



Quelle: © Istockphoto.com

Canada Life-Umfrage: Fitness-Wearables sind Teil des Alltags

Bei einer Befragung von Canada Life Deutschland gaben über 40 Prozent an, bereits ein digitales Wearable zu verwenden. Die große Mehrheit der User ist von den positiven Auswirkungen auf Fitness und Wohlbefinden überzeugt.

Motive für Verwendung

Die Motive für den Einsatz der smarten Helfer sind vielfältig: Rund elf Prozent nutzen Fitness-Apps oder -Tracker, um das eigene Gewicht zu halten oder ein paar Pfunde loszuwerden. Weitere wichtige Gründe sind, Fitness oder Leistung zu steigern (knapp neun Prozent) sowie das Bedürfnis, generell mehr über den eigenen Gesundheitszustand zu erfahren (acht Prozent). Der Spaßfaktor spielt mit sechs Prozent eher eine untergeordnete Rolle.

Stärkeres Gesundheitsbewusstsein, verbesserte Fitness

Für das Gros der User haben sich die digitalen Helfer bereits bewährt. Fast 40 Prozent der Befragten berichten, dass sie durch die App beziehungsweise den Tracker mehr auf ihre Gesundheit achten. Rund 35 Prozent haben Fitnesssteigerungen bei sich festgestellt. Etwa 33 Prozent glauben, dass sie ihr Gewicht damit besser unter Kontrolle haben.

Bernhard Rapp, stellvertretender Deutschlandchef der Canada Life, dazu:

„Gesund und bewusst zu leben spielt heute für viele Menschen eine immer größere Rolle. Als Vorsorge-Spezialist sehen wir das sehr positiv: Denn ausreichend Bewegung und Sport sowie eine ausgewogene Ernährung sind die beste Versicherung für ein gutes Leben!“

Neuer Blog rund um Gesundheit und Fitness

Mit der Umfrage läutet der Canada Life den Start des Blogs www.fresh-clear-strong.de ein, der eine breite Themenpalette rund um Gesundheit, Sport und Fitness bietet. Eine weitere Rubrik Lifestyle fasst Blogbeiträge zu Freizeit, Familie bis hin zu Reisetipps zusammen.

Versicherungs- und Finanznachrichten

expertenReport



<https://www.experten.de/id/4944939/canada-life-umfrage-fitness-wearables-sind-teil-des-alltags/>