

## Körperliche Aktivität

### Einleitung

Als körperliche Aktivität wird jede Bewegung definiert, die willentlich durch die Skelettmuskulatur erzeugt wird und den Energieverbrauch über den Grundumsatz anhebt (in Anlehnung an Caspersen et al., 1985). Sie umfasst unter anderem aerobe körperliche Aktivität wie Radfahren, Joggen, Fußballspielen und Schwimmen sowie Übungen zur Muskelkräftigung wie Krafttraining, Pilates und Yoga (Finger et al., 2017). Körperliche Aktivität kann am Arbeitsplatz sowie in der Freizeit stattfinden, um ihrer selbst willen, zu Zwecken des Trainings, um Gegenstände zu transportieren oder um Aufgaben zu erledigen.

Körperliche Aktivität leistet einen wesentlichen Beitrag zur Prävention von Krankheit und wirkt sich positiv auf die Gesundheit aus (World Health Organization, 2010). Erwachsene zwischen 18 und 64 Jahren sollten nach den Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) wöchentlich mindestens 150 Minuten mäßig oder mindestens 75 Minuten intensiv körperlich aktiv sein. Eine Kombination beider Bewegungsintensitäten ist möglich, wobei eine Bewegungseinheit mindestens zehn Minuten dauern sollte. Die Ausdaueraktivität sollte durch Muskelkräftigungsübungen an zwei oder mehr Tagen in der Woche ergänzt werden, wobei bereits ein unter dem Minimum liegendes Maß an Aktivität die Lebenserwartung deutlich erhöht (Arem et al., 2015; Wen et al., 2011). Aufgrund des starken Zusammenhangs zwischen Krankheitsentstehung und körperlicher Inaktivität hat die WHO den „Global Action Plan for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases 2013–2030“ ins Leben gerufen. Ziel dieses Programms ist eine Reduzierung der Prävalenz unzureichender körperlicher Aktivität um zehn Prozent bis zum Jahr 2025 (Finger et al., 2017). 44,8 % der Frauen und 51,2 % der Männer in Deutschland erfüllen die WHO-Empfehlung zur Ausdaueraktivität. Mit zunehmendem Alter verringert sich der Anteil; am größten ist er bei jungen Erwachsenen im Alter von 18 bis 29 Jahren (Richter et al., 2021).

Durch regelmäßige körperliche Aktivität können das allgemeine Wohlbefinden sowie die körperliche, psychische und soziale Gesundheit gefördert werden (Robert Koch-Institut, 2023). Eine Vielzahl von Studien zeigt, dass körperliche Inaktivität mit einem erhöhten Risiko für Diabetes mellitus, Schlaganfälle, kardiovaskuläre Erkrankungen sowie verschiedene Krebserkrankungen und somit einer geringeren Lebenserwartung einhergeht (Blair et al., 2001; Finger et al., 2017). Die *Global Burden of Disease Study 2015* etwa kam zu dem Ergebnis, dass 15 Prozent der durch Darmkrebs und 10 Prozent der durch Brustkrebs verlorenen Jahre auf körperliche Inaktivität zurückgehen (Kyu et al., 2016). Hingegen geht regelmäßige körperliche Aktivität mit einem gesteigerten Wohlbefinden, einer höheren Lebenszufriedenheit sowie weniger depressiven Symptomen einher (Penedo & Dahn, 2005). Unter Studierenden wurde ein Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und niedrigeren Burnout-Raten sowie höherer Lebensqualität festgestellt (Dyrbye et al., 2017). Regelmäßige körperliche Aktivität und kardiovaskuläre Fitness hängen positiv mit psychischer Gesundheit und Wohlbefinden bei Studierenden zusammen. Zudem dienen aerobe Trainingsinterventionen als Puffer gegen Depressionen und wahrgenommenen Stress (Herbert et al., 2020).

Zitiervorschlag: Granse, M., Gusy, B., Kalhorn, H., Krause, S., Lesener, T. & Wolter, C. (2025). Wie gesund sind Studierende der Freien Universität Berlin? Ergebnisse der Befragung 01/25 (Schriftenreihe des AB Public Health: Prävention und psychosoziale Gesundheitsforschung: Nr. 03/P25). Berlin: Freie Universität Berlin.

## Methode

In der aktuellen Befragung wurde die deutsche Version des *European Health Interview Survey – Physical Activity Questionnaire* (EHIS-PAQ) eingesetzt (Finger et al., 2015). Ein Vorteil des EHIS-PAQ ist die Erhebung der körperlichen Aktivität in verschiedenen Lebensbereichen: am Arbeitsplatz, zu Fortbewegungszwecken (Fahrradfahren und Gehen) sowie im Alltag. Das entsprechende Item zur arbeitsbezogenen Aktivität wurde in der aktuellen Befragung nicht angewandt, da aufgrund der überwiegend sitzend absolvierten Lehrveranstaltungen eine geringe Varianz erwartet wurde.

Erhoben wurde die Zeit für die wöchentliche (mäßig anstrengende aerobe) Ausdaueraktivität sowie die zur Muskelkräftigung ausgeübte Aktivität. Die Zeit für die Ausdaueraktivität setzt sich zusammen aus der Zeit (in Minuten), die mindestens einmal wöchentlich für Sport, Fitness oder körperliche Aktivität in der Freizeit aufgewendet wird, sowie der Zeit für Fahrradfahrten zur Fortbewegung. Berichtet wird der Anteil der Befragten, die mindestens 150 Minuten pro Woche Ausdaueraktivitäten nachgehen.

Des Weiteren wird der Anteil der Studierenden berichtet, die die WHO-Bewegungsempfehlung erfüllen, also wöchentlich mindestens 150 Minuten Ausdaueraktivität und an mindestens zwei Tagen Aktivitäten zur Muskelkräftigung ausführen.

Zusätzlich wurden die Studierenden gefragt, inwiefern sie auf ausreichende körperliche Bewegung achten. Die Antwortkategorien waren „gar nicht“, „wenig“, „teils/teils“, „stark“ sowie „sehr stark“. Im Folgenden wird der Anteil der Studierenden dargestellt, die mindestens „stark“ auf ausreichende körperliche Bewegung achten.

## Kernaussagen

- Die Hälfte (50,2 %) der befragten Studierenden berichten mindestens 150 Minuten Ausdaueraktivität pro Woche.
- Weniger als ein Drittel (29,0 %) der Studierenden erfüllen die WHO-Bewegungsempfehlung und knapp ein Drittel (30,0 %) der Studierenden achten auf körperliche Aktivität.
- Unter den männlichen Studierenden ist der Anteil der Befragten mit mindestens 150 Minuten Ausdaueraktivität pro Woche tendenziell größer als unter den weiblichen Studierenden (♀: 48,7 % vs. ♂: 55,3 %).
- Der Anteil der Befragten, die die WHO-Bewegungsempfehlung erfüllen, ist unter den männlichen Studierenden signifikant größer als unter den weiblichen (♀: 27,1 % vs. ♂: 34,8 %).
- Der Anteil der Studierenden mit mindestens 150 Minuten Ausdaueraktivität pro Woche ist im Fachbereich Geschichts- und Kulturwissenschaften am kleinsten (42,9 %) und im Fachbereich Physik am größten (59,1 %).
- Der Anteil der befragten Studierenden, welche die WHO-Bewegungsempfehlung erfüllen, ist im Fachbereich Biologie, Chemie, Pharmazie am kleinsten und in den Fachbereichen Physik sowie Geowissenschaften am größten. Die Anteile der befragten Studierenden, die auf ausreichend körperliche Aktivität achten, sind im Fachbereich Physik wiederum am kleinsten und im Fachbereich Erziehungswissenschaft und Psychologie am größten.

## Ergebnisse

31,0 % der befragten Studierenden geben an, nie oder seltener als an einem Tag pro Woche Sport, Fitness oder körperliche Aktivität in der Freizeit auszuüben. Von den befragten Studierenden, die mindestens einmal wöchentlich körperlich aktiv sind, sind 27,2 % dies an zwei Tagen pro Woche und 6,4 % an sieben Tagen pro Woche.

### Wöchentlicher Zeitaufwand für Ausdaueraktivität

Die Hälfte der befragten Studierenden berichten von mindestens 150 Minuten Ausdaueraktivität pro Woche (50,2 %). Mit 55,3 % ist dieser Anteil bei den männlichen Studierenden tendenziell größer als bei den weiblichen Studierenden (48,7 %; vgl. Abbildung 1).

Der Anteil von Studierenden mit einer wöchentlichen Ausdaueraktivität von mindestens 150 Minuten ist im Fachbereich Geschichts- und Kulturwissenschaften mit 42,9 % am kleinsten, im Fachbereich Physik mit 59,1 % am größten (vgl. Abbildung 2).

### Erfüllung der WHO-Bewegungsempfehlung

Weniger als ein Drittel der Studierenden (29,0 %) erfüllen die WHO-Bewegungsempfehlung. Dieser Anteil ist bei den männlichen Studierenden signifikant größer als bei den weiblichen Studierenden (♀: 27,1 % vs. ♂: 34,8 %; vgl. Abbildung 3).

In den Fachbereichen Biologie, Chemie, Pharmazie, Mathematik und Informatik sowie Geschichts- und Kulturwissenschaften sind die Anteile der Studierenden, die die WHO-Bewegungsempfehlung erfüllen, mit jeweils unter 26 % am kleinsten. In den Fachbereichen Physik sowie Geowissenschaften sind die Anteile mit jeweils mehr als 36 % am größten (vgl. Abbildung 4).

### Achten auf ausreichende körperliche Aktivität

30,0 % der befragten Studierenden achten mindestens „stark“ auf ausreichende körperliche Aktivität. Dieser Anteil ist bei den männlichen Studierenden tendenziell größer (♀: 29,6 % vs. ♂: 31,6 %; vgl. Abbildung 5).

Unter den Studierenden der Fachbereiche Physik, Geschichts- und Kulturwissenschaften sowie Mathematik und Informatik sind die Anteile der Befragten, die auf ausreichende körperliche Aktivität achten, mit jeweils unter 26 % am kleinsten, bei Studierenden des Fachbereichs Erziehungswissenschaft und Psychologie mit 35,8 % hingegen am größten (vgl. Abbildung 6).

### Einordnung

#### Wöchentlicher Zeitaufwand für Ausdaueraktivität

Im Vergleich zur vorherigen Befragung unterscheiden sich die Anteile der Studierenden, die wöchentlich mindestens 150 Minuten Ausdaueraktivität betreiben, kaum (2025: 50,2 % vs. 2023: 51,0 %). Während der Anteil der Studierenden, die wöchentlich mindestens 150 Minuten Ausdaueraktivität betreiben, unter den weiblichen Studierenden kaum kleiner ist (2025: 48,7 % vs. 2023: 50,1 %), ist er unter den männlichen Studierenden kaum größer als 2023 (2025: 55,3 % vs. 2023: 54,6 %; vgl. Abbildung 1).

Auf Fachbereichsebene sind die jeweiligen Anteile der Studierenden, die wöchentlich mindestens 150 Minuten Ausdaueraktivität betreiben, in den meisten Fachbereichen kleiner. In den Fachbereichen Physik (+12,3 Prozentpunkte) sowie Mathematik und Informatik (+6,9 Prozentpunkte) sind die Anteile hingegen größer und die Unterschiede am größten (vgl. Abbildung 2).

Die zeitliche Entwicklung der Ausdaueraktivität von 2021 bis 2025 kann in Tabelle 1 abgelesen werden.

Zur Einordnung des wöchentlichen Zeitaufwands für Ausdaueraktivitäten wird die Studie „Gesundheitsfördernde Verhaltensweisen bei Erwachsenen in Deutschland“ (GEDA 2019/2020) des Robert Koch-Instituts (2021) herangezogen (Richter et al., 2021). Die Studierenden der FU Berlin berichten im Vergleich zu der Gruppe der 18- bis 29-Jährigen der GEDA-Studie signifikant niedrigere Werte für die Ausdaueraktivität (50,2 % vs. 64,6 %). Dies gilt sowohl für weibliche (48,7 % vs. 58,9 %) als auch für männliche Studierende (55,3 % vs. 69,3 %; vgl. Tabelle 1).

#### Erfüllung der WHO-Bewegungsempfehlung

Die Anteile der Befragten, die die WHO-Bewegungsempfehlung erfüllen, unterscheiden sich im Vergleich zur vorherigen Befragung kaum (2025: 29,0 % vs. 2023: 29,2 %). Während der Anteil der Studierenden, der die WHO-Bewegungsempfehlung erfüllt, unter den weiblichen Studierenden unwesentlich kleiner ist (2025: 27,1 % vs. 2023: 28,7 %), ist dieser unter den männlichen Studierenden tendenziell größer (2025: 34,8 % vs. 2023: 31,7 %; vgl. Abbildung 3).

Auf Fachbereichsebene zeigt sich ein gemischtes Bild: Während in einigen Fachbereichen ein größerer Anteil der Studierenden die WHO-Bewegungsempfehlung erfüllt, zeigt sich in anderen Fachbereichen ein kleinerer Anteil an Studierenden, welche die WHO-Bewegungsempfehlung erfüllt, als 2023. Im Fachbereich Physik ist der Unterschied am größten (+17,3 Prozentpunkte; vgl. Abbildung 4).

Die zeitliche Entwicklung der Erfüllung der WHO-Bewegungsempfehlung von 2021 bis 2025 kann in Tabelle 1 abgelesen werden.

Die WHO-Bewegungsempfehlung erfüllen anteilig signifikant weniger Studierende der FU Berlin als die 18- bis 29-Jährigen der GEDA-Studie (29,0 % vs. 43,4 %). Der Unterschied ist sowohl bei den männlichen Studierenden (34,8 % vs. 50,9 %) als auch den weiblichen Studierenden signifikant (27,1 % vs. 34,1 %; vgl. Tabelle 1).

#### Achten auf ausreichende körperliche Aktivität

Der Anteil der Studierenden, die auf ausreichende körperliche Aktivität achten, ist in der aktuellen Befragung unwesentlich kleiner als 2023 (2025: 30,0 % vs. 2023: 31,5 %). Dies gilt sowohl für die männlichen als auch die weiblichen Studierenden (vgl. Abbildung 5).

Bei den meisten Fachbereichen sind die Anteile der Studierenden, die mindestens stark auf ausreichende körperliche Aktivität achten, kleiner als 2023. Im Fachbereich Rechtswissenschaft (-11,4 Prozentpunkte) sowie Geowissenschaften (-14,4 Prozentpunkte) sind die Unterschiede am größten (vgl. Abbildung 6).

Die zeitliche Entwicklung des Achtens auf ausreichende körperliche Aktivität von 2016 bis 2025 kann in Tabelle 2 abgelesen werden.

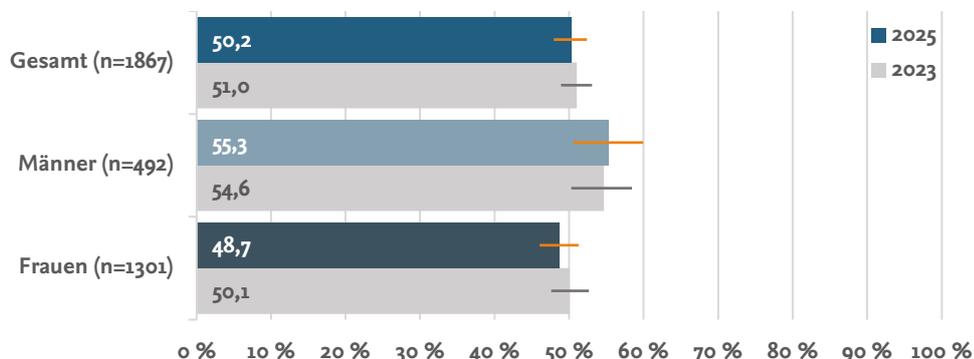
#### Literatur

- Arem, H., Moore, S. C., Patel, A., Hartge, P., Berrington de Gonzalez, A., Viswanathan, K., Campbell, P. T., Freedman, M., Weiderpass, E., Adami, H. O., Linet, M. S., Lee, I.-M. & Matthews, C. E. (2015). Leisure time physical activity and mortality: a detailed pooled analysis of the dose-response relationship. *JAMA Internal Medicine*, 175(6), 959–967.  
<https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2015.0533>
- Blair, S. N., Cheng, Y. & Holder, J. S. (2001). Is physical activity or physical fitness more important in defining health benefits? *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 33(6; SUPP), 379–399.
- Caspersen, C. J., Powell, K. E. & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*, 100(2), 126–131.
- Dyrbye, L. N., Satele, D. & Shanafelt, T. D. (2017). Healthy Exercise Habits Are Associated With Lower Risk of Burnout and Higher Quality of Life Among U.S. Medical Students. *Academic medicine : journal of the Association of American Medical Colleges*, 92(7), 1006–1011.  
<https://doi.org/10.1097/ACM.0000000000001540>
- Finger, J. D., Mensink, G. B. M., Lange, C. & Mainz, K. (2017). *Gesundheitsfördernde körperliche Aktivität in der Freizeit bei Erwachsenen in Deutschland* (Nr. 2). Robert Koch-Institut.  
<https://doi.org/10.17886/RKI-GBE-2017-027>
- Finger, J. D., Tafforeau, J., Gisle, L., Oja, L., Ziese, T., Thelen, J., Mensink, G. B. M. & Lange, C. (2015). Development of the European Health Interview Survey - Physical Activity Questionnaire (EHIS-PAQ) to monitor physical activity in the European Union. *Archives of public health = Archives belges de sante publique*, 73:59. <https://doi.org/10.1186/s13690-015-0110-z>
- Herbert, C., Meixner, F., Wiebking, C. & Gilg, V. (2020). Regular Physical Activity, Short-Term Exercise, Mental Health, and Well-Being Among University Students: The Results of an Online and a Laboratory Study. *Frontiers in Psychology*, 11, 509.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00509>
- Kyu, H. H., Bachman, V. F., Alexander, L. T., Mumford, J. E., Afshin, A., Estep, K., Veerman, J. L., Delwiche, K., Iannarone, M. L., Moyer, M. L., Cercy, K., Vos, T., Murray, C. J. L. & Forouzanfar, M. H. (2016). Physical activity and risk of breast cancer, colon cancer, diabetes,

- ischemic heart disease, and ischemic stroke events: systematic review and dose-response meta-analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *BMJ*, 354, i3857. <https://doi.org/10.1136/bmj.i3857>
- Penedo, F. J. & Dahn, J. R. (2005). Exercise and well-being: a review of mental and physical health benefits associated with physical activity. *Current Opinion in Psychiatry*, 18(2), 189–193. <https://doi.org/10.1016/j.yco.2004.09.001>
- Richter, A., Schienkiwitz, A., Starker, A., Krug, S., Domanska, O., Kuhnert, R., Loss, J. & Mensink, G. (2021). Gesundheitsfördernde Verhaltensweisen bei Erwachsenen in Deutschland – Ergebnisse der Studie GEDA 2019/2020-EHIS. *Journal of Health Monitoring*, 6(3), 3–27. <https://doi.org/10.25646/8460>
- Robert Koch-Institut (Hrsg.). (2023). *Körperliche Aktivität / Sport*. [https://www.rki.de/DE/Content/GesundAZ/K/Koerperliche\\_Aktivitaet\\_Sport/Koerperliche\\_Aktivitaet\\_Sport\\_inhalt.html](https://www.rki.de/DE/Content/GesundAZ/K/Koerperliche_Aktivitaet_Sport/Koerperliche_Aktivitaet_Sport_inhalt.html)
- Wen, C. P., Wai, J. P. M., Tsai, M. K., Yang, Y. C., Cheng, T. Y. D., Lee, M.-C., Chan, H. T., Tsao, C. K., Tsai, S. P. & Wu, X. (2011). Minimum amount of physical activity for reduced mortality and extended life expectancy: A prospective cohort study. *The Lancet*, 378(9798), 1244–1253. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60749-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60749-6)
- World Health Organization. (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. World Health Organization. [http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/9789241599979\\_eng.pdf](http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/9789241599979_eng.pdf)

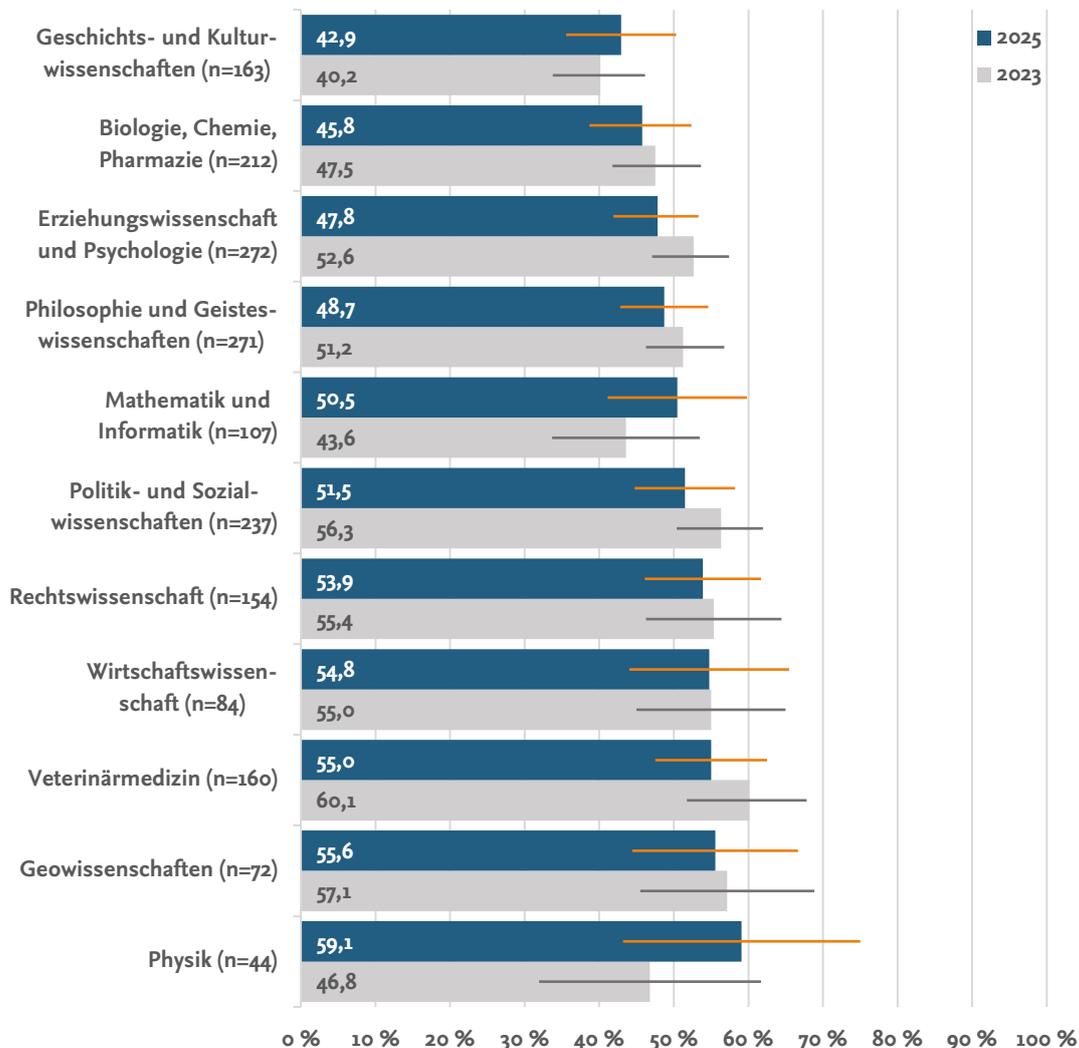
### Grafische Ergebnisdarstellung

Abbildung 1: Ausdaueraktivität, differenziert nach Geschlecht



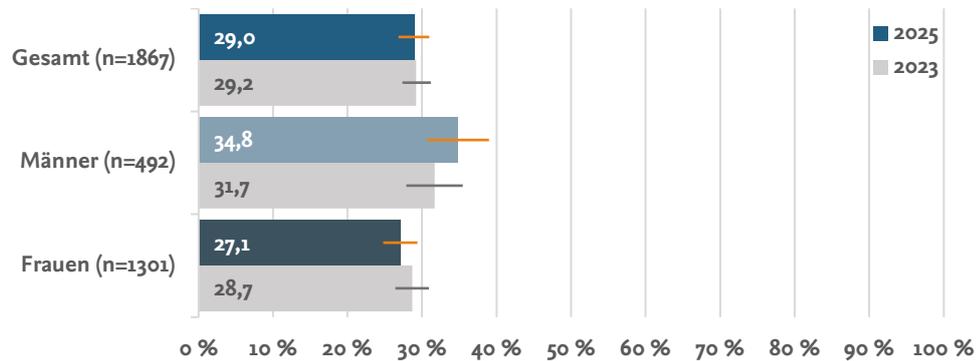
Anmerkung: Anteil der Studierenden, die mindestens 150 Minuten pro Woche mindestens mäßig anstrengende Ausdaueraktivität betreiben; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall

Abbildung 2: Ausdaueraktivität, differenziert nach Fachbereichen



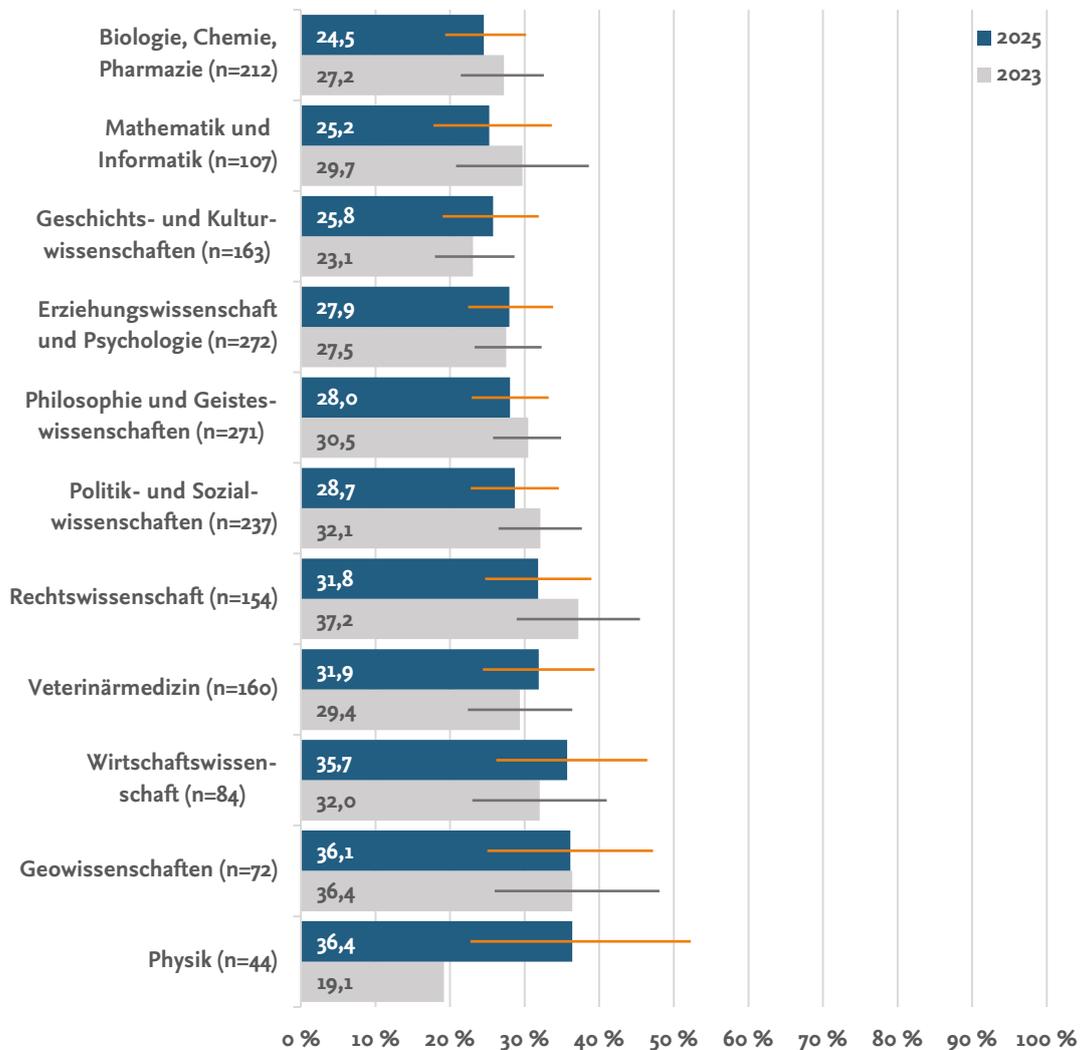
Anmerkung: Anteil der Studierenden, die mindestens 150 Minuten pro Woche mindestens mäßig anstrengende Ausdaueraktivität betreiben; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall

Abbildung 3: Erfüllung der WHO-Bewegungsempfehlung, differenziert nach Geschlecht



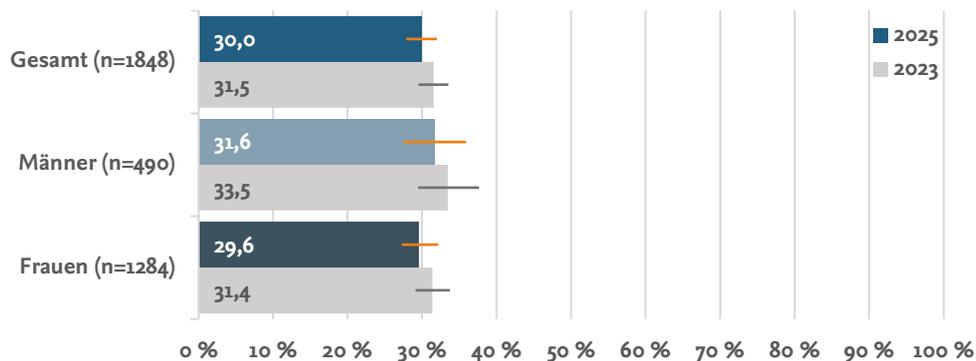
Anmerkung: Anteil der Studierenden, die pro Woche mindestens 150 Minuten Ausdaueraktivität sowie zweimal Muskelkräftigungsaktivitäten betreiben; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall

Abbildung 4: Erfüllung der WHO-Bewegungsempfehlung, differenziert nach Fachbereichen



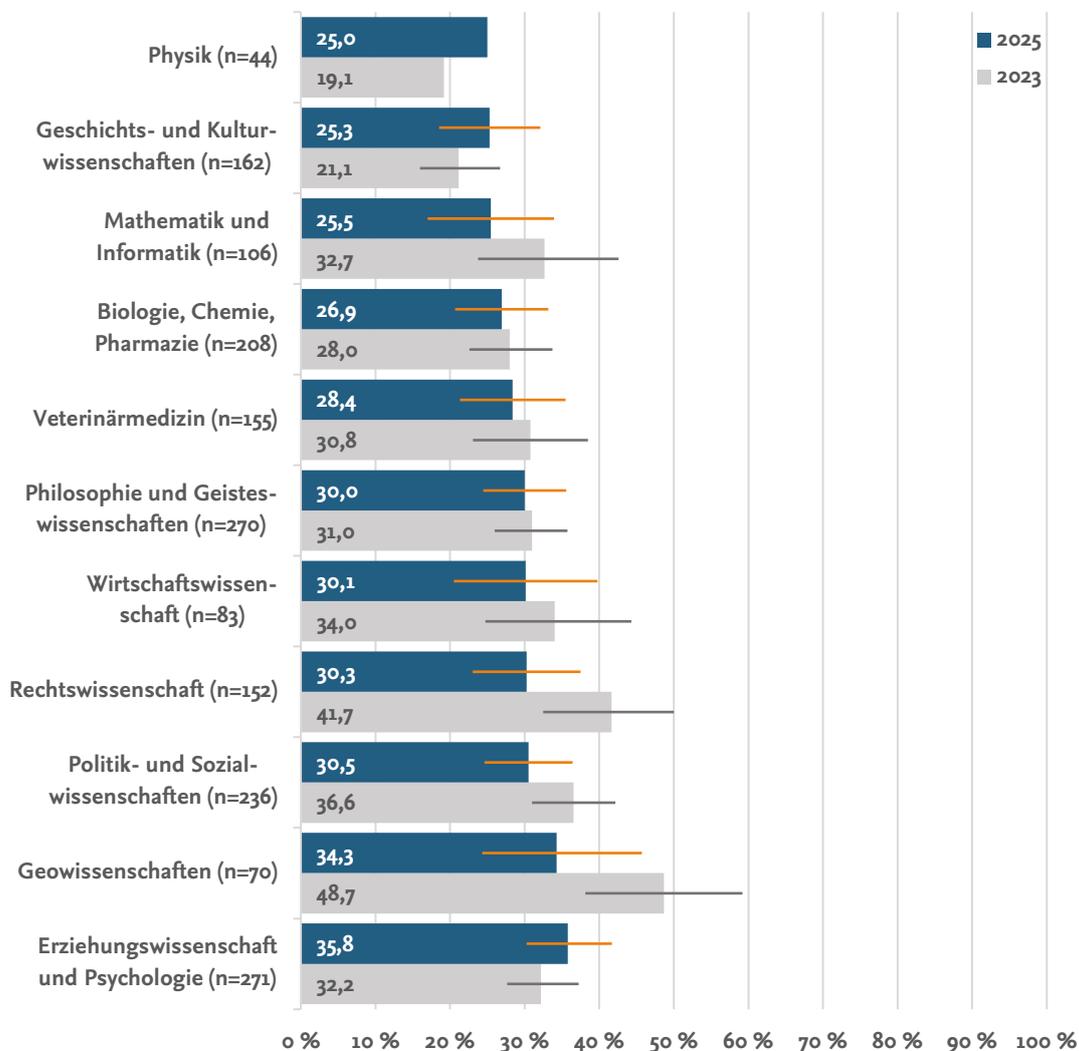
Anmerkung: Anteil der Studierenden, die pro Woche mindestens 150 Minuten Ausdaueraktivität sowie zweimal Muskelkräftigungsaktivitäten betreiben; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall

Abbildung 5: Achten auf körperliche Aktivität, differenziert nach Geschlecht



Anmerkung: Anteil der Studierenden, die mindestens stark auf ausreichende körperliche Aktivität achten; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall

Abbildung 6: Achten auf körperliche Aktivität, differenziert nach Fachbereichen



Anmerkung: Anteil der Studierenden, die mindestens stark auf ausreichende körperliche Aktivität achten; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall

Tabelle 1: Ausdaueraktivität und Erfüllung der WHO-Bewegungsempfehlung, Vergleich der Studierenden der FU Berlin mit der Gruppe der 18- bis 29-Jährigen der GEDA-Studie 2019/2020

	UHR FU 2025 % (95 %-KI)	UHR FU 2023 % (95 %-KI)	UHR FU 2021 % (95 %-KI)	GEDA 2019/2020 % (95 %-KI)
<b>Ausdaueraktivität</b>				
Gesamt	n=1867 50,2 (47,9–52,4)	n=2142 51,0 (49,0–53,1)	n=2820 52,0 (50,2–53,8)	n=22646 <sup>1</sup> 64,6 (61,8–67,3)
Männer	n=492 55,3 (50,6–60,0)	n=527 54,6 (50,5–58,6)	n=744 49,7 (46,1–53,2)	n=10687 <sup>12</sup> 69,3 (65,6–72,7)
Frauen	n=1301 48,7 (46,0–51,3)	n=1536 50,1 (47,4–52,5)	n=2029 52,9 (50,6–55,1)	n=11959 <sup>12</sup> 58,9 (54,6–63,0)
<b>Erfüllung der WHO-Bewegungsempfehlung</b>				
Gesamt	n=1867 29,0 (26,8–31,0)	n=2142 29,2 (27,4–31,2)	n=2820 33,7 (31,9–35,5)	n=22646 <sup>12</sup> 43,4 (40,6–46,2)
Männer	n=492 34,8 (30,7–39,0)	n=527 31,7 (27,7–35,7)	n=744 34,4 (31,0–37,8)	n=10687 <sup>12</sup> 50,9 (47,1–54,6)
Frauen	n=1301 27,1 (24,8–29,4)	n=1536 28,7 (26,5–31,1)	n=2029 33,6 (31,6–35,6)	n=11959 <sup>12</sup> 34,1 (30,2–38,2)

Anmerkung: Anteil der Studierenden, die pro Woche mindestens 150 Minuten Ausdaueraktivität bzw. zusätzlich zweimal Muskelkräftigungsaktivitäten betreiben; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall

<sup>1</sup> Genannt wird hier die Anzahl aller Befragten der GEDA-Studie, da die Stichprobengrößen einzelner Altersgruppen nicht bekannt sind.

Tabelle 2: Achten auf ausreichende körperliche Aktivität bei Studierenden der FU Berlin im Zeitverlauf der Befragungen

	UHR FU 2025 % (95 %-KI)	UHR FU 2023 % (95 %-KI)	UHR FU 2021 % (95 %-KI)	UHR FU 2019 % (95 %-KI)	UHR FU 2016 % (95 %-KI)
Gesamt	n=1848 30,0 (27,9–32,0)	n=2127 31,5 (29,7–33,5)	n=2812 32,9 (31,0–34,6)	n=3380 33,5 (31,9–35,1)	n=2610 33,0 (31,3–34,7)
Männer	n=490 31,6 (27,6–35,9)	n=523 33,5 (29,6–37,9)	n=740 31,1 (27,6–34,5)	n=899 37,3 (34,0–40,4)	n=754 34,0 (30,5–37,3)
Frauen	n=1284 29,6 (27,3–32,2)	n=1525 31,4 (29,1–33,9)	n=2025 33,6 (31,6–35,6)	n=2429 32,0 (30,4–34,0)	n=1822 32,6 (30,5–34,7)

Anmerkung: Anteil der Studierenden, die mindestens stark auf ausreichende körperliche Aktivität achten; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall