

## Befragung zur Sportlichen Aktivität in der Freizeit außerhalb des Vereins – Jugendliche

Quelle: in Anlehnung an Motorik Modul (MOMO), Autorisierung zur Benutzung der Fragebögen zur KIGGS-Studie (incl. MOMO), abrufbar (Juli 2014) unter:

[http://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Studien/Kiggs/Basiserhebung/Materialien/Materialien\\_tabelle.htm](http://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Studien/Kiggs/Basiserhebung/Materialien/Materialien_tabelle.htm)

### Betreibst du irgendeine Sportart außerhalb des Verein?

nein

ja

### In welcher Organisationsform betreibst du Sport? (Mehrfachnennungen sind möglich)

Kommerzieller Anbieter (z.B. Fitnessstudio)

privat in der Gruppe

Volkshochschule

privat alleine

Krankenkasse

sonstige \_\_\_\_\_

Betriebssport/Auszubildendensport

### Welche Sportart(en) betreibst du außerhalb des Vereins?

\_\_\_\_\_ Sportart 1

\_\_\_\_\_ Sportart 2

\_\_\_\_\_ Sportart 3

\_\_\_\_\_ Sportart 4

### Wie häufig betreibst du die jeweilige Sportart pro Woche (außerhalb des Vereins)?

\_\_\_\_\_ mal pro Woche für Sportart 1

\_\_\_\_\_ mal pro Woche für Sportart 2

\_\_\_\_\_ mal pro Woche für Sportart 3

\_\_\_\_\_ mal pro Woche für Sportart 4

### Wie viele Minuten sind das in der Regel pro Woche (ohne Wegzeit, Umziehen und Duschen)?

- \_\_\_\_\_ Minuten pro Woche für Sportart 1
- \_\_\_\_\_ Minuten pro Woche für Sportart 2
- \_\_\_\_\_ Minuten pro Woche für Sportart 3
- \_\_\_\_\_ Minuten pro Woche für Sportart 4

**In welchen Monaten führst du die jeweilige Sportart aus?**

**Sportart 1**

- Januar     Februar     März     April     Mai     Juni
- Juli     August     September     Oktober     November     Dezember

**Sportart 2**

- Januar     Februar     März     April     Mai     Juni
- Juli     August     September     Oktober     November     Dezember

**Sportart 3**

- Januar     Februar     März     April     Mai     Juni
- Juli     August     September     Oktober     November     Dezember

**Sportart 4**

- Januar     Februar     März     April     Mai     Juni
- Juli     August     September     Oktober     November     Dezember

**Wie sehr strengst du dich bei der jeweiligen Sportart in der Regel an?**

(Bitte kreuze pro Sportart nur eine Antwort an)

**Sportart 1**

- \_\_\_\_\_ ohne zu schwitzen und ohne Kurzatmigkeit/Schnaufen
- \_\_\_\_\_ etwas Schwitzen und etwas Kurzatmigkeit/Schnaufen
- \_\_\_\_\_ viel Schwitzen und Kurzatmigkeit/Schnaufen

**Sportart 2**

- \_\_\_\_\_ ohne zu schwitzen und ohne Kurzatmigkeit/Schnaufen
- \_\_\_\_\_ etwas Schwitzen und etwas Kurzatmigkeit/Schnaufen
- \_\_\_\_\_ viel Schwitzen und Kurzatmigkeit/Schnaufen

Sportart 3

- \_\_\_\_\_ ohne zu schwitzen und ohne Kurzatmigkeit/Schnaufen
- \_\_\_\_\_ etwas Schwitzen und etwas Kurzatmigkeit/Schnaufen
- \_\_\_\_\_ viel Schwitzen und Kurzatmigkeit/Schnaufen

Sportart 4

- \_\_\_\_\_ ohne zu schwitzen und ohne Kurzatmigkeit/Schnaufen
- \_\_\_\_\_ etwas Schwitzen und etwas Kurzatmigkeit/Schnaufen
- \_\_\_\_\_ viel Schwitzen und Kurzatmigkeit/Schnaufen