

BDY.

Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.



YOGA IN ZAHLEN

BDY

GfK SE | Omnibus & Legal Research
Nürnberg, September 2014



Studiendesign

Studiendesign

- **Kunde:** BDY. Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e.V.
- **Titel:** Yoga in Zahlen
- **Methode:** GfK CLASSIC BUS, CAPI
- **Stichprobe:** 2.000 Männer und Frauen ab 14 Jahren in Deutschland
- **Feldarbeit:** 29. August - 12. September 2014

Ergebnisse

Management Summary

Yoga-Praxis in Deutschland:

Insgesamt 3,3 % der Deutschen praktizieren aktuell Yoga. Dabei ist der Anteil der Yoga-Praktizierenden unter den Frauen mit 6% deutlich höher als unter den Männern mit nur 1%. Insbesondere Singles mittleren Alters (25-49 Jahre) sowie in Partnerschaften ohne Kinder zusammenlebende Personen mittleren Alters betreiben Yoga. Weiterhin ist Yoga unter Personen mit höherer Schulbildung sowie unter Beamten und Freiberuflern/Selbständigen am weitesten verbreitet. Yoga ist vor allem in Großstädten populär.

Weitere 12% der Deutschen haben schon einmal Yoga praktiziert, tun dies aktuell aber nicht mehr.

Unter den Personen, die aktuell kein Yoga praktizieren bzw. noch nie Yoga praktiziert haben, können sich immerhin 16% vorstellen, in den nächsten 12 Monaten mit Yoga zu beginnen.

Damit kommt die Yoga-Praxis insgesamt für jeden fünften Deutschen in Betracht (Praktizierende und Interessenten).

Dauer:

Yoga wird zumeist über einen längeren Zeitraum hinweg betrieben. Die durchschnittliche Dauer unter den befragten Personen liegt bei 48 Monaten.

Management Summary

Gründe:

Hauptgrund für den **Beginn mit der Yoga-Praxis** ist für die Befragten die Verbesserung des **körperlichen Befindens** (75%).

Insbesondere Frauen, Jungsenioren (50-64 Jahre) und in Partnerschaften ohne Kinder zusammenlebende Personen mittleren Alters sowie Angestellte und Freiberufler/Selbständigen führen diesen Grund an.

Ein weiterer wichtiger Grund ist die Verbesserung des **geistigen Befindens** (64%). Dieser Grund wird vor allem von Männern sowie von jüngeren Personen und Singles genannt. Auch für Angestellte, Beamte und Freiberufler/Selbständigen ist das ein wichtiger Grund.

Etwa. der Hälfte der Befragten ist die Steigerung der körperlichen (48%) und geistigen (53%) Leistungsfähigkeit wichtig. Dabei ist die Steigerung der **körperlichen Leistungsfähigkeit** vor allem für die jüngere Generation, für Freiberufler/Selbständige und für Männer von Bedeutung, während die Steigerung der **geistigen Leistungsfähigkeit** häufiger von Singles mittleren Alters und von Beamten aufgeführt wird.

Die gleichen Gründe werden von den Befragten auf die Frage, warum sie **aktuell Yoga praktizieren**, aufgezeigt. Einzig die **körperlichen Leistungsfähigkeit** ist in der Wichtigkeit vergleichsweise gestiegen. Dies ist in erster Linie darauf zurückzuführen, dass im Verlauf der Yoga-Praxis die Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit über alle Lebensphasen hinweg und insbesondere bei den Singles wichtiger geworden ist.

Management Summary

BDY.

Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.

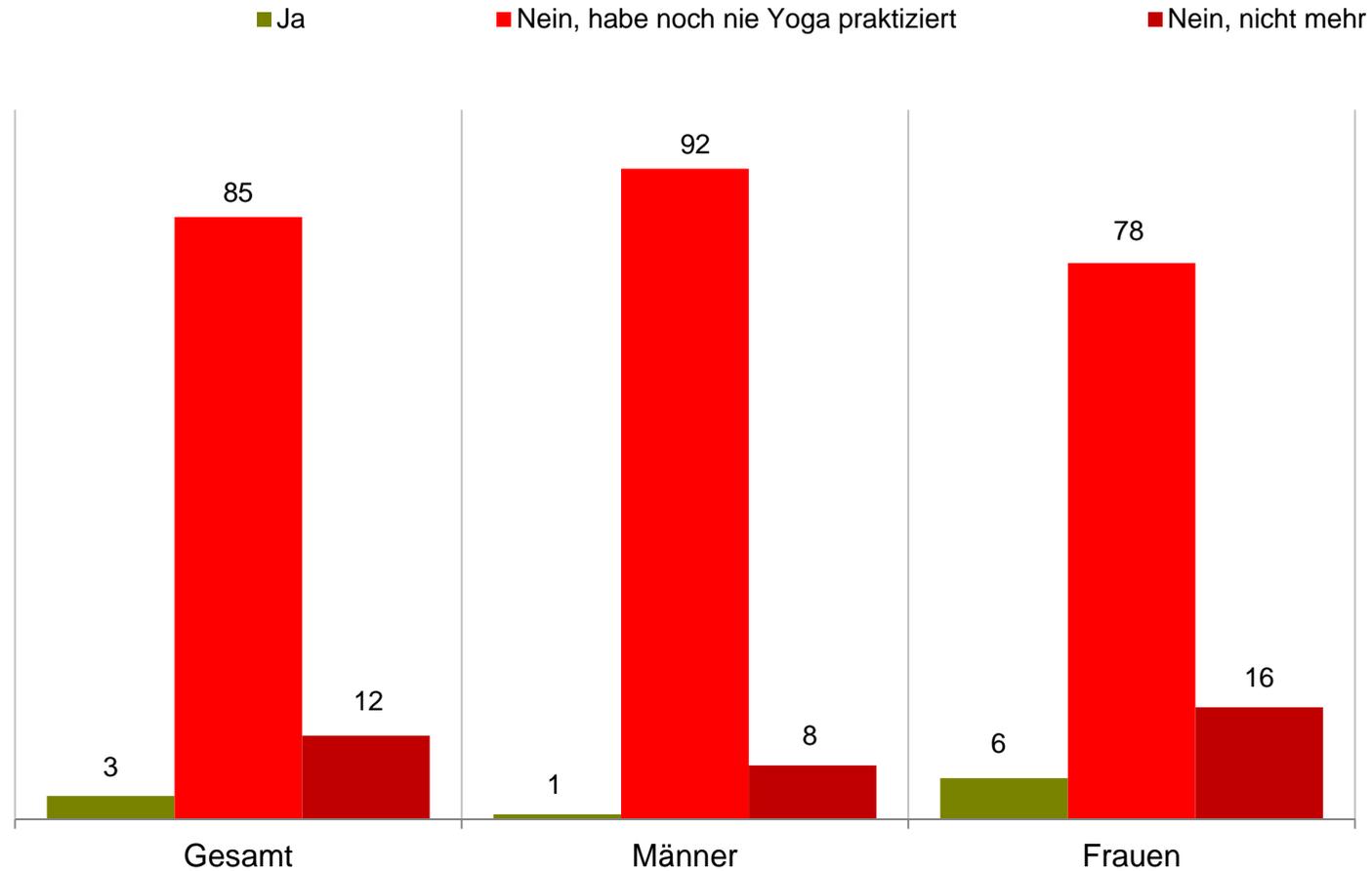


Wirkung:

90% der aktuell Yoga-Praktizierenden haben aufgrund der Yoga-Praxis eine Veränderung bei sich wahrgenommen: Sie sind ausgeglichener / entspannter (59%), körperlich fitter (32%) fühlen sich wohler (30%), haben eine bessere Atmung (11%) und sind konzentrierter (7%).

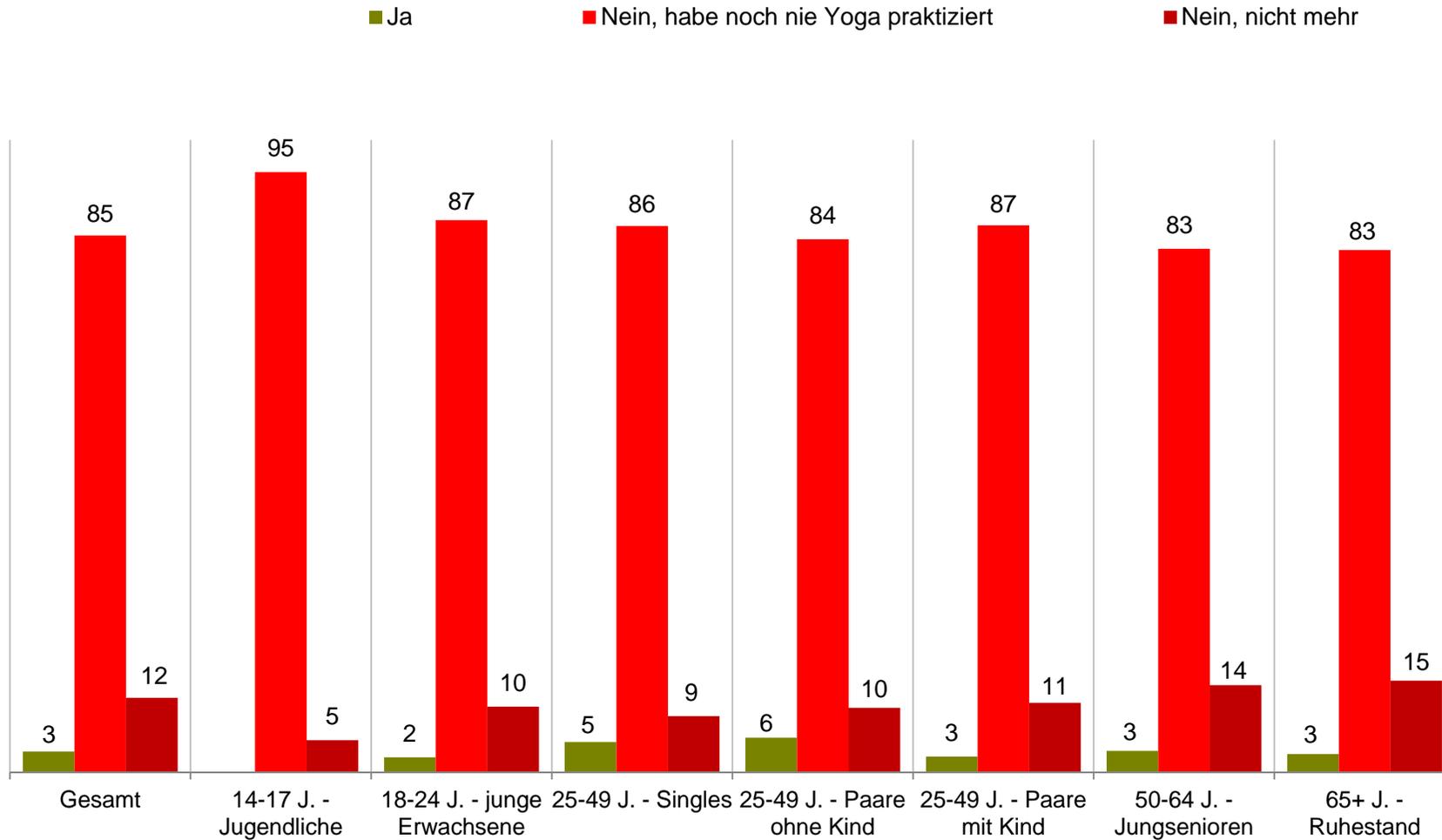
1. Praktizieren Sie Yoga? - Geschlecht -

in %



1. Praktizieren Sie Yoga? - Lebensphasen -

in %

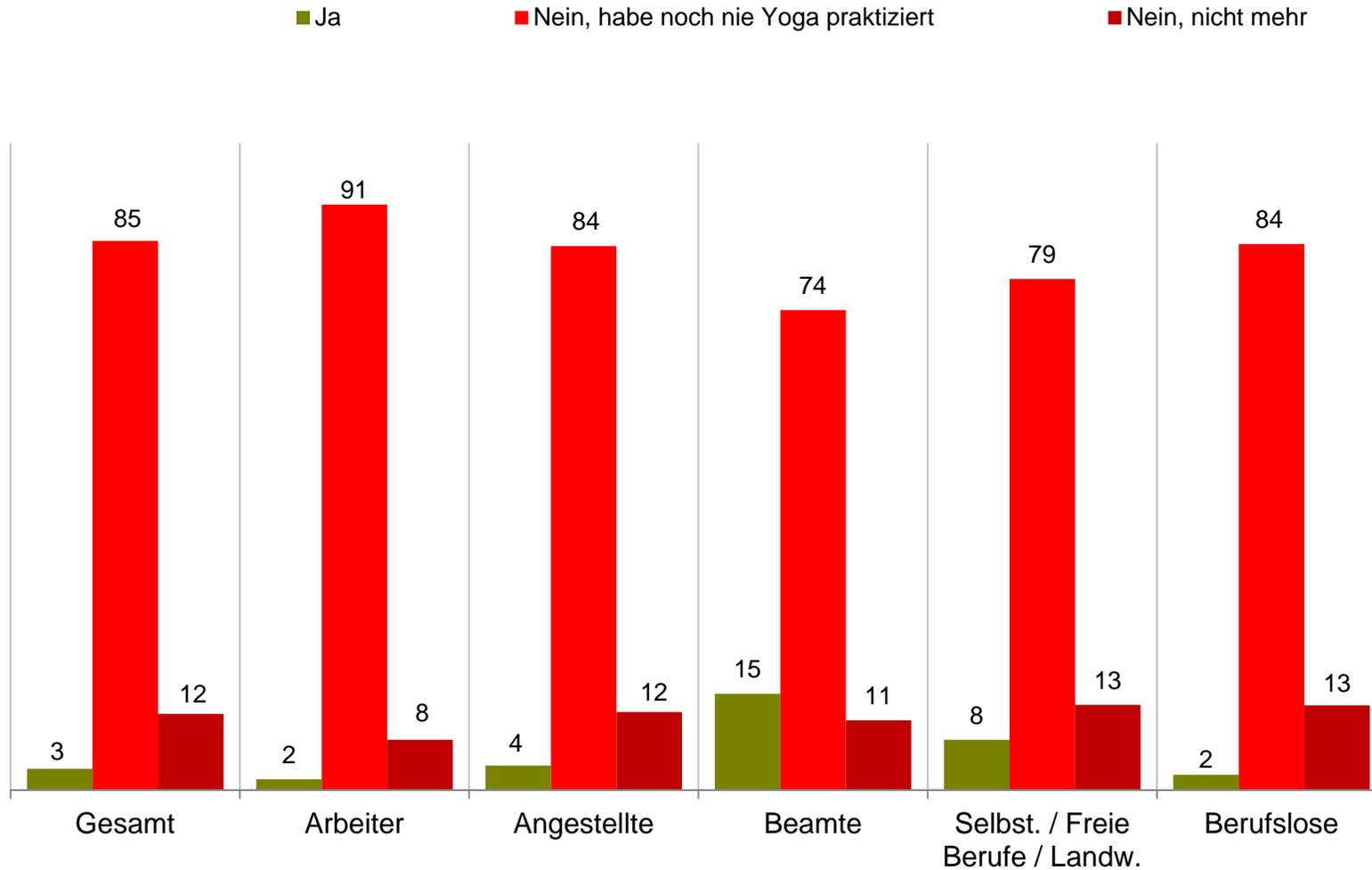


Basis: 2.041 Männer und Frauen im Alter ab 14 Jahren

© GfK 2014 | Yoga in Zahlen | September 2014

1. Praktizieren Sie Yoga? - Beruf des Befragten -

in %



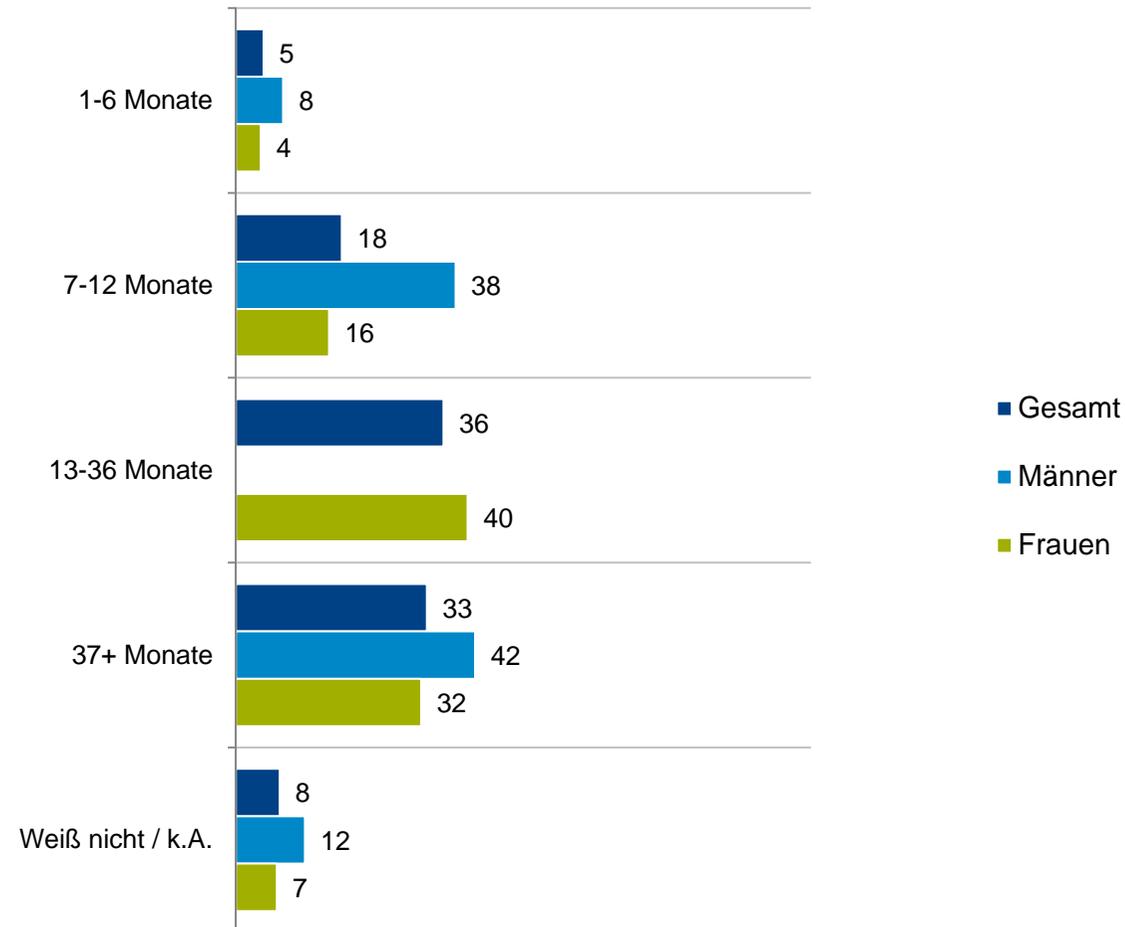
Basis: 2.041 Männer und Frauen im Alter ab 14 Jahren

© GfK 2014 | Yoga in Zahlen | September 2014

2. Wie lange praktizieren Sie schon Yoga? - Geschlecht -

in %

Ø Monate
Gesamt: 48,2
Männer: 31,1
Frauen: 50,1



2. Wie lange praktizieren Sie schon Yoga?

- Lebensphasen -

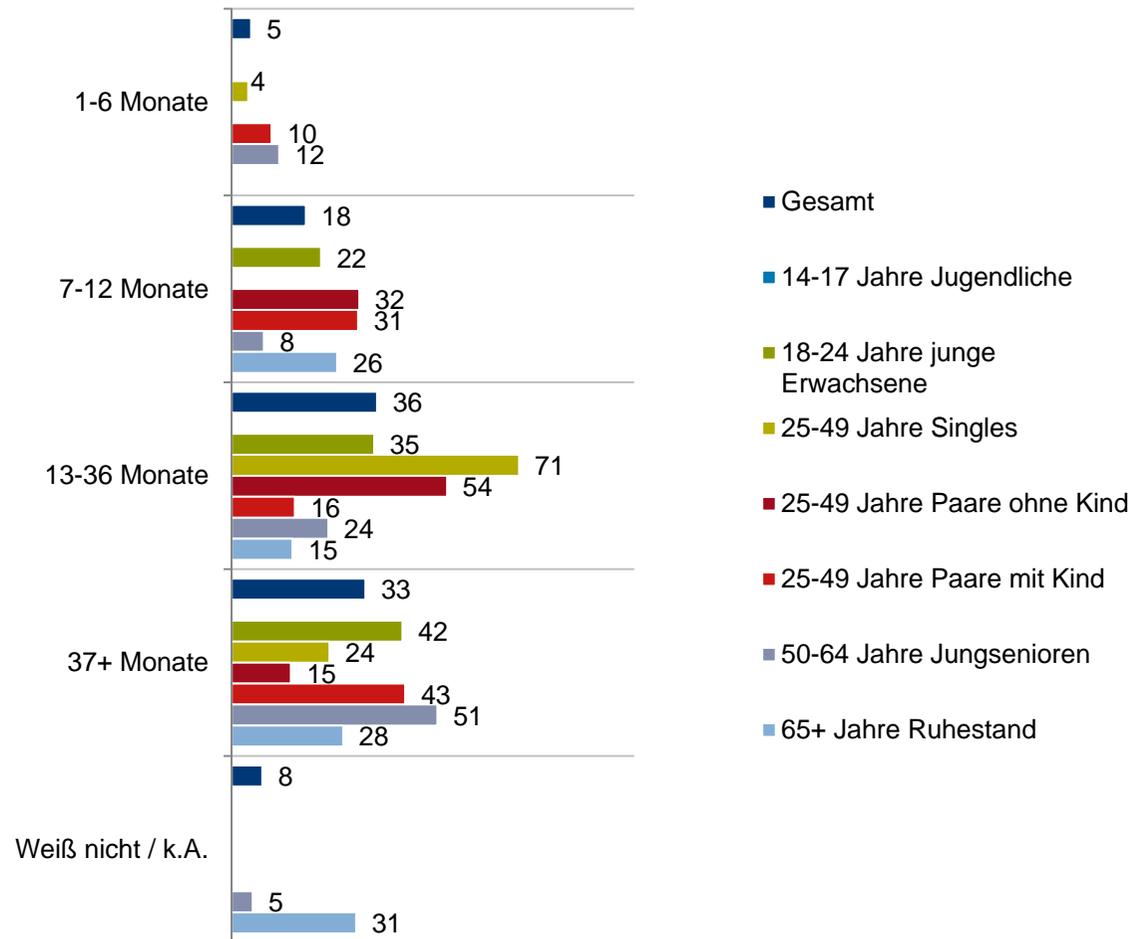
BDY.

Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.



in %

Ø Monate
Gesamt: 48,2
Jugendliche: -
Junge Erw.: 31,5
Singles: 45,1
Paare o. Kind: 30,7
Paare m. Kind: 29,7
Jungsenioren: 75,7
Ruhestand: 54,9



2. Wie lange praktizieren Sie schon Yoga?

- Beruf des Befragten -

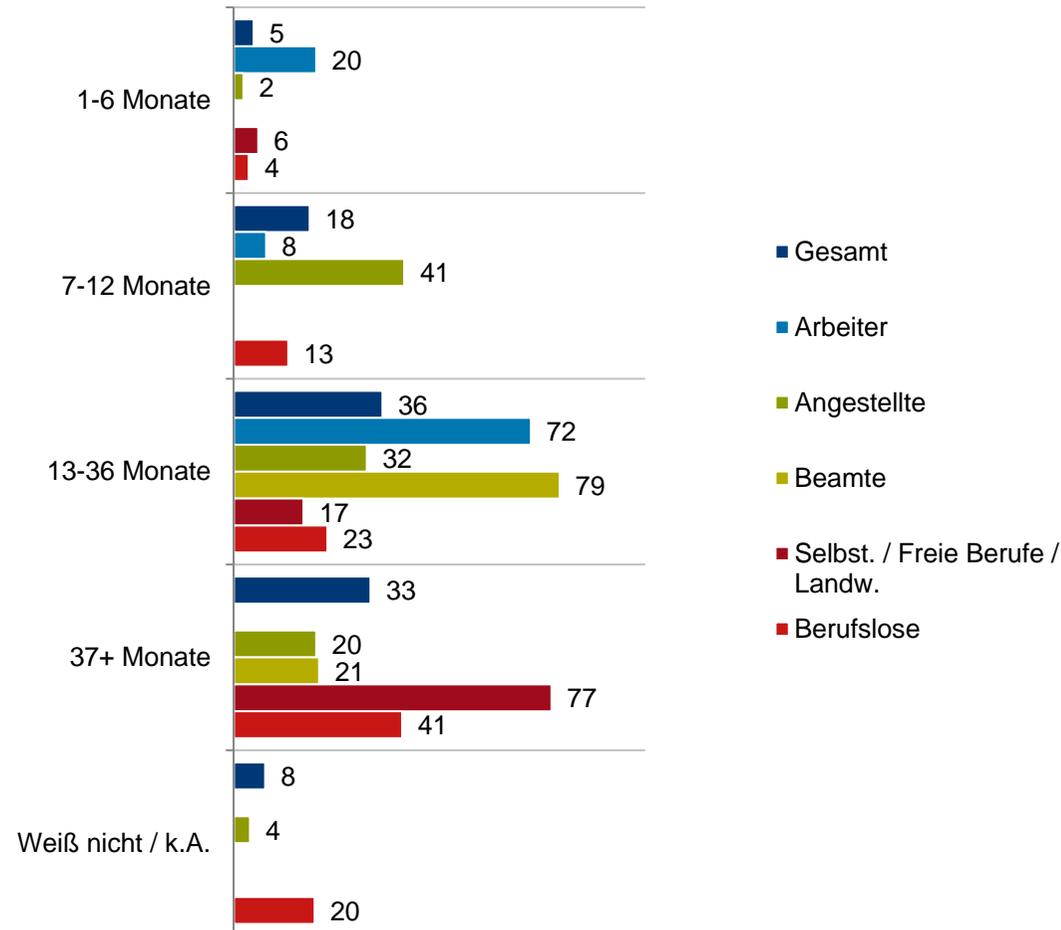
BDY.

Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.



in %

Ø Monate
Gesamt: 48,2
Arbeiter: 21,3
Angestellte: 35,3
Beamte: 37,0
Selbst./Freie Berufe/ Landw.: 94,8
Berufslose: 52,5

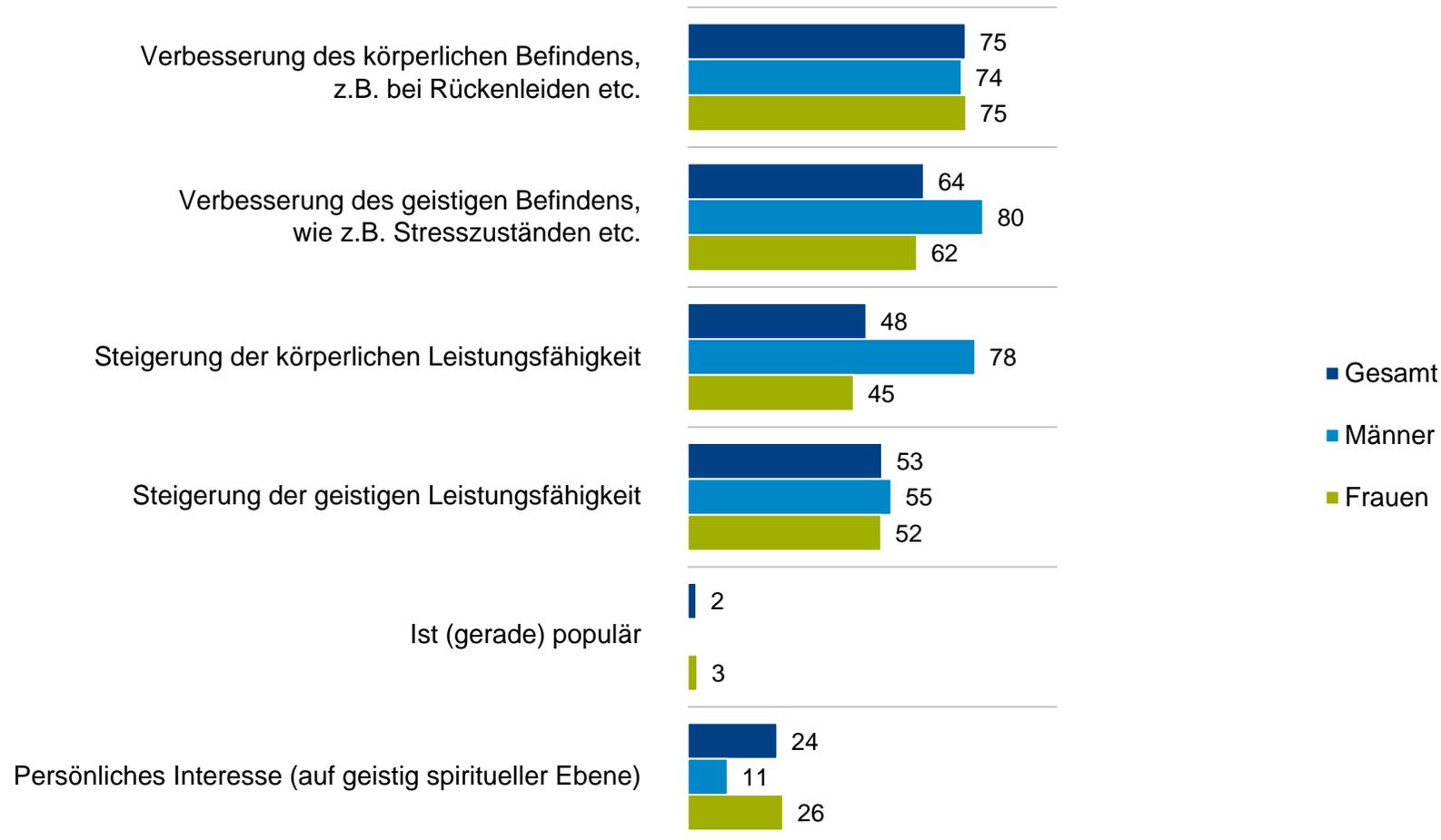


Basis: 68 Männer und Frauen im Alter ab 14 Jahren, die Yoga praktizieren (lt. F1)

© GfK 2014 | Yoga in Zahlen | September 2014

3. Warum haben Sie mit der Yoga-Praxis begonnen? - Geschlecht -

in %



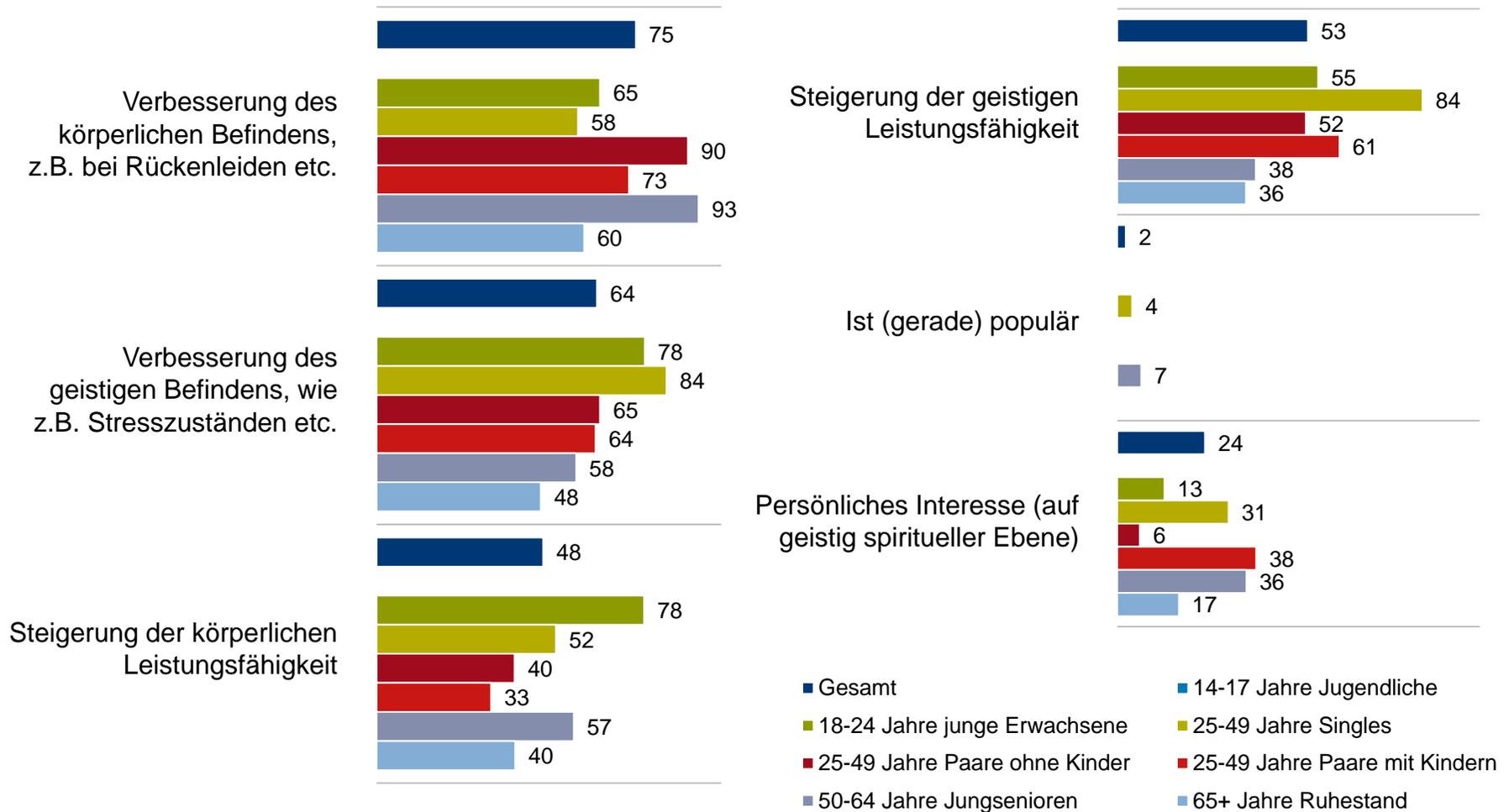
3. Warum haben Sie mit der Yoga-Praxis begonnen? - Lebensphasen -

BDY.

Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.



in %



Basis: 68 Männer und Frauen im Alter ab 14 Jahren, die Yoga praktizieren (lt. F1)

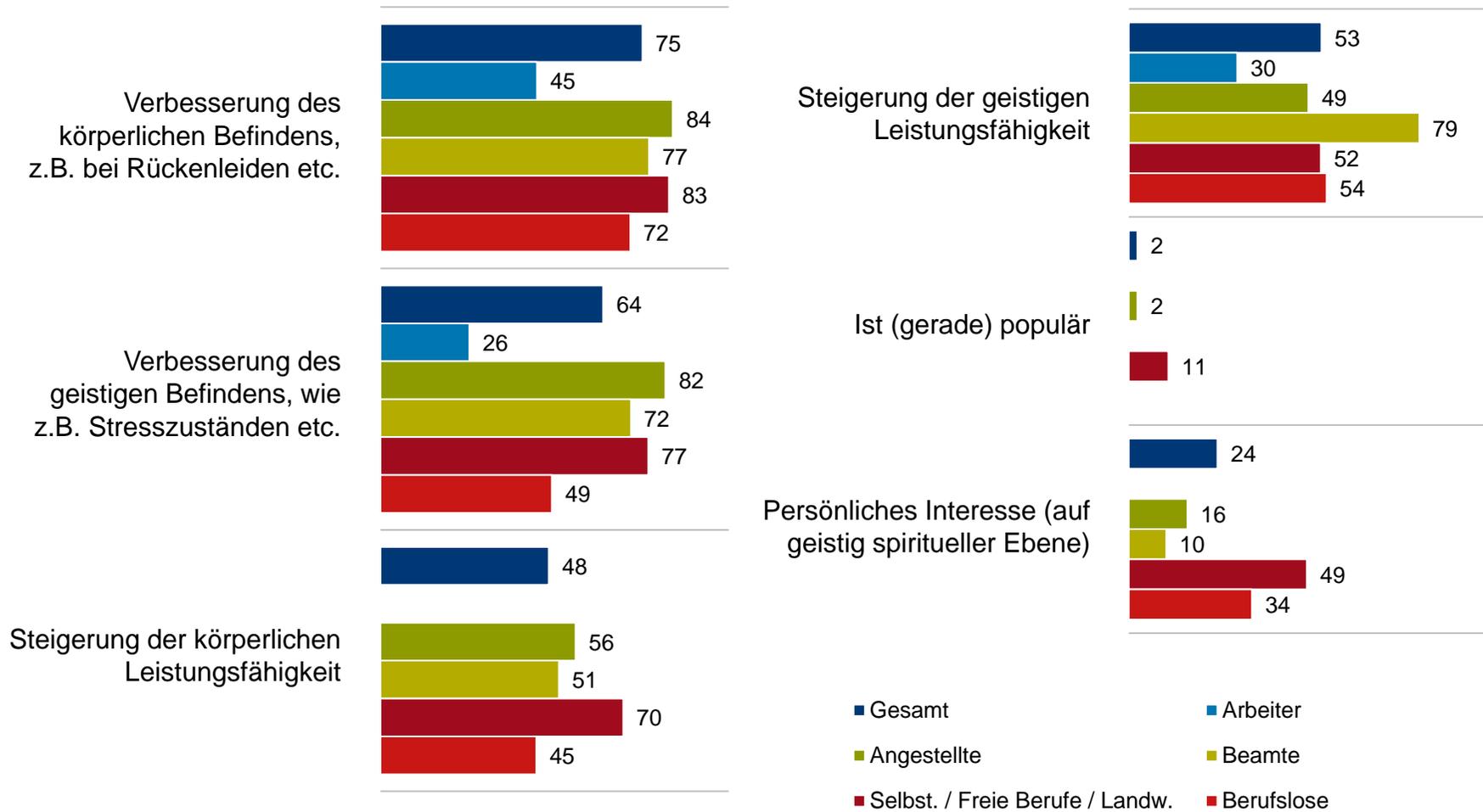
3. Warum haben Sie mit der Yoga-Praxis begonnen? - Beruf des Befragten -

BDY.

Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.



in %



Basis: 68 Männer und Frauen im Alter ab 14 Jahren, die Yoga praktizieren (lt. F1)

4. Warum praktizieren Sie aktuell Yoga?

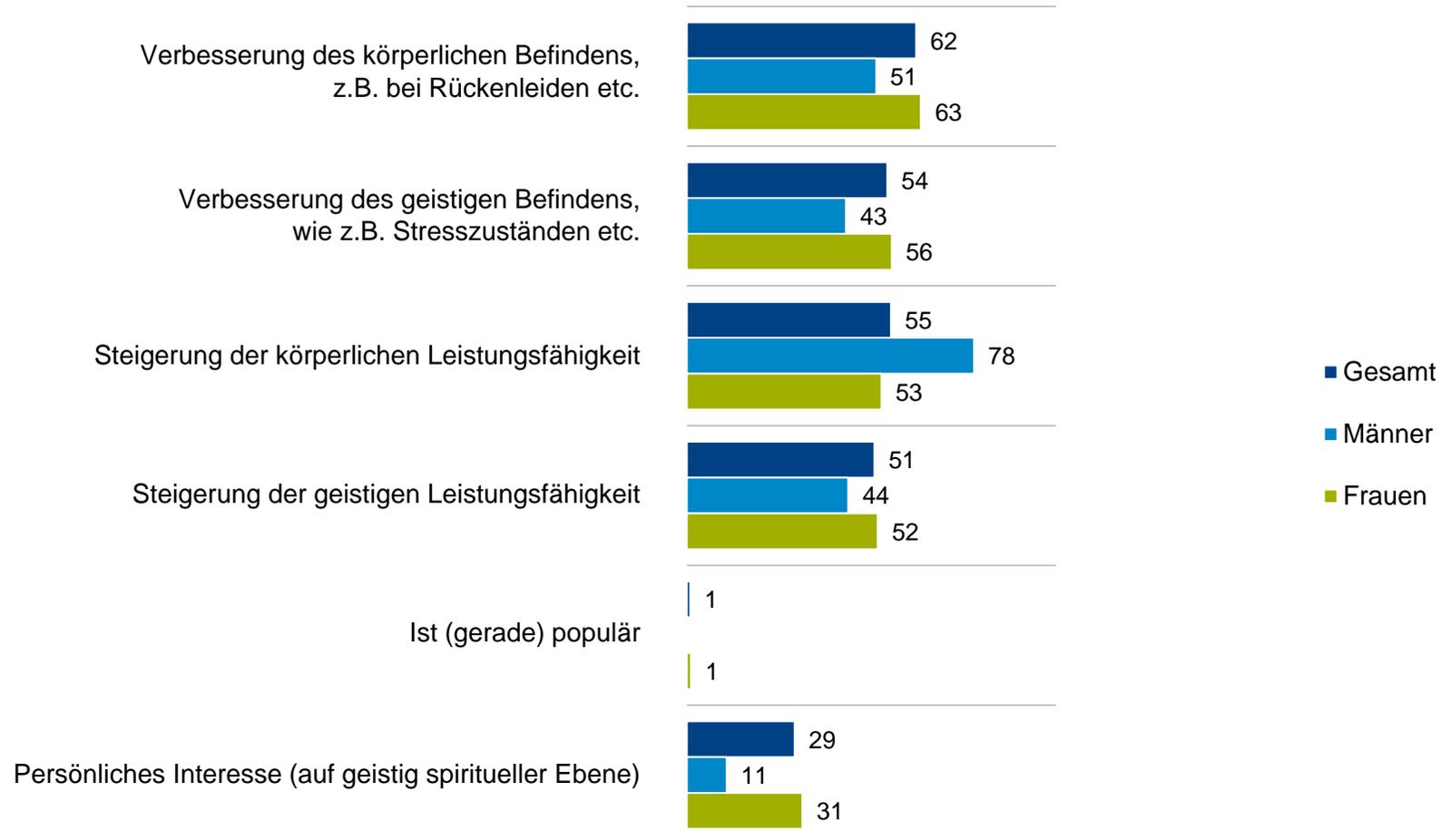
- Geschlecht -

BDY.

Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.



in %



Basis: 68 Männer und Frauen im Alter ab 14 Jahren, die Yoga praktizieren (lt. F1)

4. Warum praktizieren Sie aktuell Yoga?

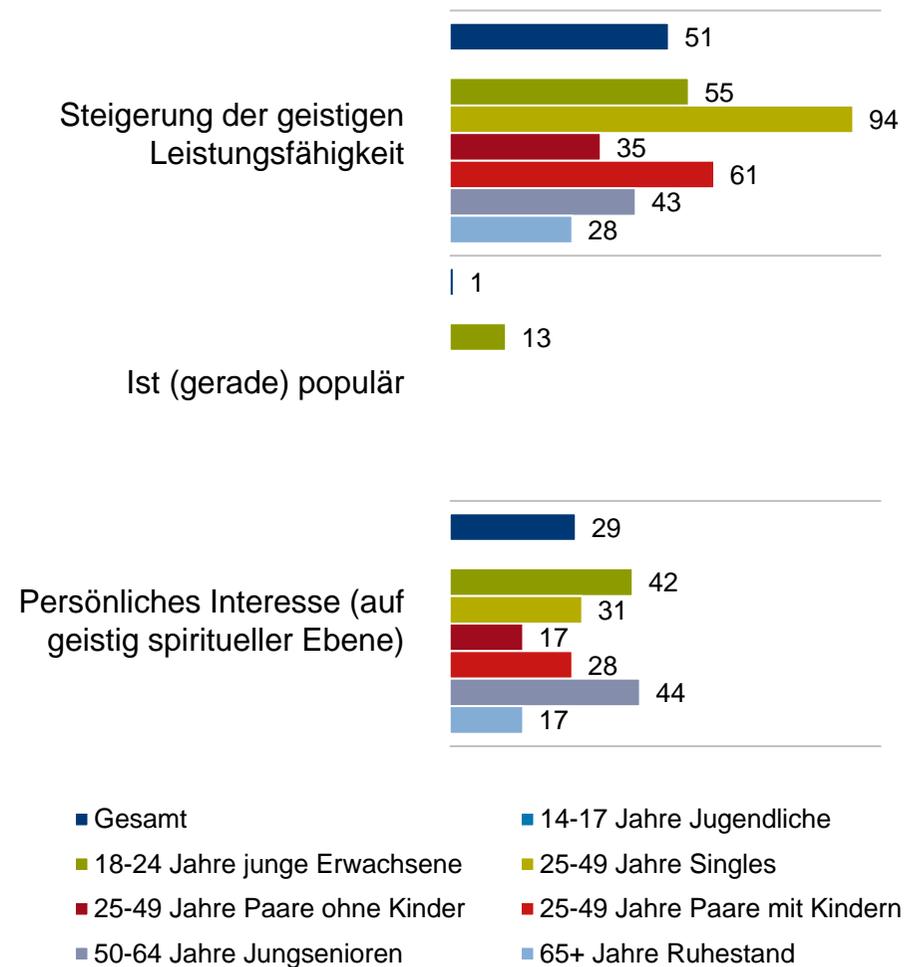
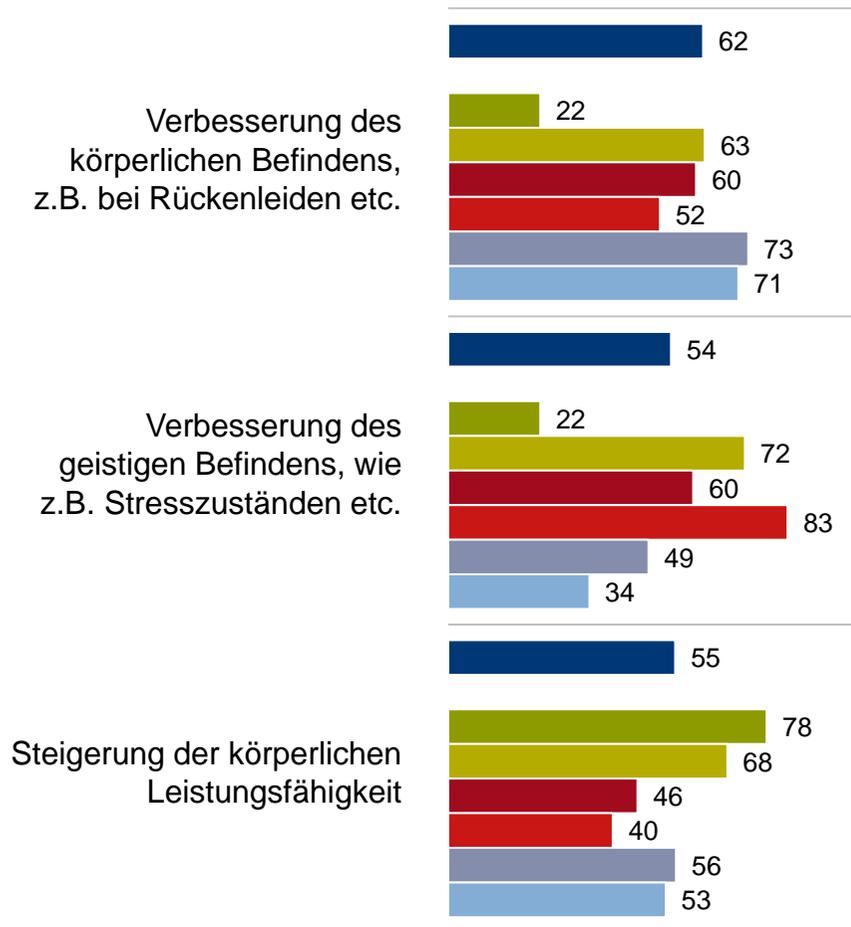
- Lebensphasen -

BDY.

Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.



in %



Basis: 68 Männer und Frauen im Alter ab 14 Jahren, die Yoga praktizieren (lt. F1)

4. Warum praktizieren Sie aktuell Yoga?

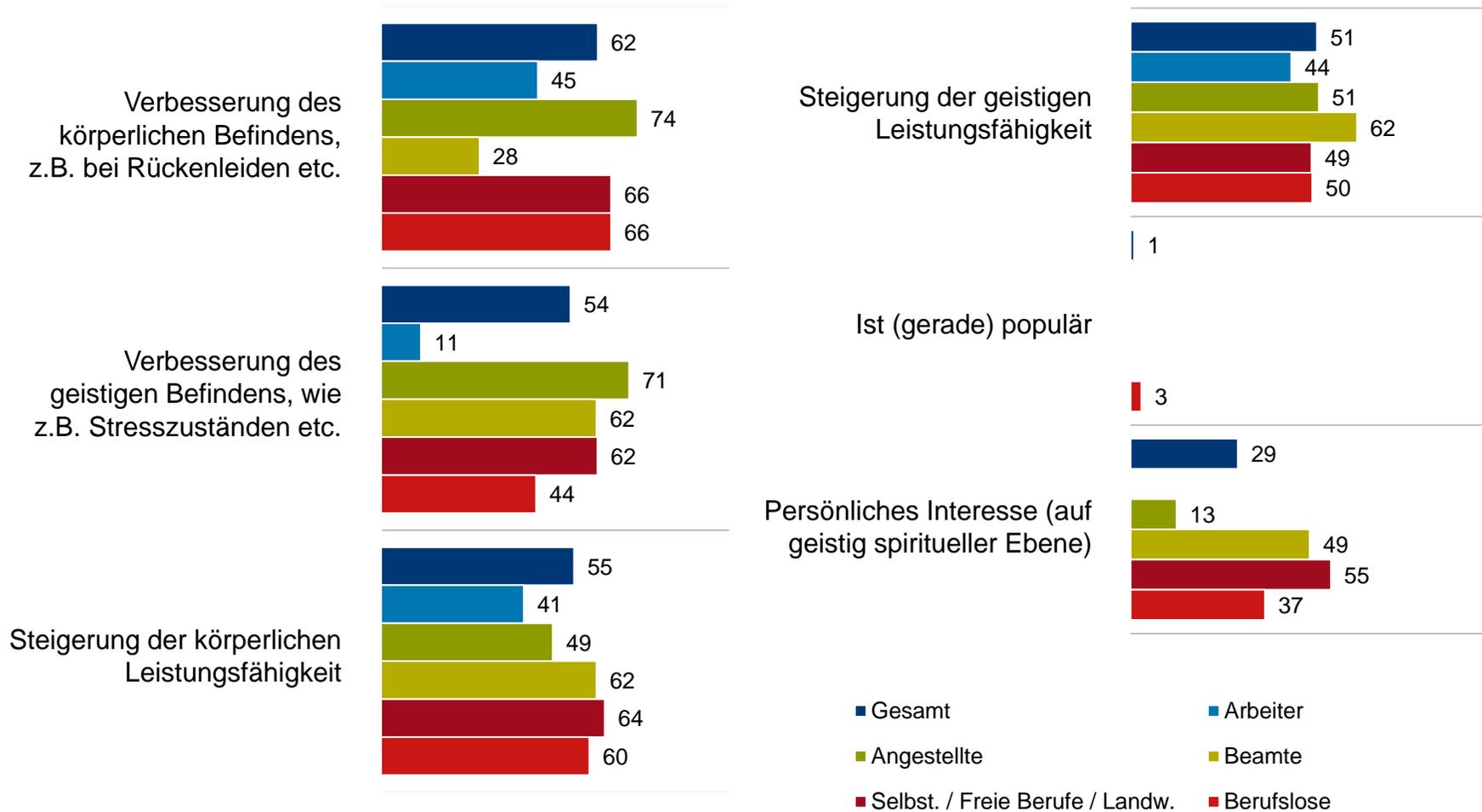
- Beruf des Befragten -

BDY.

Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.



in %



Basis: 68 Männer und Frauen im Alter ab 14 Jahren, die Yoga praktizieren (lt. F1)

5. Haben Sie aufgrund der Yoga-Praxis eine Veränderung bei sich wahrgenommen?

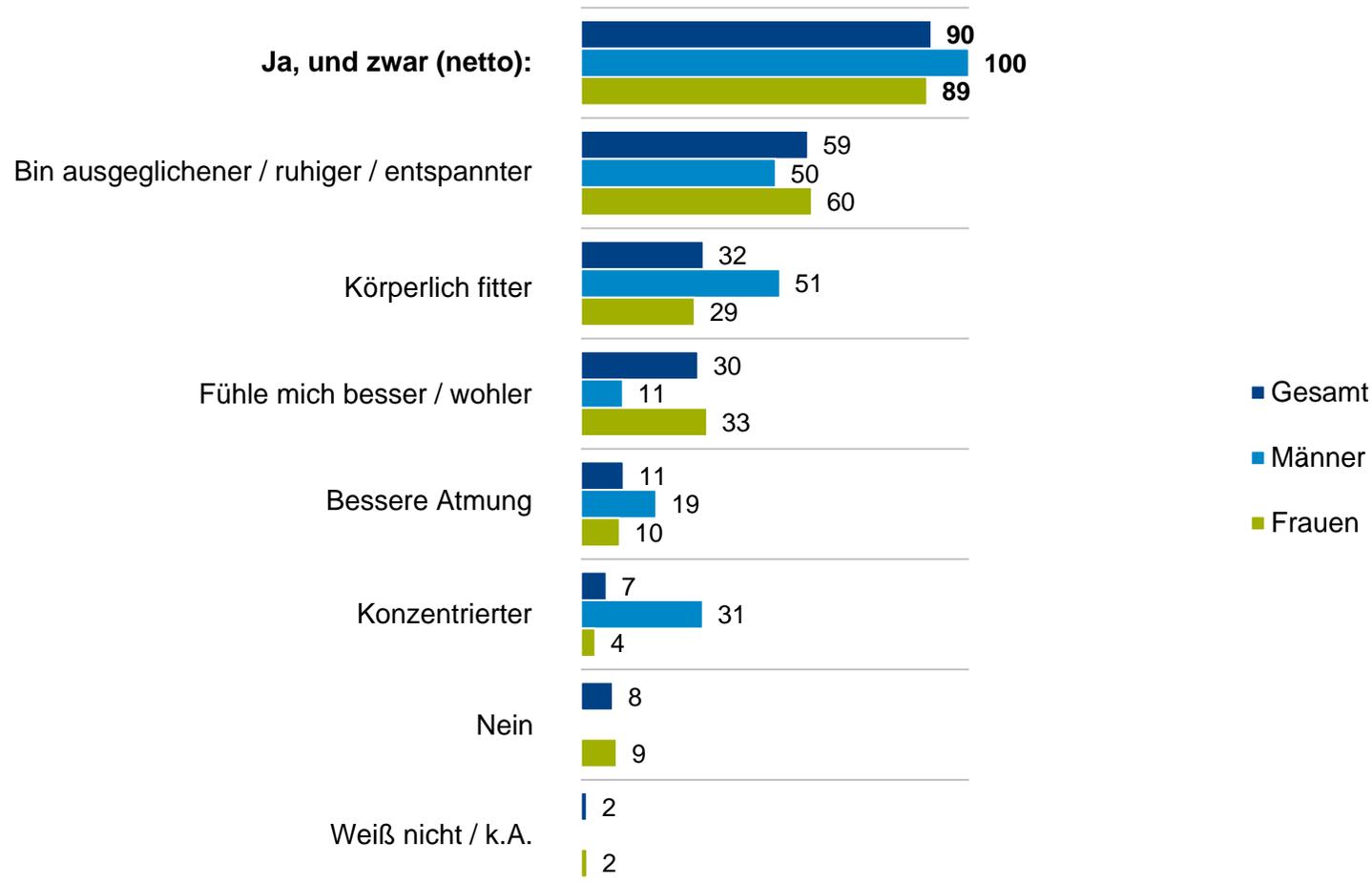
- Geschlecht -

BDY.

Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.



in %



Basis: 68 Männer und Frauen im Alter ab 14 Jahren, die Yoga praktizieren (lt. F1)

© GfK 2014 | Yoga in Zahlen | September 2014

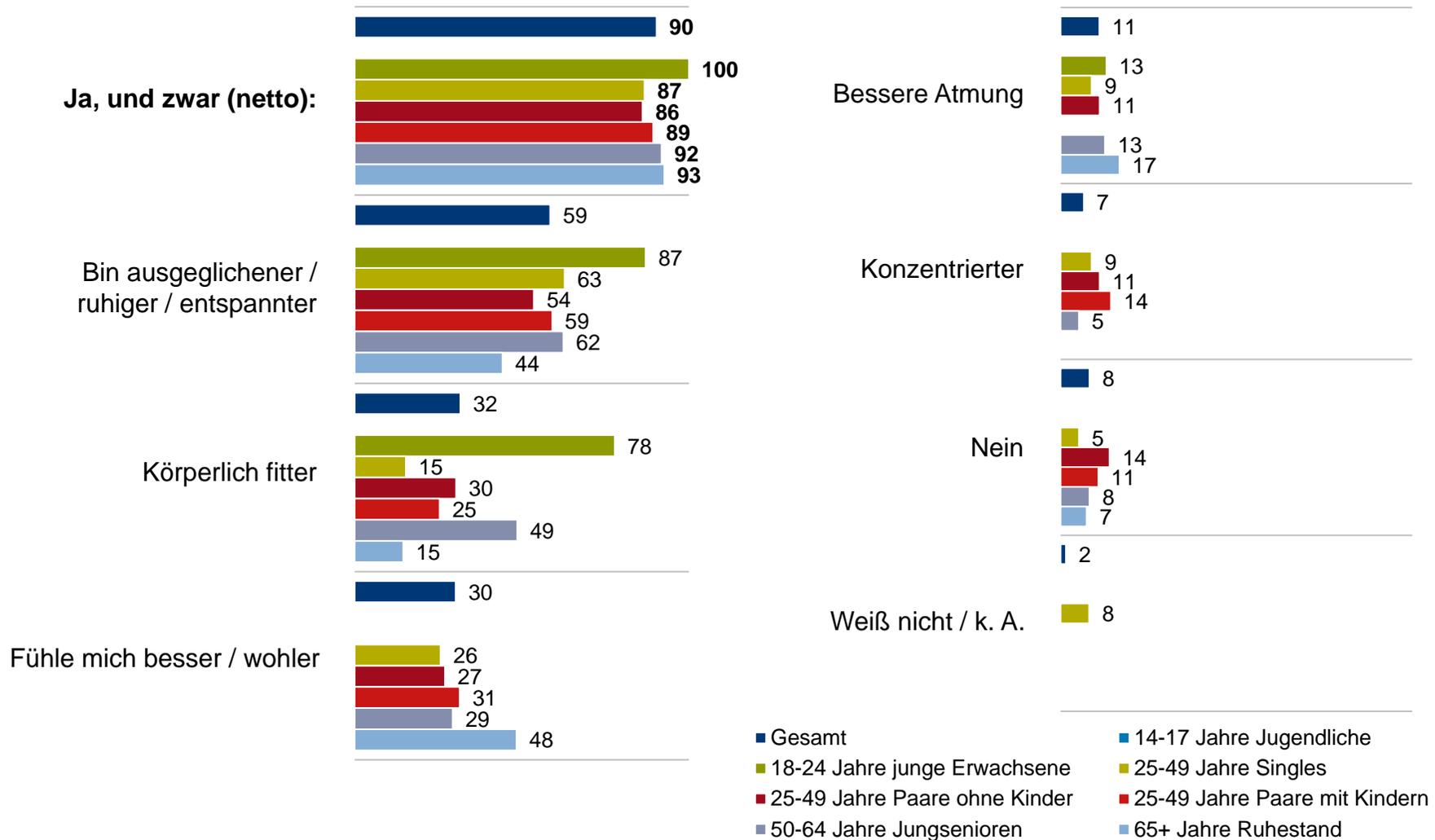
5. Haben Sie aufgrund der Yoga-Praxis eine Veränderung bei sich wahrgenommen? - Lebensphasen -

BDY.

Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.



in %



Basis: 68 Männer und Frauen im Alter ab 14 Jahren, die Yoga praktizieren (lt. F1)

5. Haben Sie aufgrund der Yoga-Praxis eine Veränderung bei sich wahrgenommen?

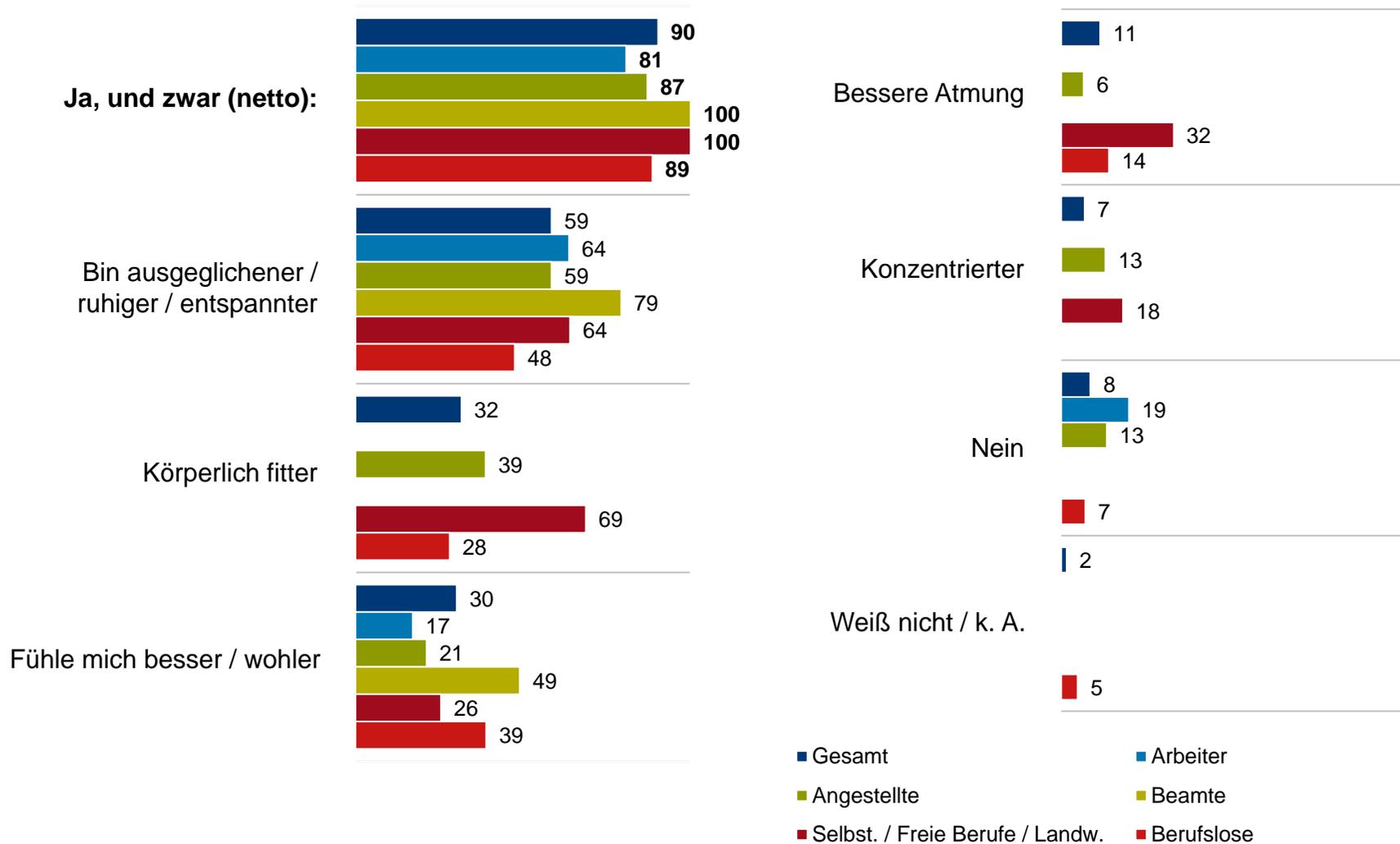
- Beruf des Befragten -

BDY.

Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e.V.



in %



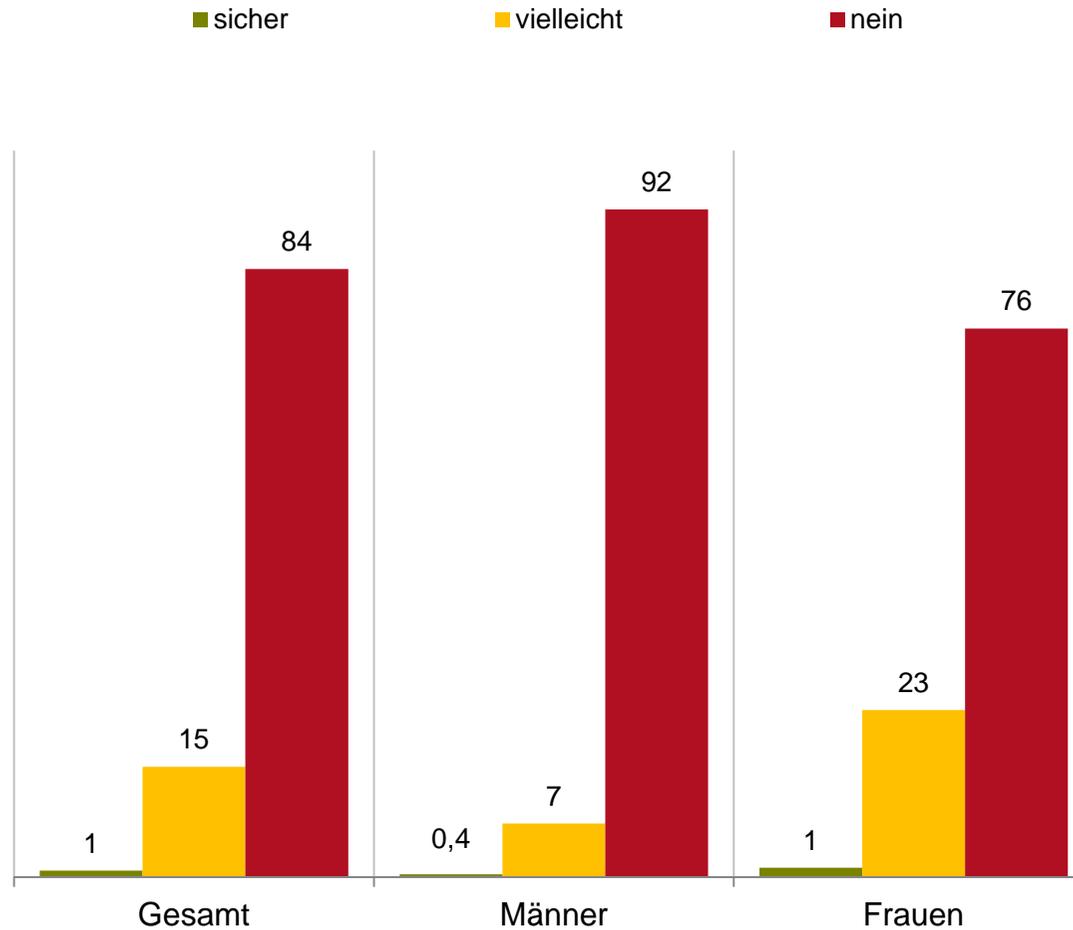
Basis: 68 Männer und Frauen im Alter ab 14 Jahren, die Yoga praktizieren (lt. F1)

6. Können Sie sich vorstellen, in den nächsten 12 Monaten mit Yoga zu beginnen? - Geschlecht -

BDY.
Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.



in %



Basis: 1.973 Männer und Frauen im Alter ab 14 Jahren, die noch nie Yoga praktiziert haben oder Yoga nicht mehr praktizieren (lt. F1)

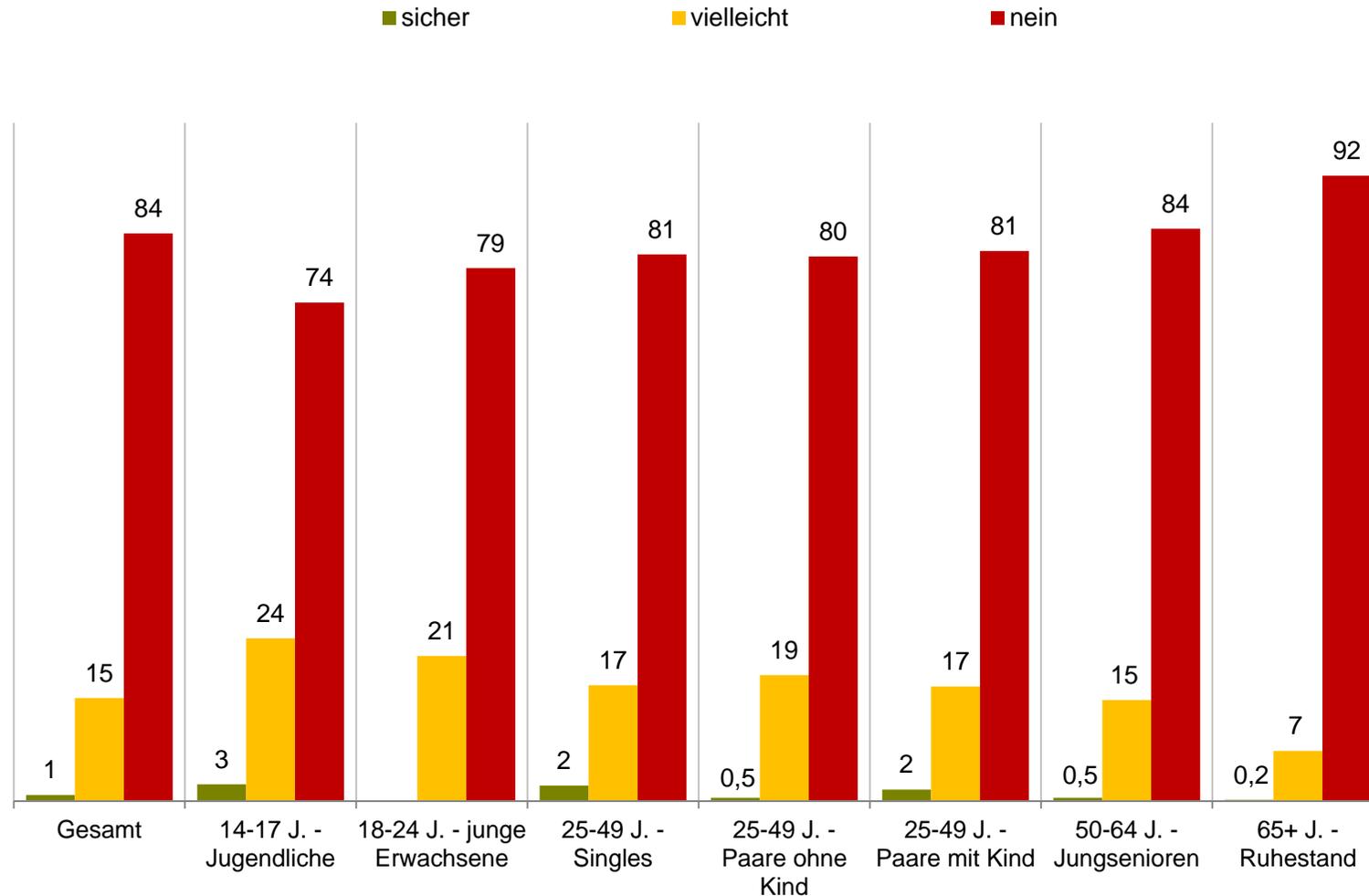
© GfK 2014 | Yoga in Zahlen | September 2014

6. Können Sie sich vorstellen, in den nächsten 12 Monaten mit Yoga zu beginnen? - Lebensphasen -

BDY.
Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.



in %



Basis: 1.973 Männer und Frauen im Alter ab 14 Jahren, die noch nie Yoga praktiziert haben oder Yoga nicht mehr praktizieren (lt. F1)

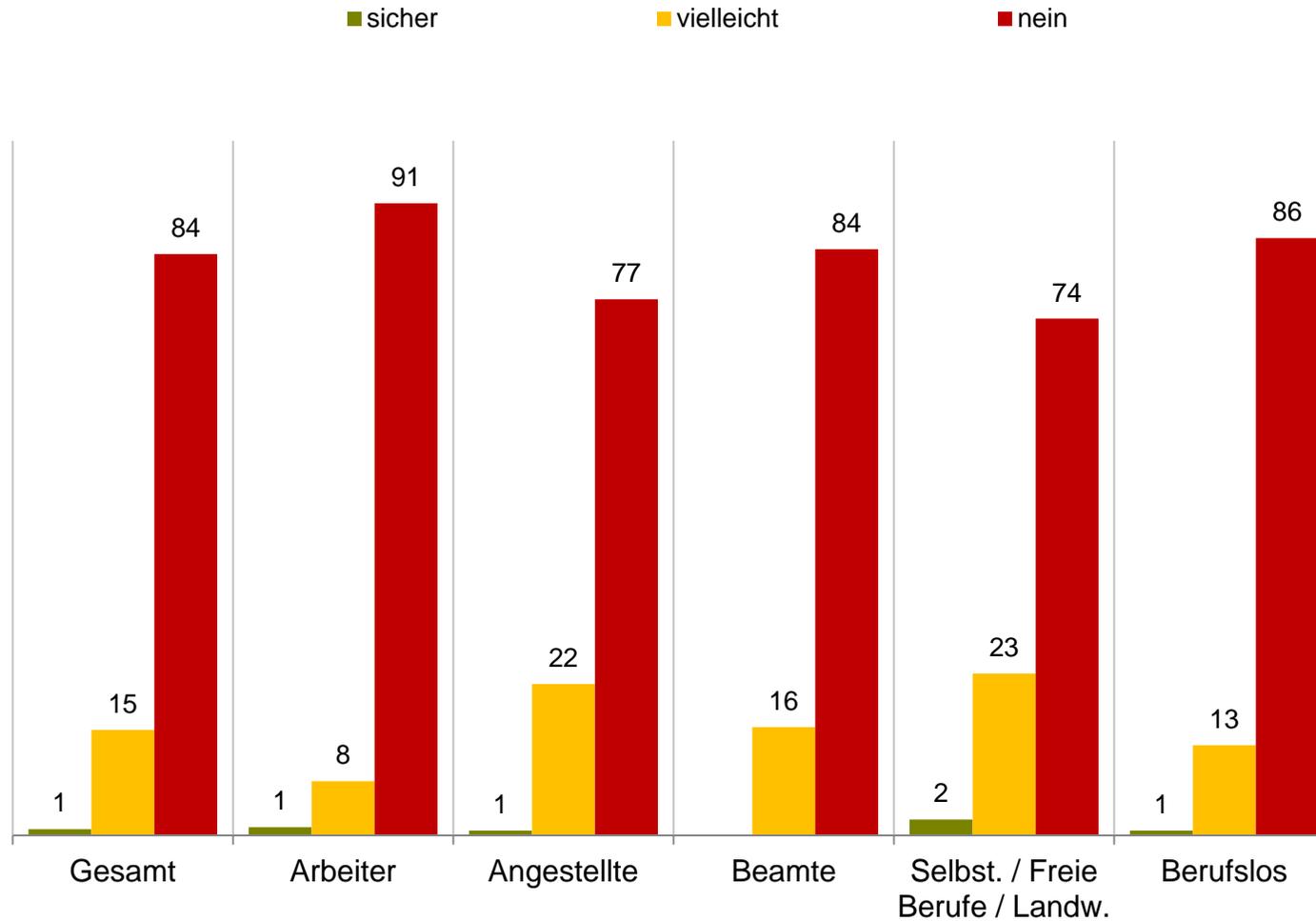
© GfK 2014 | Yoga in Zahlen | September 2014

6. Können Sie sich vorstellen, in den nächsten 12 Monaten mit Yoga zu beginnen? - Beruf des Befragten -

BDY.
Berufsverband der Yogalehrenden
in Deutschland e.V.



in %



Basis: 1.973 Männer und Frauen im Alter ab 14 Jahren, die noch nie Yoga praktiziert haben oder Yoga nicht mehr praktizieren (lt. F1)

© GfK 2014 | Yoga in Zahlen | September 2014