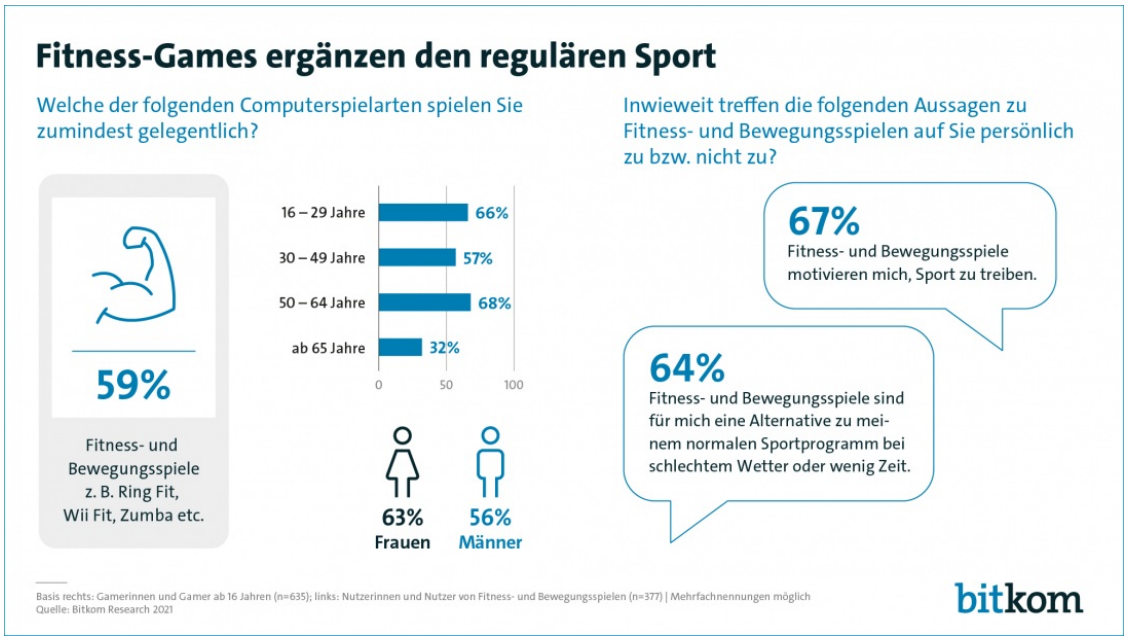
Bitkom e.V. |

Fitness-Games werden während Corona beliebter

- **6 von 10 Gamerinnen und Gamern halten sich mit Videospielen fit**
- **Das digitale Sportprogramm hat viele Vorteile, ersetzt aber nicht das Fitnessstudio**



Berlin, 27. August 2021 - In der Corona-Pandemie wird zuhause vor dem Bildschirm trainiert: 6 von 10 (59 Prozent) Deutschen, die zumindest hin und wieder Video- oder Computerspiele spielen, halten sich zuhause mit Fitness- und Bewegungsspielen in Form. Bereits im Vorjahr, zu Beginn der Pandemie, erlebten diese Spiele einen starken Aufschwung und wurden von 52 Prozent der Gamerinnen und Gamer genutzt. Vor der Pandemie spielte noch deutlich weniger als die Hälfte Ring Fit, Wii Fit, Zumba und Co. (2019: 39 Prozent). Das zeigt eine repräsentative Befragung im Auftrag des Digitalverbands Bitkom unter 1.269 Menschen in Deutschland ab 16 Jahren, darunter 635 Personen, die Video- oder Computerspiele spielen.

In den vergangenen Monaten waren Fitnessstudios und Sportvereine die meiste Zeit geschlossen. Für ausreichend Sport und Bewegung mussten daher viele Menschen in Deutschland auf Alternativen umsteigen. Dabei ist Sport mithilfe von Videospielen bei Frauen (63 Prozent) etwas beliebter als bei Männern (56 Prozent). Der Altersvergleich zeigt, dass sich vor allem die Gruppe der 50- bis 64-Jährigen (68 Prozent) mit solchen Games fit hält. Allerdings sind es unter den 16- bis 29-Jährigen (66 Prozent) nicht viel weniger und unter den 30- bis 49-Jährigen noch mehr als die Hälfte (57 Prozent). In der Gruppe ab 65 Jahren treiben 32 Prozent mit Videospielen Sport. „Fitness- und Bewegungsspiele sind während der Corona-Pandemie zur Alternative für den Sport im Verein oder Fitnessstudio geworden“, sagt Dr. Sebastian Klöß, Bitkom-Bereichsleiter Consumer Technology und AR/VR. „Mit solchen Videospielen kann man sich in den eigenen vier Wänden fit halten – und das deutlich unterhaltsamer als mit bloßen Liegestützen oder Sit-ups.“

Das digitale Sportprogramm ergänzt den Gang zum Fitnessstudio

Der Spaß beim Sport animiert: Zwei Drittel (67 Prozent) derjenigen, die Fitness- und Bewegungsspiele nutzen, werden durch diese Games motiviert, Sport zu treiben. Zudem ist diese Art des Sports sehr praktisch: So stimmen 64 Prozent der Aussage zu, dass die Spiele eine Alternative zum normalen Sportprogramm darstellen, wenn das Wetter schlecht ist oder wenig Zeit besteht. Ein weiterer Vorteil für mehr als die Hälfte (57 Prozent): unbeobachtet in den eigenen vier Wänden die

Sportübungen durchzuführen. Gerade in der von Einschränkungen geprägten Corona-Zeit sind viele Videospielerinnen und -spieler für die Games dankbar: Mehr als einem Drittel (35 Prozent) haben die Fitness- und Bewegungsspiele nach eigenem Bekunden geholfen, durch die Pandemie zu kommen. Für fast genauso viele (31 Prozent) waren die Spiele ein guter Ausgleich für den fehlenden Besuch im Fitnessstudio oder Sportverein. Dennoch ist für drei Viertel (76 Prozent) die Nutzung von Fitness- und Bewegungsspielen kein wahrer Ersatz dafür. Nur jede oder jeder Sechste (17 Prozent) nutzt lieber Fitness- und Bewegungsspiele, als auf herkömmliche Weise Sport zu treiben. Ebenso viele (17 Prozent) sagen wiederum, dass sie ohne solche Games überhaupt keinen Sport machen würden.

Vielen fehlt der soziale Austausch mit anderen

83 Prozent fehlt beim Sport mit Fitness- und Bewegungsspielen der soziale Austausch mit anderen. Nur knapp ein Fünftel (19 Prozent) verabredet sich, um online gemeinsam Sport zu treiben. Für 3 von 10 (29 Prozent) Nutzerinnen und Nutzern sind Fitness- und Bewegungsspiele bei sich zu Hause allerdings „ein richtiges Familienevent“. Doch auch ohne das direkte Zusammenspielen kann man über die Games mit anderen interagieren – etwa über Rankings, Leaderboards oder Challenges. So misst sich fast ein Drittel (32 Prozent) online mit anderen in Kraft, Ausdauer und Co.

Hinweis zur Methodik: Grundlage der Angaben ist eine Umfrage, die Bitkom Research im Auftrag des Digitalverbands Bitkom durchgeführt hat. Von Mitte Juni bis Mitte Juli 2021 wurden dabei 1.269 Personen in Deutschland ab 16 Jahren telefonisch befragt, darunter 635 Gamerinnen und Gamer. Die Umfrage ist repräsentativ. Die Fragestellungen lauteten: „Welche der folgenden Arten von Video- und Computerspielen spielen Sie zumindest gelegentlich?“ und „Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf Sie persönlich zu bzw. nicht zu?“

Kontakt

Nina Paulsen
Pressesprecherin
Telefon: +49 30 27576-168
E-Mail: n.paulsen@bitkom.org
Download Pressefoto

Dr. Sebastian Klöß
Leiter Märkte & Technologien
Download Pressefoto
Nachricht senden

Link zur Presseinformation auf der Webseite:
https://www.bitkom.org/Presse/Presseinformation/Fitness-Games-werden-waehrend-Corona-beliebter