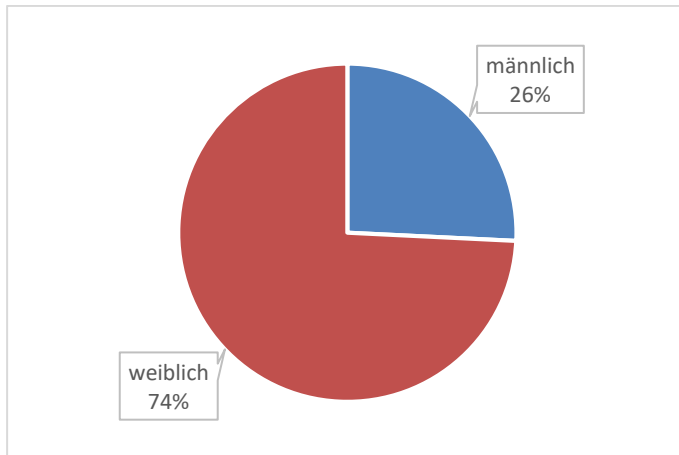


Von Sitzgymnastik bis Marathon Fit und beweglich – so lang wie möglich

Auswertung der Umfrage „Aktiv ab 65“

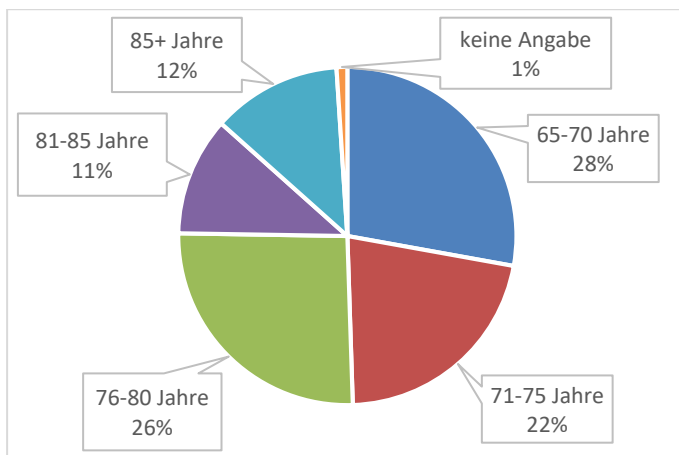
Über das Amtsblatt, die Homepage der Stadt LE sowie über myle.de wurden im Zeitraum vom 26.2. – 5.4.2021 alle über 65-jährigen dazu aufgefordert, einen Kurzfragebogen zum Thema Sport/Sportangebot in der Stadt auszufüllen und abzugeben.

Insgesamt kamen 97 Fragebögen zurück.



Geschlechterverteilung

Die Umfrage wurde zu knapp 75% von Frauen beantwortet. Die Männer sind somit nur mit 25% vertreten.

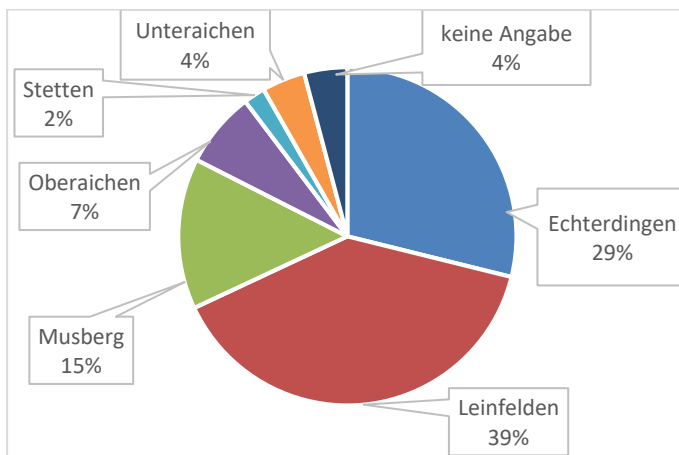


Altersangabe

Erfreulicherweise haben sich Menschen aus jeder Altersstufe ab 65 an der Umfrage beteiligt.

Die Geschlechterverteilung ist innerhalb der Altersgruppen relativ ausgeglichen.

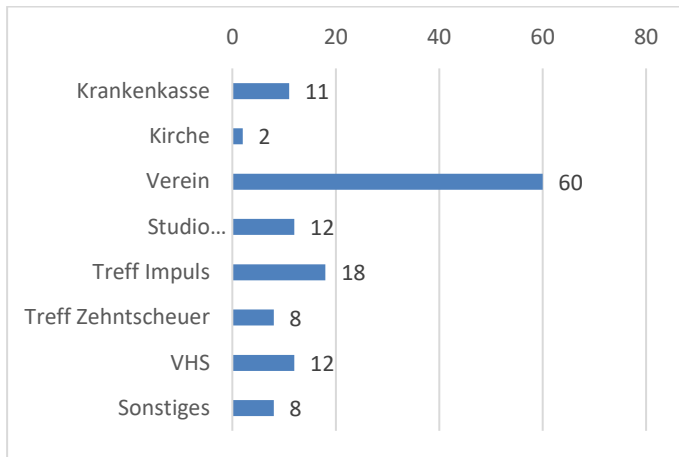
Somit ergibt sich ein guter Querschnitt.



Wohnort

An der Umfrage haben sich Menschen aus allen Stadtteilen beteiligt. Die aus Leinfelden und Echterdingen sind etwas stärker vertreten.

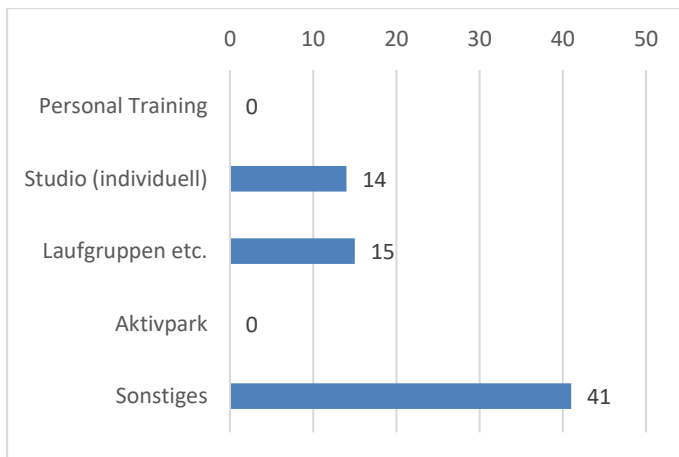
Aus Stetten und Unteraichen beteiligten sich nur Frauen an der Umfrage.



Sportlich aktiv in festen Angeboten

Die meisten sind einem Verein angebunden und nehmen dort an festen Angeboten teil, hier überwiegt der Anteil der Männer. Das Angebot in der Kirche oder im Treff Zehntscheuer wurde ausschließlich von Frauen angekreuzt.

Unter Sonstiges wurden das Hallenbad, der Albverein, Angebote im betreuten Wohnen, der Spielplatz in Oberaichen, Tennishalle und Sporthalle Musberg, B.U.S., CorE und Yoga genannt. Einmal wurde auch angegeben, privat einem festen Sportangebot nachzugehen.



Eigenständig sportlich aktiv

Der Anteil der eigenständig aktiven Männer und Frauen ist ungefähr gleich. Personal Training und der Aktivpark wurden von niemandem angekreuzt.

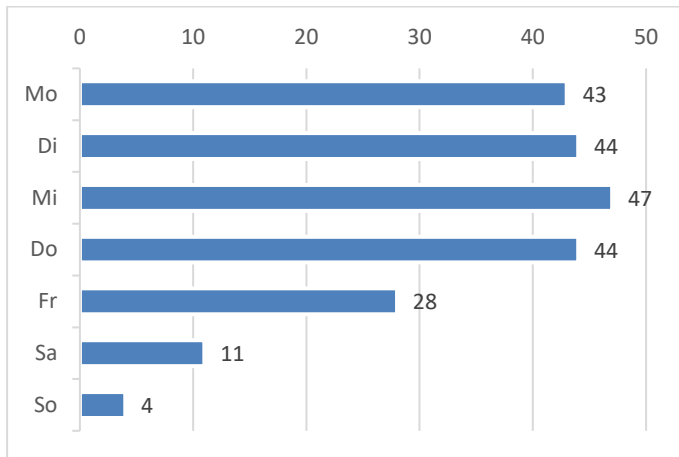
Unter Sonstiges wurde hauptsächlich alles rund ums Laufen/Wandern/Spazierengehen/Nordic Walken genannt, dicht gefolgt von sehr vielen, die in unterschiedlichen Formen mit dem Fahrrad unterwegs sind. Einige gehen noch schwimmen oder machen zu Hause Gymnastik. Boule-Spielen, Line-Dance, und Tennis wurde ebenfalls genannt.

Diese sportlichen Angebote werden vermisst:

Schwimmen, Sauna, Aqua-Fitness wird von überdurchschnittlich vielen vermisst. Mehr Yogaangebote in der Stadt fehlen und Fitness/Gymnastik wird in verschiedensten Formen vermisst. Auch das Tanzangebot ist nicht ausreichend. Eine Kooperation der Sportvereine in LE wird gewünscht, außerdem Spinning, Tai Chi oder Qi Gong, eine Rennradgruppe, Geräteturnen und eine Lauf-/Walkinggruppe in Stetten. Auch verschiedene Rehaangebote fehlen in der Stadt.

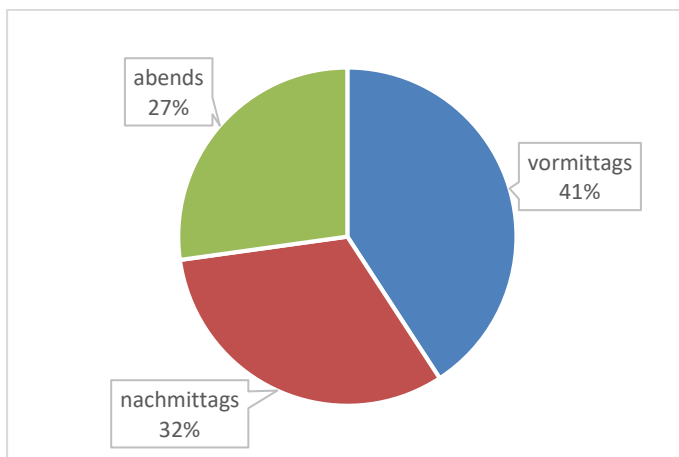
Mit diesen sportlichen Angeboten ist man sehr zufrieden:

Unterschiedliche Angebote des TVE und des TSV Leinfelden wurden hier speziell genannt. Dass man das Sportabzeichen machen kann, wurde mehrfach erwähnt. Aber auch Angebote des Treff Impuls und der VHS finden großen Anklang. Sowohl B.U.S. als auch der Walking-Treff und das Sportstudio wurden lobend erwähnt.



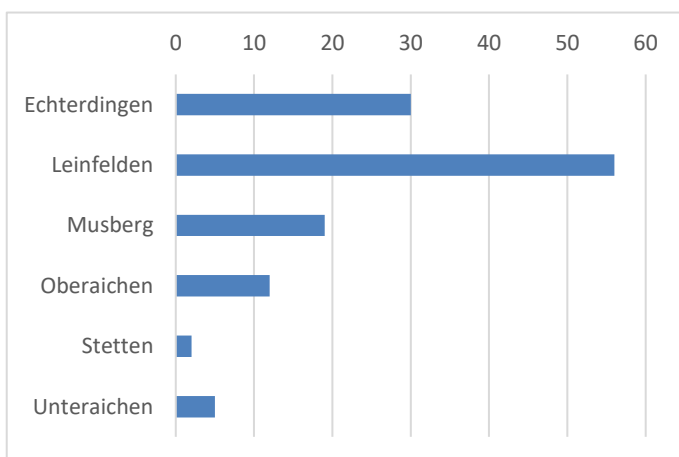
Liebblingswochentag für Sport

Es wird deutlich, dass die Menschen ab 65 Jahren gerne am Anfang der Woche Sport treiben. Am liebsten von Montag – Donnerstag. Das Wochenende ist nur bei einigen für Sport reserviert. Der Sonntag ist für die meisten nicht mit sportlichen Aktivitäten verbunden. Hier gibt es kaum Unterschiede zwischen den Geschlechtern.



Lieblingstageszeit für Sport

Vormittags möchten am liebsten Frauen Sport machen, das wird ganz deutlich. Nachmittags und abends verteilen sich die Geschlechter gleichmäßig.



Lieblingsteilort für Sport

Echterdinger möchten in Echterdingen, Leinfelden und Musberg Sport treiben.

Leinfelder sind stark auf ihren Ort fokussiert.

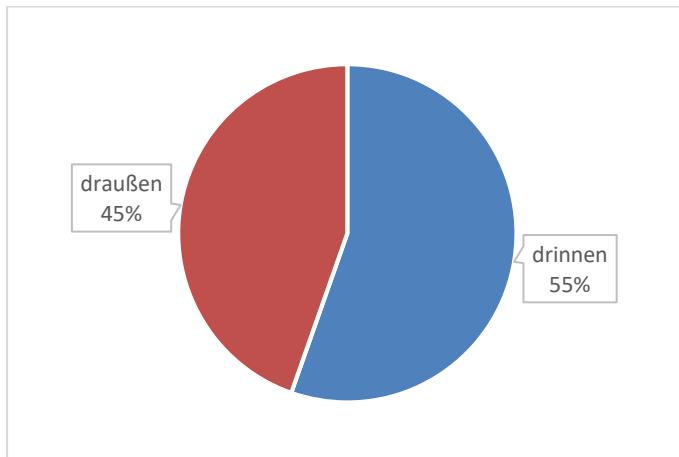
Musberger sind in Musberg, Leinfelden, Ober- und Unteraichen unterwegs.

Oberaicher orientieren sich neben Oberaichen nach Musberg und Leinfelden.

Stettener bleiben in Stetten.

Unteraicher gehen neben dem eigenen Stadtteil noch nach Leinfelden.

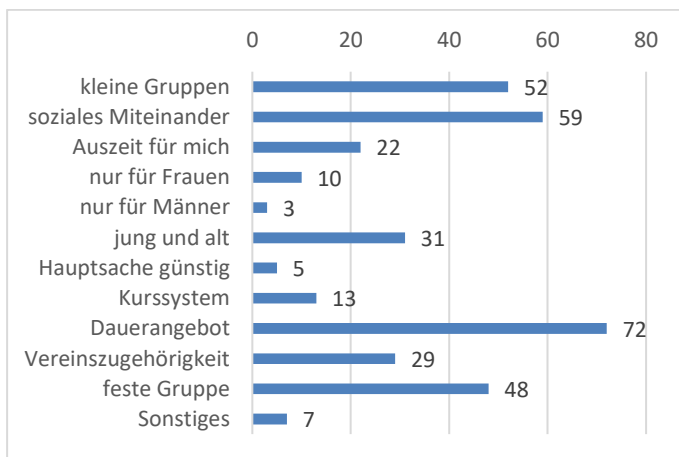
Außer den Stettener selbst, hat niemand angegeben für sportliche Aktivitäten nach Stetten zu fahren.



Lieblingssort für Sport

Männer machen gleichermaßen drinnen und draußen Sport, bei Frauen tendiert die Richtung etwas zu sportlichen Aktivitäten drinnen.

Das Alter spielt dabei keine Rolle.



Wichtig für die Einzelnen

Neben der körperlichen Fitness, steht das soziale Miteinander im Vordergrund, am liebsten in kleinen, festen Gruppen und als Dauerangebot. Das ist sowohl bei den Frauen als auch bei den Männern so.

Geschlechtsspezifische Angebote wünschen sich nur wenige. Der Preis ist dabei nicht so wichtig, wenn die anderen Komponenten stimmen.

Erkenntnisse:

Vieles, was vermisst wird, existiert bereits. Das bedeutet es fehlt zum einen an Informationen, zum anderen gilt es nochmal zu überprüfen, welche Angebote stets ausgebucht sind und wo noch ein zusätzliches Angebot benötigt wird (Yoga, Gymnastik, Nordic Walking). Die Sportvereine, die VHS und der Treff Impuls sind präsent, das Hallenbad wird schmerzlich vermisst.

Eine Ausweitung des Angebots ist an verfügbare Räume gekoppelt. Hier braucht es kreative Ideen, neue Kooperationen und eine Erschließung von „neuen“ Räumen (online/Außenbereiche).

Danke an alle, die sich beteiligt haben – jetzt ist es an uns, mit den Ergebnissen weiter zu planen!

Wollen Sie mehr über die Angebote wissen? Melden Sie sich gerne bei den Projektpartnern:



Inge Gußmann

Tel: 0711 756255

inge.gussmann@turnen.tsv-leinfelden.de



Sabine Häussler

Tel: 0711 7540040

sabine_haeussler@gmx.de



Nadina Wörn

Tel: 0711 1600 299

stadtseniorenrat@le-mail.de



Laura Tarapore

Tel: 0711 1600 314

l.tarapore@le-mail.de