

MARKETAGENT.COM

PRESSEINFORMATION

Der Erkältungssaison ein Schnippchen schlagen - Österreich schwitzt sich gesund

Marketagent.com begleitet die Österreicher beim Saunagang

Das Online Markt- und Meinungsforschungsinstitut Marketagent.com hat im Rahmen einer aktuellen Studie die Beliebtheit des Saunierens bei Herrn und Frau Österreicher ergründet und den typischen Saunagang näher beleuchtet. Mehr als 500 Österreicher zwischen 14 und 69 Jahren standen dazu Rede und Antwort. Die Ergebnisse bestätigen: Die Österreicher schwitzen gerne in der Sauna, vor allem bei winterlichen Temperaturen steht das Saunieren bei vielen Landsmännern und -frauen an oberster Stelle, um Körper und Seele etwas Gutes zu tun. Geschwitzt wird hierzulande am häufigsten öffentlich. Der österreichische Durchschnitts-Saunierer ist nicht „gschamig“ und sucht am liebsten eine Nacktsauna ohne Geschlechtertrennung auf. Eine kalte Dusche danach sorgt für die nötige Abkühlung und stärkt obendrein das Immunsystem.

Von vielen Österreichern wird sie – wortwörtlich – heiß geliebt: die Sauna. Vor allem bei winterlichen Temperaturen steht das Saunieren bei vielen Landsmännern und -frauen an oberster Stelle, um Körper und Seele etwas Gutes zu tun. Geschwitzt wird hierzulande regelmäßig und am häufigsten öffentlich.

Ein Saunabesuch steht bei 46 Prozent der Österreicher zwischen 14 und 69 Jahren zumindest fallweise am Programm – so das Ergebnis einer aktuellen Studie von Marketagent.com, bei der mehr als 500 Österreicher befragt wurden. Vor allem für Österreichs Männer ist das Saunieren eine beliebte Freizeitbeschäftigung. So war jede vierte Österreicherin (25,5%), aber nur jeder siebente Österreicher (14,5%) noch nie in einer Sauna. Die Hauptgründe, die hierzulande von einem Saunabesuch abhalten, sind Unbehagen sich nackt zu zeigen (35,6%), der Zweifel an der wohltuenden Wirkung (33,7%) und Bedenken aufgrund der heißen Temperatur (32,7%). Scham ist tendenziell stärker im Alter unter 40 Jahre eine Barriere (47,8%), in späteren Jahren verursacht der Gedanke, sich unbedeckt zu zeigen, weitaus weniger Kopfzerbrechen (25,5%).

Jeder dritte Österreicher (32,3%) besucht öffentliche Saunen, deren Besuch vor allem beim männlichen Publikum beliebt ist (Männer: 37,8%; Frauen: 27,1%). Knapp jeder Fünfte (18,7%) sauniert privat (z.B. bei sich zu Hause oder bei Freunden). Der österreichische Durchschnitts-Saunierer ist nicht „gschamig“, sucht er doch am liebsten eine Nacktsauna auf (61,4%). Auch die gemischte Sauna (42,1%) wird gegenüber der nach Geschlechtern getrennten Sauna bevorzugt (15,9%). Egal welche Art von Saunabad, am liebsten wird in Gesellschaft geschwitzt. Nur drei von zehn Sauna-Besuchern (29,2%) suchen diese alleine auf, am häufigsten geht man mit dem Partner bzw. der Partnerin (69,1%). Während Frauen fast ausschließlich nur gemeinsam mit ihrer besseren Hälfte saunieren (mit meinem Partner: Männer 60,2%; Frauen 80,0%), verbringt ER dort auch gerne Zeit mit Freunden (Männer 28,9%; Frauen 18,1%) und Freizeitkollegen (Männer 10,2%; Frauen 1,9%).

Üblich sind zwei Saunagänge pro Besuch (Median), wobei die Österreicher mit fortgeschrittenem Alter die Anzahl der Saunagänge zunehmend steigern. Die durchschnittliche Verweildauer beträgt klassisch 15 Minuten (Median). 60 bis 79 Grad werden von der Mehrheit der Österreicher präferiert (43,8%). Auch 80 bis 95 Grad ist für über ein Drittel noch okay (38,6%). Während Männer die höheren Temperaturen ab 80 Grad bevorzugen (80-95 Grad: Männer 46,1%; Frauen: 29,5%), fühlen sich Frauen tendenziell im unteren Temperaturbereich wohler (60-79 Grad: Männer 35,7%; Frauen: 51,4%).

Besonderer Beliebtheit erfreuen sich Aufgüsse. Beinahe die Hälfte mag jede Art von Saunaaufguss (46,4%), weitere 30 Prozent zumindest bestimmte. Nur 2 Prozent lehnen diese komplett ab. Nach dem Saunieren ist eine kalte Dusche die bevorzugte Abkühlungsart (51,5%), gefolgt vom Gang ins kühle Freie (42,9%). Nur etwas mehr als jeder Dritte sucht bevorzugt Abkühlung durch einen Sprung ins Kaltwasserbecken (35,6%).

Nicht umsonst besagt ein finnisches Sprichwort, die Sauna sei die Apotheke des armen Mannes. Regelmäßige Schwitzkuren und das Wechselspiel zwischen Heiß und Kalt sind die ideale Vorbeugung für die Erkältungssaison. „Herr und Frau Österreicher saunieren vor allem wegen dem positiven Effekt auf die Gesundheit und hoffen, so der Erkältungssaison ein Schnippchen schlagen zu können“, resümiert Thomas Schwabl, Geschäftsführer von Marketagent.com. „Entspannung für Geist und Körper, die Stärkung des Immunsystems und die gute Wirkung auf die Atemwege sind nicht umsonst für die Österreicher die wichtigsten Motive, regelmäßig in der Sauna zu schwitzen.“

Baden, 1. Februar 2018

Rückfragehinweis:

Marketagent.com online reSEARCH GmbH

Mag. Christina Strasser

Mühlgasse 59

A-2500 Baden, Austria

c.strasser@marketagent.com

tel.: +43 (0) 2252 - 909 009

Studiensteckbrief:

- Methode: Computer Assisted Web Interviews (CAWI)
- Instrument: Online-Interviews über die Marketagent.com reSEARCH Plattform
- Erhebungszeitraum: 27.11.2017 – 30.11.2017
- Kernzielgruppe: web-aktive Personen aus Österreich zwischen 14 und 69 Jahren
- Sample-Größe: n = 504 Interviews, Random Selection nach Quoten
- Umfang: 11 geschlossene Fragen

About Marketagent.com

Marketagent.com sieht sich gleichermaßen als Pionier und Innovationsführer der digitalen Markt- und Meinungsforschung in Österreich. Mit einem Fokus auf quantitative und qualitative Consumer Research Projekte realisiert Marketagent.com jährlich mehr als 1.000 Studien an den Standorten Baden bei Wien, Maribor, München und Zürich. Das Herzstück

unseres Instrumentariums ist ein knapp 950.000 Personen umfassendes Online-Panel, welches im Januar 2010 als erster Access Pool der D-A-CH-Region nach der ISO Norm 26362 zertifiziert wurde. Zu unseren Kunden zählen nationale und internationale Top-Unternehmen wie die Telekom Austria AG, Ikea, Spar, Google, die OMV, Nestlé, die Österreichische Post AG oder Novartis. Die Themenfelder und Forschungsschwerpunkte sind vielfältig und decken sämtliche Bereiche der Markt- und Meinungsforschung ab.