

# Exemplarische Ergebnisse der ersten Befragungswelle

## Top Ten der ausgeübten Sportarten

Die ersten Ergebnisse der Healthy Campus Online-Befragung vom WS 2011/2012 zeigen ganz klar, dass bei den StudienanfängerInnen die Individualsportarten an erster Stelle liegen.

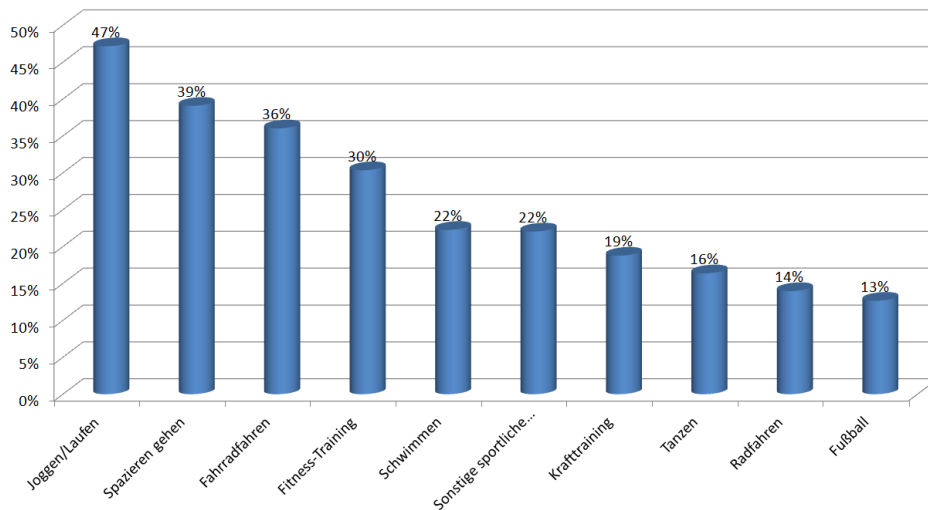


Abb. 1: Welche sportlichen Aktivitäten betreiben Sie?

Bei den Studienanfängerinnen liegen neben den Individualsportarten auch Tanzen und Yoga unter den Top Ten.

Die männlichen Studenten fokussieren sich zusätzlich auf Kraft- und Fitnessstraining, wobei auch Fußball hoch im Kurs steht.

## Sportaktivität

Auffällig ist, dass Studentinnen mit 28% inaktiver sind als Studenten, deren Anteil an Sportmuffeln nur bei 19% liegt. Allerdings sind ein Viertel (25%) der Bonner Erstsemester „Couchpotatoes“, d.h. sie betreiben gar keinen Sport.

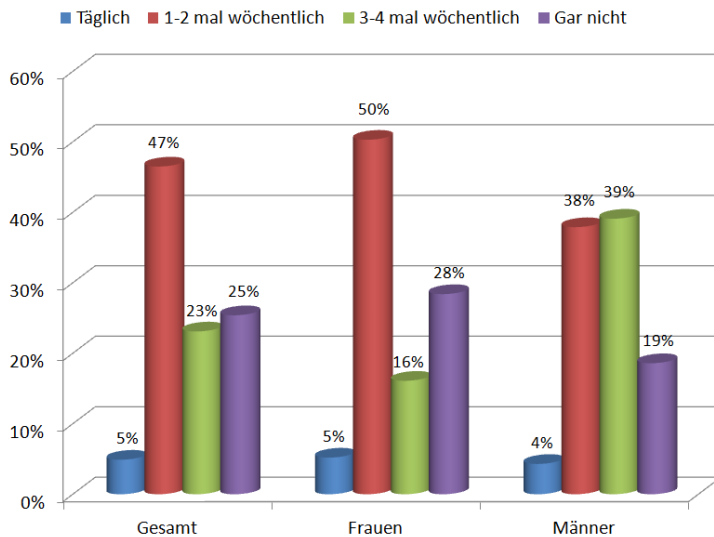


Abb. 2: Wie häufig sind Sie in einer „normalen“ Woche sportlich aktiv, also mindestens 30 Minuten lang?

## Body Mass Index

Der Anteil der übergewichtigen Studierenden liegt bei rund einem Sechstel (17%), wobei die Männer dabei überrepräsentiert sind.

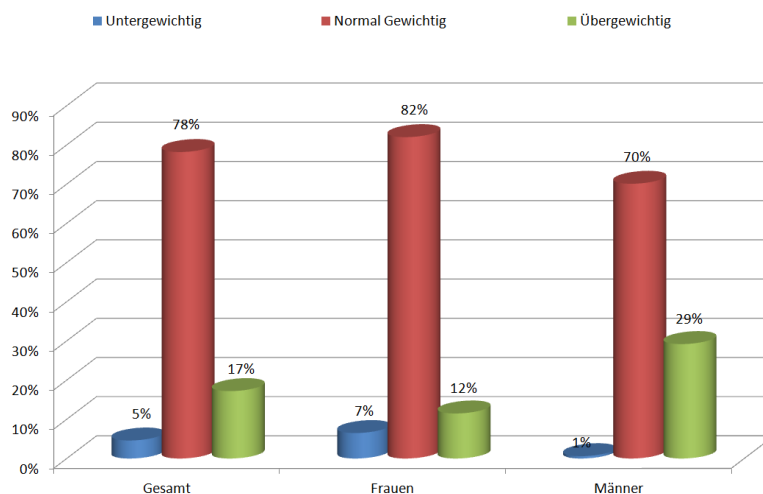


Abb. 3: Body Mass Index (BMI) aller TeilnehmerInnen.

## Gesundheitszustand

Insgesamt fühlen sich die Bonner Erstsemester gesund!

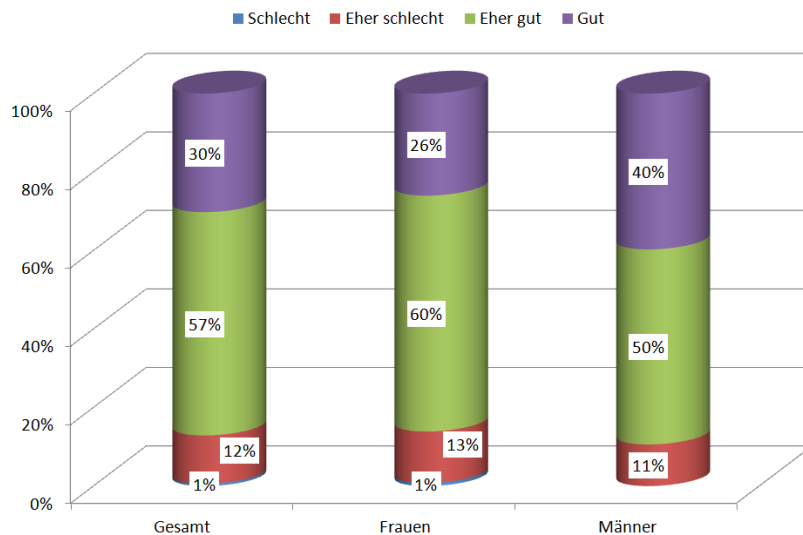


Abb. 4: Wie schätzen Sie Ihren allgemeinen derzeitigen Gesundheitszustand ein?

## Gesundheitliche Beschwerden

Dennoch zeigen sich muskuloskeletale Beschwerden, die bei Studentinnen signifikant häufiger auftreten als bei Studenten. In der Abbildung 5 weisen die Studentinnen mit nahezu 60% tägliche, wöchentliche bzw. monatliche muskuloskeletale Beschwerden auf; der Anteil der Studenten beträgt hier nur rund ein Drittel. Studentinnen zeigen signifikant häufiger eine vegetative Beschwerdesymptomatik als Studenten.

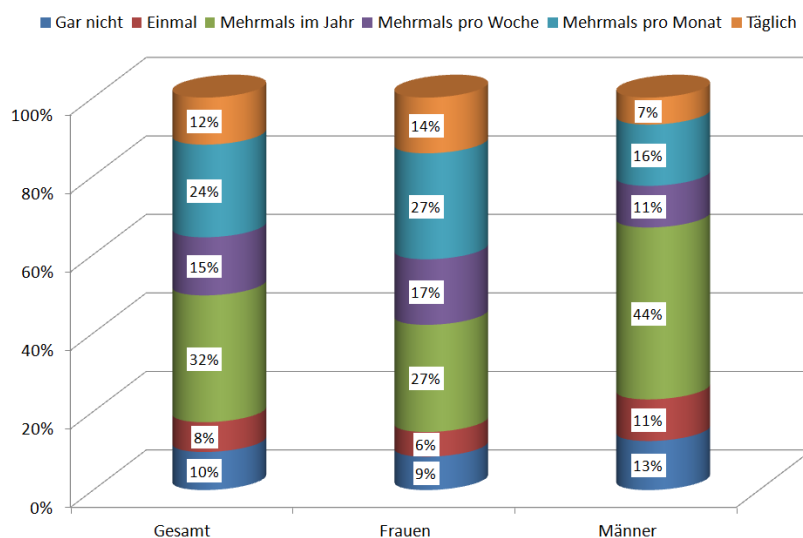


Abb. 5: Bitte geben Sie an, wie häufig Sie muskuloskeletale Beschwerden innerhalb der letzten 12 Monate hatten .

## Ernährung

Unter Stress, z.B. Prüfungsstress, ändern mehr als doppelt so viele Studentinnen im Vergleich zu ihren männlichen Kommilitonen ihr Ernährungsverhalten.

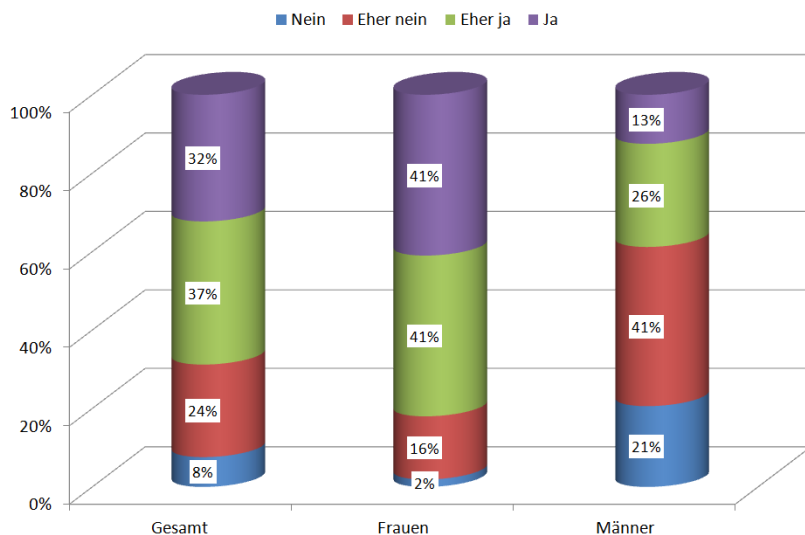


Abb. 6: Ändern sich Ihre Ernährungsgewohnheiten durch Stress z.B. in Prüfungsphasen?

## Sportinteresse

Das Interesse der StudienanfängerInnen an Bewegungsangeboten orientiert sich insgesamt in Richtung Gruppentraining und Mannschaftssportarten. Ganz klar, denn die Individualsportarten dominieren schon die Top Ten der ausgeübten Sportarten.

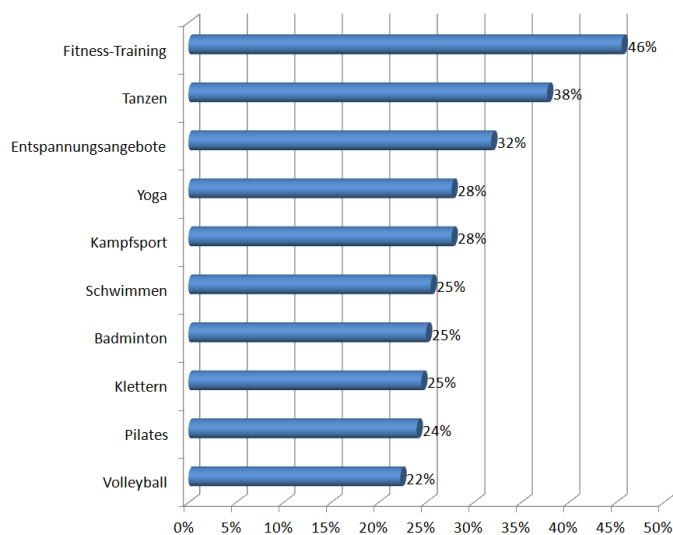
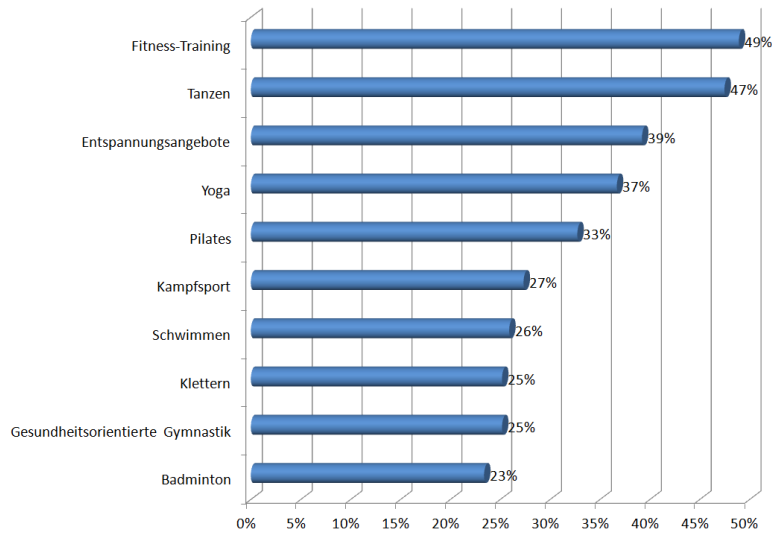
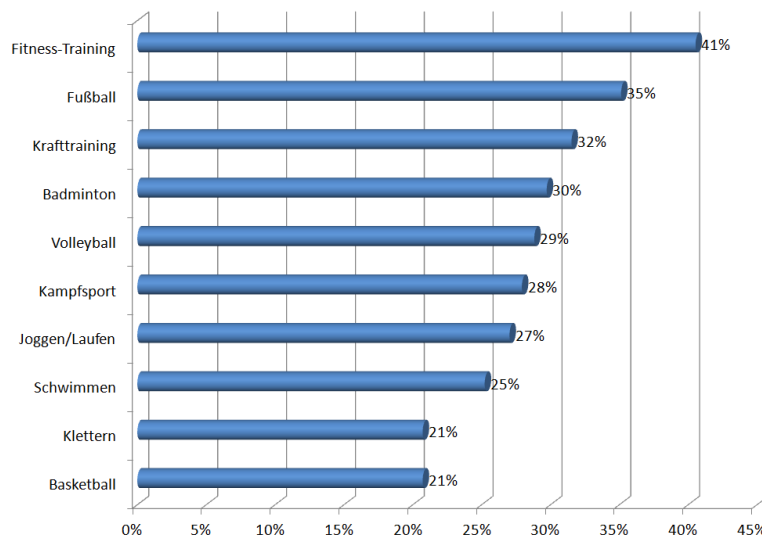


Abb. 7: Bitte geben Sie an, welche Sport- und Bewegungsprogramme Sie gerne nutzen würden (Männer und Frauen).



**Abb. 8: Bitte geben Sie an, welche Sport- und Bewegungsprogramme Sie gerne nutzen würden (Frauen).**

Während die Studienanfängerinnen besonders Tanzen, Entspannungsangebote und Yoga favorisieren, interessieren sich die männlichen Erstsemester besonders für Fußball, Kampfsport, Krafttraining und weitere Spielsportarten. Fitness-Training wurde, unabhängig vom Geschlecht, von allen Erstsemestern am häufigsten genannt.



**Abb. 9: Bitte geben Sie an, welche Sport- und Bewegungsprogramme Sie gerne nutzen würden (Männer).**

Die Ergebnisse der 1. Befragungswelle basieren auf den Antworten von 535 Studierenden, was einer Rücklaufquote von 11% entspricht.