

Prävalenz von körperlicher Inaktivität in Versorgungsregionen - nach Altersgruppen und Geschlecht

In dieser Excel-Arbeitsmappe ist die Prävalenz von körperlicher Inaktivität in den Versorgungsregionen von Österreich nach Altersgruppen und Geschlecht dargestellt (tabellarisch sowie grafisch), für in Österreich lebende Personen ab 20 Jahren.

Startifiziert wurde nach:

- > Geschlecht (weiblich & männlich)
- > Vier Altersgruppen (20-34, 35-49, 50-64, 65+)

Definition von körperlicher Inaktivität:

Körperliche Inaktivität wurde hier nach dem Nicht-Erfüllen der Österreichischen Bewegungsempfehlungen definiert. Die Österreichischen Bewegungsempfehlungen sind dabei von den internationalen Bewegungsempfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) übernommen worden und lauten für die Personen ab 18 Jahren wie folgt (siehe auch Abbildung):

- > Mindestens 150 Minuten mäßig intensive Bewegung, wobei die Aktivität in Blöcken von mindestens 10 Minuten Dauer absolviert werden kann
- > Training zum Muskelaufbau an zumindest zwei Tagen pro Woche

Datengrundlage:

STATISTIK AUSTRIA, Gesundheitsbefragung 2014; Hochrechnung: STATISTIK AUSTRIA

Die Erhebung des körperlichen Bewegungsverhalten erfolgte hierbei mit einem modifizierten Fragebogen basierend auf dem Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ).



Bewegungsempfehlungen für Erwachsene



Sie können auch Bewegungen mittlerer und Bewegungen höherer Intensität kombinieren. Als Faustregel gilt, dass 30 Minuten Bewegung mit mittlerer Intensität gleich viel zählen wie 10 Minuten Bewegung mit höherer Intensität.

Mittlere Intensität bedeutet, dass die Atmung etwas beschleunigt ist, während die Bewegung über noch längere Zeit werden kann. Dauer: 150 Min = 2,5 h für Einzelgänger empfohlen.

Höhere Intensität bedeutet, dass man teilweise atmen muss und nur noch kurze Intervalle möglich sind. Dauer: 75 Min = 1,25 h.

Bei muskelkräftiger Bewegung sollen die großen Muskelgruppen des Körpers gezielt werden, indem das eigene Körpergewicht oder Widerstand (z.B. Hanteln) als Widerstand eingesetzt werden.

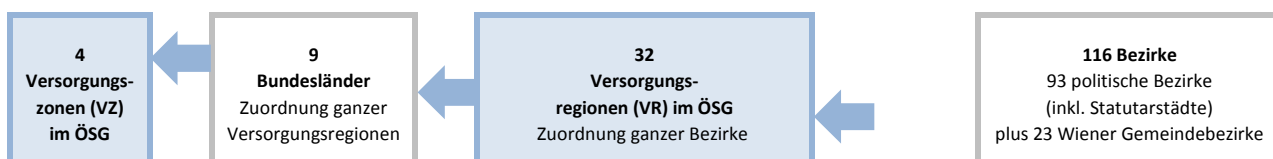
Inhaltsverzeichnis

Seite	
2	Übersicht Versorgungsregionen (Teil 1)
3	Übersicht Versorgungsregionen (Teil 2)
4	Total (Frauen und Männer ab 20 Jahren)
5	Frauen ab 20 Jahren
6	Männer ab 20 Jahren
7	Frauen und Männer: 20-34 Jahre
8	Frauen: 20-34 Jahre
9	Männer: 20-34 Jahre
10	Frauen und Männer: 35-49 Jahre
11	Frauen: 35-49 Jahre
12	Männer: 35-49 Jahre
13	Frauen und Männer: 50-64 Jahre
14	Frauen: 50-64 Jahre
15	Männer: 50-64 Jahre
16	Frauen und Männer: 65+ Jahre
17	Frauen: 65+ Jahre
18	Männer: 65+ Jahre

Österreichischer Strukturplan Gesundheit (ÖSG) - Regionale Gliederung

Gebietsstand 2017

Quellen: Statistik Austria (Bundesland, politische Bezirke, Stand 29.06.2017) und ÖSG 2017 (VZ und VR)



Versorgungszone (VZ)	Bundesland	Versorgungsregion (VR)	Politischer Bezirk
1 Ost	1 Burgenland	11 Burgenland-Nord	101 Eisenstadt (Stadt)
1 Ost	1 Burgenland	11 Burgenland-Nord	102 Rust (Stadt)
1 Ost	1 Burgenland	11 Burgenland-Nord	103 Eisenstadt-Umgebung
1 Ost	1 Burgenland	11 Burgenland-Nord	106 Mattersburg
1 Ost	1 Burgenland	11 Burgenland-Nord	107 Neusiedl am See
1 Ost	1 Burgenland	11 Burgenland-Nord	108 Oberpullendorf
2 Süd	1 Burgenland	12 Burgenland-Süd	104 Güssing
2 Süd	1 Burgenland	12 Burgenland-Süd	105 Jennersdorf
2 Süd	1 Burgenland	12 Burgenland-Süd	109 Oberwart
2 Süd	2 Kärnten	21 Kärnten-Ost	201 Klagenfurt Stadt
2 Süd	2 Kärnten	21 Kärnten-Ost	204 Klagenfurt Land
2 Süd	2 Kärnten	21 Kärnten-Ost	205 Sankt Veit an der Glan
2 Süd	2 Kärnten	21 Kärnten-Ost	208 Völkermarkt
2 Süd	2 Kärnten	21 Kärnten-Ost	209 Wolfsberg
2 Süd	2 Kärnten	21 Kärnten-Ost	210 Feldkirchen
2 Süd	2 Kärnten	22 Kärnten-West	202 Villach Stadt
2 Süd	2 Kärnten	22 Kärnten-West	203 Hermagor
2 Süd	2 Kärnten	22 Kärnten-West	206 Spittal an der Drau
2 Süd	2 Kärnten	22 Kärnten-West	207 Villach Land
1 Ost	3 Niederösterreich	31 NÖ Mitte	301 Krems an der Donau (Stadt)
1 Ost	3 Niederösterreich	31 NÖ Mitte	302 Sankt Pölten (Stadt)
1 Ost	3 Niederösterreich	31 NÖ Mitte	313 Krems (Land)
1 Ost	3 Niederösterreich	31 NÖ Mitte	314 Lilienfeld
1 Ost	3 Niederösterreich	31 NÖ Mitte	319 Sankt Pölten (Land)
1 Ost	3 Niederösterreich	31 NÖ Mitte	321 Tulln
1 Ost	3 Niederösterreich	32 Waldviertel	309 Gmünd
1 Ost	3 Niederösterreich	32 Waldviertel	311 Horn
1 Ost	3 Niederösterreich	32 Waldviertel	322 Waidhofen an der Thaya
1 Ost	3 Niederösterreich	32 Waldviertel	325 Zwettl
1 Ost	3 Niederösterreich	33 Weinviertel	308 Gänserndorf
1 Ost	3 Niederösterreich	33 Weinviertel	310 Hollabrunn
1 Ost	3 Niederösterreich	33 Weinviertel	312 Korneuburg
1 Ost	3 Niederösterreich	33 Weinviertel	316 Mistelbach
1 Ost	3 Niederösterreich	34 Thermenregion	304 Wiener Neustadt (Stadt)
1 Ost	3 Niederösterreich	34 Thermenregion	306 Baden
1 Ost	3 Niederösterreich	34 Thermenregion	307 Bruck an der Leitha
1 Ost	3 Niederösterreich	34 Thermenregion	317 Mödling
1 Ost	3 Niederösterreich	34 Thermenregion	318 Neunkirchen
1 Ost	3 Niederösterreich	34 Thermenregion	323 Wiener Neustadt (Land)
1 Ost	3 Niederösterreich	35 Mostviertel	303 Waidhofen an der Ybbs (Stadt)
1 Ost	3 Niederösterreich	35 Mostviertel	305 Amstetten
1 Ost	3 Niederösterreich	35 Mostviertel	315 Melk
1 Ost	3 Niederösterreich	35 Mostviertel	320 Scheibbs
3 Nord	4 Oberösterreich	41 OÖ Zentralraum Linz	401 Linz (Stadt)
3 Nord	4 Oberösterreich	41 OÖ Zentralraum Linz	410 Linz-Land
3 Nord	4 Oberösterreich	42 OÖ Zentralraum Wels	403 Wels (Stadt)
3 Nord	4 Oberösterreich	42 OÖ Zentralraum Wels	405 Eferding
3 Nord	4 Oberösterreich	42 OÖ Zentralraum Wels	408 Grieskirchen
3 Nord	4 Oberösterreich	42 OÖ Zentralraum Wels	418 Wels-Land

Versorgungszone (VZ)	Bundesland	Versorgungsregion (VR)	Politischer Bezirk
3 Nord	4 Oberösterreich	43 Mühlviertel	406 Freistadt
3 Nord	4 Oberösterreich	43 Mühlviertel	411 Perg
3 Nord	4 Oberösterreich	43 Mühlviertel	413 Rohrbach
3 Nord	4 Oberösterreich	43 Mühlviertel	416 Urfahr-Umgebung
3 Nord	4 Oberösterreich	44 Pyhrn-Eisenwurzen	402 Steyr (Stadt)
3 Nord	4 Oberösterreich	44 Pyhrn-Eisenwurzen	409 Kirchdorf an der Krems
3 Nord	4 Oberösterreich	44 Pyhrn-Eisenwurzen	415 Steyr-Land
3 Nord	4 Oberösterreich	45 Traunviertel-Salzkammergut	407 Gmunden
3 Nord	4 Oberösterreich	45 Traunviertel-Salzkammergut	417 Vöcklabruck
3 Nord	4 Oberösterreich	46 Innviertel	404 Braunau am Inn
3 Nord	4 Oberösterreich	46 Innviertel	412 Ried im Innkreis
3 Nord	4 Oberösterreich	46 Innviertel	414 Schärding
3 Nord	5 Salzburg	51 Salzburg-Nord	501 Salzburg (Stadt)
3 Nord	5 Salzburg	51 Salzburg-Nord	502 Hallein
3 Nord	5 Salzburg	51 Salzburg-Nord	503 Salzburg-Umgebung
3 Nord	5 Salzburg	52 Pinzgau-Pongau-Lungau	504 Sankt Johann im Pongau
3 Nord	5 Salzburg	52 Pinzgau-Pongau-Lungau	505 Tamsweg
3 Nord	5 Salzburg	52 Pinzgau-Pongau-Lungau	506 Zell am See
2 Süd	6 Steiermark	61 Graz	601 Graz (Stadt)
2 Süd	6 Steiermark	61 Graz	606 Graz-Umgebung
2 Süd	6 Steiermark	62 Liezen	612 Liezen
2 Süd	6 Steiermark	63 Östliche Obersteiermark	611 Leoben
2 Süd	6 Steiermark	63 Östliche Obersteiermark	621 Bruck-Mürzzuschlag
2 Süd	6 Steiermark	64 Oststeiermark	617 Weiz
2 Süd	6 Steiermark	64 Oststeiermark	622 Hartberg-Fürstenfeld
2 Süd	6 Steiermark	64 Oststeiermark	623 Südoststeiermark
2 Süd	6 Steiermark	65 West-/Südsteiermark	603 Deutschlandsberg
2 Süd	6 Steiermark	65 West-/Südsteiermark	610 Leibnitz
2 Süd	6 Steiermark	65 West-/Südsteiermark	616 Voitsberg
2 Süd	6 Steiermark	66 Westliche Obersteiermark	614 Murau
2 Süd	6 Steiermark	66 Westliche Obersteiermark	620 Murtal
4 West	7 Tirol	71 Tirol-Zentralraum	701 Innsbruck-Stadt
4 West	7 Tirol	71 Tirol-Zentralraum	703 Innsbruck-Land
4 West	7 Tirol	71 Tirol-Zentralraum	709 Schwaz
4 West	7 Tirol	72 Tirol-West	702 Imst
4 West	7 Tirol	72 Tirol-West	706 Landeck
4 West	7 Tirol	72 Tirol-West	708 Reutte
4 West	7 Tirol	73 Tirol-Nordost	704 Kitzbühel
4 West	7 Tirol	73 Tirol-Nordost	705 Kufstein
4 West	7 Tirol	74 Osttirol	707 Lienz
4 West	8 Vorarlberg	81 Rheintal-Bregenzwald	802 Bregenz
4 West	8 Vorarlberg	81 Rheintal-Bregenzwald	803 Dornbirn
4 West	8 Vorarlberg	82 Vorarlberg-Süd	801 Bludenz
4 West	8 Vorarlberg	82 Vorarlberg-Süd	804 Feldkirch
1 Ost	9 Wien	91 Wien-Mitte-Südost	901 Wien 1., Innere Stadt
1 Ost	9 Wien	91 Wien-Mitte-Südost	902 Wien 2., Leopoldstadt
1 Ost	9 Wien	91 Wien-Mitte-Südost	903 Wien3., Landstraße
1 Ost	9 Wien	91 Wien-Mitte-Südost	904 Wien 4., Wieden
1 Ost	9 Wien	91 Wien-Mitte-Südost	905 Wien 5., Margareten
1 Ost	9 Wien	91 Wien-Mitte-Südost	906 Wien 6., Mariahilf
1 Ost	9 Wien	91 Wien-Mitte-Südost	907 Wien 7., Neubau
1 Ost	9 Wien	91 Wien-Mitte-Südost	908 Wien 8., Josefstadt
1 Ost	9 Wien	91 Wien-Mitte-Südost	909 Wien 9., Alsergrund
1 Ost	9 Wien	91 Wien-Mitte-Südost	910 Wien 10., Favoriten
1 Ost	9 Wien	91 Wien-Mitte-Südost	911 Wien 11., Simmering
1 Ost	9 Wien	91 Wien-Mitte-Südost	920 Wien 20., Brigittenau
1 Ost	9 Wien	92 Wien-West	912 Wien 12., Meidling
1 Ost	9 Wien	92 Wien-West	913 Wien 13., Hietzing
1 Ost	9 Wien	92 Wien-West	914 Wien 14., Penzing
1 Ost	9 Wien	92 Wien-West	915 Wien 15., Rudolfsheim-Fünfhaus
1 Ost	9 Wien	92 Wien-West	916 Wien 16., Ottakring
1 Ost	9 Wien	92 Wien-West	917 Wien 17., Hernals
1 Ost	9 Wien	92 Wien-West	918 Wien 18., Währing
1 Ost	9 Wien	92 Wien-West	919 Wien 19., Döbling
1 Ost	9 Wien	92 Wien-West	923 Wien 23., Liesing
1 Ost	9 Wien	93 Wien-Nordost	921 Wien 21., Floridsdorf
1 Ost	9 Wien	93 Wien-Nordost	922 Wien 22., Donaustadt

Prävalenz: Körperliche Inaktivität
 Total (Frauen & Männer ab 20 Jahren)



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	52,7	79.334	71,7	107.899	78	117.498
2	Burgenland-Süd	12	54,6	46.811	68,8	58.946	75,8	64.930
3	Kärntner-Ost	21	44,9	121.202	66,3	178.941	73,6	198.688
4	Kärntner-West	22	50,9	96.160	65,4	123.723	74,1	140.125
5	NÖ Mitte	31	48	153.343	67,4	215.521	75,6	241.588
6	Waldviertel	32	63,5	62.192	72	70.539	83,7	81.959
7	Weinviertel	33	53,7	120.289	73,1	177.611	79,1	191.990
8	Thermenregion	34	53,3	237.891	68,9	307.630	76,1	339.809
9	Mostviertel	35	58,6	103.086	73,5	129.450	80,9	142.336
10	OO Zentralfraum Linz	41	53,2	134.613	71,5	180.950	79	199.822
11	OO Zentralfraum Wels	42	57,7	88.874	73,4	113.089	81,2	125.110
12	Mühlviertel	43	57,1	117.662	73,9	152.263	81,9	168.628
13	Pyhrn-Eisenwurzen	44	51,4	64.136	71,1	88.775	77,4	96.630
14	Traunviertel-Salzkammergut	45	50,9	103.715	63,8	129.952	75,1	152.919
15	Innviertel	46	56,9	104.211	76,1	139.386	81,7	149.658
16	Salzburg-Nord	51	43,6	122.031	66,3	185.455	74,8	209.367
17	Pinzgau-Pongau-Lungau	52	34,2	47.295	54,8	75.823	62,9	87.095
18	Graz	61	42,9	129.517	64	193.188	70,3	212.264
19	Liezen	62	50,4	36.859	62,2	45.477	73,9	54.024
20	Östliche Obersteiermark	63	44,5	63.659	64,7	92.561	70,5	100.950
21	Osztsteiermark	64	56,7	116.389	65,3	134.138	77,3	158.831
22	West-Südsteiermark	65	55	80.036	70,2	113.737	79,5	128.767
23	Westliche Obersteiermark	66	49,1	34.551	66,9	47.065	78,8	55.469
24	Tirol-Zentralraum	71	36,6	105.585	64	184.775	69,4	200.453
25	Tirol-West	72	42	47.019	70,8	79.146	75,8	84.796
26	Tirol-Nordost	73	41,1	53.704	67,2	87.808	75,1	98.099
27	Osttirol	74	52,9	26.367	71,1	35.399	77,1	38.405
28	Rheinthal-Bregenzwald	81	39,9	65.320	73,1	119.563	77,8	127.282
29	Vorarlberg-Süd	82	42,7	57.085	66,1	88.452	74,1	99.955
30	Wien-Mitte-Südost	91	51,7	334.433	63,7	412.532	74,4	481.546
31	Wien-West	92	63	341.862	69,2	375.968	80,8	438.575
32	Wien-Nordost	93	53,1	124.171	65,9	153.869	75,8	177.164



Abbildung 1: weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA)

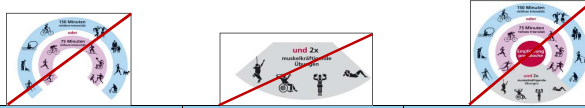


Abbildung 2: Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA)



Abbildung 3: HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche

Prävalenz: Körperliche Inaktivität
Frauen (ab 20 Jahren)



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	54,6	42.665	72,5	56.680	81,2	63.482
2	Burgenland-Süd	12	57,8	24.911	76,8	33.105	81,7	35.230
3	Kärnten-Ost	21	53,4	75.028	70,4	98.960	78,9	110.960
4	Kärnten-West	22	53,3	52.992	68,4	68.010	78	77.647
5	NÖ Mitte	31	49,5	80.713	70,4	114.821	76,2	124.321
6	Waldviertel	32	64,1	32.196	73,4	36.869	85,6	42.981
7	Weinviertel	33	53,3	67.619	70,4	89.258	71,1	97.879
8	Thermenregion	34	54,2	127.465	73,2	172.180	79,9	187.902
9	Mostviertel	35	60,1	54.637	76,2	69.343	84,4	76.728
10	OO Zentralraum Linz	41	55,1	71.038	70	90.279	79,2	102.075
11	OO Zentralraum Wels	42	61,7	48.102	79,4	61.900	84,3	65.699
12	Mühlviertel	43	55,5	54.417	77	75.498	83,7	82.036
13	Pyhrn-Eisenwurzen	44	57,3	36.336	75,3	47.732	80,7	51.167
14	Traunviertel-Salzkammergut	45	49,2	49.363	57,8	58.056	72,8	73.111
15	Innviertel	46	56,2	50.403	76,8	68.920	81,1	72.726
16	Salzburg-Nord	51	46,5	69.548	65,8	98.429	73,9	110.535
17	Pinzgau-Pongau-Lungau	52	38,8	27.004	58,5	40.724	72	50.093
18	Graz	61	49,8	73.648	65,1	96.272	72,4	107.070
19	Liezen	62	48,2	17.773	64,6	23.803	72,2	26.615
20	Östliche Obersteiermark	63	51,9	39.054	71,2	53.541	76,7	57.644
21	Oststeiermark	64	56,8	60.762	64,4	68.930	77,4	82.907
22	West-Südsteiermark	65	55,8	47.039	72,9	61.459	82,8	69.803
23	Westliche Obersteiermark	66	53,1	19.620	67,7	25.016	82,6	30.500
24	Tirol-Zentralraum	71	38,6	58.111	65,6	98.860	70,9	106.787
25	Tirol-West	72	43,1	24.556	76,4	43.480	80,1	45.577
26	Tirol-Nordost	73	42,6	28.446	77,1	51.442	81,4	54.295
27	Osttirol	74	53,9	13.213	71,7	17.585	79,3	19.438
28	Rheinthal-Bregenzwald	81	41,6	34.921	78,7	66.113	82,6	69.443
29	Vorarlberg-Süd	82	44,2	30.432	70,3	48.395	81	55.718
30	Wien-Mitte-Südost	91	51,3	171.250	68,9	230.018	76,6	255.737
31	Wien-West	92	68,3	196.056	73,6	211.189	86,1	246.985
32	Wien-Nordost	93	56,9	73.089	68,6	88.022	79,3	101.858



Abbildung 1: weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA)



Abbildung 2: Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA)



Abbildung 3: HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche

Prävalenz: Körperliche Inaktivität
Männer (ab 20 Jahren)



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	50,6	36.669	70,7	51.220	74,5	54.017
2	Burgenland-Süd	12	51,4	21.900	60,7	25.841	49,7	29.700
3	Kärnten-Ost	21	35,7	46.175	61,8	79.981	67,7	87.730
4	Kärnten-West	22	48,2	43.167	62,2	55.713	69,7	62.478
5	NO Mitte	31	46,4	72.630	64,3	100.702	74,9	117.268
6	Waldviertel	32	62,9	29.997	70,6	33.671	81,7	38.978
7	Weinviertel	33	54,1	63.670	76,3	88.354	81,3	94.113
8	Thermenregion	34	52,3	110.425	64,1	135.450	71,9	151.907
9	Mostviertel	35	56,9	48.449	70,6	60.106	77,2	65.707
10	OO Zentralfraum	41	51,2	63.575	73	90.671	78	97.748
11	OO Zentralfraum Wels	42	53,5	40.773	67,2	51.189	78	59.411
12	Mühlviertel	43	58,6	63.244	71,1	70.766	80,2	86.592
13	Pyhrn-Eisenwurzen	44	45,3	27.800	66,9	41.044	74,1	45.464
14	Traunviertel-Salkammergut	45	52,6	54.352	69,6	71.898	77,3	79.808
15	Innviertel	46	57,6	53.807	75,4	70.465	82,3	76.932
16	Salzburg-Nord	51	40,2	52.483	66,7	87.026	75,8	98.832
17	Pinzgau-Pongau-Lungau	52	29,5	20.291	51	35.099	53,8	37.003
18	Graz	61	36,3	55.869	62,9	96.917	69,3	105.195
19	Liezen	62	52,6	19.087	59,7	21.674	75,5	27.409
20	Östliche Obersteiermark	63	36,2	24.606	57,4	39.020	63,7	43.306
21	Oststeiermark	64	55,6	55.629	66,3	65.209	77,2	75.923
22	West-Südsteiermark	65	54,1	41.997	67,3	52.278	75,9	58.965
23	Westliche Obersteiermark	66	44,6	14.931	65,9	22.049	74,6	24.967
24	Tirol-Zentralraum	71	34,4	47.474	62,2	85.915	67,8	93.666
25	Tirol-West	72	40,9	22.463	64,9	35.665	71,4	39.218
26	Tirol-Nordost	73	39,5	25.257	56,8	36.366	68,4	43.804
27	Osttirol	74	52	13.154	70,4	17.814	75	18.969
28	Rheinthal-Bregenzwald	81	38,2	30.400	67,2	53.450	72,7	57.839
29	Vorarlberg-Süd	82	41	26.652	61,7	40.057	66,7	43.336
30	Wien-Mitte-Südost	91	52,1	163.182	58,2	182.513	72,1	225.810
31	Wien-West	92	56,9	145.806	64,3	164.780	74,8	191.592
32	Wien-Nordost	93	48,5	51.081	62,6	65.847	71,6	75.907



Abbildung 1: weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA)



Abbildung 2: Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA)



Abbildung 3: HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche

Prävalenz: Körperliche Inaktivität
 Altersgruppe: 20-34 Jahre; Total (Frauen & Männer)



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	54,6	17.203	65,4	20.611	73,7	23.207
2	Burgenland-Süd	12	49,2	8.325	62,3	10.525	70,6	11.941
3	Kärnten-Ost	21	41,5	23.802	55,1	31.603	62,6	35.861
4	Kärnten-West	22	44,8	17.064	57,0	21.703	64,7	24.642
5	NÖ Mitte	31	54,8	30.861	54,3	30.620	73,5	41.403
6	Waldviertel	32	51,1	9.945	63,9	12.431	78,5	15.271
7	Weinviertel	33	49,7	21.118	63,6	27.031	67,7	28.773
8	Thermenregion	34	44,4	44.978	49,4	50.063	60,6	61.354
9	Mostviertel	35	54,5	21.478	71,0	27.981	79,4	31.314
10	OO Zentralfraum Linz	41	57,1	35.999	65,4	41.231	73,8	46.512
11	OO Zentralfraum Wels	42	55,5	17.657	73,1	23.261	83,9	26.688
12	Mühlviertel	43	59,6	27.507	71,5	32.997	81,8	37.751
13	Pyhrn-Eisenwurzen	44	48,7	15.439	61,9	19.614	70,5	22.325
14	Traunviertel-Salzkammergut	45	50,5	23.202	64,2	29.476	70,0	32.167
15	Innviertel	46	56,0	23.000	72,5	29.781	76,1	31.280
16	Salzburg-Nord	51	38,5	23.274	68,4	41.390	75,3	45.583
17	Pinzgau-Pongau-Lungau	52	21,2	9.134	36,0	13.581	42,4	15.965
18	Graz	61	31,6	28.199	55,5	49.609	57,8	51.609
19	Liezen	62	42,4	6.944	72,2	11.821	79,5	13.018
20	Östliche Obersteiermark	63	51,2	14.022	70,7	19.388	73,1	20.030
21	Oststeiermark	64	55,5	25.213	67,7	30.777	74,6	33.907
22	West-/Südsteiermark	65	58,5	20.607	64,9	22.846	70,0	27.821
23	Westliche Obersteiermark	66	37,4	5.636	68,1	10.257	75,5	11.372
24	Tirol-Zentralraum	71	34,4	27.764	65,2	52.646	68,5	55.318
25	Tirol-West	72	28,0	7.074	58,5	14.772	63,1	15.950
26	Tirol-Nordost	73	36,4	10.918	62,6	18.790	69,1	20.738
27	Osttirol	74	48,7	5.702	63,9	7.476	73,8	8.640
28	Rheinthal-Bregenzwald	81	42,0	13.912	65,6	21.733	71,2	23.610
29	Vorarlberg-Süd	82	49,7	14.434	62,5	18.140	71,4	20.715
30	Wien-Mitte-Südost	91	49,4	117.173	61,1	145.073	71,4	169.489
31	Wien-West	92	53,8	96.519	63,5	113.919	73,2	131.445
32	Wien-Nordost	93	52,9	32.546	58,4	35.929	69,0	42.466



Abbildung 1: weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA)



Abbildung 2: Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA)



Abbildung 3: HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche

Prävalenz: Körperliche Inaktivität

Altersgruppe: 20-34 Jahre; Frauen



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	56,1	9.237	68,0	11.205	76,9	12.656
2	Burgenland-Süd	12	74,2	4.915	86,7	5.737	92,4	6.120
3	Kärnten-Ost	21	65,5	17.843	69,8	19.009	82,8	22.558
4	Kärnten-West	22	47,6	6.914	61,8	8.975	75,8	11.005
5	NÖ Mitte	31	57,5	14.538	67,8	17.134	77,2	19.503
6	Waldviertel	32	35,6	3.668	64,9	6.682	80,6	8.297
7	Weinviertel	33	49,5	12.900	67,1	17.466	69,9	19.200
8	Thermenregion	34	48,9	27.945	60,0	34.335	71,0	40.613
9	Mostviertel	35	54,6	10.746	72,5	14.266	82,7	16.283
10	OO Zentralfraum Linz	41	54,8	15.844	66,8	19.304	70,6	20.418
11	OO Zentralfraum Wels	42	68,3	11.242	88,8	14.608	93,9	15.447
12	Mühlviertel	43	67,0	13.822	86,1	17.761	90,5	19.678
13	Pyhrn-Eisenwurzen	44	55,6	9.472	74,8	12.733	79,2	13.477
14	Traunviertel-Salkammergut	45	62,3	13.569	72,0	15.688	81,4	17.752
15	Innviertel	46	56,3	9.774	70,9	12.298	72,5	12.575
16	Salzburg-Nord	51	50,1	13.430	74,2	19.876	80,0	21.415
17	Pinzgau-Pongau-Lungau	52	30,4	4.299	47,6	7.743	59,5	9.668
18	Graz	61	42,8	16.874	66,4	26.158	68,2	26.867
19	Liezen	62	62,3	4.681	66,6	5.006	79,7	5.987
20	Östliche Obersteiermark	63	49,6	7.306	75,9	11.184	80,3	11.826
21	Oststeiermark	64	57,2	14.483	69,5	17.576	79,2	20.032
22	West-/Südsteiermark	65	59,5	11.903	69,5	13.917	81,6	16.326
23	Westliche Obersteiermark	66	53,1	3.249	54,2	3.318	69,6	4.259
24	Tirol-Zentralraum	71	36,3	14.193	68,5	26.799	70,7	27.666
25	Tirol-West	72	33,9	4.406	68,0	8.838	74,1	9.631
26	Tirol-Nordost	73	39,6	6.068	70,1	10.733	77,7	11.894
27	Osttirol	74	62,1	3.273	85,9	4.532	93,6	4.935
28	Rheinthal-Bregenzwald	81	46,6	7.018	74,5	11.220	78,2	11.770
29	Vorarlberg-Süd	82	61,7	8.239	68,9	9.207	86,5	11.559
30	Wien-Mitte-Südost	91	54,2	67.634	74,3	92.685	79,0	98.611
31	Wien-West	92	67,8	65.010	76,4	73.288	86,9	83.362
32	Wien-Nordost	93	59,4	16.296	68,4	18.761	77,7	21.302



Abbildung 1: weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA)



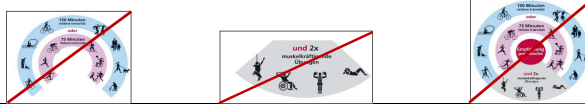
Abbildung 2: Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA)



Abbildung 3: HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche

Prävalenz: Körperliche Inaktivität

Altersgruppe: 20-34 Jahre; Männer



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	53,0	7.966	62,6	9.407	70,2	10.551
2	Burgenland-Süd	12	23,2	3.410	46,6	4.788	56,6	5.821
3	Kärnten-Ost	21	19,8	5.959	41,9	12.594	44,2	13.304
4	Kärnten-West	22	43,1	10.150	54,0	12.728	57,9	13.636
5	NO Mitte	31	52,5	16.323	43,4	13.487	70,5	21.900
6	Waldviertel	32	68,5	6.277	62,8	5.750	76,1	6.974
7	Weinviertel	33	49,9	8.218	58,1	9.565	64,2	10.573
8	Thermenregion	34	38,6	17.033	35,6	15.728	47,0	20.741
9	Mostviertel	35	54,3	10.732	69,4	13.715	76,1	15.031
10	OO Zentralfraum	41	59,1	20.155	64,3	21.927	76,5	26.094
11	OO Zentralfraum Wels	42	41,8	6.416	56,4	8.653	73,2	11.241
12	Mühlviertel	43	53,6	13.685	59,6	15.237	74,7	19.073
13	Pyhrn-Eisenwurzen	44	40,7	5.967	46,9	6.881	60,4	8.848
14	Traunviertel-Salzkammergut	45	39,9	9.634	57,1	13.788	59,7	14.415
15	Innviertel	46	55,7	13.225	73,6	17.483	78,8	18.705
16	Salzburg-Nord	51	29,2	9.844	63,8	21.514	71,6	24.188
17	Pinzgau-Pongau-Lungau	52	19,6	4.195	27,2	5.839	29,4	6.297
18	Graz	61	22,7	11.325	46,9	23.452	49,5	24.742
19	Liezen	62	25,5	2.263	76,8	6.815	79,3	7.031
20	Östliche Obersteiermark	63	53,0	6.716	64,7	8.204	64,7	8.204
21	Oststeiermark	64	53,3	10.731	65,5	13.201	68,9	13.875
22	West-/Südsteiermark	65	67,3	6.704	58,7	8.929	75,6	11.496
23	Westliche Obersteiermark	66	26,7	2.387	77,6	6.939	79,6	7.112
24	Tirol-Zentralraum	71	32,6	13.571	62,2	25.847	66,5	27.652
25	Tirol-West	72	21,8	2.669	48,4	5.934	51,5	6.319
26	Tirol-Nordost	73	33,0	4.850	54,8	8.057	60,1	8.844
27	Osttirol	74	37,8	2.429	45,8	2.944	57,6	3.705
28	Rheinthal-Bregenzwald	81	38,1	6.895	58,1	10.514	65,4	11.840
29	Vorarlberg-Süd	82	39,6	6.194	57,0	8.932	58,5	9.156
30	Wien-Mitte-Südost	91	44,0	49.539	46,5	52.388	63,0	70.878
31	Wien-West	92	37,7	31.509	48,6	40.631	57,5	48.083
32	Wien-Nordost	93	47,6	16.249	50,3	17.168	62,0	21.164



Abbildung 1: weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA)



Abbildung 2: Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA)



Abbildung 3: HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche

Prävalenz: Körperliche Inaktivität
 Altersgruppe: 35-49 Jahre; Total (Frauen & Männer)



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	59,5	28.220	73,9	35.028	79,9	37.869
2	Burgenland-Süd	12	57,4	12.306	74,2	15.909	80,8	17.325
3	Kärnten-Ost	21	47,2	32.026	71,8	48.688	78,0	52.853
4	Kärnten-West	22	58,3	31.170	72,8	38.946	80,8	43.217
5	NO Mitte	31	43,1	35.862	70,5	61.511	73,0	63.755
6	Waldviertel	32	53,6	11.974	72,0	16.085	77,1	17.225
7	Weinviertel	33	62,1	38.708	78,2	48.686	86,2	53.720
8	Thermonregion	34	49,1	57.978	77,4	91.401	79,3	93.681
9	Mostviertel	35	61,3	30.026	77,3	37.855	82,6	40.409
10	OO Zentrtraum Linz	41	46,6	28.466	79,7	48.653	83,0	50.671
11	OO Zentrtraum Wels	42	58,9	28.211	76,3	36.537	80,9	38.716
12	Mühlviertel	43	58,9	39.203	72,1	47.994	80,1	53.274
13	Pyrum-Eisenwurzen	44	50,3	16.181	75,2	24.201	82,3	26.498
14	Traunviertel-Saalkammergut	45	54,4	31.381	74,2	42.958	80,3	46.284
15	Innviertel	46	66,4	34.227	76,4	39.380	83,6	43.062
16	Salzburg-Nord	51	45,1	33.803	77,2	57.788	84,8	63.499
17	Pinzgau-Pongau-Lungau	52	42,4	15.478	62,8	22.915	76,8	28.021
18	Graz	61	42,3	30.606	68,5	49.586	75,3	54.512
19	Liezen	62	51,3	7.654	69,5	10.382	77,3	11.537
20	Ostliche Obersteiermark	63	40,4	13.677	61,7	20.908	64,2	21.761
21	Oststeiermark	64	54,5	35.472	63,7	41.450	75,2	48.920
22	West-/Südsteiermark	65	59,6	30.048	77,3	38.951	84,9	42.792
23	Westliche Obersteiermark	66	43,5	8.058	73,5	13.623	83,6	15.497
24	Tirol-Zentralraum	71	40,1	28.130	73,4	51.484	79,1	55.544
25	Tirol-West	72	49,6	18.548	73,3	27.398	78,1	29.180
26	Tirol-Nordost	73	43,4	16.632	65,4	25.043	75,1	28.783
27	Osttirol	74	35,4	3.773	74,3	7.913	76,8	8.179
28	Rheinthal-Bregenzwald	81	40,8	23.983	79,4	46.682	82,2	48.348
29	Vorarlberg-Süd	82	39,2	16.750	58,1	24.816	67,7	28.910
30	Wien-Mitte-Südost	91	60,2	104.932	65,4	114.140	81,4	141.915
31	Wien-West	92	68,7	95.433	78,4	108.899	84,7	117.899
32	Wien-Nordost	93	51,2	33.900	65,2	43.189	78,9	52.267



Abbildung 1: weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA)



Abbildung 2: Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA)



Abbildung 3: HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche

Prävalenz: Körperliche Inaktivität

Altersgruppe: 35-49 Jahre; Frauen



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	60,5	14.612	70,4	17.002	80,1	19.351
2	Burgenland-Süd	12	45,0	4.671	75,9	7.882	81,2	8.438
3	Kärnten-Ost	21	50,0	18.445	74,0	27.201	79,8	29.439
4	Kärnten-West	22	56,7	16.516	78,0	22.690	84,1	24.491
5	NÖ Mitte	31	41,0	19.374	69,0	32.597	72,6	34.309
6	Waldviertel	32	54,5	5.193	74,4	7.097	81,4	7.764
7	Weinviertel	33	56,7	20.027	74,9	26.447	81,3	28.721
8	Thermenregion	34	42,7	25.533	73,8	44.129	75,7	45.270
9	Mostviertel	35	65,1	16.480	82,1	20.804	87,0	22.043
10	OO Zentralraum Linz	41	47,5	14.080	75,2	22.270	80,8	23.922
11	OO Zentralraum Weis	42	52,1	12.758	80,0	19.566	81,8	20.026
12	Mühlviertel	43	50,9	15.898	75,5	23.595	82,2	25.678
13	Pyhrn-Eisenwurzen	44	52,9	8.231	75,5	11.737	83,8	13.037
14	Traunviertel-Salzkammergut	45	41,8	11.254	74,3	20.029	77,5	20.894
15	Innviertel	46	59,9	14.962	76,1	18.998	79,2	19.780
16	Salzburg-Nord	51	44,8	17.559	83,7	32.826	85,6	33.576
17	Pinzgau-Pongau-Lungau	52	42,6	9.329	56,2	12.233	79,6	17.340
18	Graz	61	48,6	16.338	69,8	23.488	75,1	25.284
19	Lilien	62	43,3	3.622	74,4	6.213	79,3	6.626
20	Östliche Obersteiermark	63	47,3	8.188	71,8	12.433	75,0	12.979
21	Oststeiermark	64	48,9	16.677	69,7	23.791	74,0	25.259
22	West-/Südsteiermark	65	50,6	12.053	70,4	16.770	81,1	19.306
23	Westliche Obersteiermark	66	35,4	3.906	78,9	8.716	85,1	9.395
24	Tirol-Zentralraum	71	49,3	15.144	73,7	25.205	79,8	26.946
25	Tirol-West	72	52,2	10.328	76,2	15.093	80,3	15.891
26	Tirol-Nordost	73	36,2	6.289	68,2	11.847	74,4	12.923
27	Osttirol	74	24,3	942	85,6	2.541	85,6	2.541
28	Rheinthal-Bregenzwald	81	43,6	12.004	87,6	24.132	88,5	24.389
29	Vorarlberg-Süd	82	36,3	8.097	58,7	13.093	71,8	16.009
30	Wien-Mitte-Südost	91	61,2	45.615	75,1	55.980	85,1	63.434
31	Wien-West	92	67,7	44.232	81,3	53.089	87,7	57.916
32	Wien-Nordost	93	52,0	23.391	60,8	24.894	76,3	31.356



Abbildung 1: weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA)



Abbildung 2: Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA)



Abbildung 3: HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als Tagen/Woche

Prävalenz: Körperliche Inaktivität
 Altersgruppe: 35-49 Jahre; Männer



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	58,6	13.608	77,6	18.026	79,7	18.518
2	Burgenland-Süd	12	69,0	7.635	74,6	8.027	80,3	8.887
3	Kärnten-Ost	21	43,9	11.551	69,2	21.386	75,8	23.414
4	Kärnten-West	22	60,2	14.653	66,7	16.256	76,9	18.726
5	NÖ Mitte	31	41,2	16.478	72,2	28.914	73,6	29.447
6	Waldviertel	32	52,9	6.781	70,2	8.588	73,9	9.461
7	Weinviertel	33	69,2	18.661	76,7	22.239	92,7	25.000
8	Thermenregion	34	55,6	32.444	81,0	47.272	83,0	48.411
9	Mostviertel	35	57,4	13.546	72,2	17.050	77,8	18.366
10	OO Zentralfraum Linz	41	45,8	14.385	83,9	26.383	85,1	26.749
11	OO Zentralfraum Weis	42	66,0	15.453	72,3	16.571	79,8	18.690
12	Mühlviertel	43	66,1	23.304	69,2	24.399	78,2	27.597
13	Pyhrn-Eisenwurzen	44	47,8	7.950	74,9	12.464	80,9	13.461
14	Traunviertel-Salzkammergut	45	65,5	20.126	74,7	22.930	82,7	25.390
15	Innviertel	46	72,5	19.265	76,7	20.382	87,6	23.282
16	Salzburg-Nord	51	45,5	16.244	70,0	24.962	83,9	29.923
17	Pinzgau-Pongau-Lungau	52	41,8	6.149	72,5	10.682	72,5	10.682
18	Graz	61	36,9	14.268	67,4	26.098	75,5	29.229
19	Lilien	62	61,3	4.033	63,8	4.169	74,7	4.911
20	Östliche Obersteiermark	63	33,1	5.490	51,1	8.475	53,0	8.782
21	Westliche Obersteiermark	64	60,7	18.795	57,1	17.660	76,4	23.660
22	West-/Südsteiermark	65	67,7	17.995	83,5	22.181	88,4	23.486
23	Westliche Obersteiermark	66	55,5	4.152	65,5	4.507	81,5	6.102
24	Tirol-Zentralraum	71	36,1	12.986	73,0	26.278	79,4	28.598
25	Tirol-West	72	46,8	8.220	70,0	12.304	75,6	13.289
26	Tirol-Nordost	73	49,4	10.343	63,0	13.196	75,7	15.860
27	Osttirol	74	41,8	2.831	75,4	20.382	83,3	16.638
28	Rheinthal-Bregenzwald	81	38,3	11.979	72,1	22.550	76,6	23.959
29	Vorarlberg-Süd	82	42,4	8.653	57,5	11.723	63,3	12.901
30	Wien-Mitte-Südost	91	59,4	59.317	58,2	58.159	78,6	78.482
31	Wien-West	92	69,6	51.201	75,8	55.811	82,0	60.384
32	Wien-Nordost	93	49,8	12.509	72,3	18.175	83,2	20.911



Abbildung 1: weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA)



Abbildung 2: Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA)



Abbildung 3: HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als Tagen/Woche

Prävalenz: Körperliche Inaktivität
 Altersgruppe: 50-64 Jahre; Total (Frauen & Männer)



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	52,7	21.654	75,7	31.123	79,9	32.876
2	Burgenland-Süd	32	57,4	15.835	66,3	18.919	75,9	21.038
3	Kärnten-Ost	21	43,7	35.742	69,1	59.234	77,0	65.957
4	Kärnten-West	22	51,1	27.883	69,6	38.014	80,0	43.651
5	NO Mitte	31	50,8	49.696	76,3	74.698	82,2	80.422
6	Waldviertel	32	57,2	13.837	72,5	17.540	85,7	20.758
7	Mühlviertel	33	52,3	45.601	75,1	65.597	80,5	70.201
8	Thermenregion	34	59,9	63.975	69,0	73.691	78,5	83.792
9	Mostviertel	35	60,4	28.701	73,8	35.026	81,1	38.511
10	OO Zentralfraum Linz	41	54,6	37.880	70,2	48.677	79,6	55.235
11	OO Zentralfraum Weis	42	53,9	23.201	64,9	28.596	73,6	33.435
12	Mühlviertel	43	52,3	28.709	74,7	40.995	81,7	44.828
13	Pyhrn-Eisenwurzen	44	51,1	17.997	70,2	24.732	76,3	26.892
14	Traunviertel-Salzkammergut	45	46,9	24.678	71,5	37.586	80,3	42.211
15	Innviertel	46	53,0	28.466	75,1	40.350	82,0	44.058
16	Salzburg-Nord	51	35,1	25.623	62,2	45.375	68,9	50.284
17	Pinzgau-Pongau-Lungau	52	30,4	10.604	63,7	22.228	65,1	22.733
18	Graz	61	49,3	30.177	67,6	41.420	75,3	46.110
19	Lilien	62	53,0	10.739	66,1	13.938	74,2	15.540
20	Östliche Obersteiermark	63	40,8	15.794	67,7	26.189	70,6	27.319
21	Oststeiermark	64	52,6	27.926	69,1	36.691	76,6	40.693
22	West-/Südsteiermark	65	48,3	21.647	69,9	31.365	75,8	34.007
23	Westliche Obersteiermark	66	45,3	8.595	63,2	11.999	76,6	14.550
24	Tirol-Zentralraum	71	36,5	27.169	60,0	44.574	67,1	49.849
25	Tirol-West	72	36,5	12.573	77,0	26.528	82,0	28.230
26	Tirol-Nordost	73	35,6	11.514	72,6	23.451	76,5	24.707
27	Osttirol	74	56,5	7.395	71,1	9.304	74,5	9.790
28	Rheinthal-Bregenzerwald	81	38,2	13.212	68,1	26.293	78,2	28.643
29	Vorarlberg-Süd	82	42,7	13.166	78,2	24.138	82,4	25.409
30	Wien-Mitte-Südost	91	41,3	52.068	61,4	77.289	70,4	88.733
31	Wien-West	92	56,9	55.240	70,3	88.246	80,9	78.508
32	Wien-Nordost	93	53,4	31.338	70,2	41.230	76,6	45.150



Abbildung 1: weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA)



Abbildung 2: Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA)



Abbildung 3: HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als Tagen/Woche

Prävalenz: Körperliche Inaktivität
 Altersgruppe: 50-64 Jahre; Frauen



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	51,6	10.658	74,1	15.303	80,3	16.575
2	Burgenland-Süd	12	59,3	8.636	75,4	10.967	79,6	11.593
3	Kärnten-Ost	21	48,5	20.932	71,5	30.878	79,8	34.427
4	Kärnten-West	22	57,7	17.351	70,3	21.138	82,1	24.688
5	NÖ Mitte	31	48,8	24.222	72,9	36.203	78,1	38.787
6	Waldviertel	32	50,9	5.739	72,7	8.196	80,9	9.119
7	Weinviertel	33	45,5	18.491	63,3	25.746	72,7	29.588
8	Thermenregion	34	62,2	33.857	74,3	40.454	83,2	45.320
9	Mostviertel	35	56,3	12.547	69,8	15.556	81,2	18.090
10	OO Zentralfraum Linz	41	56,8	20.459	60,9	21.950	74,9	26.992
11	OO Zentralfraum Weis	42	54,1	10.946	66,4	13.433	74,3	15.027
12	Mühlviertel	43	44,2	11.815	68,3	18.272	76,5	20.461
13	Pyhrn-Eisenwurzen	44	52,2	9.354	75,3	13.498	79,2	14.201
14	Traunviertel-Salkammergut	45	42,4	9.769	70,6	16.286	77,5	17.862
15	Innviertel	46	48,3	12.701	74,6	19.632	81,1	21.354
16	Salzburg-Nord	51	31,0	12.330	56,3	22.358	64,6	25.671
17	Pinzgau-Pongau-Lungau	52	30,4	5.122	59,7	10.041	62,7	10.545
18	Graz	61	56,0	17.820	66,3	21.098	73,7	23.473
19	Liezen	62	47,8	5.140	61,1	6.365	72,5	7.787
20	Östliche Obersteiermark	63	43,9	8.821	68,1	13.693	70,5	14.166
21	Oststeiermark	64	50,1	10.614	72,9	15.449	74,8	15.833
22	West-/Südsteiermark	65	54,5	13.720	75,1	18.910	82,9	20.880
23	Westliche Obersteiermark	66	43,9	4.191	61,7	5.887	74,7	7.127
24	Tirol-Zentralfraum	71	39,1	11.930	57,9	21.319	69,8	23.870
25	Tirol-West	72	27,4	4.752	78,6	13.617	80,2	13.903
26	Tirol-Nordost	73	35,0	6.232	78,3	13.937	81,8	14.553
27	Osttirol	74	51,7	8.647	71,2	9.016	77,5	9.463
28	Rheinthal-Bregenzwald	81	28,7	6.515	64,5	14.658	72,7	16.412
29	Vorarlberg-Süd	82	47,4	8.285	79,7	13.927	85,0	14.863
30	Wien-Mitte-Südost	91	34,3	22.606	57,0	37.570	68,9	45.479
31	Wien-West	92	60,8	30.990	71,4	36.408	81,3	41.480
32	Wien-Nordost	93	58,2	18.093	68,6	21.242	78,9	24.442



Abbildung 1: weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA)



Abbildung 2: Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA)



Abbildung 3: HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche

Prävalenz: Körperliche Inaktivität
 Altersgruppe: 50-64 Jahre; Männer



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	53,7	10.996	77,2	15.820	79,6	16.301
2	Burgenland-Süd	12	54,8	7.199	60,5	7.951	71,8	9.445
3	Kärnten-Ost	21	34,8	14.811	66,7	28.556	71,1	31.530
4	Kärnten-West	22	43,0	10.532	68,9	16.876	77,4	18.964
5	NÖ Mitte	31	52,8	25.474	79,8	38.496	86,4	41.636
6	Waldviertel	32	62,6	8.099	72,2	9.344	89,9	11.639
7	Weinviertel	33	58,3	27.110	85,6	39.851	87,3	40.614
8	Thermenregion	34	57,6	30.118	63,6	33.237	73,6	38.472
9	Mostviertel	35	64,1	16.154	77,2	19.470	81,0	20.421
10	OO Zentralraum Linz	41	52,2	17.421	80,1	26.727	84,7	28.243
11	OO Zentralraum Weis	42	51,8	12.355	63,6	15.163	73,0	17.408
12	Mühlviertel	43	60,1	16.894	80,8	22.723	86,7	24.367
13	Pyhrn-Eisenwurzen	44	49,9	8.643	64,9	11.235	73,3	12.691
14	Traunviertel-Salzkammergut	45	50,5	14.909	72,2	21.301	82,5	24.349
15	Innviertel	46	57,6	15.765	75,7	20.718	82,9	22.704
16	Salzburg-Nord	51	40,0	13.292	69,3	23.017	74,1	24.613
17	Pinggau-Pongau-Lungau	52	30,3	5.482	67,4	12.187	67,4	12.187
18	Graz	61	42,0	12.357	69,1	20.322	77,0	22.637
19	Lilien	62	54,2	5.599	71,8	7.373	76,0	7.853
20	Östliche Obersteiermark	63	37,5	6.973	67,2	12.496	70,7	13.153
21	Oststeiermark	64	54,2	17.312	66,5	21.242	77,9	24.860
22	West-/Südsteiermark	65	40,3	7.927	63,4	12.455	66,8	13.127
23	Westliche Obersteiermark	66	46,6	4.404	64,7	6.112	78,5	7.422
24	Tirol Zentralraum	71	49,9	15.339	62,0	23.555	69,2	25.979
25	Tirol-West	72	45,7	7.821	75,5	12.911	83,7	14.327
26	Tirol-Nordost	73	36,4	5.282	65,5	9.514	69,9	10.154
27	Osttirol	74	62,1	3.748	71,0	4.288	71,0	4.288
28	Rheinthal-Bregenzwald	81	42,2	6.697	73,1	11.635	77,0	12.231
29	Vorarlberg-Süd	82	36,5	4.881	76,4	10.211	78,3	10.545
30	Wien-Mitte-Südost	91	49,1	29.461	66,2	39.719	72,1	43.254
31	Wien-West	92	52,6	24.250	69,1	31.828	80,4	37.048
32	Wien-Nordost	93	47,9	13.305	72,0	16.988	74,6	20.700



Abbildung 1: weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA)



Abbildung 2: Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA)



Abbildung 3: HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als Tagen/Woche

Prävalenz: Körperliche Inaktivität
 Altersgruppe: 65+ Jahre; Total (Frauen & Männer)



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	40,1	12.257	69,2	21.137	77,1	23.546
2	Burgenland-Süd	32	52,7	10.345	69,2	14.599	74,4	14.626
3	Kärnten-Ost	21	50,0	29.652	66,5	38.616	75,3	44.077
4	Kärnten-West	22	46,6	20.043	58,3	25.060	66,6	28.615
5	NÖ Mitte	31	47,3	36.934	62,3	48.692	71,7	56.008
6	Waldviertel	32	82,9	26.436	76,7	24.483	90,0	28.705
7	Weinviertel	33	49,1	24.862	71,7	36.297	77,6	29.296
8	Thermenregion	34	58,9	70.960	76,8	92.475	83,9	100.982
9	Mostviertel	35	56,9	22.881	71,2	28.588	80,1	32.202
10	OO Zentralfraum Linz	41	54,1	32.268	71,1	42.389	79,5	47.404
11	OO Zentralfraum Weis	42	64,8	19.205	81,3	24.695	89,7	22.271
12	Mühlviertel	43	57,9	22.243	78,8	30.277	85,3	32.775
13	Pyhrn-Eisenwurzen	44	56,6	14.519	78,8	20.228	81,5	20.915
14	Traunviertel-Salzkammergut	45	51,5	24.454	42,0	19.932	68,0	32.257
15	Innviertel	46	50,3	18.518	81,0	29.875	84,8	31.258
16	Salzburg-Nord	51	55,0	39.331	57,2	40.902	69,9	50.001
17	Pinggau-Pongau-Lungau	52	41,2	12.079	58,3	17.099	69,5	20.376
18	Graz	61	51,4	40.535	66,7	52.573	76,1	60.033
19	Lilien	62	55,5	11.522	45,0	9.336	66,6	13.829
20	Östliche Obersteiermark	63	46,7	20.166	60,4	26.076	73,8	31.840
21	Oststeiermark	64	66,6	27.778	60,5	25.220	84,7	35.311
22	West-/Südsteiermark	65	53,1	16.734	65,3	20.575	76,6	24.147
23	Westliche Obersteiermark	66	68,8	12.262	62,8	11.186	78,8	14.050
24	Tirol-Zentralfraum	71	39,5	22.522	56,8	36.071	62,6	39.742
25	Tirol-West	72	59,6	8.824	70,6	10.448	77,3	11.436
26	Tirol-Nordost	73	48,7	14.640	68,3	20.524	79,4	23.871
27	Osttirol	74	65,1	9.497	74,5	10.706	82,4	11.836
28	Rheinthal-Bregenervald	81	43,1	14.213	75,4	24.855	80,9	26.681
29	Vorarlberg-Süd	82	40,8	12.735	68,5	21.358	77,0	24.021
30	Wien-Mitte-Südost	91	55,0	60.260	69,4	76.030	74,3	81.409
31	Wien-West	92	74,3	94.670	66,6	84.914	87,0	110.923
32	Wien-Nordost	93	56,0	26.387	71,2	33.541	79,2	37.282



Abbildung 1: weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA)



Abbildung 2: Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA)



Abbildung 3: HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche

Prävalenz: Körperliche Inaktivität
 Altersgruppe: 65+ Jahre; Frauen



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als 2 Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	48,4	8.158	78,1	13.170	88,3	14.900
2	Burgenland-Süd	12	58,0	6.689	75,8	8.519	78,7	9.079
3	Kärnten-Ost	21	53,5	17.808	65,4	21.772	73,7	24.536
4	Kärnten-West	22	47,4	12.211	59,0	15.207	67,7	17.463
5	NÖ Mitte	31	55,2	22.579	70,6	28.887	77,6	31.722
6	Waldviertel	32	92,0	17.596	77,9	14.894	93,1	17.801
7	Weinviertel	33	65,2	16.201	78,9	19.599	85,0	21.370
8	Thermenregion	34	62,9	40.130	83,5	53.262	88,8	56.699
9	Mostviertel	35	62,8	14.864	75,1	18.717	85,8	20.312
10	OO Zentralfraum Linz	41	60,0	20.655	77,8	26.755	89,3	30.743
11	OO Zentralfraum Weis	42	78,2	13.156	84,9	14.299	90,3	15.199
12	Mühlviertel	43	66,4	12.882	81,8	15.870	88,7	17.219
13	Pyhrn-Eisenwurzen	44	71,8	9.279	75,6	9.764	80,9	10.452
14	Traunviertel-Salzkammergut	45	51,7	14.771	21,2	6.053	58,1	16.603
15	Innviertel	46	61,5	12.666	85,3	17.992	90,2	19.017
16	Salzburg-Nord	51	59,9	26.229	53,4	23.669	68,3	29.873
17	Pinggau-Pongau-Lungau	52	51,6	7.614	72,5	10.707	84,9	12.540
18	Graz	61	52,6	22.616	59,4	25.528	73,1	31.446
19	Lilien	62	42,3	4.330	58,8	6.019	60,7	6.215
20	Östliche Obersteiermark	63	63,9	14.739	70,4	16.231	81,0	18.673
21	Oststeiermark	64	71,8	18.988	45,8	12.114	82,4	21.783
22	West-/Südsteiermark	65	61,1	9.363	77,5	11.862	86,8	13.291
23	Westliche Obersteiermark	66	80,9	8.274	69,4	7.095	95,0	9.749
24	Tirol Zentralfraum	71	41,8	16.944	63,0	25.537	69,8	28.305
25	Tirol-West	72	74,5	5.070	87,2	5.932	90,4	6.152
26	Tirol-Nordost	73	60,7	9.857	91,9	14.925	91,9	14.925
27	Osttirol	74	66,3	5.351	86,1	5.496	88,1	6.499
28	Rheinthal-Bregenzwald	81	50,2	9.384	86,1	16.103	90,2	16.872
29	Vorarlberg-Süd	82	37,1	5.811	77,7	12.168	84,8	13.287
30	Wien-Mitte-Südost	91	51,6	35.395	63,8	43.783	70,2	48.213
31	Wien-West	92	74,8	55.824	84,9	48.404	86,9	64.847
32	Wien-Nordost	93	60,1	17.369	79,7	23.025	85,7	24.758



Prävalenz: Körperliche Inaktivität
 Altersgruppe: 65+ Jahre; Männer



ID	Versorgungsregion	Nr.	weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA) [Abbildung 1]		Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA) [Abbildung 2]		HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als Tagen/Woche [Abbildung 3]	
			Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)	Relativ in %	Absolut (Personen)
1	Burgenland-Nord	11	30,0	4.099	58,2	7.967	63,2	8.647
2	Burgenland-Süd	12	45,1	3.656	62,6	5.075	68,4	5.547
3	Kärnten-Ost	21	45,5	11.824	67,9	17.645	75,0	19.482
4	Kärnten-West	22	45,6	7.832	57,3	9.853	64,9	11.152
5	NÖ Mitte	31	38,5	14.355	53,1	19.805	65,2	24.285
6	Waldviertel	32	69,2	8.840	75,0	9.589	85,3	10.904
7	Weinviertel	33	33,6	8.661	64,7	16.699	69,5	12.926
8	Thermenregion	34	54,5	30.830	69,3	39.213	78,3	44.283
9	Mostviertel	35	48,6	8.017	59,8	9.871	72,0	11.889
10	OO Zentralfraum Linz	41	46,0	11.614	62,0	15.634	66,0	16.662
11	OO Zentralfraum Weis	42	48,3	6.549	76,7	10.402	89,0	12.072
12	Mühlviertel	43	49,2	9.361	75,8	14.407	81,8	15.555
13	Pyhrn-Eisenwurzen	44	41,1	5.240	82,0	10.464	82,0	10.464
14	Traunviertel-Salzkammergut	45	51,2	9.683	73,4	13.879	82,8	15.654
15	Innviertel	46	35,2	5.552	75,3	11.882	77,5	12.241
16	Salzburg-Nord	51	47,2	13.103	63,1	17.533	72,5	20.128
17	Pinzgau-Pongau-Lungau	52	30,7	4.465	43,9	6.392	53,8	7.837
18	Graz	61	49,9	17.919	75,4	27.045	79,7	28.587
19	Lilien	62	68,3	7.192	31,5	3.317	72,3	7.614
20	Östliche Obersteiermark	63	27,0	5.427	49,0	9.845	65,5	13.167
21	Oststeiermark	64	57,6	8.791	85,9	13.106	88,7	13.528
22	West-/Südsteiermark	65	45,5	7.371	53,7	8.713	67,0	10.856
23	Westliche Obersteiermark	66	52,5	3.988	53,9	4.091	57,0	4.331
24	Tirol-Zentralraum	71	29,3	5.278	45,9	10.535	49,8	11.437
25	Tirol-West	72	47,0	3.753	56,5	4.516	66,1	5.283
26	Tirol-Nordost	73	34,6	4.782	40,5	5.599	64,7	8.946
27	Osttirol	74	65,5	4.146	86,1	5.211	88,2	5.338
28	Rheinthal-Bregenzerwald	81	33,9	4.829	63,4	8.751	68,8	9.899
29	Vorarlberg-Süd	82	44,6	6.924	59,2	9.191	69,1	10.734
30	Wien-Mitte-Südost	91	60,7	24.865	78,7	32.247	81,1	33.196
31	Wien-West	92	73,5	38.846	69,1	36.510	87,2	46.077
32	Wien-Nordost	93	49,5	9.018	57,8	10.516	68,8	12.522



Abbildung 1: weniger als 150 min/Woche mäßig intensive Bewegung (HEPA)



Abbildung 2: Muskelaufbau an weniger als 2 Tagen/Woche (MSPA)



Abbildung 3: HEPA-Min weniger als 150 min/Woche und MSPA an weniger als Tagen/Woche