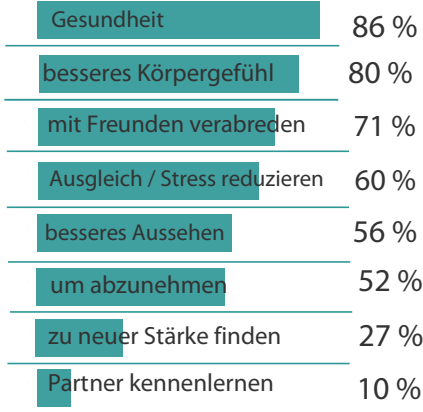


# Der große Fitness First Motivationscheck

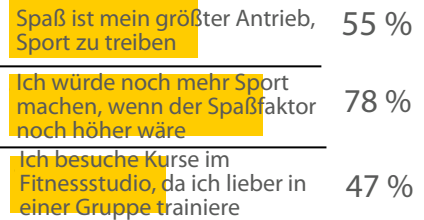


Studie von InnoFact 2017 im Auftrag von Fitness First

## Was in Deutschland zum Sport motiviert



## Spaß beim Training



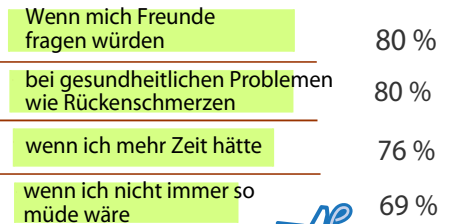
## Resultate zählen mehr als die Meinung anderer



**70 %** würden konsequenter trainieren, wenn ihre Kleidung zu eng werden würde

**63 %** würden häufiger trainieren, wenn ihr Umfeld ihnen sagt, dass es wichtig für ihre Gesundheit wäre oder sie zu dick seien

## Was uns motivieren würde, häufiger zu trainieren



## Was motiviert Frauen vs. Männer

### Ein besseres Aussehen

64 % (Frauen)    51 % (Männer)



### Komplimente über die Figur

38 % (Frauen)    32 % (Männer)

### Sich mit anderen messen

12 % (Frauen)    22 % (Männer)

### Nach einer Verletzung fit werden

20 % (Frauen)    28 % (Männer)

### Fortschritte mit Apps zu tracken motiviert

60 % (Frauen)    55 % (Männer)



Befragung von 1.013 sportaffinen Personen in Deutschland vom 18. bis 19. Oktober 2017