

# **Sport und Studium**

## **Befragung der Studierenden an den Schweizer Hochschulen**

### **Kurzfassung**

*Zürich, Oktober 2015*

---

Rahel Bürgi, Markus Lamprecht, Hanspeter Stamm  
Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG  
Forchstrasse 212 • CH-8032 Zürich • Tel. 044 260 67 60 • [info@LSSFB.ch](mailto:info@LSSFB.ch)

## **Das Sportverhalten der Studierenden**

Die Studierenden der Schweizer Hochschulen sind sportlich sehr aktiv und konnten ihre Sportaktivität in den letzten Jahren sogar leicht steigern. Rund 80 Prozent der Studierenden geben an, sich mindestens einmal pro Woche sportlich zu betätigen, 53 Prozent tun dies sogar mehrmals pro Woche in einem Umfang von mehr als drei Stunden (vgl. Abbildung 1). Im Vergleich zur gesamten Schweizer Bevölkerung und den nicht studierenden Altersgenossen präsentieren sich die Studierenden als überdurchschnittlich aktiv. Augenfällig ist dabei insbesondere der geringe Anteil an Studierenden, welche berichten, gänzlich auf Sport zu verzichten.

Die männlichen Studierenden sind im Vergleich zu ihren Kommilitoninnen noch etwas sportlicher, und auch die Semesteranzahl scheint einen Einfluss auf die Sportaktivität zu haben. So nimmt bis zum 12. Semester mit steigender Semesteranzahl auch die Sportaktivität der Studierenden leicht zu, ehe sie ihren Höhepunkt erreicht und danach wieder leicht zurück geht. Wie in der Abbildung 2 ersichtlich ist, finden sich auch zwischen den verschiedenen Hochschulen einige beachtliche Unterschiede bezüglich der Sportaktivität der Studierenden

Gesundheit und Fitness, der Ausgleich zum Studium und zur Arbeit sowie der Spass am Sport sind die Hauptgründe, um sich sportlich zu betätigen. Daneben sind auch die Stärkung der Leistungsfähigkeit, die Verbesserung der Figur und das Naturerlebnis wichtige Sportmotive für die Studierenden. Bei den Frauen scheinen die Gesundheit und die Figur noch etwas wichtiger zu sein, während bei den Männern das Leistungsmotiv und der soziale Kontakt als wichtige Sportmotive herausstechen. Obwohl die Studierenden bereits überaus sportlich sind, würden 82 Prozent gerne noch mehr Sport treiben.

Abbildung 1: Sportaktivität der Studierenden an den Schweizer Hochschulen im Zeitvergleich und im Vergleich zur Gesamtbevölkerung und zu allen Personen im Alter von 20 bis 34 Jahren, in %

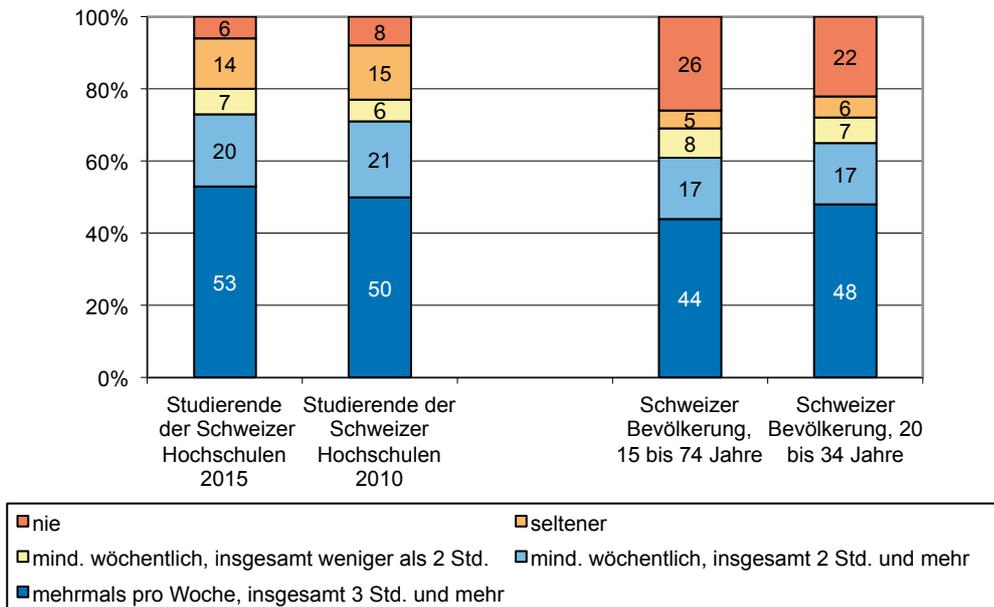
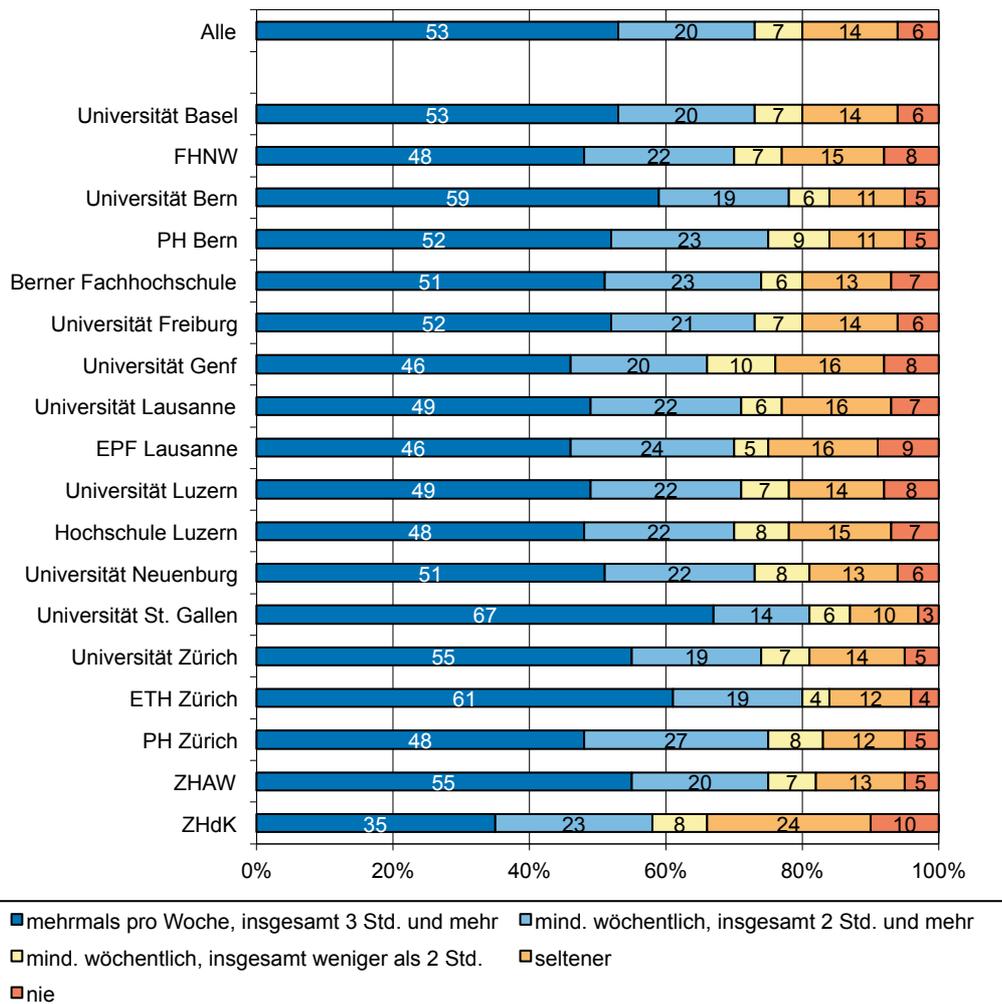


Abbildung 2: Sportaktivität der Studierenden nach Hochschule, in %



Nur ein sehr kleiner Anteil von 6 Prozent der Studierenden gibt an, gar keinen Sport zu treiben. Dieser Anteil ist im Vergleich zur Gesamtbevölkerung rund viermal kleiner, und hat sich in den letzten fünf Jahren nochmals leicht reduziert. Zeitliche Aspekte, mangelndes Interesse oder der fehlende Spass am Sport sind die Hauptgründe, weshalb die inaktiven Studierenden keinen Sport treiben. Zeitliche Aspekte dominieren dabei vor allem bei den Frauen, während die Männer eher das fehlende Interesse betonen.

Knapp drei Viertel der inaktiven Studierenden äussern den Wunsch, mit Sport zu beginnen. Dafür müssten sie vor allem mehr Zeit haben oder durch eine andere Person zum Sport motiviert werden. Zu den Wunschsportarten der inaktiven Frauen zählen Tanzen, Yoga und Schwimmen, zu jenen der inaktiven Männern Schwimmen, Wandern und Jogging.

## **Teilnahme am Hochschulsport**

Der Hochschulsport ist bei den Studierenden sehr bekannt und überaus beliebt. Mehr als 90 Prozent der Studierenden kennen die Hochschulsportorganisation ihrer Hochschule und deren Angebot und zwei Drittel haben schon daran teilgenommen. Im Vergleich zu 2010 konnten diese Werte sogar nochmals gesteigert werden. Wie die Tabelle 1 verdeutlicht, gibt es aber zwischen den Hochschulen beträchtliche Unterschiede, was die Bekanntheit vom und Teilnahme am Hochschulsportangebot angeht.

Richtet man den Fokus nur auf das vergangene Jahr, so hat mehr als die Hälfte der Studierenden ein Angebot des Hochschulsports in den letzten 12 Monaten besucht und 30 Prozent haben mindestens einmal pro Woche daran teilgenommen. Auch hier zeigen sich teilweise grosse Unterschiede beim Vergleich der verschiedenen Hochschulen. Die wöchentlichen Nutzer haben pro Woche 3.8 Stunden während des Semesters und 1.9 Stunden im Zwischensemester in einem Angebot des Hochschulsports verbracht. Obwohl der Anteil der Frauen, die am Hochschulsport teilnehmen, höher ist, weisen die Männer insgesamt mehr Hochschulsportstunden auf.

Mit 29 Prozent fällt etwas mehr als ein Viertel aller geleisteten Sportstunden von Studierenden auf den Hochschulsport, wobei 16 Prozent innerhalb geleiteter Angebote und 13 Prozent im Rahmen von individuellen Trainings absolviert werden. Damit konnte der Hochschulsport in den letzten Jahren an Bedeutung gewinnen, ist aber immer noch klar hinter dem freien, ungebundenen Sport (38%) anzusiedeln. Für die Frauen ist der Hochschulsport bedeutsamer als für die Männer. Letztere engagieren sich dafür klar häufiger in Sportvereinen.

Das mit Abstand beliebteste Angebot des Hochschulsports ist bei den weiblichen Studierenden Group Fitness, gefolgt von Wellness- und Entspannungsangeboten, Kraft-Cardio, Tanz und Spiel. Demgegenüber steht bei den männlichen Studierenden das Spiel relativ deutlich an erster Stelle, gefolgt von Kraft-Cardio, Group Fitness, Kampfsport sowie Wellness- und Entspannungsangeboten (vgl. Abbildung 3). Im Vergleich zu 2010 sind die Wellness- und Entspannungsangebote die grossen Gewinner, wohingegen die Spiele den grössten Rückgang verzeichnen. Die Sportartenpräferenzen unterscheiden sich nicht nur zwischen den Geschlechtern, sondern auch zwischen den Hochschulen.

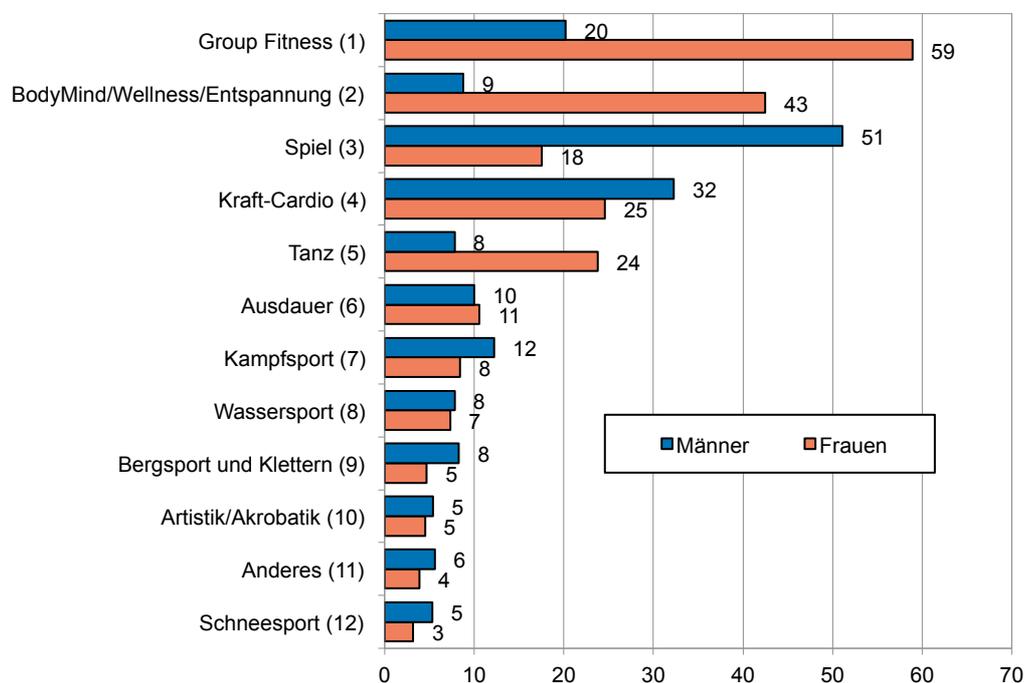
Die tiefen Kosten, der gute Ausgleich zu Studium und Arbeit, die passenden und gut erreichbaren Trainingsmöglichkeiten während des Studienalltags sowie die fehlende Vereinsverpflichtung sind die wichtigsten Gründe, die für den Hochschulsport sprechen. Im Gegensatz dazu werden die fehlende Zeit, ungünstige Trainingszeiten oder -orte sowie das Sporttreiben in einem anderen Umfeld am häufigsten als Hinderungsgründe für die Teilnahme am Hochschulsport genannt.

Um sich über das Angebot des Hochschulsports zu informieren, wird von vier Fünfteln der Studierenden die Website, App oder Facebook-Seite der Hochschulsportorganisation genutzt. Ebenfalls als wichtig erweisen sich persönliche Anregungen von Kollegen und Kolleginnen und das gedruckte Hochschulsportprogramm. Wenig überraschend hat in den letzten fünf Jahren die Wichtigkeit der elektronischen Medien als Informationsquelle zugenommen.

Tabelle 1: Kenntnis des und Teilnahme am Hochschulsportangebot, nach Hochschule, in %

	Kenntnis der Hochschulsportorganisation		Kenntnis des Angebots des Hochschulsports		Teilnahme am Angebot des Hochschulsports	
	2015	$\Delta$ 2010	2015	$\Delta$ 2010	2015	$\Delta$ 2010
Total 2015	95	+1	92	+1	66	+1
Uni Basel	98	-1	99	+1	83	+13
FHNW	93	*	90	*	42	*
Uni Bern	96	-1	96	0	73	+1
PH Bern	97	+1	95	+7	67	+10
FH Bern	89	+5	82	+10	42	+4
Uni Freiburg	94	-2	93	-1	72	-1
Uni Genf	93	+5	84	+3	59	+8
Uni Lausanne	92	+2	87	0	65	+4
EPF Lausanne	87	-1	82	-3	65	+5
Uni Luzern	96	-2	91	0	57	+3
HS Luzern	95	+4	90	+7	49	+13
Uni Neuenburg	97	+3	96	+2	71	+6
Uni St. Gallen	97	-1	98	+2	82	+14
Uni Zürich	98	+1	97	+1	79	+3
ETH Zürich	99	+1	97	+1	82	+6
PH Zürich	99	*	96	*	73	*
ZHAW	97	*	94	*	58	*
ZHdK	95	*	91	*	63	*

Abbildung 3: Teilnahme an den verschiedenen Angeboten des Hochschulsports, nach Geschlecht, in % aller Studierenden, die in den letzten 12 Monaten an einem Angebot des Hochschulsports teilgenommen haben



## Beurteilung des Hochschulsports

Der Hochschulsport wird von den Studierenden fast durchwegs positiv beurteilt. In Bezug auf das Geschlecht, die Studienstufe und die Semesteranzahl gibt es keine signifikant unterschiedlichen Bewertungen, und auch die Unterschiede zwischen den Hochschulen halten sich in engen Grenzen. Insbesondere die tiefen Kosten und das breite Angebot erzielen absolute Spitzenwerte und werden von mehr als 60 Prozent der Studierenden als sehr gut beurteilt. Auch die restlichen Aspekte werden von über 70 Prozent der Studierenden als gut eingeschätzt. Lediglich bei den Schalteröffnungszeiten und der Belegungsdichte der Sporträume gibt es auch kritischere Stimmen (vgl. Abbildung 4).

Für die verschiedenen Angebote und Dienstleistungen des Hochschulsports gibt es nicht nur gute Noten, sie werden auch fast durchgängig als relevant und wichtig taxiert. Für rund 90 Prozent der Studierenden ist es wichtig, dass sie ein breites, qualitativ hochstehendes Angebot an Sportarten zur Verfügung haben, welches in gut erreichbaren und nicht zu hoch frequentierten Sportanlagen durchgeführt wird. Die Teilnahme- und Anmeldemodalitäten sollten möglichst einfach und die Kosten tragbar sein. Ebenfalls von grosser Wichtigkeit ist es, dass die Angebote von kompetenten Trainingsleitern geleitet werden und die Sportanlagen von guter Qualität sind. Weniger als 50 Prozent der Studierenden sind demgegenüber der Meinung, dass gute und lange Schalteröffnungszeiten, ein gutes Image des Hochschulsports und gute Feedbackmöglichkeiten für sie relevant sind. Auch hier haben Geschlecht, Studienstufe, Semesteranzahl und die Hochschule keinen grossen Einfluss darauf, als wie wichtig man die verschiedenen Aspekte einschätzt.

Auch eine Qualitäts-Relevanz-Analyse, bei welcher die durchschnittliche Bewertung der verschiedenen Aspekte mit der Relevanz in Verbindung gebracht wurde, bestätigt das positive Bild, welches die Studierenden vom Hochschulsport haben. Sämtliche Punkte befinden sich im Quadranten „Pflegen“ und werden von den Studierenden als wichtig eingestuft, haben aber auch eine gute oder sehr gute Bewertung erhalten (vgl. Abbildung 5). Somit wird deutlich, dass es offenbar keinen Bereich gibt, in welchem Verbesserungen absolut prioritär wären, oder in dem sich eindeutig sparen liesse. Bei einem etwas strengeren Bewertungssystem lässt sich einzig bei der Belegungsdichte der Sporträume klares Verbesserungspotenzial erkennen. Dieser Aspekt wird zwar als sehr wichtig, aber nicht sehr gut angesehen.

Zuoberst auf der Hochschulsport-Wunschliste stehen der Ausbau der Angebote im Zwischensemester und am Wochenende, mehr Möglichkeiten zum individuellen Training und die Ausdehnung der Öffnungszeiten am Abend. Die Frauen wünschen sich etwas häufiger einen Ausbau der Angebote im Zwischensemester und am Wochenende und würden sie sich über mehr Angebote für Einsteiger freuen. Die Männer äussern hingegen häufiger den Wunsch nach individuellen Trainingsmöglichkeiten, nach mehr Raum für das freie, nicht angeleitete Spiel und nach mehr Turnieren und Events.

Abbildung 4: Beurteilung des Hochschulsports im Allgemeinen, in % aller Studierenden, die in den letzten 12 Monaten an einem Angebot des Hochschulsports teilgenommen haben („Wie beurteilen Sie den Hochschulsport im Allgemeinen mit Blick auf ...“)

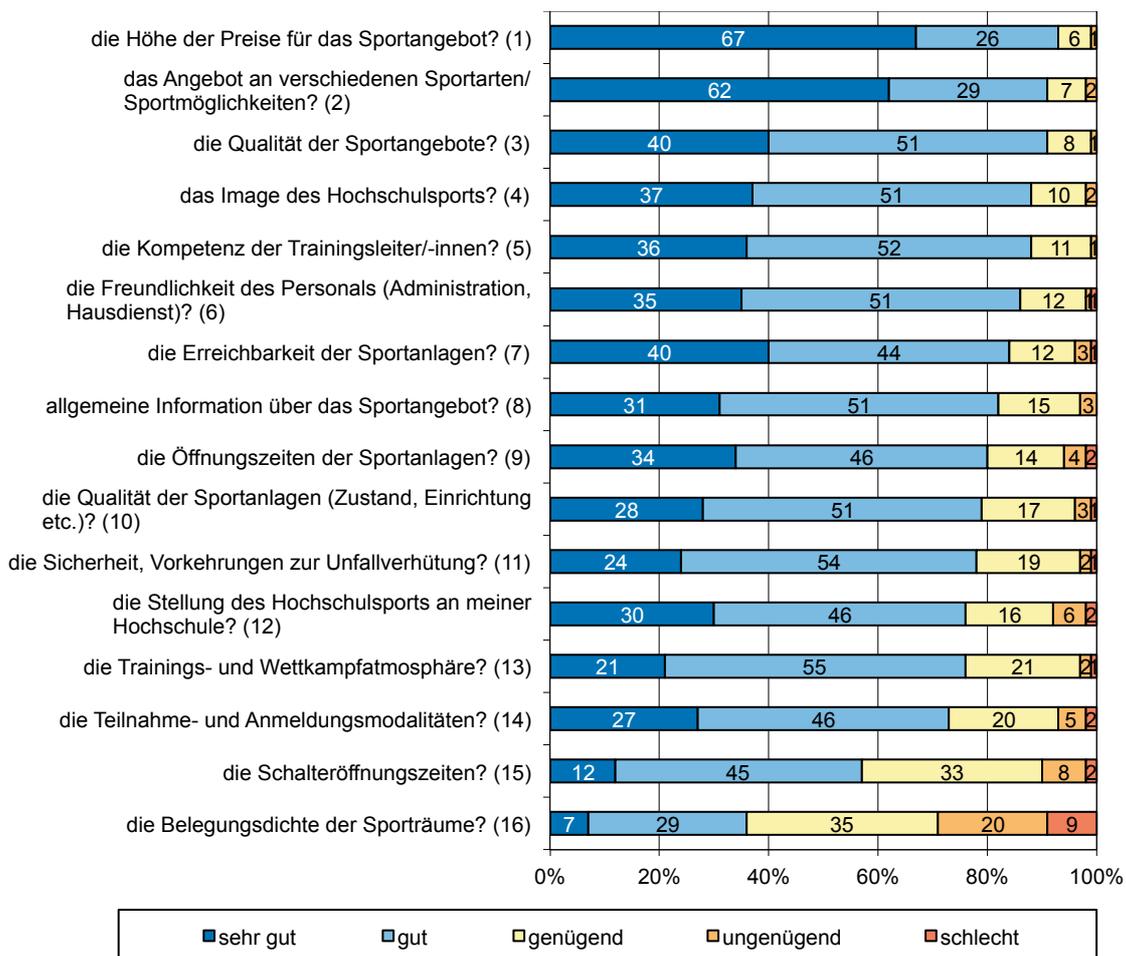
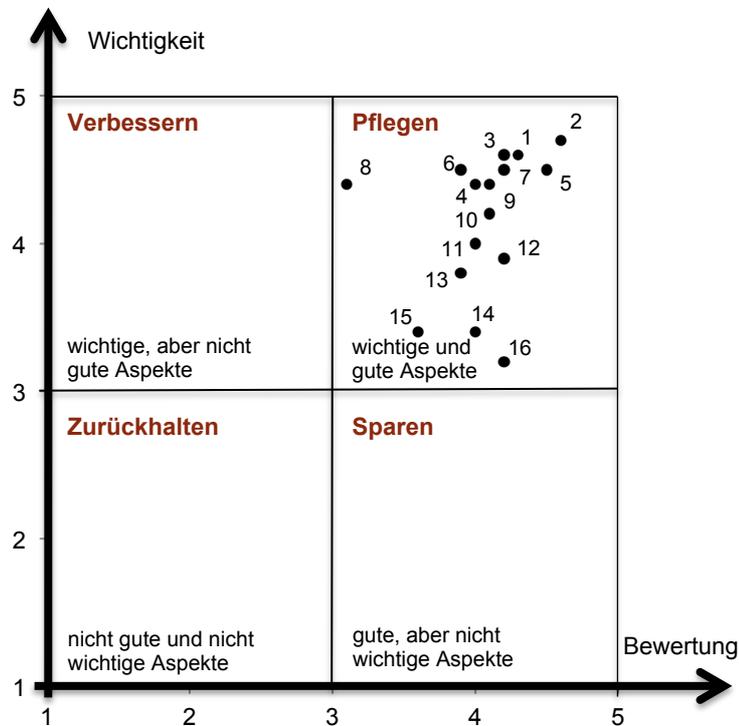


Abbildung 5: Qualitäts-Relevanz-Analyse verschiedener Aspekte des Hochschulsports, auf einer Wichtigkeits- und Bewertungs- Skala von 1 bis 5 (völlig unwichtig/sehr negativ bis sehr wichtig/sehr positiv)



- 1 gute Qualität der Sportangebote
- 2 tragbare Kosten/günstige Angebote
- 3 gut erreichbare Sportanlagen
- 4 gute Qualität der Sportanlagen
- 5 breites und vielfältiges Angebot an Sportarten/Sportmöglichkeiten
- 6 gute und einfache Teilnahme- und Anmeldungsmodalitäten
- 7 kompetente Trainingsleiter/-innen
- 8 nicht zu hohe Belegungsdichte der Sporträume
- 9 gute und lange Öffnungszeiten der Sportanlagen
- 10 eine gute Information über das Sportangebot
- 11 Sicheres Sporttreiben
- 12 freundliches Personal (Administration, Hausdienst)
- 13 gute Trainings- und Wettkampfatmosphäre
- 14 gute Stellung des Hochschulsports an meiner Hochschule
- 15 gute und lange Schalteröffnungszeiten
- 16 gutes Image des Hochschulsports

Die Studie beruht auf einer Onlinebefragung von 20'063 Studierenden an 18 Schweizer Hochschulen, die im Frühling 2015 durchgeführt wurde. Die Auswahl der befragten Studierenden erfolgte nach einem reinen Zufallsverfahren. Mit einer Ausschöpfungsquote von 27 Prozent ohne sichtbare Verzerrungen darf die Datenbasis als repräsentativ für die an den 18 Schweizer Hochschulen immatrikulierten Studierenden gelten.