



Neue Studie zum Gesundheitswandern

Wer warum mitmacht

Pressemitteilung 39
Neue Studie zum
Gesundheitswandern
16. Dezember 2013

Wer nimmt an Gesundheitswanderungen teil? Was motiviert Menschen, Gesundheitswanderungen mitzumachen? Wie erfahren Menschen von diesen Wanderungen? Darauf wird die neue Untersuchung des Instituts für Leistungsdiagnostik und Gesundheitsförderung (ILUG) an der Uni Halle-Wittenberg antworten.

Die Studie unter der Leitung von Prof. Dr. Kuno Hottenrott ist im Oktober gestartet. Am Ende sollen Handlungsempfehlungen stehen, die zeigen wie noch mehr Menschen für das vom Deutschen Wanderverband (DWV) zertifizierte Gesundheitswandern erreicht werden können.

Deutscher Wanderverband
Wilhelmshöher Allee 157-159
34121 Kassel
Telefon 05 61 / 9 38 73 -0
Telefax 05 61 / 9 38 73 -10
info@wanderverband.de
www.wanderverband.de
www.wanderbares-deutschland.de

Die gemeinsam vom DWV und der FH Osnabrück entwickelten Gesundheitswanderungen kombinieren kurze Wanderungen mit ausgewählten Übungen aus der Physiotherapie und Informationen rund um das Thema „Gesundheit“. Wissenschaftliche Studien haben nachgewiesen, dass dieses Wandern positiv auf Körper und Geist des Menschen wirkt. Die Wanderungen sind Teil der DWV-Initiative „Let’s go – jeder Schritt hält fit“ und gehören zu „IN FORM“, Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Seit dem Jahr 2008 hat der DWV über 330 Gesundheitswanderführer ausgebildet.

Die neue Studie soll nun auch zeigen, inwieweit die Zielgruppe „Menschen mit Bewegungsmangel 55+“ mit den Angeboten erreicht wird und welche Faktoren dafür verantwortlich sind, dass Menschen an Gesundheitswanderungen teilnehmen. Daneben soll geklärt werden, welche Themen aus dem Bereich der Gesundheitsförderung zusätzlich in die Wanderungen integriert werden sollten. Schließlich sollen die aus den Ergebnissen abgeleiteten Handlungsempfehlungen den beteiligten Akteuren – DWV, DWV-Mitgliedern und Gesundheitswanderführern – zeigen, wie die Zielgruppe der Angebote noch besser anzusteuern ist. Erste Ergebnisse sind für Februar 2014 geplant. Möglich wurde die Studie dank Fördermitteln des Bundesministeriums für Gesundheit.

Weitere Infos: www.gesundheitswanderfuehrer.de