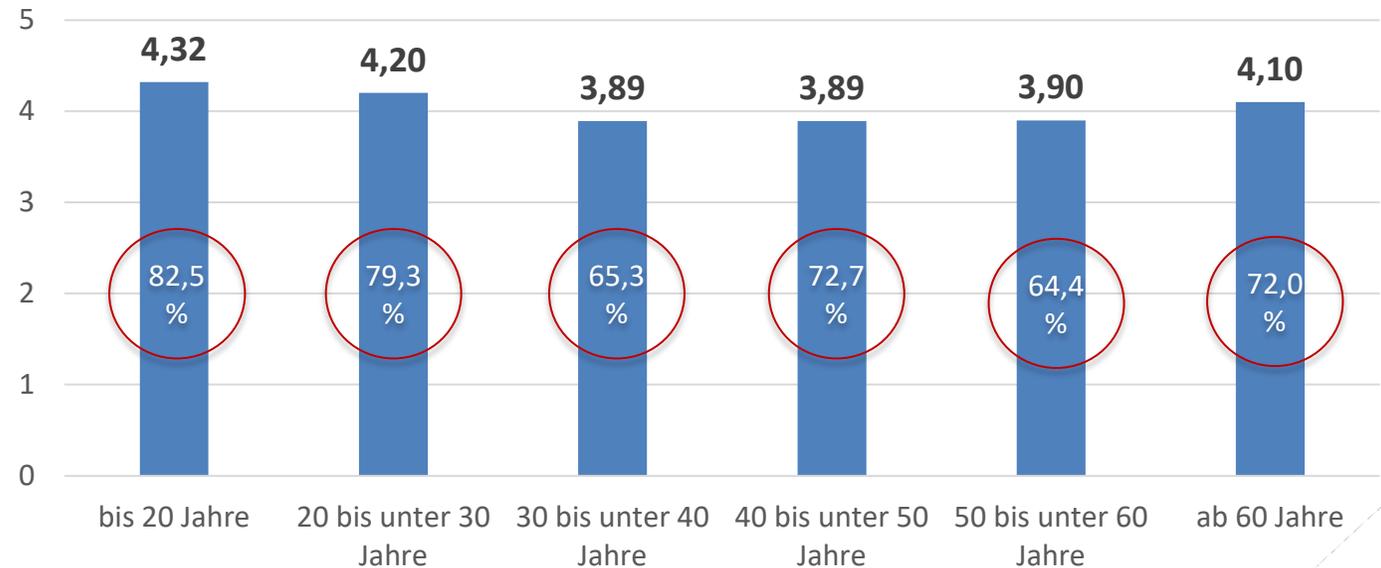
 = trifft eher zu/trifft vollkommen zu

Motiv: Spaß/Freude

- Freude am Training treibt alle Altersgruppen an, insbesondere aber die Jüngeren und die Älteren. Die Zielgruppen zwischen 30 und 60 messen Spaß/Freude eine tendenziell geringere, aber noch immer hohe Bedeutung für ein regelmäßiges Training bei



Skala:
von 1 = trifft überhaupt nicht zu
bis 5 = trifft vollkommen zu

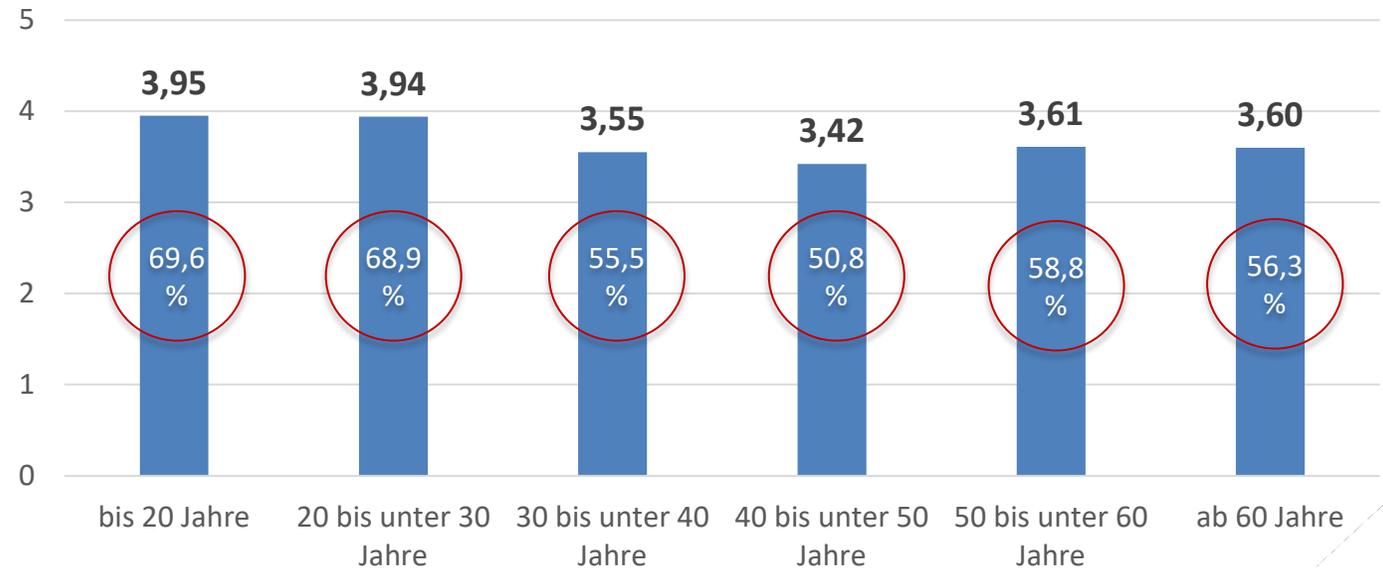
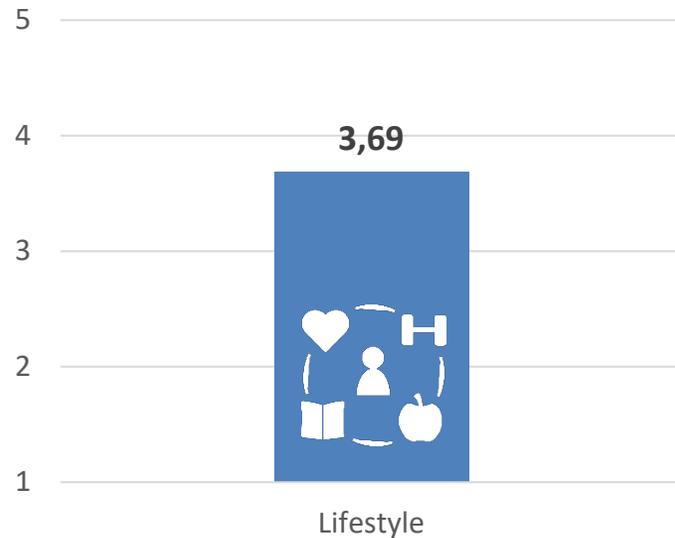


Warum trainieren Sie? Training macht mir einfach Spaß.

 = trifft eher zu/trifft vollkommen zu

Motiv: Lifestyle

- Ein aktiver Lebensstil zeigt sich bei den jüngeren Altersgruppen als Treiber für das Training.
- Doch auch die älteren Altersgruppen messen diesem Motiv eine durchschnittlich hohe Bedeutung bei



Skala:
von 1 = trifft überhaupt nicht zu
bis 5 = trifft vollkommen zu

Warum trainieren Sie? Ich liebe es, einen aktiven Lebensstil zu führen

= trifft eher zu/trifft vollkommen zu

Realität

	Gesundheit	Wettkampf/ Leistung	Soz. Anerkennung	Soz. Kontakte	Figur	Ästhetik	Ablenkung	Spaß	Lifestyle
unter 20	4,18	2,77	3,25	2,12	3,22	4,58	3,62	4,32	3,95
20 bis unter 30	4,32	2,60	2,78	2,02	3,51	4,38	3,47	4,20	3,94
30 bis unter 40	4,39	2,28	2,37	1,99	3,76	4,13	3,26	3,89	3,55
40 bis unter 50	4,56	1,96	2,02	1,97	3,99	3,91	3,05	3,89	3,42
50 bis unter 60	4,68	1,88	1,87	2,06	3,65	3,76	2,76	3,90	3,61
ab 60	4,73	1,63	1,57	2,23	3,04	3,51	2,23	4,10	3,60

Skala:

von 1 = trifft überhaupt nicht zu

bis 5 = trifft vollkommen zu

Mitglieder unterschiedlichen Alters werden durchaus von denselben Motiven angetrieben

- Insbesondere das Motiv der **Gesundheit**, hier v. a. der Aspekt der körperlichen **Fitness**, ist für alle Altersgruppen gleichermaßen von hoher Bedeutung

Dennoch zeigen sich Unterschiede zwischen den Altersgruppen, innerhalb des Motivs **Gesundheit**, aber auch zwischen den Motiven:

- **Spaß am Training** hat für alle Altersgruppen einen bedeutenden Stellenwert, sodass es gelingen muss, Mitglieder zu begeistern, um ein langfristiges Training sicherzustellen
- Die Rolle von Training als **Methode zum Stressabbau** nimmt mit zunehmendem Alter ab
- Wenig bis keine Bedeutung kommt dem **Wettbewerbs-/Leistungsgedanken** zu, was noch einmal mehr verdeutlicht: die Branche hat sich längst weg vom ehemaligen „Bodybuilder-Image“ bewegt und ist als bedeutsamer Gesundheitsdienstleister etabliert

Für Betreiber von Fitness- und Gesundheitsanlagen gilt: Genauer hinschauen!

Am Beispiel der Analyse von Trainingsmotiven:

- Was treibt Mitglieder an? Analysen der Trainingsmotive erlauben eine zielgruppenspezifische Ansprache von Mitgliedern und Neukunden
- Zeigen sich Unterschiede zwischen den Altersgruppen?
 - Wenn ja: Zielgruppenspezifische Ansprache und entsprechende Positionierung des Leistungsangebots
 - Bestehen Übereinstimmungen zwischen den Altersgruppen, können diese im Marketing genutzt werden



Quelle: pixabay

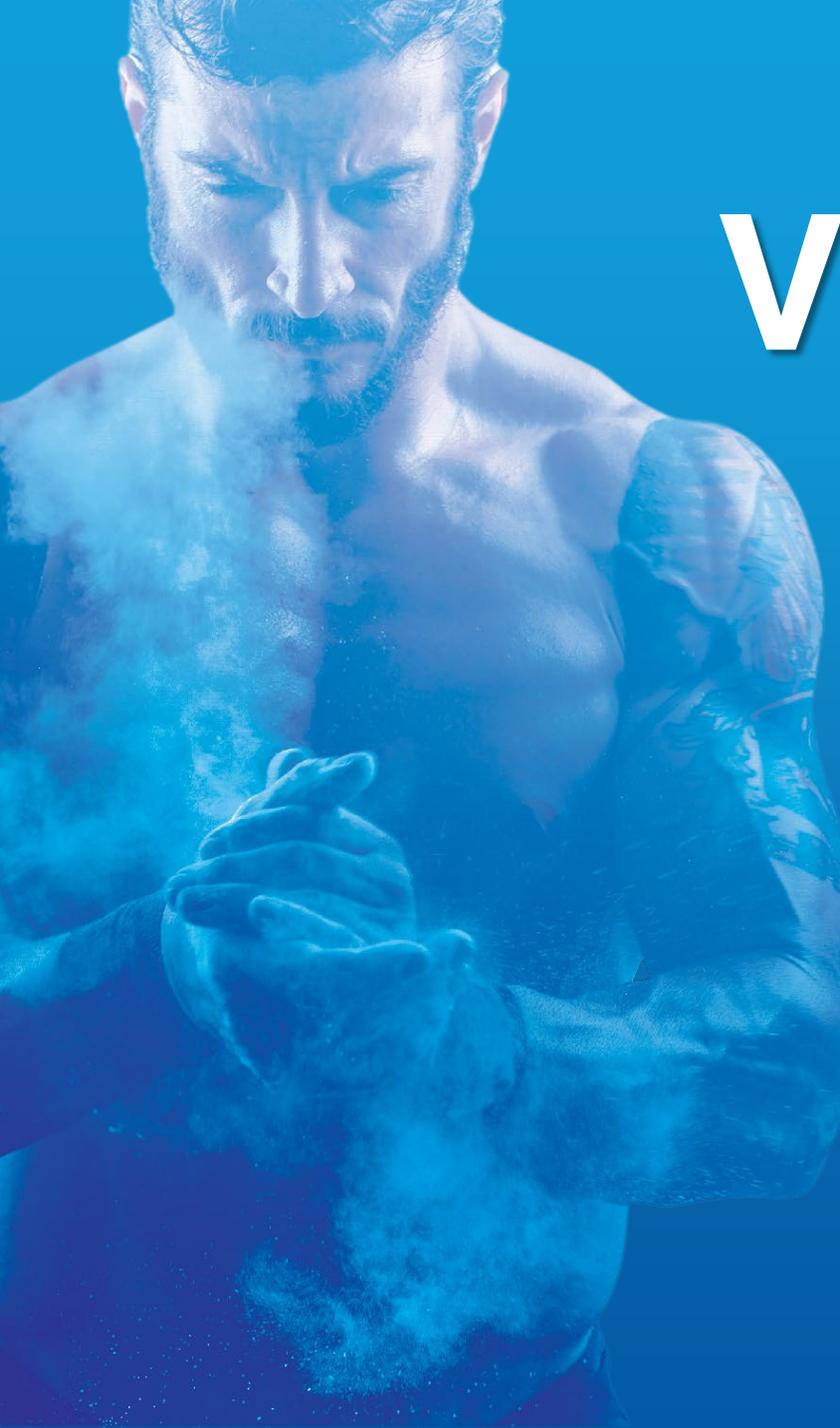
Aktuelle Erhebung:

Wer trainiert in deutschen Fitness- und Gesundheitsanlagen?

Ziel: Umfassende Betrachtung der Konsumenten der Fitness- und Gesundheitsbranche, u. a.

- Motive
- Trainingshäufigkeit
- Werteorientierung
- Lebensstil
- ...

Wann? Oktober 2023.



Vielen Dank!

Fragen? Kontakt!

Prof. Dr. Sarah Kobel

✉ s-kobel@dhfpg-bsa.de



Deutsche Hochschule
für Prävention und Gesundheitsmanagement
University of Applied Sciences

DSSV-FÖRDERMITGLIEDER

Die deutsche Fitnessindustrie unterstützt die Arbeit des DSSV. Wir danken Ihnen!



ECKDATEN '23

DER DEUTSCHEN FITNESSWIRTSCHAFT

Vielen Dank!

Fragen und Bestellung der Präsentation
Senden Sie uns einfach eine E-Mail an:
eckdaten@dhfpg-bsa.de

IDSSV
Arbeitgeberverband deutscher
Fitness- und Gesundheits-Anlagen



Deloitte.



Deutsche Hochschule
für Prävention und Gesundheitsmanagement
University of Applied Sciences