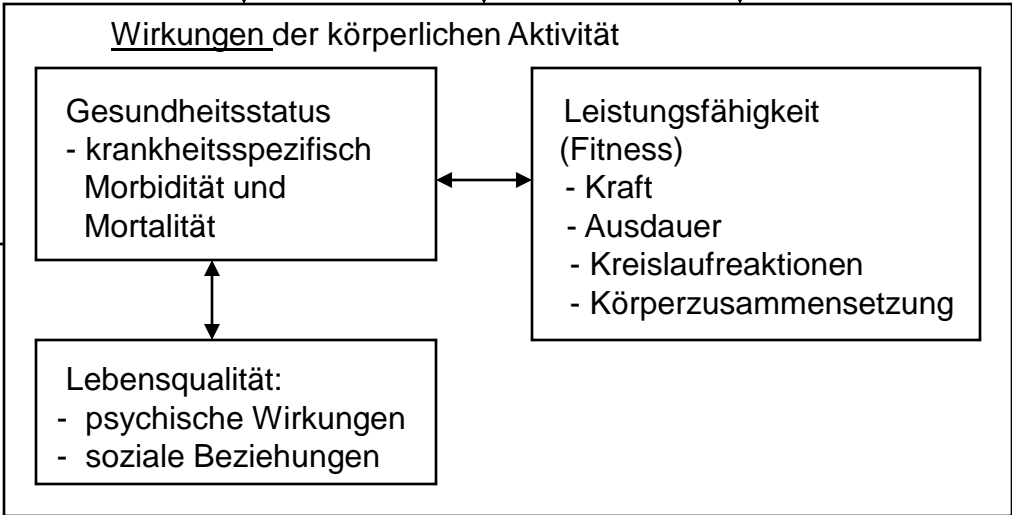


Liste von Bestimmungsgründen
für körperliche Aktivität
(unabhängige, erklärende Variablen):
Alter, Geschlecht, Beruf, Schulsport,
Vereinsport, Freizeitaktivität,
Einstellung, Wille, Stimmung,
Ausbildung, Kosten; Körpergewicht;
Klima, Zugang zu Sportstätten,
Angebot, Unterstützung durch
Familie, Freunde, Gesellschaft

KÖRPERLICHE AKTIVITÄT
untergliedert sich in:
Art, Häufigkeit, Intensität, Dauer,
Regelmäßigkeit; Zeitpunkt, Arbeit,
Freizeit; Ort: zuhause, Schule;
Arbeitsplatz, städt. Einrichtung;
unbelastet bzw. mit Ballast (Gepäck);
geplant, spontan; allein/ überwacht



Gesundheitsstatus
- krankheitsspezifisch
Morbidität und
Mortalität

Leistungsfähigkeit
(Fitness)
- Kraft
- Ausdauer
- Kreislaufreaktionen
- Körperzusammensetzung

Lebensqualität:
- psychische Wirkungen
- soziale Beziehungen