Medienkonferenz Kanton Graubünden

Chur, 16.11.2026

Sport im Kanton Graubünden 2026

Präsentation der zentralen Ergebnisse

Dr. Markus Lamprecht, Dr. Rahel Bürgi, M.Sc. Aaron Knäbel

Schweizer Sportobservatorium

Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung

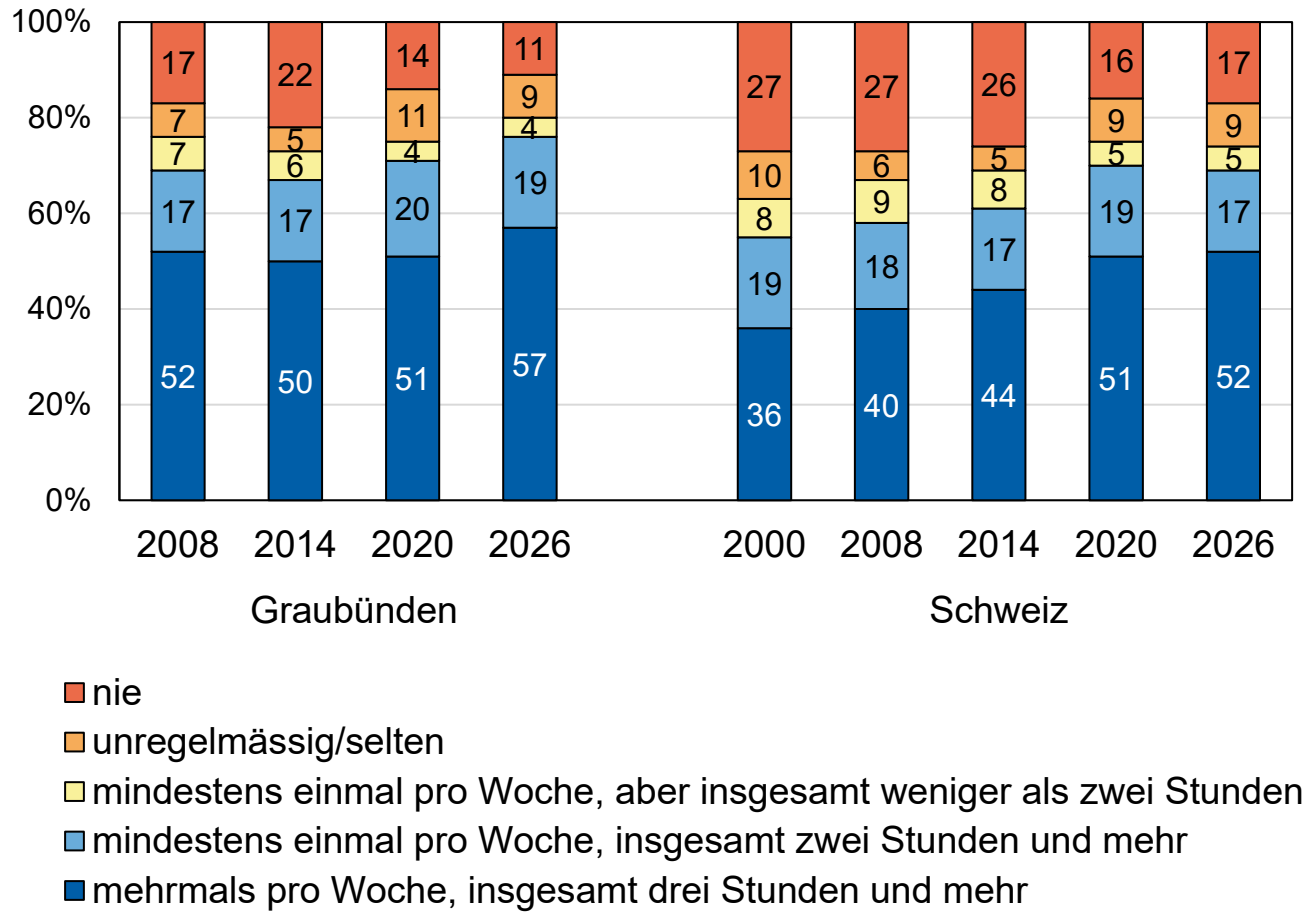
Methoden und Stichprobe



- **Mixed-Mode-Befragung:** online oder telefonisch nach Wahl (YouGov Schweiz)
- **Befragungszeit:** rund 30 Minuten
- **Grundgesamtheit:** Wohnbevölkerung des Kantons Graubünden ab 15 Jahren
- **Stichprobe:** Zufällig aus Einwohnerregister durch Bundesamt für Statistik
- **Stichprobengrösse:** GR: 807 Befragte, CH: 14‘791 Befragte
- **Teilnahmequote:** 41 Prozent

SPORTOBS
Schweizer Sportobservatorium

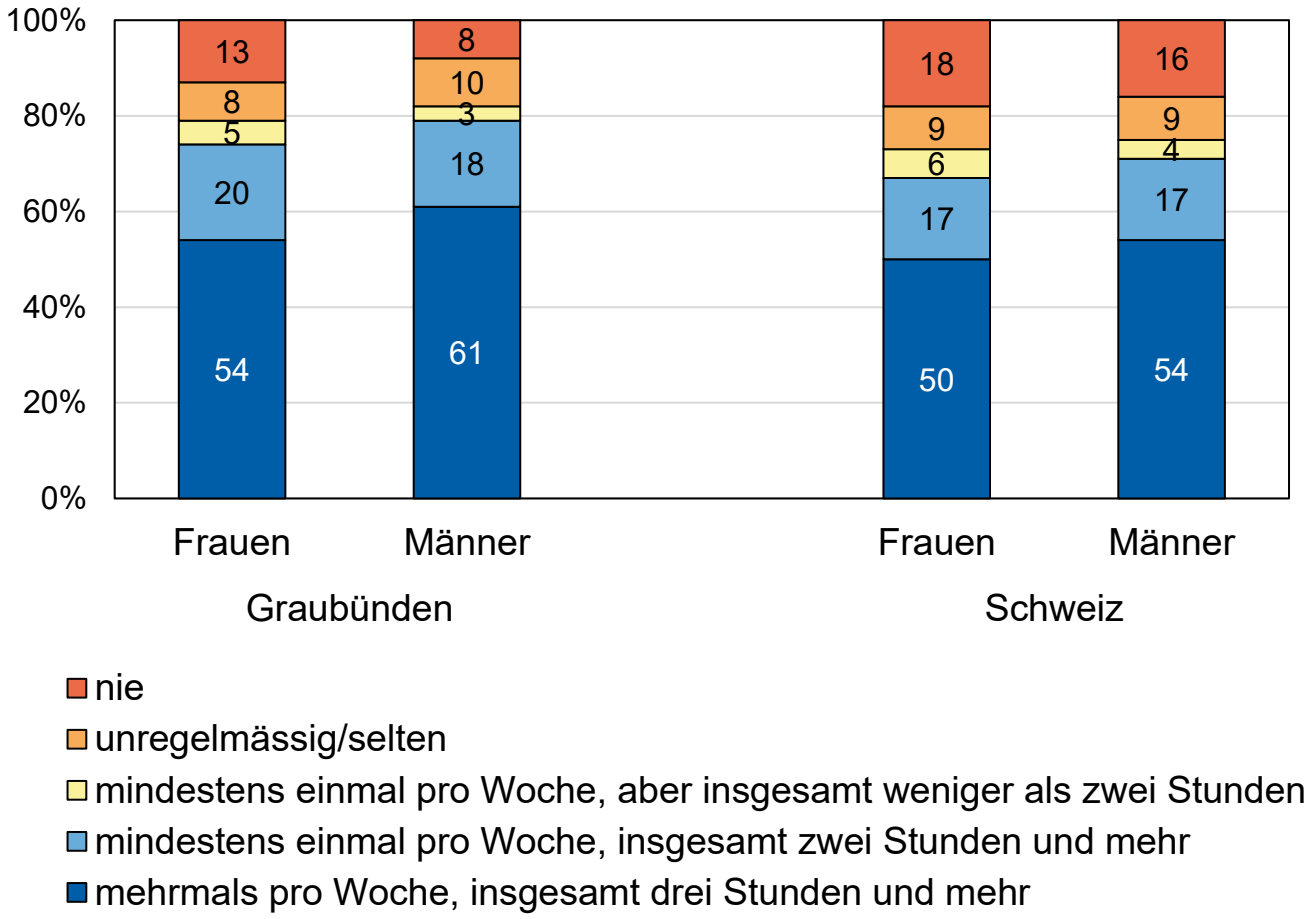
Entwicklung der Sportaktivität zwischen 2000 und 2026



- Die Sportbegeisterung im Kanton GR ist sehr hoch: 57% sind sportlich sehr aktiv.
- Der Anteil an sportlich Inaktiven ist auf 11% gesunken.
- Im Gegensatz zur Gesamtschweiz erlebt Graubünden einen erneuten Sportboom.
- Graubünden liegt wieder klar über dem Schweizer Durchschnitt.

SPORTOBS
Schweizer Sportobservatorium

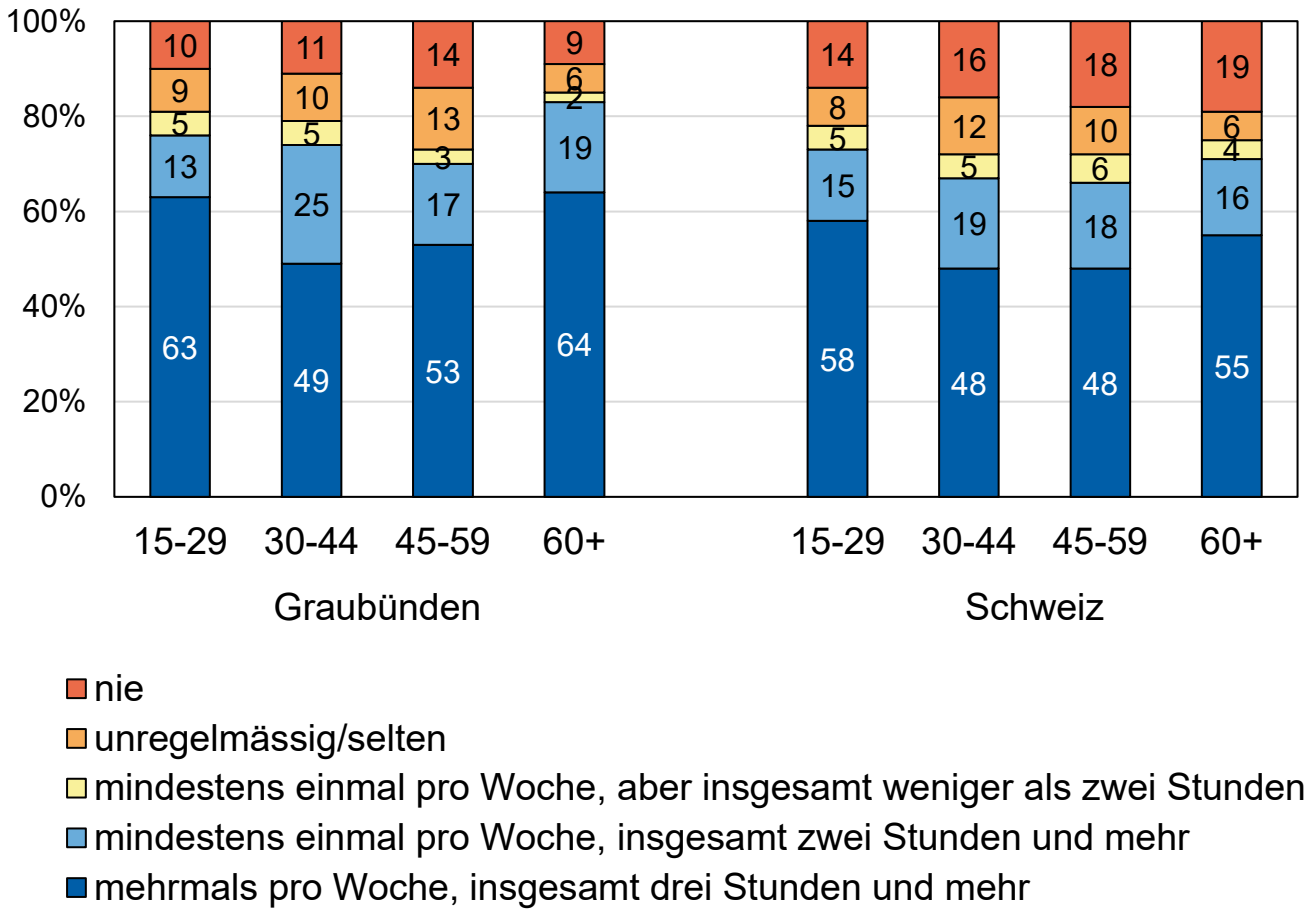
Sportaktivität nach Geschlecht



- Sowohl Bündnerinnen als auch Bündner treiben überdurchschnittlich viel Sport.
- Im Kanton Graubünden treiben die Männer wieder mehr Sport als die Frauen. 2020 war es umgekehrt.

SPORTOBS
Schweizer Sportobservatorium

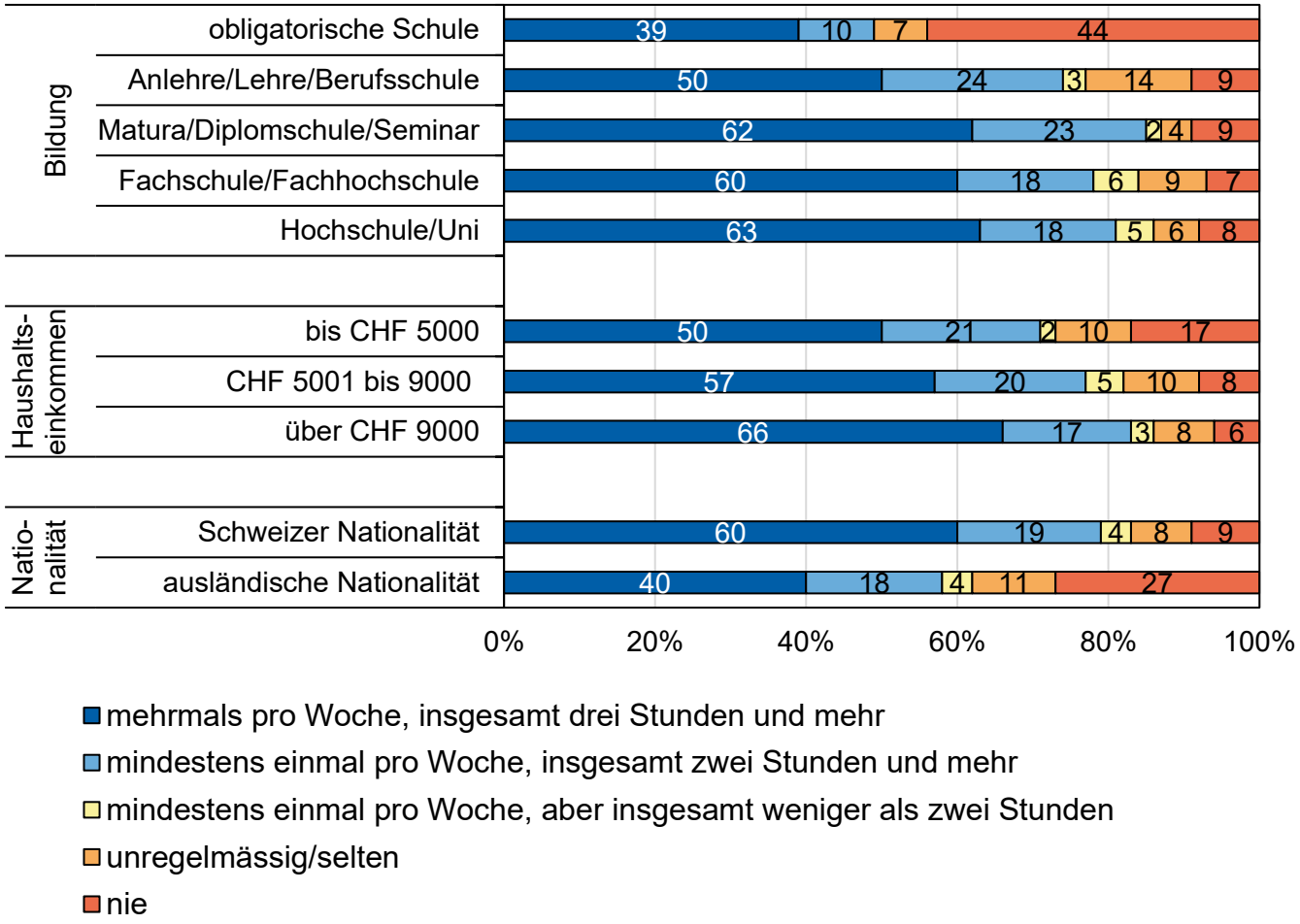
Sportaktivität nach Alter



- Die typische U-förmige Verteilung der Sportaktivität über die Altersgruppen ist im Kanton GR noch ausgeprägter als in der Gesamtschweiz.
- Die 15- bis 29-Jährigen und die ab 60-Jährigen sind im Kanton GR deutlich aktiver als in der übrigen Schweiz.
- Die Sportaktivität kann sich im Lebenslauf mehrfach ändern.

SPORTOBS
Schweizer Sportobservatorium

Sportaktivität nach Bildung, Haushaltseinkommen und Nationalität



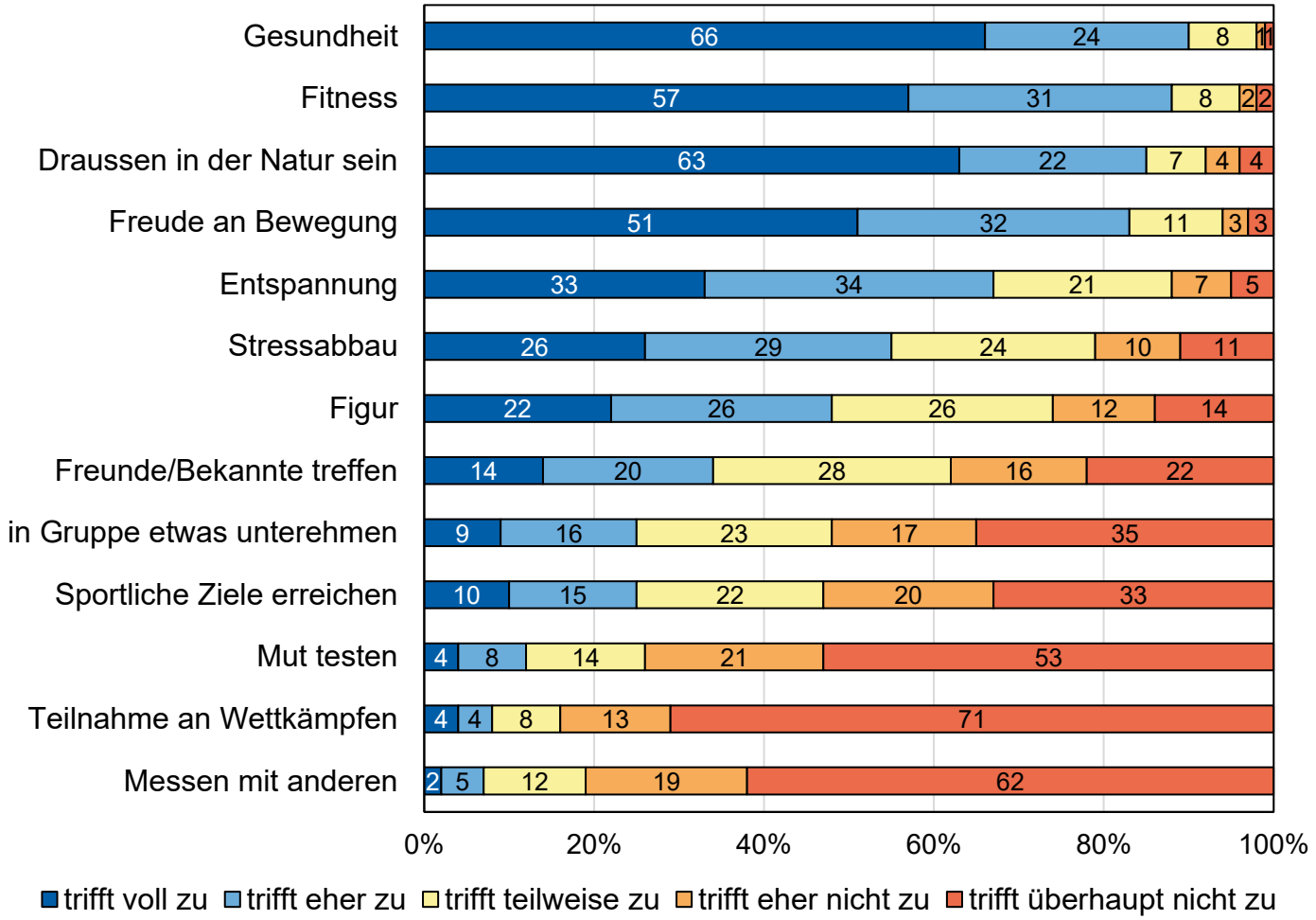
- Personen mit höherer Bildung und höherem Einkommen treiben mehr Sport.
- Der soziale Gradient ist in GR schwächer als in der Gesamtschweiz. Nur bei tiefer Bildung bleibt die Inaktivität hoch.
- Klare Unterschiede zwischen Personen mit Schweizer und Personen mit ausländischer Nationalität.
- Die regionalen Unterschiede sind deutlich kleiner als die sozialen Unterschiede.

SPORTOBS
Schweizer Sportobservatorium

Die Nichtsportlerinnen und Nichtsportler

- **Nur noch 11%** der Bündner Bevölkerung beschreiben sich als **sportlich inaktiv**.
- **Fehlende Lust**, **mangelnde Zeit** und eine **zu hohe Arbeitsbelastung** sind die Hauptgründe für die sportliche Inaktivität.
- **Schlechte Erinnerungen** oder **kein passendes Angebot** werden **kaum genannt**.
- **47% der Nichtsporttreibenden** haben einen **Bewegungsmangel**.
- **Ein Fünftel** der Nichtsporttreibenden möchte (wieder) **aktiv werden**.

Sportmotive der Bevölkerung des Kantons Graubünden



- Sport weckt viele positive Assoziationen.
- Gesundheit, Fitness, «Draussen in der Natur sein» und Freude an der Bewegung sind die wichtigsten Sportmotive.
- Das Naturerlebnis ist im Kanton Graubünden noch wichtiger als in der Schweiz.
- Nur noch 13% der Sporttreibenden nehmen an Wettkämpfen teil.

SPORTOBS
Schweizer Sportobservatorium

Beliebteste Sportarten im Kanton Graubünden (Bevölkerung ab 15 Jahren)

	Kanton Graubünden		Schweiz
	Nennung (in % der Bevölkerung)	**Veränderung 2020–2026** (in Prozent-punkten)	**Nennung** (in % der Bevölkerung)
Wandern, Bergwandern	59.0	-3.7	49.0
Radfahren (ohne Mountainbiking)	35.8	-6.6	33.6
Skifahren (ohne Skitouren)	35.1	-10.6	23.3
Schwimmen	26.1	-12.0	24.7
Jogging, Laufen	22.6	-4.6	23.2
Krafttraining, Muskelaufbau	19.0	6.5	19.7
Yoga, Pilates, Body Mind	19.0	7.0	16.1
Mountainbiking	17.6	3.4	7.8
Skilanglauf	15.0	-1.0	4.6
Fitnesstraining, Group Fitness	12.4	-2.8	14.9
Ski- und Snowboardtouren	7.5	-1.1	3.7
Tanzen	6.2	-3.1	6.9
Turnen, Gymnastik	5.9	-3.1	6.5
Klettern, Bergsteigen	5.9	-0.4	3.8
Snowboarding (ohne Snowboardtouren)	5.7	0.0	3.6
Schlitteln	5.2	-8.5	2.1
Fussball	4.8	-0.3	5.7

- Lifetime-Sportarten Wandern, Velofahren, Skifahren, Schwimmen und Jogging weiterhin an der Spitze, aber klarer Rückgang bei Schwimmen und Skifahren.
- Krafttraining, Yoga und Mountainbiking legen zu: Aus dem «Helvetischen Fünfkampf» wird ein Achtkampf.
- Berg- und Outdoorsportarten wie Skifahren, Langlauf, Wandern und Mountainbiking sind deutlich beliebter als in der Gesamtschweiz.

Sporttypen nach Organisierungsgrad (in % der Bevölkerung ab 15 Jahren)

	Kanton Graubünden		Schweiz
	2020	**2026**	**2026**
Nichtsporttreibende	14	11	17
«freie» Sporttreibende	49	53	47
Mitgliedschaft Fitnesscenter	14	17	17
Aktivmitgliedschaft Verein	18	13	14
Mitgliedschaft Verein+Fitness	5	6	5

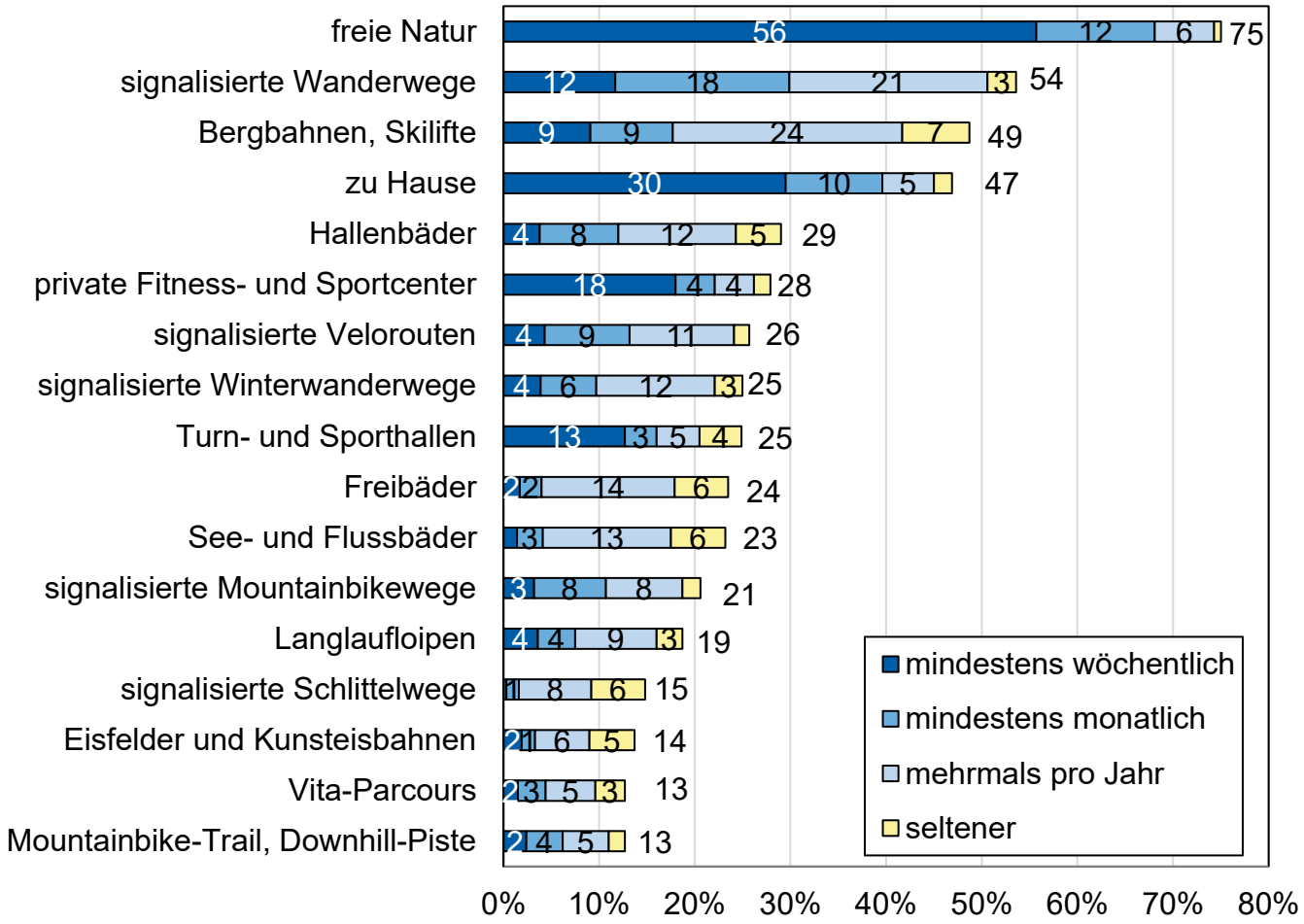
- Die Mehrheit der Bündner Bevölkerung ist unorganisiert sportlich aktiv.
- Rückgang bei den Sportvereinen, Wachstum bei den Fitnesscentern.
- Für Kinder und Jugendliche bleiben die Sportvereine zentral.

Ehrenamtliches und freiwilliges Engagement im Sport

	in % der Bevölkerung	in % der Aktivmitglieder
Amt im Verein	8	27
Amt ausserhalb des Vereins	1	5
Helferdienst im/für den Verein	12	42
Helferdienst ausserhalb des Vereins	8	15
freiwilliges Engagement im Sport	20	57

- Ein Fünftel der Bündner Bevölkerung engagiert sich freiwillig im und für den Sport.
- Das freiwillige Engagement geht zurück.
- Von den Aktivmitgliedern engagiert sich mehr als die Hälfte im und für den Sport. Gut ein Viertel hat ein Amt im Verein.

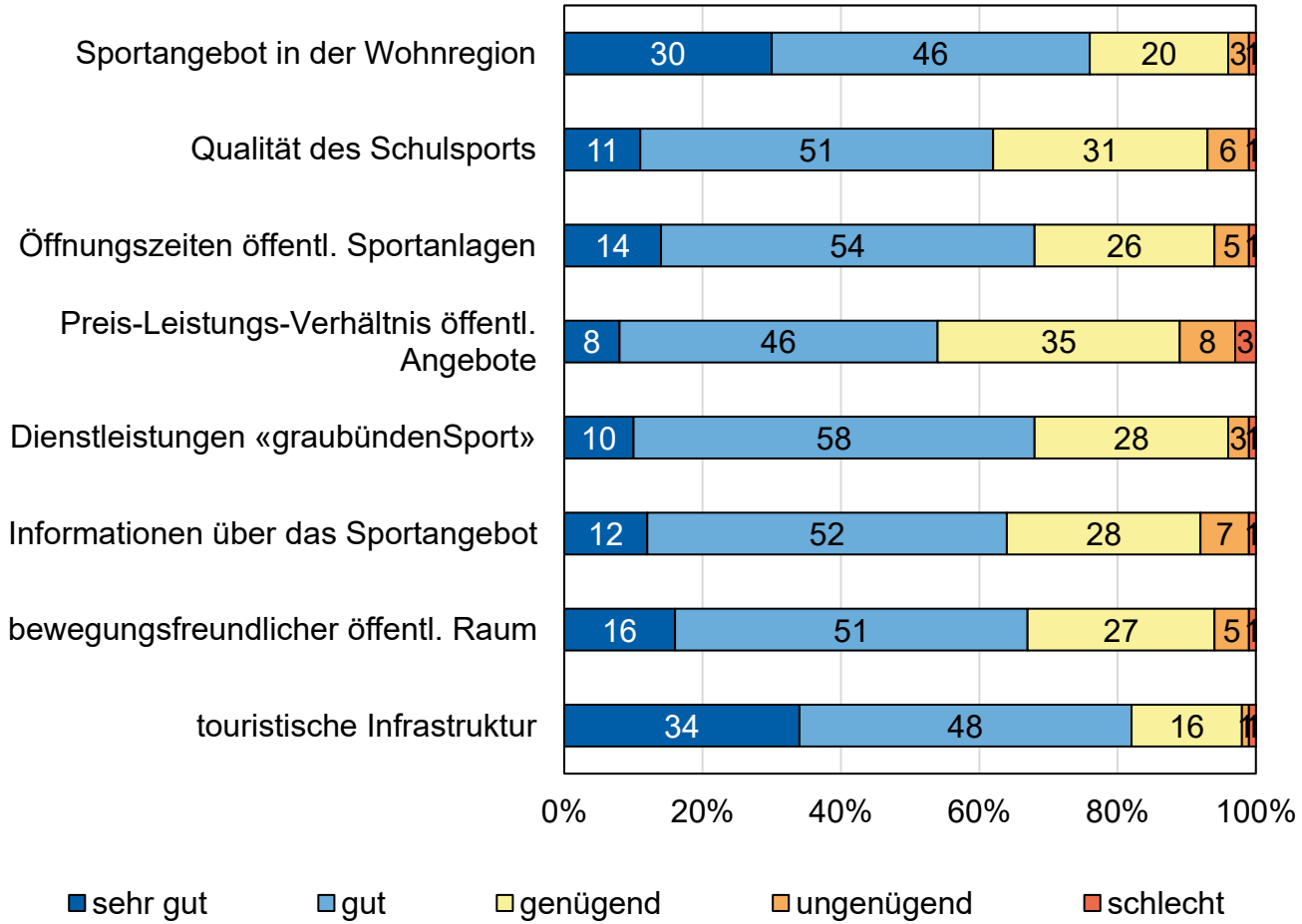
Sportorte und Nutzung der Sportinfrastruktur



- In der freien Natur wird am häufigsten Sport getrieben.
- Wanderwege, Bergbahnen, Velorouten, Mountainbikewege und Langlaufloipen erreichen im Kanton Graubünden Spitzenwerte.
- Die Infrastrukturnutzung widerspiegelt die Sportartenpräferenzen.
- Viele Sportmöglichkeiten liegen direkt vor der eigenen Haustür.
- Flexibilität bei der Infrastrukturnutzung nimmt zu.

SPORTOBS
Schweizer Sportobservatorium

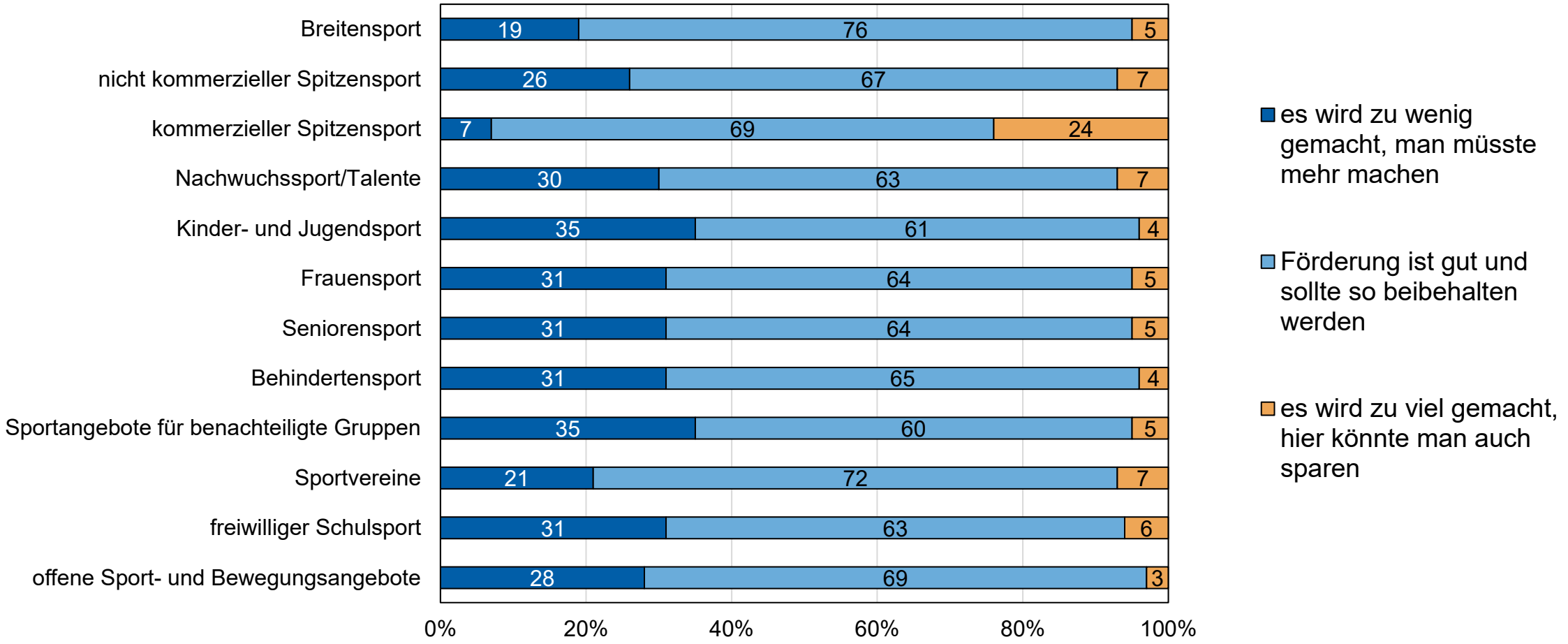
Bewertung von Sportangeboten und Sportdienstleistungen



- Die Sportangebote und Sportdienstleistungen werden überwiegend positiv bewertet.
- Besonders gute Noten erhalten die touristische Infrastruktur und das Sportangebot in der Wohnregion.
- Ausbau- und Verbesserungswünsche betreffen vor allem Hallenbäder, Turn- und Sporthallen, Angebote der Sportvereine sowie Freibäder.

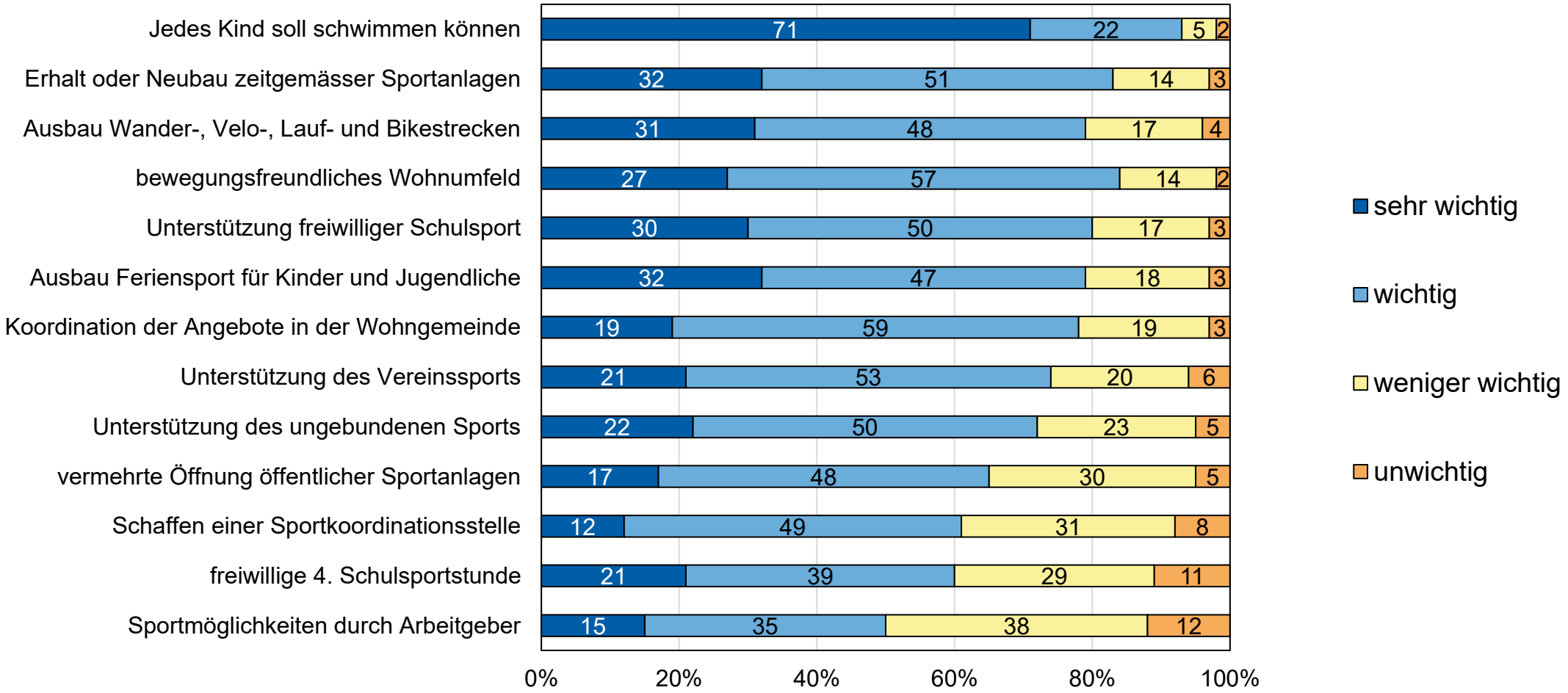
SPORTOBS
Schweizer Sportobservatorium

Einschätzung der Sportförderung im Kanton Graubünden



SPORTOBS
Schweizer Sportobservatorium

Wichtigkeit der Umsetzung verschiedener sportpolitischer Forderungen



SPORTOBS
Schweizer Sportobservatorium

Fazit zu «Sport im Kanton Graubünden 2026»

- Grosse Sportbegeisterung und erneuter Sportboom: GR liegt wieder klar über dem CH-Durchschnitt.
- Mehr Geschlechter- und Altersunterschiede als in der Gesamtschweiz.
  Weniger soziale Unterschiede, kaum regionale Unterschiede.
- Gesundheit, Fitness, Naturerlebnis und Freude an der Bewegung stehen im Zentrum.
  Leistungs- und Wettkampfsport wird weniger wichtig.
- Berg- und Outdoorsportarten sind besonders beliebt, Krafttraining, Yoga und Mountainbiking legen zu.
- Klare Individualisierungstendenzen: Ungebundenes Sporttreiben nimmt zu, Sportvereine verlieren erwachsene Mitglieder, Fitnesscenter wachsen.
- Hohe Zufriedenheit mit dem Sportangebot und klares Bekenntnis zur Sportförderung.