



Walking Football wurde im Frühjahr 2023 in einem ersten Lehrgang nach dem Wiener Modell von der **Tageszeitung KURIER** und dem **Sportdachverband ASKÖ** praktisch umgesetzt.

Hauptergebnisse:

- Alle 21 Teilnehmer:innen - also 100%! - würden das Programm weiterempfehlen.
- 80% Prozent bewerten sowohl Übungsleitung als auch Inhalt mit einem „sehr gut“.
- Zwei Drittel schätzen die Belastung als „mittel“ ein, fast ein weiteres Drittel als „stark“.
- Ein Drittel berichtet von einer Verbesserung des spielerischen Könnens.
- Fast die Hälfte der Teilnehmer:innen wird durch das Bewegungsangebot zusätzlich sportlich aktiv.
- Mit 47% hat beinahe die Hälfte Probleme mit den Kniegelenken.
- Nur 10% der Teilnehmer:innen sind völlig beschwerdefrei.
- **Resümee:** Das Bewegungsangebot hat gesundheitsförderndes Potential für fußballaffine Menschen, allerdings ist von allen besonders auf eine angemessene sportmethodische Gestaltung und eine rücksichtsvolle Spielkultur zu achten.



Bundesweite Ansprechpartnerin, weitere Infos und Videos:

Mag. Barbara Fastner, barbara.fastner@askoe.at, www.askoe.at