

Deutlicher Corona-Knick und alarmierender „Gewichtssprung“

## Fitnessbarometer 2024

*Stuttgart, 14.5.2024 - Das Fitnessbarometer 2024 hat neue Rekorde bei der Anzahl der getesteten Kinder gebrochen und lenkt die Aufmerksamkeit auf zwei wichtige Bereiche: den befürchteten Einfluss der Corona-Pandemie auf die Fitness der Kinder und den alarmierenden "Gewichtssprung" von Kindergarten zu Grundschule. Das Fitnessniveau der Kinder fällt weiter und das Übergewicht steigt drastisch, vor allem die Adipositas bei Kindern hat sich mehr als verdoppelt.*

Mit insgesamt 7.358 Kindern, die im Jahr 2023 den Motorik-Test durchgeführt haben, erreicht das Fitnessbarometer einen neuen Höhepunkt. Die Turnbeutelbande, eine Initiative der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg, trägt maßgeblich dazu bei. Seit 12 Jahren bietet die Stiftung kostenfrei einen Motorik-Test für Kinder an, um Bewegungsangebote an die motorische Entwicklung von Kindern anzupassen und deren Wirksamkeit zu überprüfen. Die hohe Anzahl an Testungen zeigt das gestiegene Interesse an der Bewegungsförderung von Kindern in Kitas, Grundschulen und Vereinen.

Die durch das Fitnessbarometer erhobenen Daten zeigen, dass das Fitnessniveau der Kinder seit 2012 konstant abnimmt, jedoch der Einfluss der Corona-Pandemie dennoch deutlich als Knick erkennbar ist. Prof. Dr. Klaus Bös, renommierter Experte für Bewegungsforschung und Testautor des Motorik-Tests, äußert seine Besorgnis über den anhaltenden Rückgang des Fitnessniveaus. Trotz des Endes der Pandemie bleibt das Fitnessniveau hinter dem von vor Corona zurück.

"Der aktuelle Fitnesszustand der Kinder ist beunruhigend. Der Corona-Knick überrascht mich. Ich bin bisher davon ausgegangen, dass wir nach dem Ende der Pandemie nur von einer Corona-Delle sprechen können", erklärt Prof. Dr. Klaus Bös, Senior Researcher am Institut für Sport und Sportwissenschaft (IFSS) des Karlsruher Instituts für Technologie (KIT).

Besonders besorgniserregend ist der "Gewichtssprung" vom Kindergarten zur Grundschule. Die Zahlen verdeutlichen, dass der Anteil adipöser Kinder vom Kindergarten zur Grundschule sich mehr als verdoppelt. Dr. med. Thomas Kauth, Kinder- und Jugendarzt, warnt vor den gesundheitlichen Folgen des Bewegungsmangels: "Unsere Kinder sitzen sich in der Grundschule krank. Das muss ich leider so deutlich sagen. Denn die Bewegung nimmt durch das ständige Sitzen, Lesen und Lernen deutlich ab. Dieser „Gewichtssprung“ ist alarmierend", so Dr. med. Kauth.

Susanne Weimann, Vorstandsvorsitzende der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg, ruft daher dazu auf, gemeinsam einen umfassenden Aktionsplan zu entwickeln, der kurz- und langfristige Maßnahmen zur Bewegungsförderung von Kindern beinhaltet. Dieser Plan soll alle bestehenden und wirkungsvollen Angebote berücksichtigen, aber auch neue Lösungen aufzeigen, um die körperliche Leistungsfähigkeit und Gesundheit der Kinder langfristig zu verbessern. Denn Kinder sind unsere Zukunft und die Bewegungsvorbilder von morgen.

Prof. Dr. Klaus Bös, Senior Researcher am Institut für Sport und Sportwissenschaft (IFSS) des Karlsruher Instituts für Technologie (KIT), Dr. Claudia Niessner (IFSS), Projektleiterin der wissenschaftlichen Begleitung des Fitnessbarometers und Susanne Weimann, Vorstandsvorsitzende der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg stehen für Interviews und Termine zur Verfügung.

### Gründer

Sparda-Bank Baden-Württemberg eG  
Badischer Turner-Bund e.V.  
Schwäbischer Turnerbund e.V.



Für weitere Informationen und Interviewanfragen wenden Sie sich bitte an:

Jan Krutzsch (Communication Manager/Presse)  
Kinderturnstiftung Baden-Württemberg  
Fritz-Walter-Weg 19  
70372 Stuttgart  
0711/49092-713  
E-Mail: [krutzsch@kinderturnstiftung-bw.de](mailto:krutzsch@kinderturnstiftung-bw.de)

**Alle Infos zur Kinderturnstiftung BW gibt es auf der Homepage unter [www.kinderturnstiftung-bw.de](http://www.kinderturnstiftung-bw.de)**

**Weitere Informationen zum Fitnessbarometer unter <https://www.turnbeutelbande.de>**

### **Für gesunde Kinder durch Bewegung | Kinderturnstiftung Baden-Württemberg**

Der zunehmende Bewegungsmangel bei Kindern hat schwerwiegende Folgen für deren gesunde Entwicklung: Übergewicht, motorische Defizite, Konzentrationsprobleme und die Zunahme von chronischen Erkrankungen.

Die Vision der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg ist, dass jedes Kind im Land von Geburt an durch vielseitige Bewegung im Alltag gesund aufwächst. Gemeinsam mit ihren Partnern verfolgt sie drei Handlungsansätze:

- (1) Vermittlung von Wissen
- (2) Schaffung von bewegungsfördernden Rahmenbedingungen
- (3) Etablierung von Netzwerken vor Ort und landesweit

Studien zeigen, dass das Umfeld der Kinder maßgeblich ihr Bewegungsverhalten beeinflusst. Daher setzen die Projekte der Stiftung in den Lebenswelten der Kinder an. Zielgruppen sind wichtige Vorbilder der Kinder in der Familie sowie Multiplikatoren aus Kita, Grundschule, Verein und Kommune.

Die Arbeit der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg wird durch Spenden finanziert, die sie unter dem Motto „Pflanzen Sie Purzelbäume“ sammelt. Um ihr Engagement flächendeckend im Land zu realisieren, braucht sie großzügige Förderer, verlässliche Partner und wünscht sich viele Mitmacher!

Weitere Informationen unter: [www.kinderturnstiftung-bw.de](http://www.kinderturnstiftung-bw.de)

#### **Gründer**

Sparda-Bank Baden-Württemberg eG  
Badischer Turner-Bund e.V.  
Schwäbischer Turnerbund e.V.