

Wozu machten Menschen 2019 Fitness?

Gesund bleiben

Kraft und Ausdauer

Ausgleich zum Alltag

Erscheinungsbild

Abnehmen

Schönerer Körper

Soziales

Gesundheit steht als vorrangiger Motivator nach gefolgt von Steigerung von Kraft Ausdauer sowie dem Ausgleich zum Alltag in der Rangliste der Experten-Befragung. Vergangene Trends wie äusseres Erscheinungsbild und Abnehmen haben an Bedeutung etwas verloren.

Teilnehmer Trends 2020

#1 30-Minute Workouts

#2 Streaming Cardio

#3 Ninja Warrior Gyms

#4 New Zumba

#5 HIIT Fusion

#6 Multi-Funct.-Equipment

#7 Mobile Friendly Training

Experten Top Trends 2020

Wearables

Gruppen-
training

HIIT

Fitness
für
Ältere

prof.
Trainer,
Zertifikate

Yoga

Personal
Training

Funktion-
elles
Training

Fitness
ist
Medizin

Bodyweight

Die Erhebungen von Experten und Teilnehmern decken sich für 2020, lediglich in der Priorität etwas verschoben. Kurze, konzentrierte Intensiv-Workouts stehen ganz hoch in der Rangliste, Funktionelles Training setzt sein Wachstumstrend fort und die digitale Verknüpfung von Anbietern und Teilnehmern ist wieder Thema 2020. Sport wird immer mehr als Gesundheitsfaktor und Medizin gesehen.

Arbeitgeber-Verband der Fitness-Industrie:

Betriebliches Gesundheitsmanagement

Gut ausgebildete Trainer

Digitalisierung

Krafttraining

Functional Training

Der dt. Verband ergänzt die Trend- Liste um die Qualität des Trainer-Personals und um den Fokus auf betriebliches Gesundheitsmanagement.

Digitalisierung

Auch vor der Fitness-Branche macht die Digitalisierung nicht halt. Bei allen einschlägigen Umfragen und Statistiken sind Wearables, digitale Studios und Trainer, Fitness Apps und performance und Health Tracking ein wachsendes Thema.

Dies gepaart mit der Verbreitung von Smart-Watches, Smart-Phones mit entsprechenden Apps sowie speziellen Tracking Devices als Commodity, müssen sich Anbieter von Fitness-Geräten und Kurs-Anbieter auf die volle Vernetzung einstellen.

Auch 2020 wird der digitale Trend ein marktbestimmender Faktor sein.

Fazit 2020

Das Wachstum der Branche wird sich 2020 Fortsetzen. Der Wettbewerb wird ebenfalls wachsen. Die Branchen-Experten und Sportler sind sich in den Trends zu funktionellem Training, Individualisierung und der Digitalisierung einig.

icke CROSSFIT 2019

233

neue Mitglieder

29.200

Kursteilnahmen

3.200

persönliche
Bestleistungen

409.200

kg gehobene
Gewichte

CrossFit Icke ist als Berliner Trendsetter im Fitnessmarkt den Sportlern verpflichtet und entwickelt stets aktuelle, marktgerechte Konzepte. So stellte sich auch 2019 ein 20 % iges Wachstum, vorrangig mit CrossFit ein. Neue Fitness-Konzepte, wie Hyrox, werden konsequent am Markt getestet und eingeführt.

Quellen

<https://www.acsm.org/read-research/acsm-fitness-trends/>
<https://www.dssv.de/presse/fitness-trends-2019/>
<https://blog.myfitnesspal.com/top-9-fitness-trends-to-expect-in-2019/>
<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/597157/umfrage/gruende-besuch-fitnessstudios-in-deutschland/>
<https://www.crossfiticke.com/>

Icke Lifestyle Performance GmbH
 Naumannstraße 79, Haus 38
 D - 10829 Berlin
 Telefon: +49 30 60 26 85 65
 E-Mail: kontakt@crossfiticke.com
 Web: <https://www.crossfiticke.com>