

MEDIENMITTEILUNG | BERN, 7. SEPTEMBER 2026

WANDERN BLEIBT BELIEBTESTE SPORTART STUDIE «SPORT SCHWEIZ 2026»

Rund die Hälfte der Schweizer Bevölkerung geht wandern. Damit ist Wandern noch immer die meistverbreitete Sport- und Bewegungsaktivität in der Schweiz und liegt deutlich vor Radfahren (34 Prozent), Schwimmen (25 Prozent), Skifahren (23 Prozent) und Jogging (23 Prozent). Zwar geben heute weniger Menschen als noch 2020 an, die Wanderschuhe zu schnüren, dafür tun sie dies öfter. Das zeigt die aktuelle Studie «Sport Schweiz 2026» des Bundesamts für Sport BASPO.

Die Schweizer Bevölkerung bleibt sportlich sehr aktiv und bewegt sich dabei besonders gerne in der freien Natur. Gleichzeitig zeigt die aktuelle Studie «Sport Schweiz 2026» des BASPO, dass der langjährige Sportboom erstmals seit Erhebungsbeginn stagniert: Die allgemeine Sportaktivität ist gegenüber 2020 nicht weiter gestiegen. Während Krafttraining (+6,4 Prozentpunkte) und Yoga/Pilates (+3,3 Prozentpunkte) deutlich auf dem Vormarsch sind, wird Wandern gegenüber 2020 weniger oft genannt (–7,9 Prozentpunkte). Dieser Rückgang könnte gemäss den Autorinnen und Autoren der Studie jedoch auch aus einem veränderten Antwortverhalten resultieren. Allerdings kann Wandern mit einem Anteil von 49 Prozent den Spitzenplatz als beliebteste Sport- und Bewegungsaktivität weiterhin behaupten.

ANZAHL WANDERTAGE GESTIEGEN

Während Krafttraining und Yoga/Pilates seit 2020 an Beliebtheit gewonnen haben, bleibt Wandern für Millionen Menschen eine feste Freizeitaktivität: Gleich häufig wie 2020 wird Wandern als Hauptsportart genannt. Und wer wandert, tut dies häufiger: Die durchschnittliche Zahl der Wandertage ist von 15 auf rund 20 Tage pro Jahr gestiegen. Wandern ist zudem eine Sportart für alle Generationen: Sowohl Frauen als auch Männer betreiben es in den unterschiedlichsten Lebensphasen. Beispielsweise sind es bei den 15- bis 29-jährigen Männern fast 30 Prozent. Mit zunehmendem Alter nimmt Wandern an Beliebtheit zu und bleibt bis ins hohe Alter eine wichtige Form der Bewegung. «Die Zahlen zeigen, dass Wandern tief in der Schweizer Bevölkerung verankert ist und als Lifetime-Sportart auch in einer sich verändernden Sportlandschaft nicht an Bedeutung verliert», so Michael Roschi, Geschäftsführer der Schweizer Wanderwege zu den Ergebnissen.

WANDERWEGE SIND DRITTWICHTIGSTE SPORTINFRASTRUKTUR

Die Studie zeigt auch, wie zentral die Natur für die Sportaktivität der Schweizer Bevölkerung ist: 43 Prozent der Bevölkerung im Alter ab 15 Jahren treiben mindestens einmal pro Woche draussen Sport, weitere 14 Prozent mindestens einmal pro Monat. Die Studie unterstreicht auch die Bedeutung der Wanderwege für den Breitensport. Nach der Natur und dem eigenen Zuhause sind signalisierte Wanderwege die dritthäufigste genutzte Sportinfrastruktur der Schweiz. Auf Rang vier folgen Bergbahnen und Skilifte.

GESUNDHEIT UND FREUDE ALS MOTIVATION

Neben dem Naturerlebnis stehen bei den Befragten Gesundheit und Freude an der Bewegung im Vordergrund: 93 Prozent nennen Fitness und Gesundheit als wichtiges Sportmotiv, 77 Prozent die Freude an der Bewegung. Michael Roschi sagt: «Die Natur ist die Sportarena der Schweiz – Wanderwege machen sie zugänglich. Sichere und gut signalisierte Wege ermöglichen es Menschen jeden

Alters, draussen aktiv zu sein, und leisten damit einen wichtigen Beitrag zu Gesundheit und Lebensqualität.»

DOWNLOADBEREICH FÜR MEDIEN

Bildmaterial zum Wandern finden Sie [hier](#) zum Downloaden. Weitere Bilder finden Sie in unseren [Pressebildern](#). Bitte beachten Sie das Copyright © Schweizer Wanderwege.
Die gesamte Studie «Sport Schweiz» finden Sie [hier](#).

KONTAKTPERSON

Andrea Boillat, Leitung Bereich Marketing und Kommunikation, Schweizer Wanderwege
T 031 370 10 41 | medien@schweizer-wanderwege.ch

VERBAND SCHWEIZER WANDERWEGE

Ein Wanderwegnetz von über 65 000 Kilometern verbindet die schönsten Landschaften der Schweiz. Dieses weltweit einzigartige Angebot gehört zu den Erfolgen des Verbands Schweizer Wanderwege mit seinen 26 kantonalen Wanderweg-Fachorganisationen. Seit 1934 setzen wir uns für attraktive, sichere und einheitlich signalisierte Wanderwege ein. Zu unserer Arbeit gehören die Planung und die Qualitätssicherung der Wanderwegeninfrastruktur im Auftrag des Bundesamts für Strassen (ASTRA). Darüber hinaus informieren und inspirieren wir ein breites Publikum mit Wandervorschlägen, Events und verschiedenen Publikationen. So fördern wir das Wandern als naturnahe Freizeitbeschäftigung und als Beitrag zur Gesundheitsvorsorge. Diese Leistungen können wir dank dem Engagement von 2000 Freiwilligen sowie der finanziellen Unterstützung von Gönnerinnen und Gönnern, Mitgliedern und Firmen erbringen.



www.schweizer-wanderwege.ch



[@schweizerwanderwege.ch.rando](https://www.instagram.com/schweizerwanderwege.ch.rando)



[/SchweizerWanderwege.SuisseRando](https://www.facebook.com/SchweizerWanderwege.SuisseRando)



[/SchweizerWanderwege](https://www.youtube.com/SchweizerWanderwege)



[/company/schweizer-wanderwege](https://www.linkedin.com/company/schweizer-wanderwege)



[WhatsApp](https://www.whatsapp.com/SchweizerWanderwege)