

STRAVA

DAS
SPORTJAHR

20

21

Wir schreiben das Jahr 2020, aber vielmehr befinden wir uns im Zeitalter von COVID-19. Auf der ganzen Welt mussten sich Sportler*innen einer neuen Herausforderung stellen: Wie kann ich während einer globalen Pandemie sicher aktiv bleiben?

Obwohl wir diese Krise noch nicht überwunden haben, zeigen die Daten der 73 Millionen Sportler*innen auf Strava, wie sich die Gemeinschaft angepasst hat und mit viel Engagement Wege fand, um sich weiterhin sportlich zu messen und sich gegenseitig zu unterstützen - selbst aus der Ferne.

17 Mrd.

ZURÜCKGELEGTE KILOMETER

2 Mio.

NEUE SPORTLER*INNEN
PRO MONAT

73 Mio.

SPORTLER*INNEN

21,5 Mio.

UPLOADS PRO WOCHE

Inhalt

04

Die Pandemie löste einen Sport-Boom aus

05

Die Länder steuerten unterschiedlich durch COVID-19

10

Sport ist auf der Überholspur

13

Frauen ziehen davon

14

Neue Regeln, neue Abläufe

15

Der Wettkampf geht weiter

18

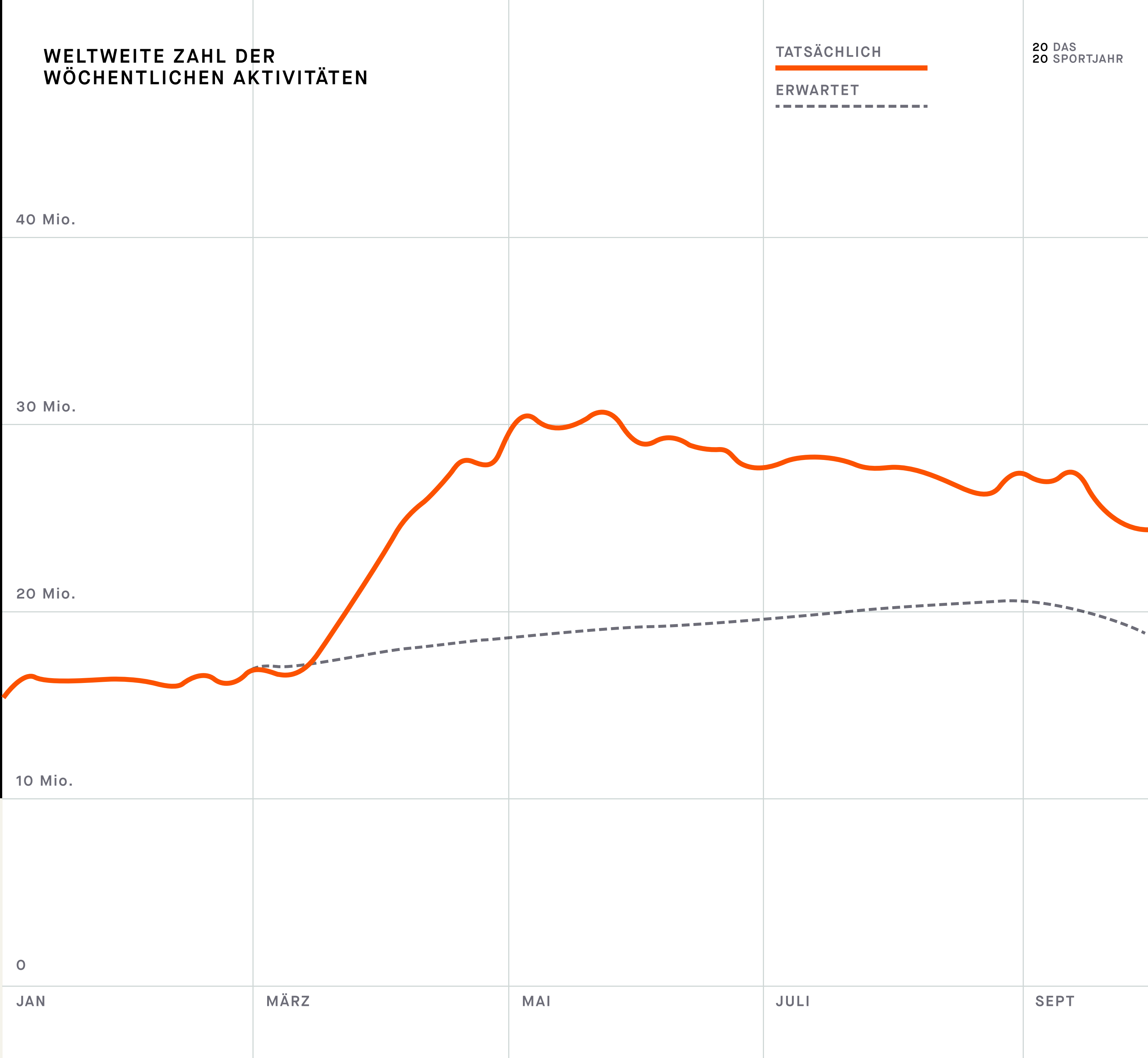
Gemeinschaft während der Quarantäne

21

Anhang

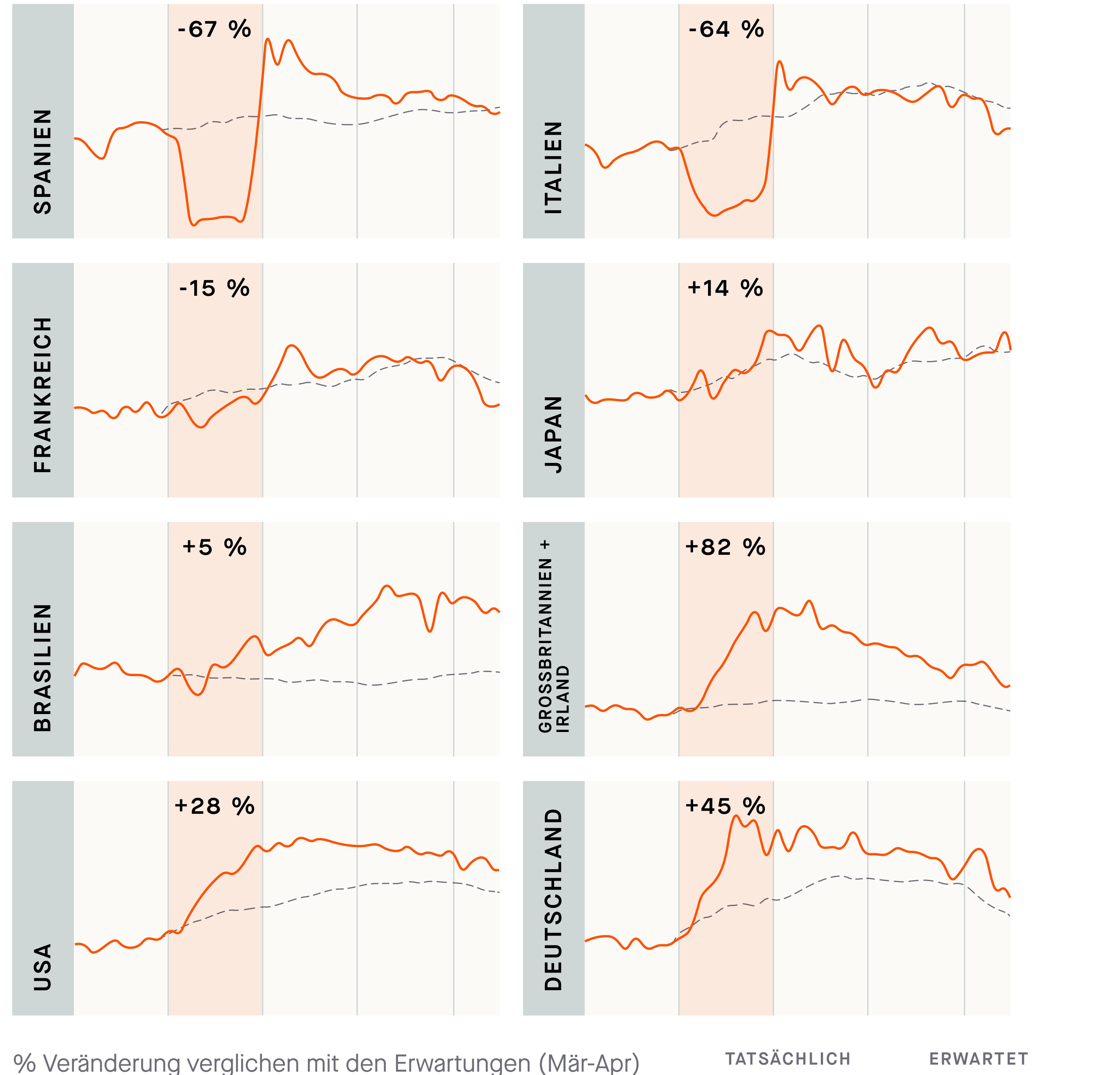
Die Pandemie löste einen Sport-Boom aus

Weltweit führte die COVID-19-Pandemie zu einem Anstieg der Aktivitäten auf Strava, wie wir ihn noch nie zuvor erlebt haben, und übertraf unsere ursprünglichen Prognosen bei weitem.



Die Länder steuerten unterschiedlich durch COVID-19

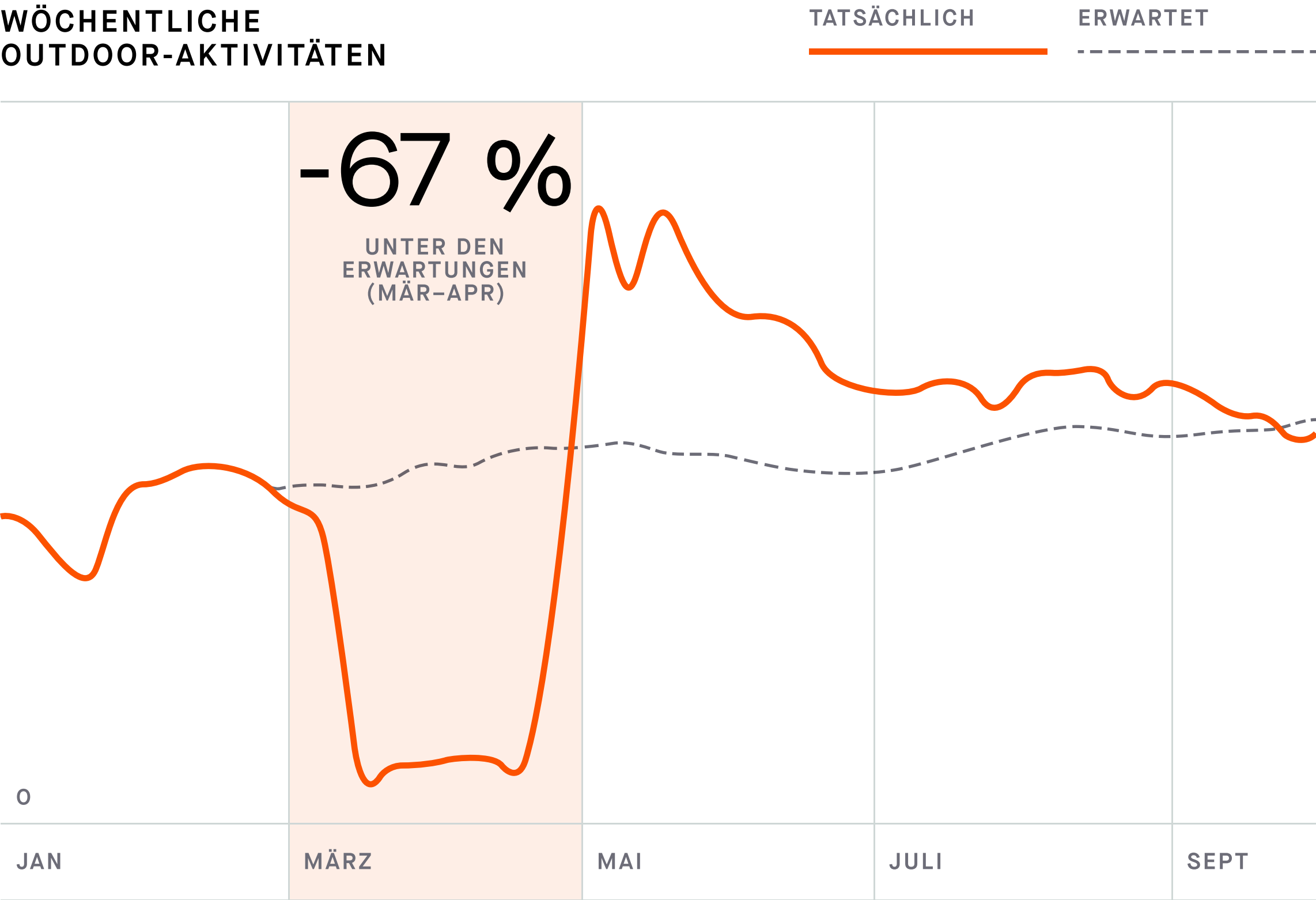
▼ Auf der ganzen Welt mussten Maßnahmen ergriffen werden, um die erste Welle von COVID-19 einzudämmen, aber nicht jedes Land reagierte auf die gleiche Weise. Wenn es um Outdoor-Betätigungen wie Laufen und Radfahren ging, stiegen die Aktivitäten in einigen Ländern sprunghaft an, andere wuchsen kontinuierlich, und einige wenige erreichten erst einen Tiefpunkt, bevor sie ein Comeback feierten.



Spanien

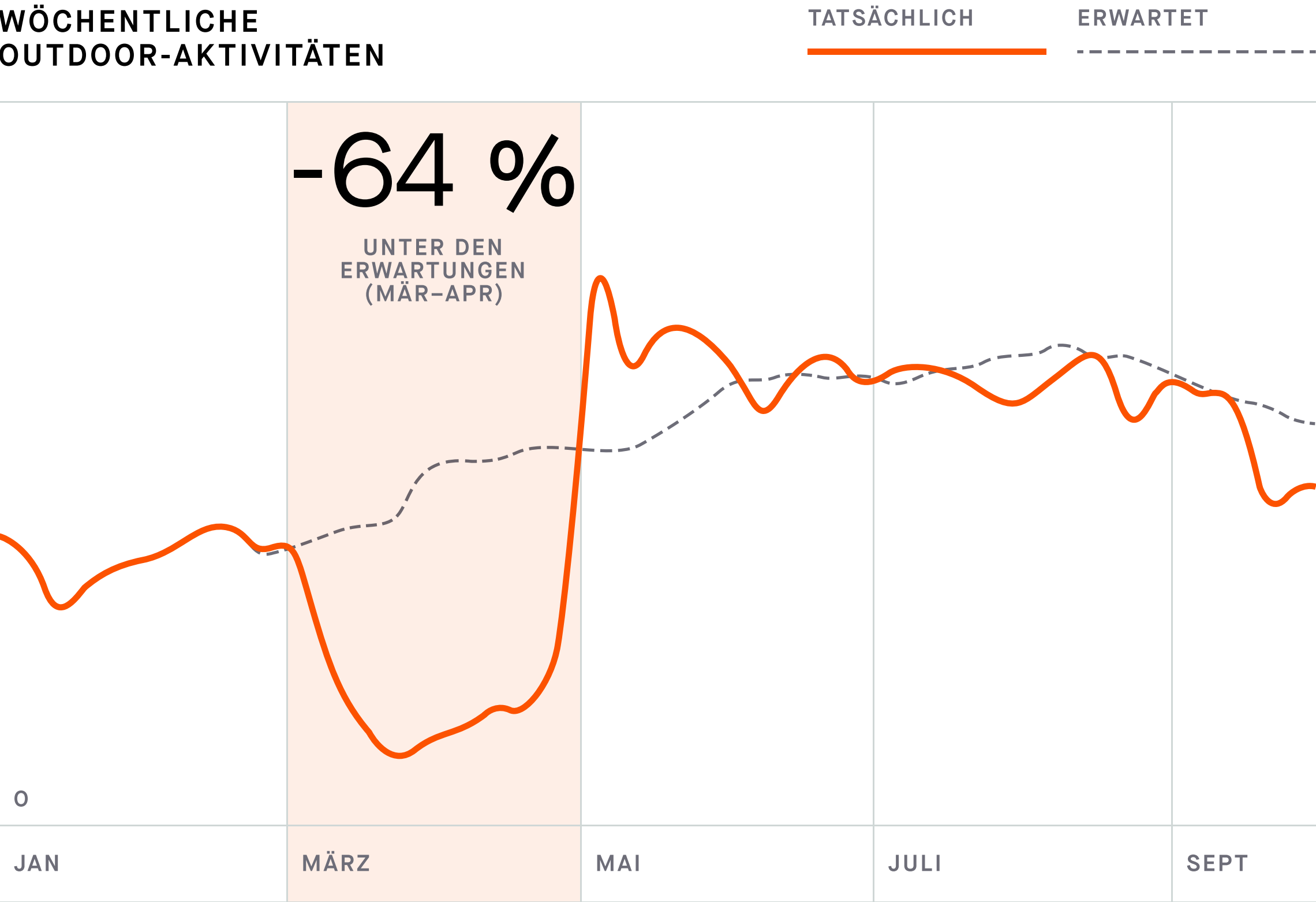
In Spanien und Italien, wo strenge Ausgangssperren eingeführt wurden, war der Rückgang der Aktivitäten im Freien in diesem Zeitraum verständlicherweise enorm. Nach Lockerung der Einschränkungen stieg die Zahl der Aktivitäten jedoch wieder sprunghaft auf 51 % an, 30 % über den Erwartungen für Mai.

WÖCHENTLICHE
OUTDOOR-AKTIVITÄTEN



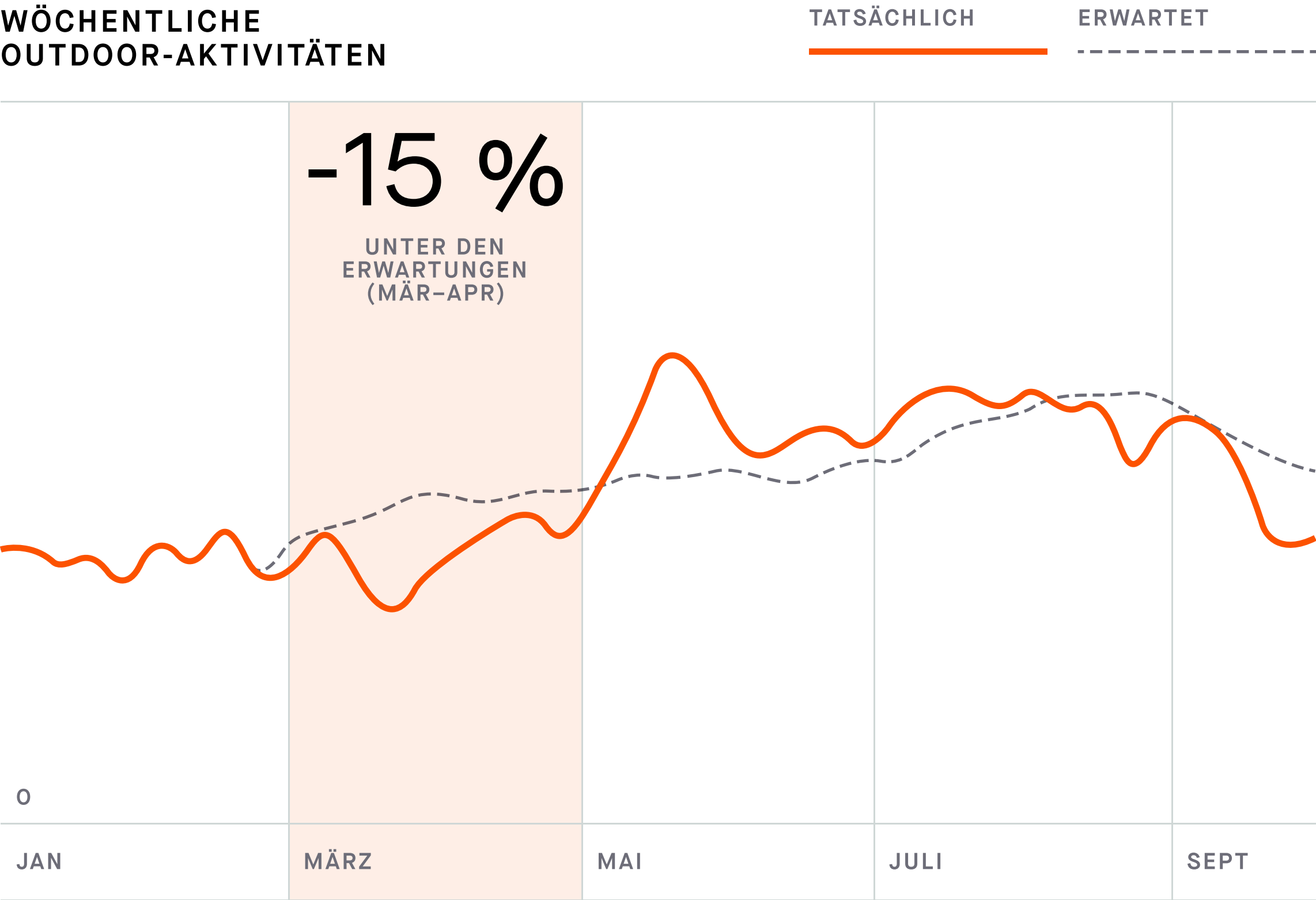
Italien

WÖCHENTLICHE
OUTDOOR-AKTIVITÄTEN



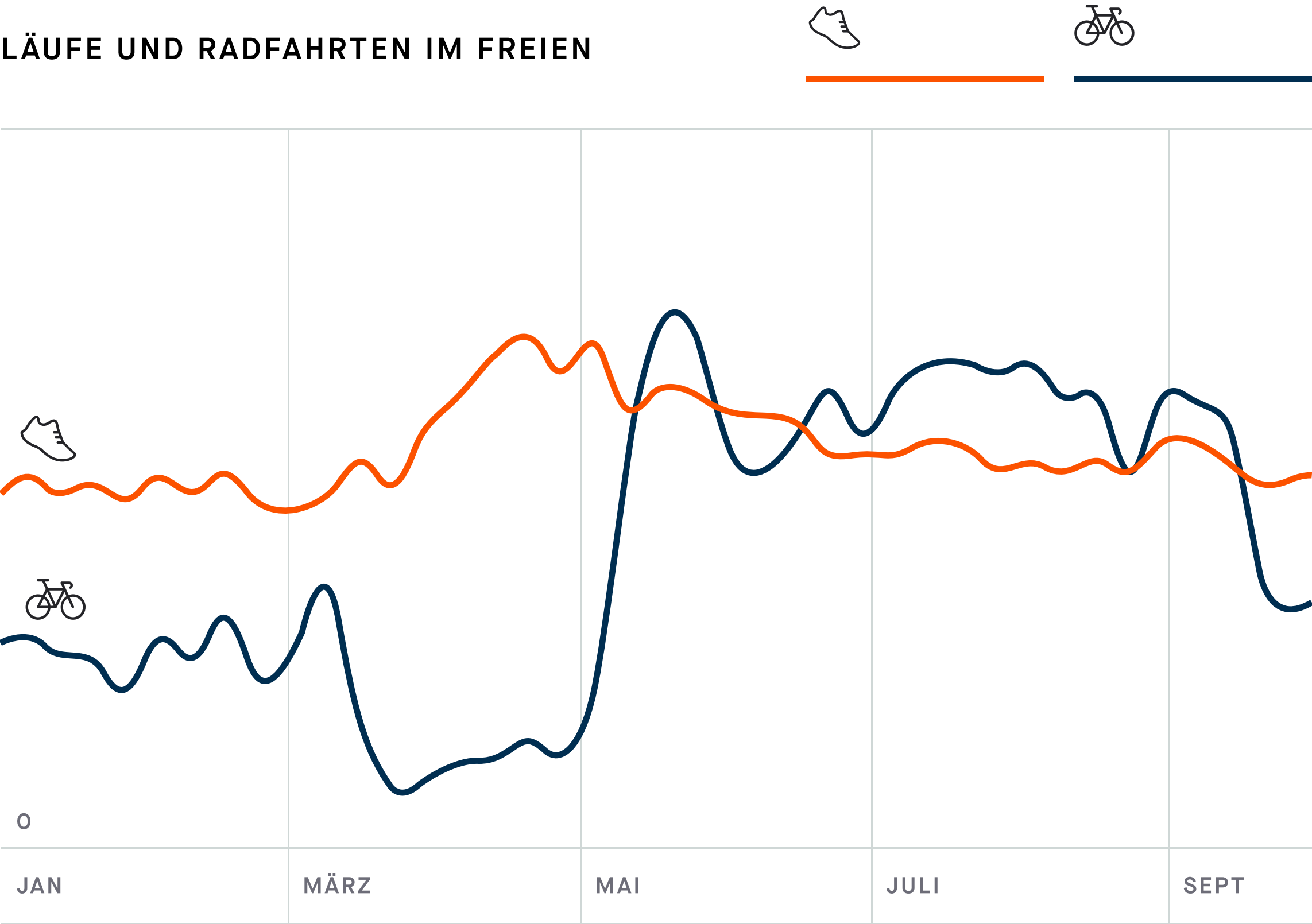
Frankreich

WÖCHENTLICHE OUTDOOR-AKTIVITÄTEN



Da Radfahren in Frankreich verboten war, nahmen die sportlichen Aktivitäten im Freien während des Lockdowns ab, aber ein starkes Interesse am Laufen verhinderte, dass die Zahlen völlig abstürzten.

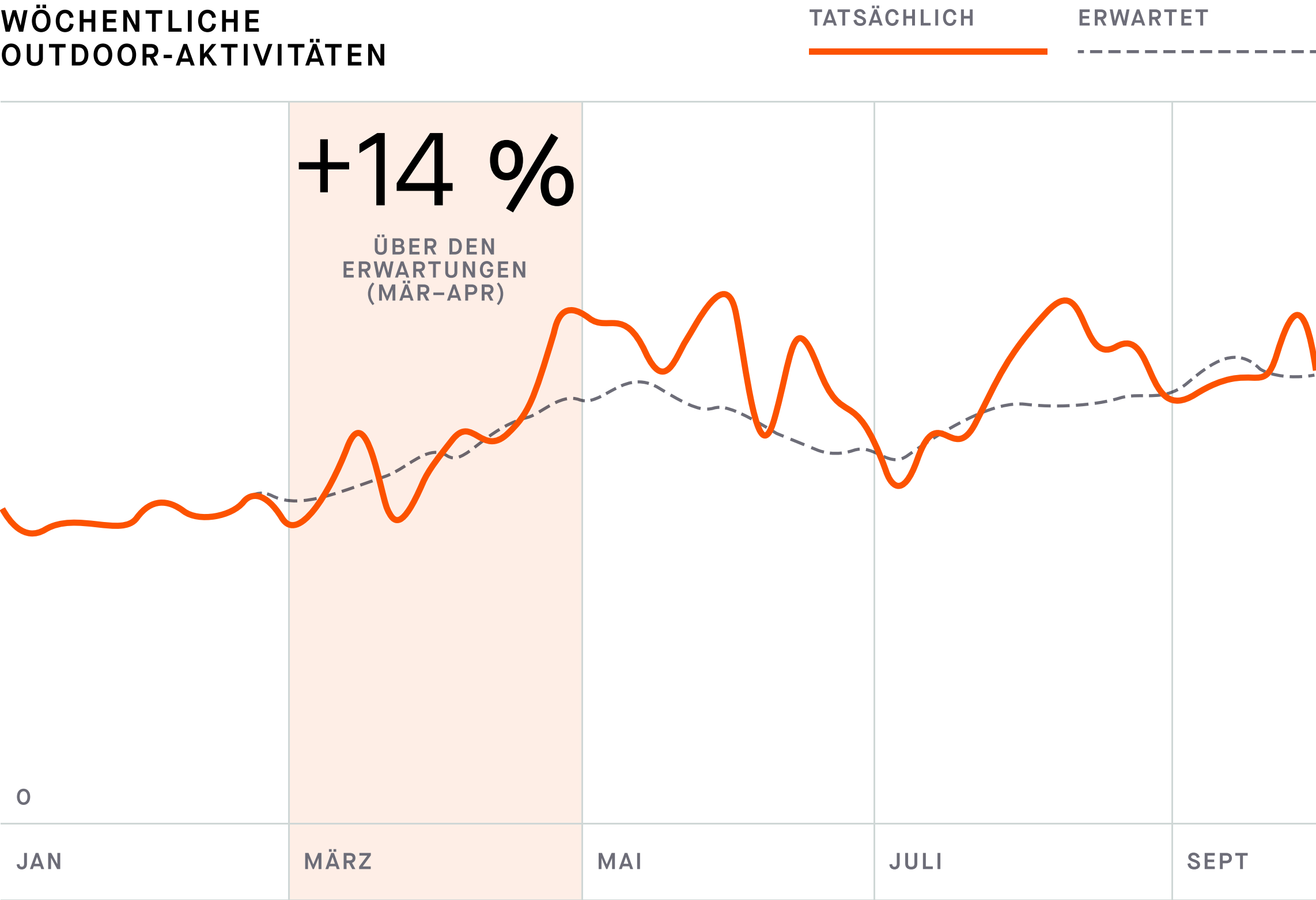
LÄUFE UND RADFAHRTEN IM FREIEN



Japan

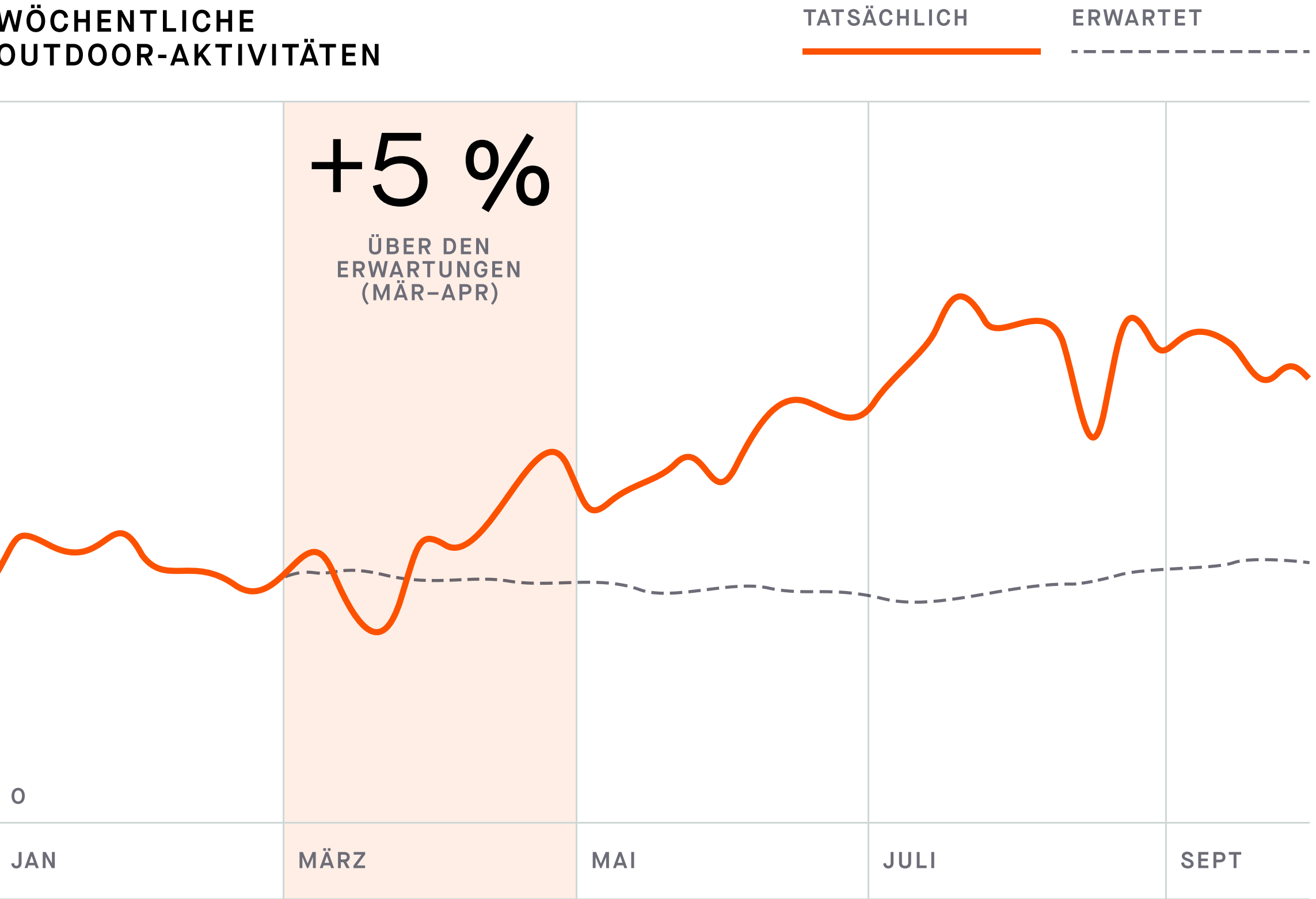
Ende März, als die Auswirkungen von COVID-19 weltweit immer gravierender wurden, kam es in Japan und Brasilien zu einem leichten Rückgang der Outdoor-Aktivitäten, aber schon bald herrschte wieder reger Betrieb.

WÖCHENTLICHE
OUTDOOR-AKTIVITÄTEN



Brasilien

WÖCHENTLICHE
OUTDOOR-AKTIVITÄTEN

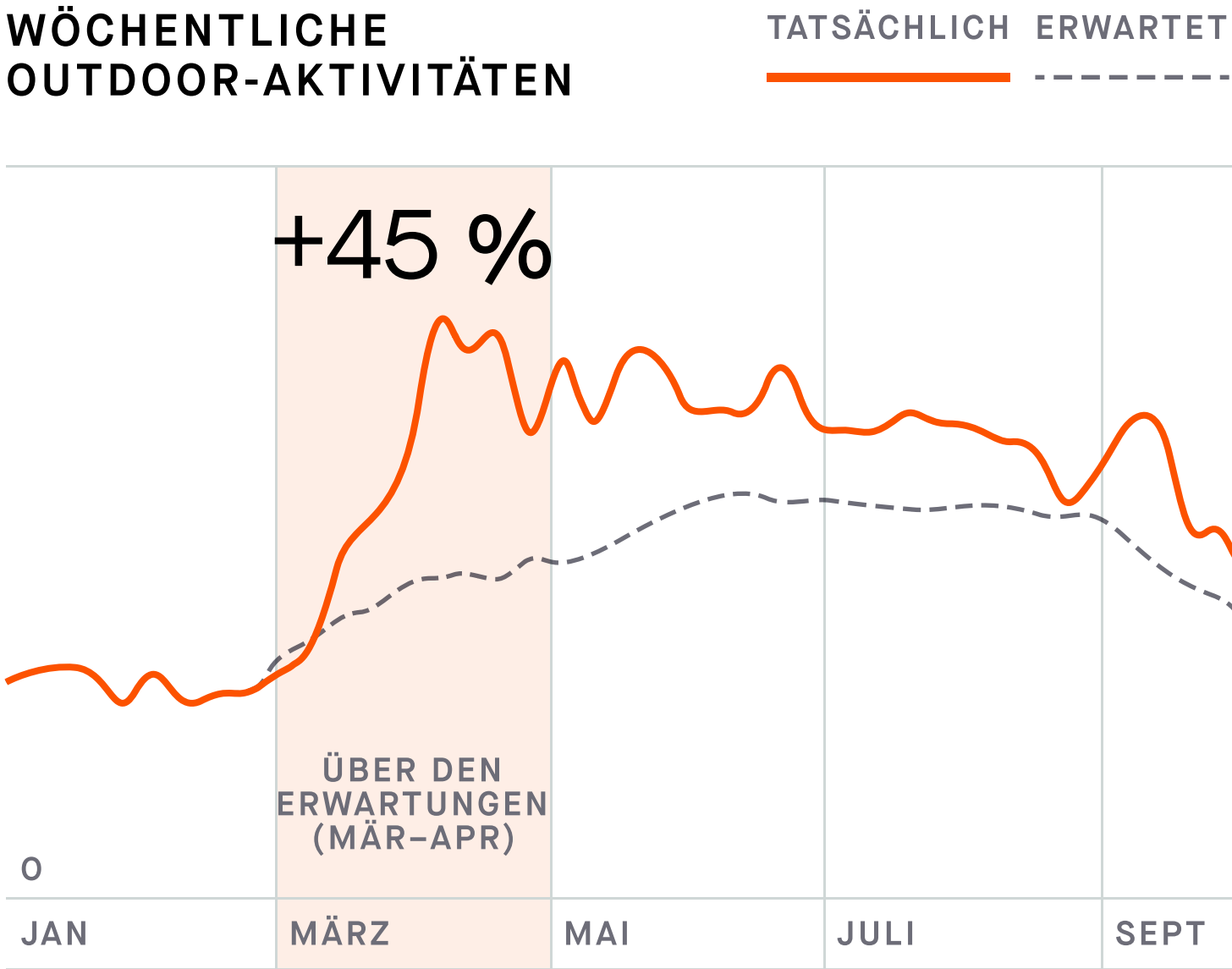
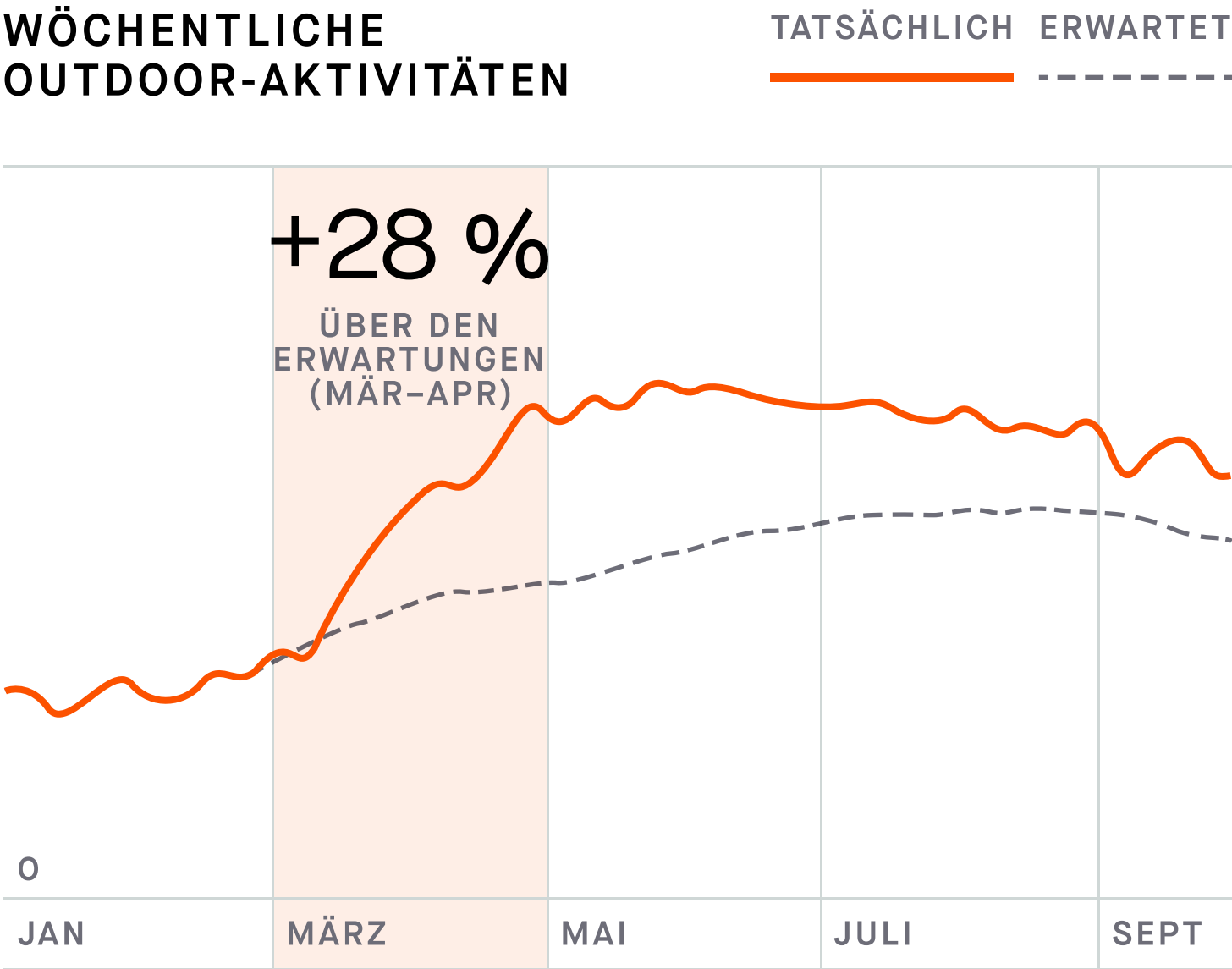
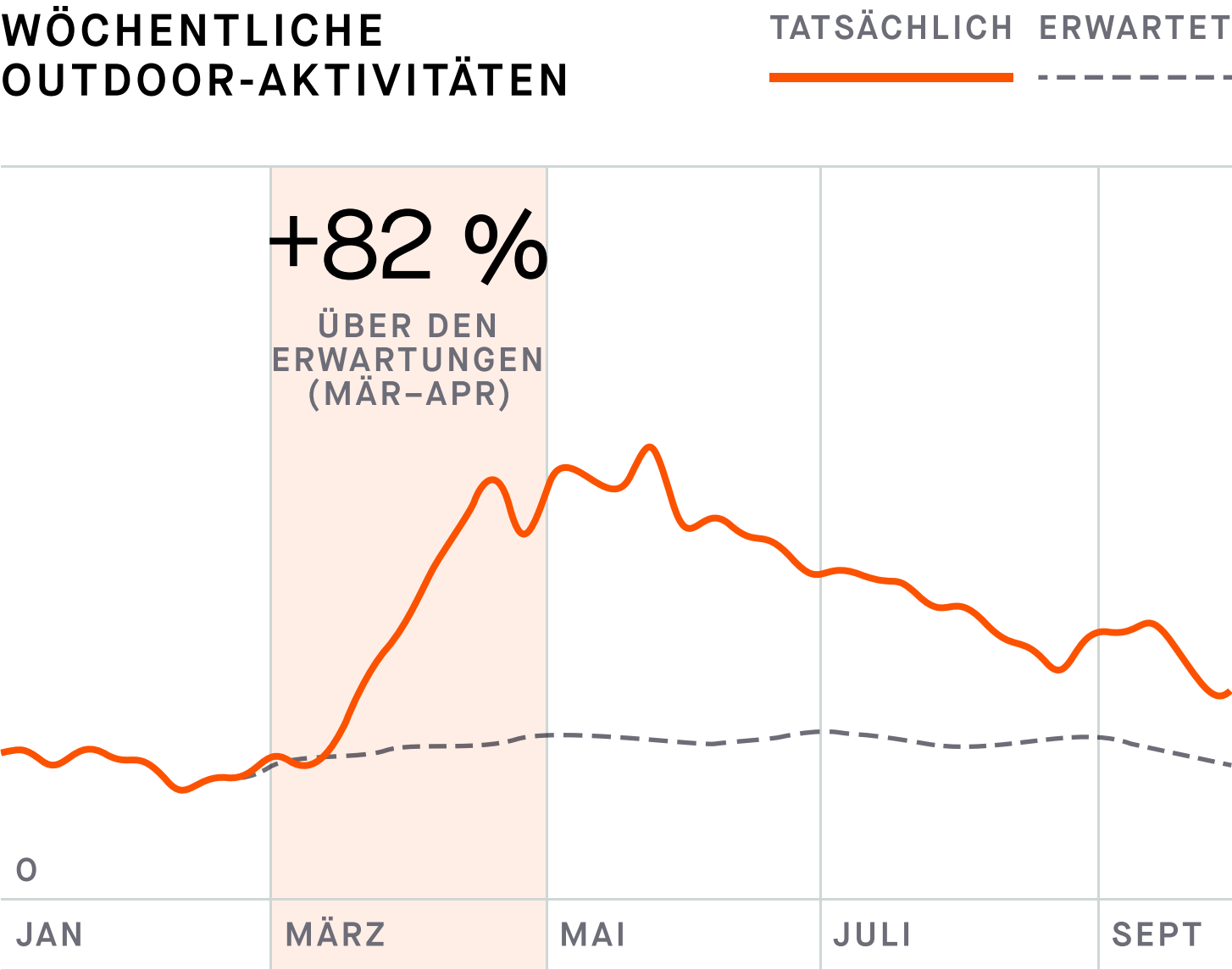


UK + Irland

▼
In den USA, in Großbritannien und Deutschland gab es weniger Einschränkungen in Bezug auf Sport im Freien, was ab dem Einsetzen der Pandemie zu einem starken Anstieg der Aktivitäten führte.

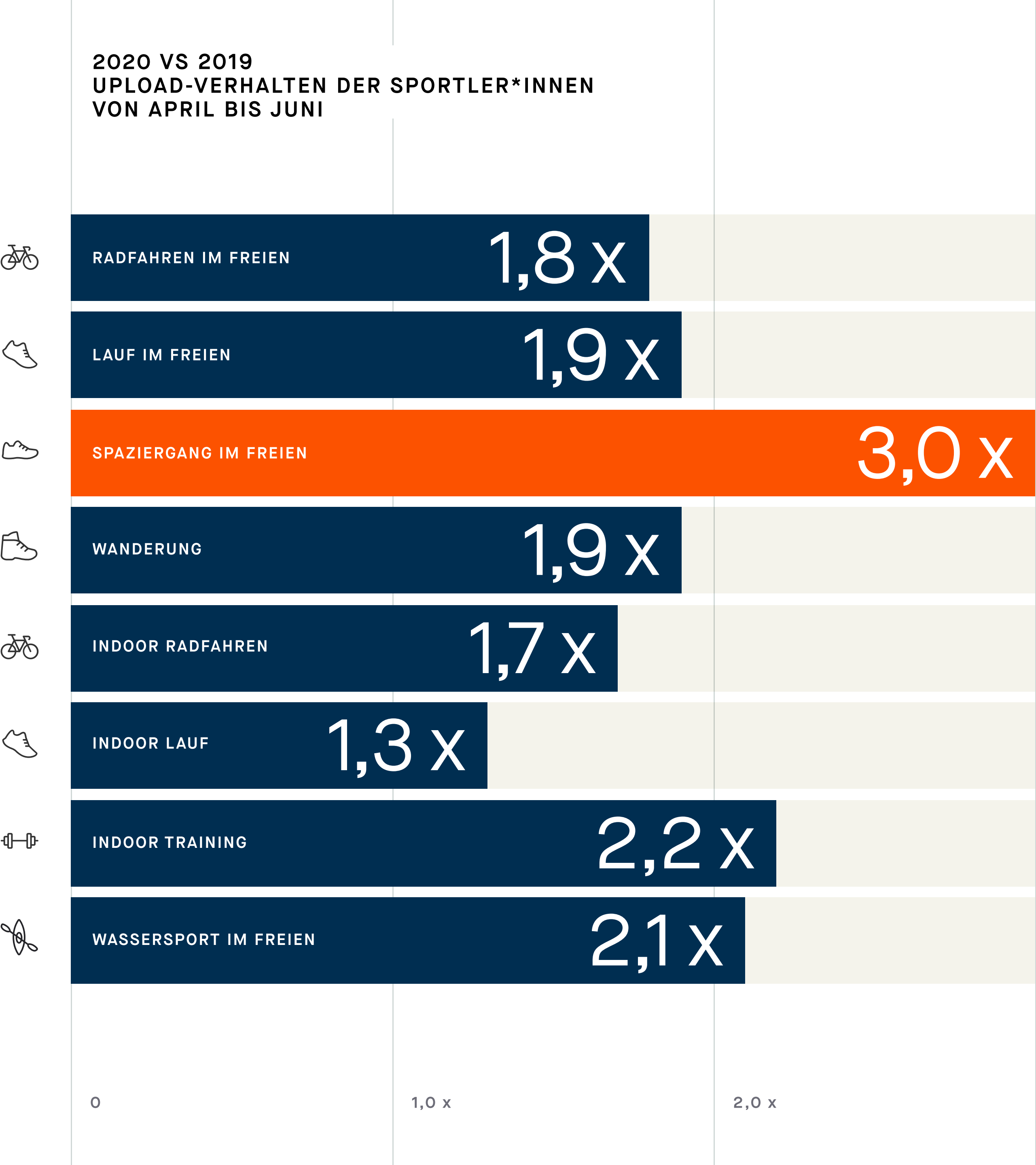
USA

Deutschland



Sport ist auf der Überholspur

Obwohl Radfahren und Laufen mit Abstand die populärsten Sportarten auf Strava sind, so waren es dennoch nicht die einzigen, die einen Boom erlebten. Spazierengehen, Wandern, Indoor-Cross-Training wie beispielsweise Yoga und Gewichtheben sowie Wassersportarten wie Kajak und Paddling erlebten ebenfalls ein rasantes Wachstum.

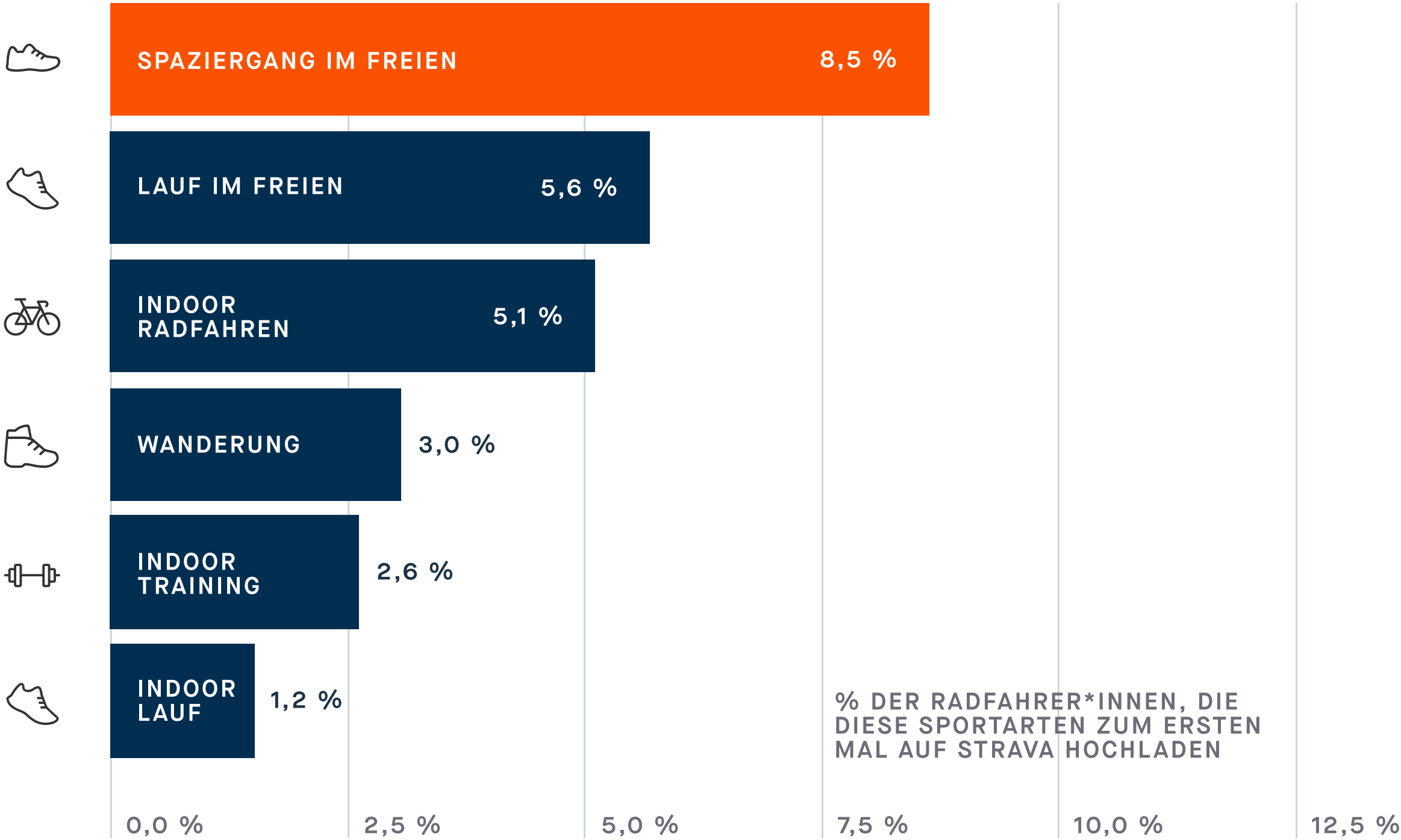


Die Mischung macht's

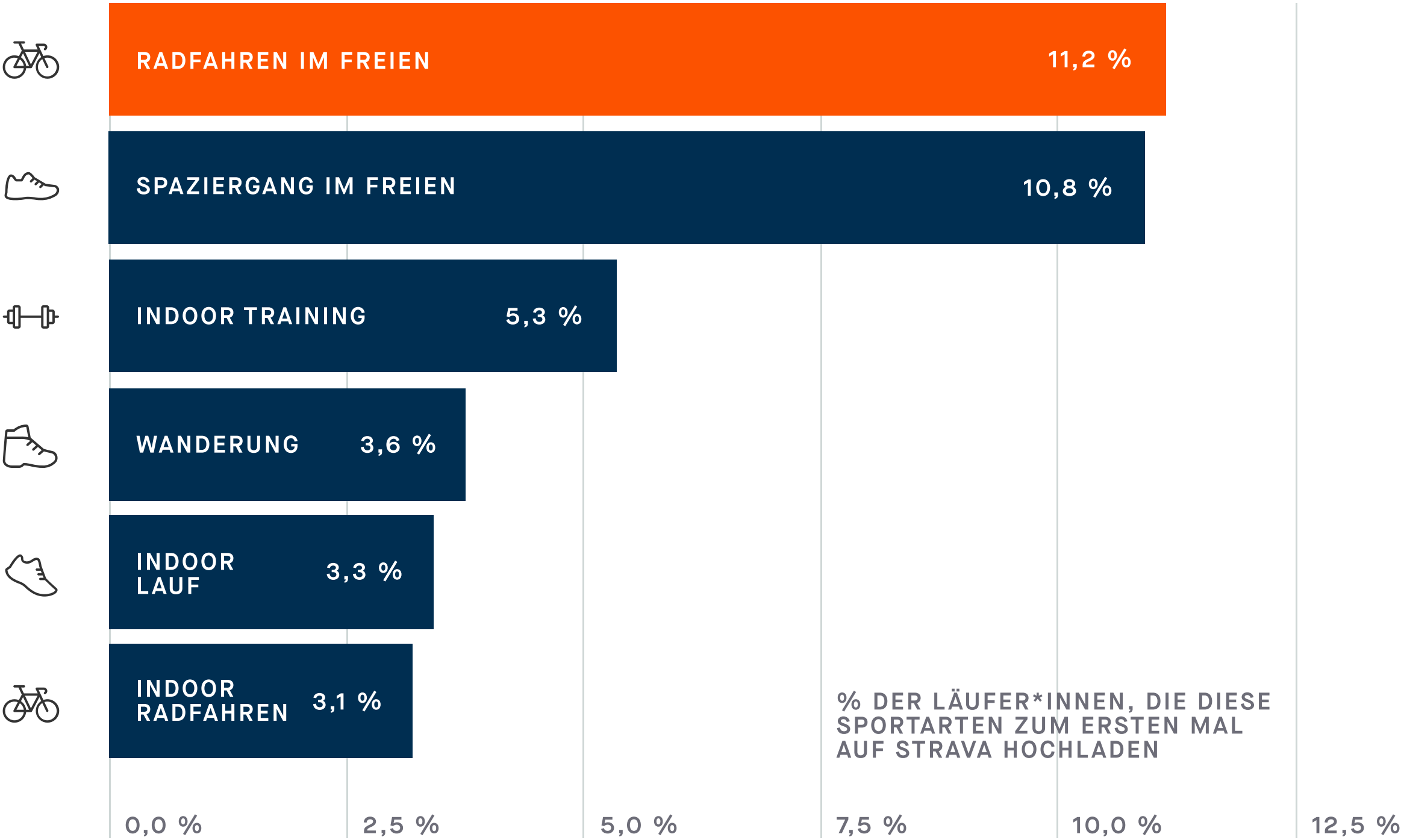


Neben dem Zulauf von neuen und wieder zurückkehrenden Strava-Sportler*innen kam ein großer Teil des Booms von Sportler*innen, die auf für sie neuen Wegen versuchten, aktiv zu bleiben. Verständlicherweise war das Spaziergehen bei Läufer*innen und Radfahrer*innen gleichermaßen eine äußerst beliebte neue Aktivitätsart - in diesem Jahr hatten viele von uns oft das Gefühl, einen ausgiebigen Spaziergang zu brauchen.

RADFAHRER*INNEN
BELIEBTESTE NEUE AKTIVITÄTEN (APRIL-JUNI)



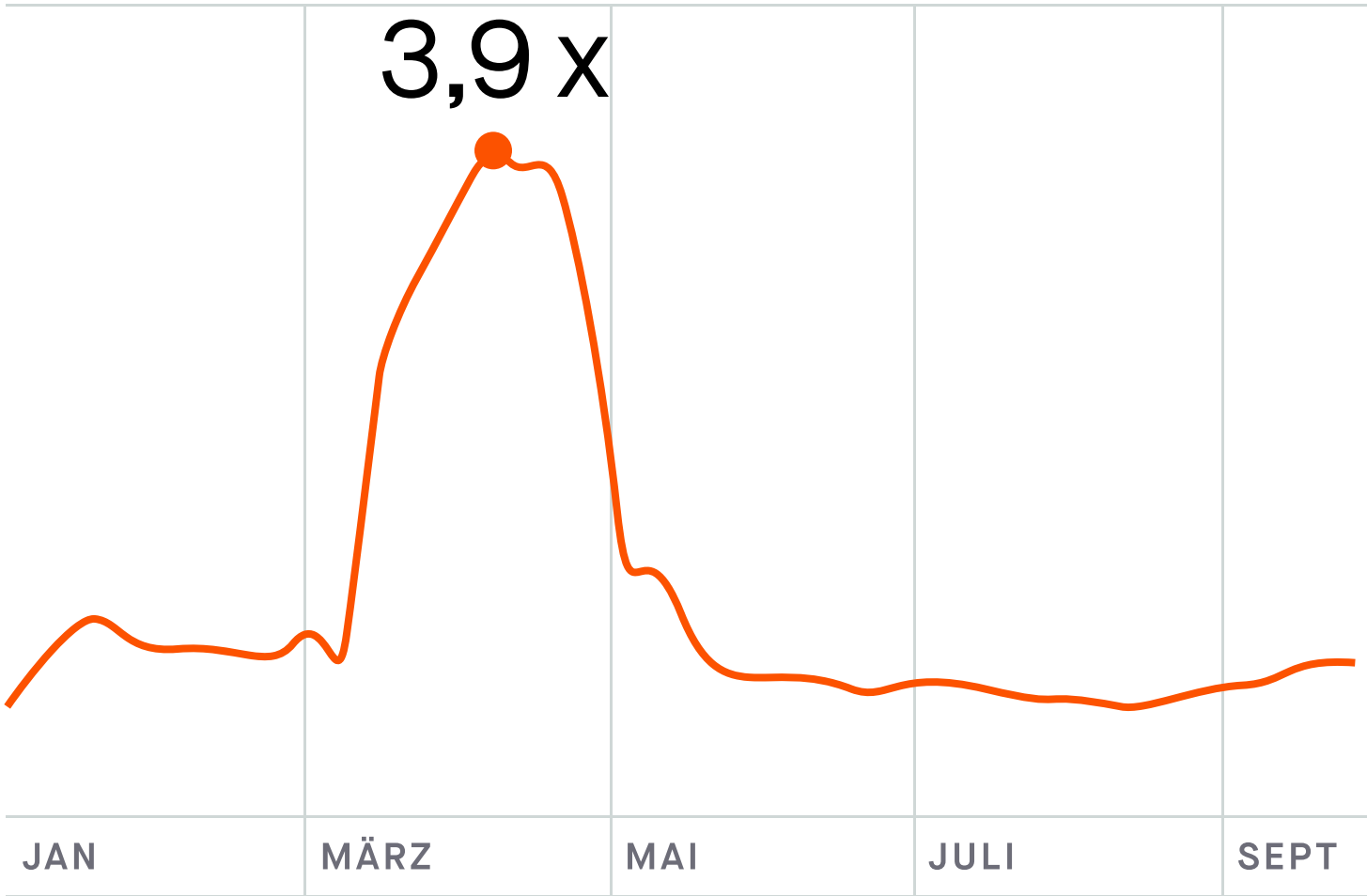
LÄUFER*INNEN
BELIEBTESTE NEUE AKTIVITÄTEN (APRIL-JUNI)



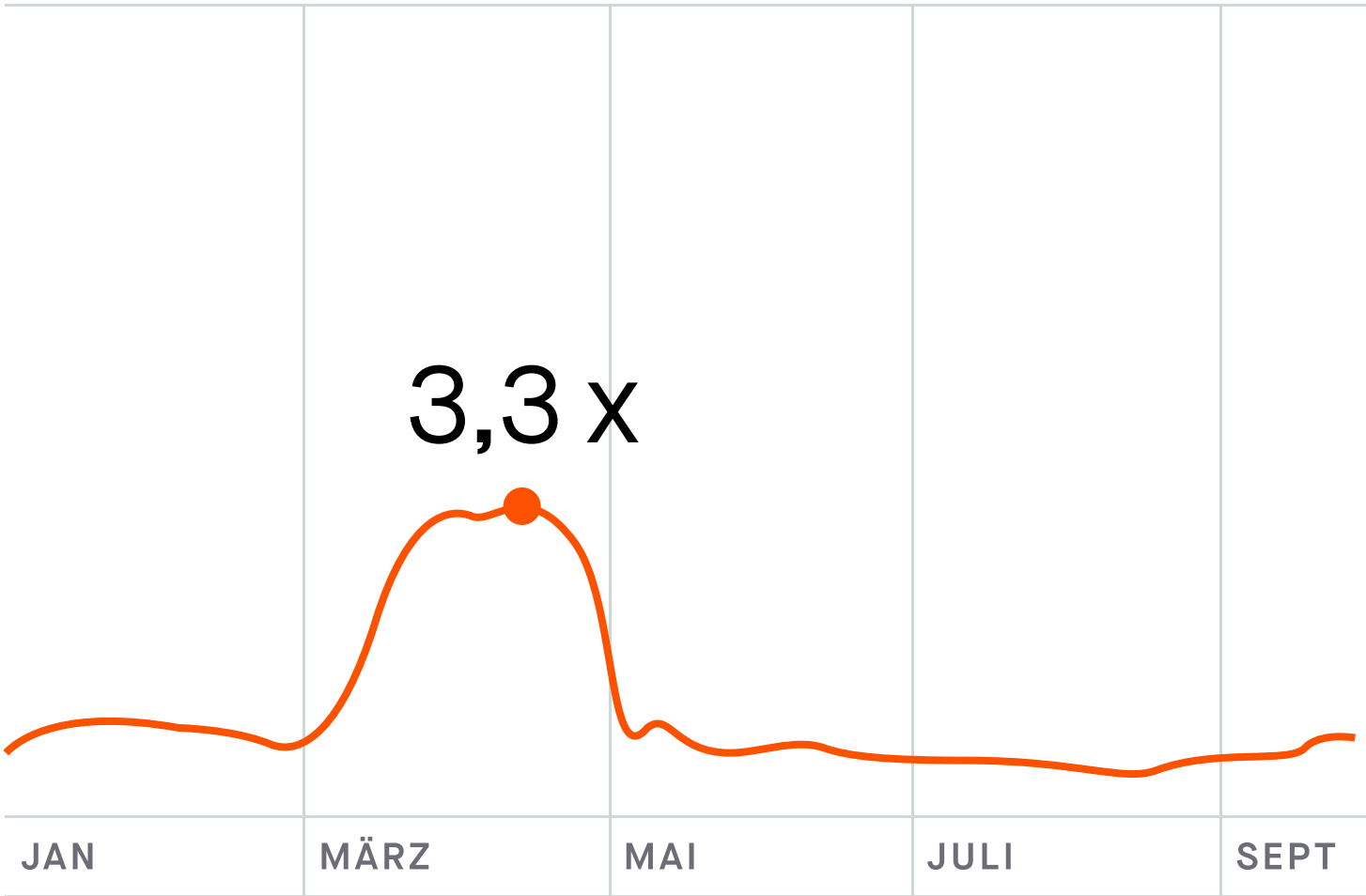
Einfach wieder raus

Es ist keine große Überraschung, dass in Spanien, Italien und Frankreich die Indoor-Aktivitäten während des Lockdowns stark zugenommen haben. Aber diese Werte haben sich schnell wieder normalisiert, als sich die Maßnahmen im Mai lockerten.

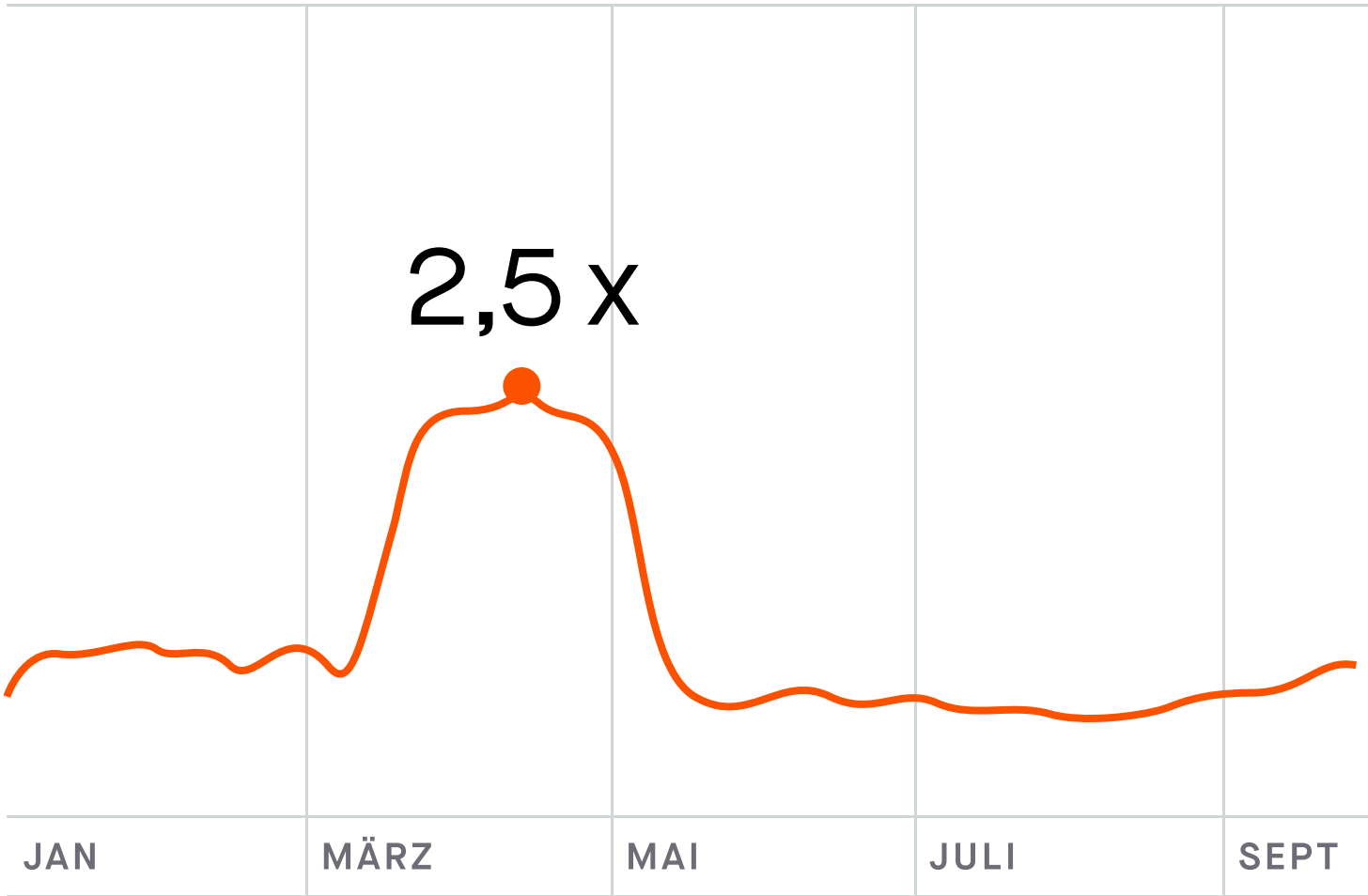
WÖCHENTLICHE INDOOR-AKTIVITÄTEN
SPANIEN



WÖCHENTLICHE INDOOR-AKTIVITÄTEN
ITALIEN



WÖCHENTLICHE INDOOR-AKTIVITÄTEN
FRANKREICH



Frauen ziehen davon

Die Veränderungen in der Welt wirkten sich nicht nur auf die Art und Weise aus, wie wir Sport treiben, sondern auch wie oft. Weltweit haben Sportler*innen, die im vergangenen Jahr aktiv waren, ihre Trainingshäufigkeit um 13,3 % erhöht. Frauen und junge Sportler*innen standen hierbei an der Spitze.

GUT INVESTIERTE ZEIT

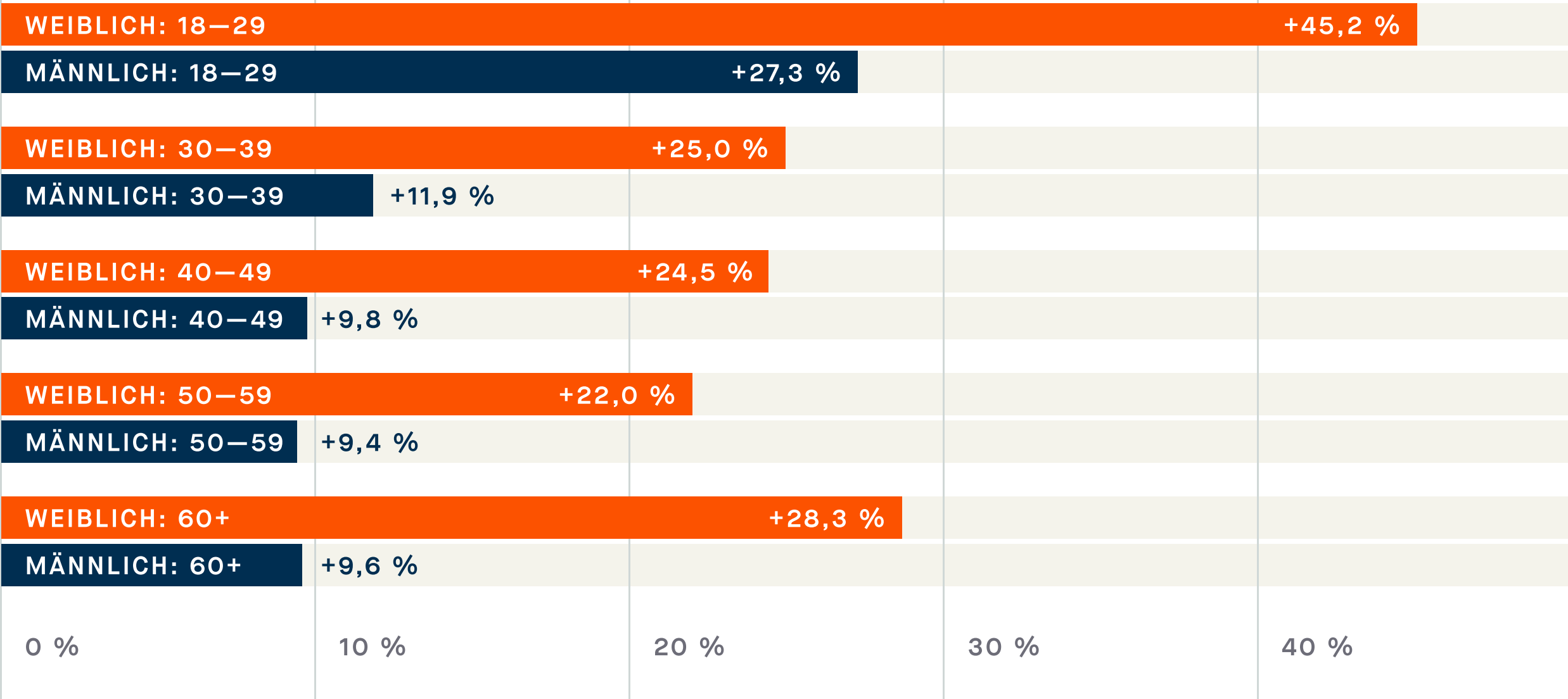
Das Hochladen von mehr Aktivitäten konnte nicht einfach darauf zurückgeführt werden, dass die Sportler*innen im Gegenzug in kürzeren Einheiten trainierten. Die Dauer der einzelnen Aktivitäten blieb ungefähr gleich, was dazu führte, dass die jährliche Bewegungszeit der Sportler*innen um 14,7 % anstieg.

+14,7 %

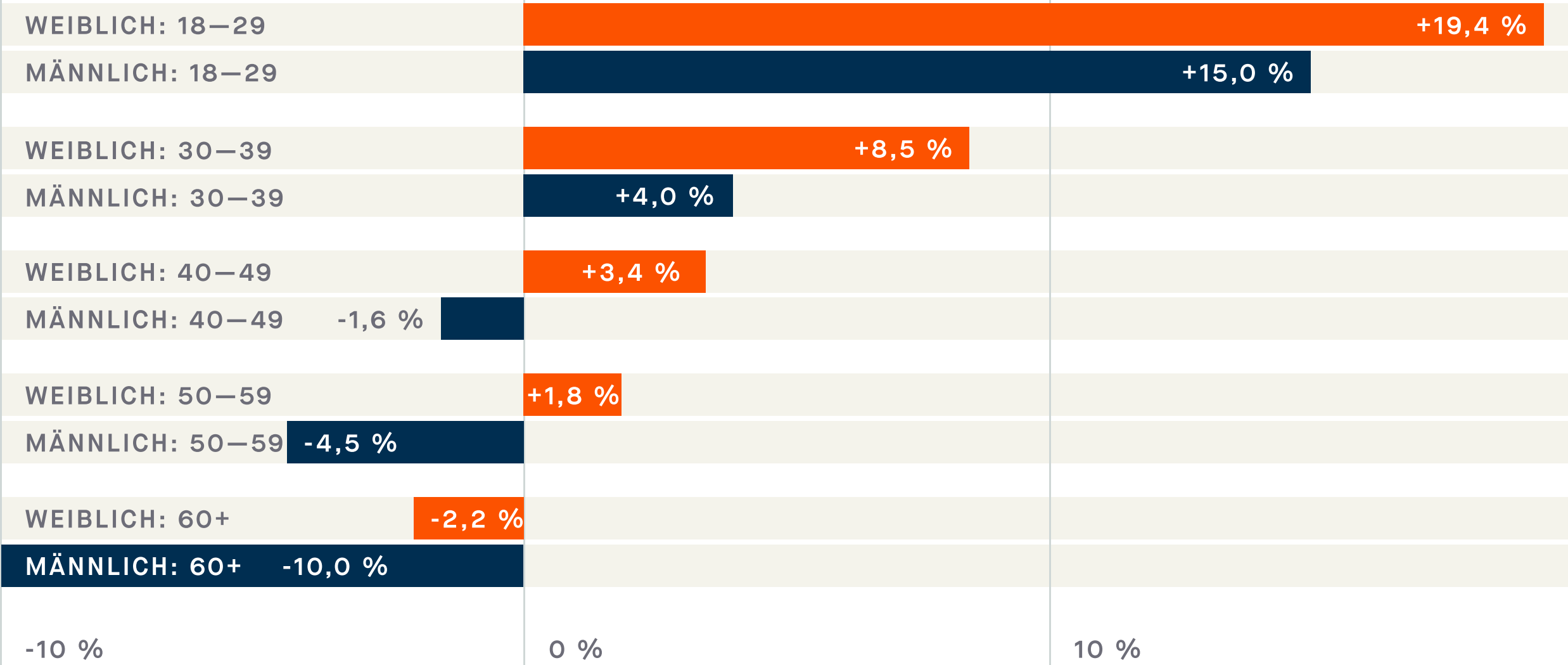
ZUNAHME DER
DURCHSCHNITTLICHEN
BEWEGUNGSZEIT



2020 VS 2019 ÄNDERUNG DES MEDIAN DER ANZAHL DER AKTIVITÄTEN PRO SPORTLER*IN (APR-SEP) WELTWEIT



2020 VS 2019 ÄNDERUNG DES MEDIAN DER ANZAHL DER AKTIVITÄTEN PRO SPORTLER*IN (APR-SEP) DEUTSCHLAND



Neue Regeln, neue Abläufe

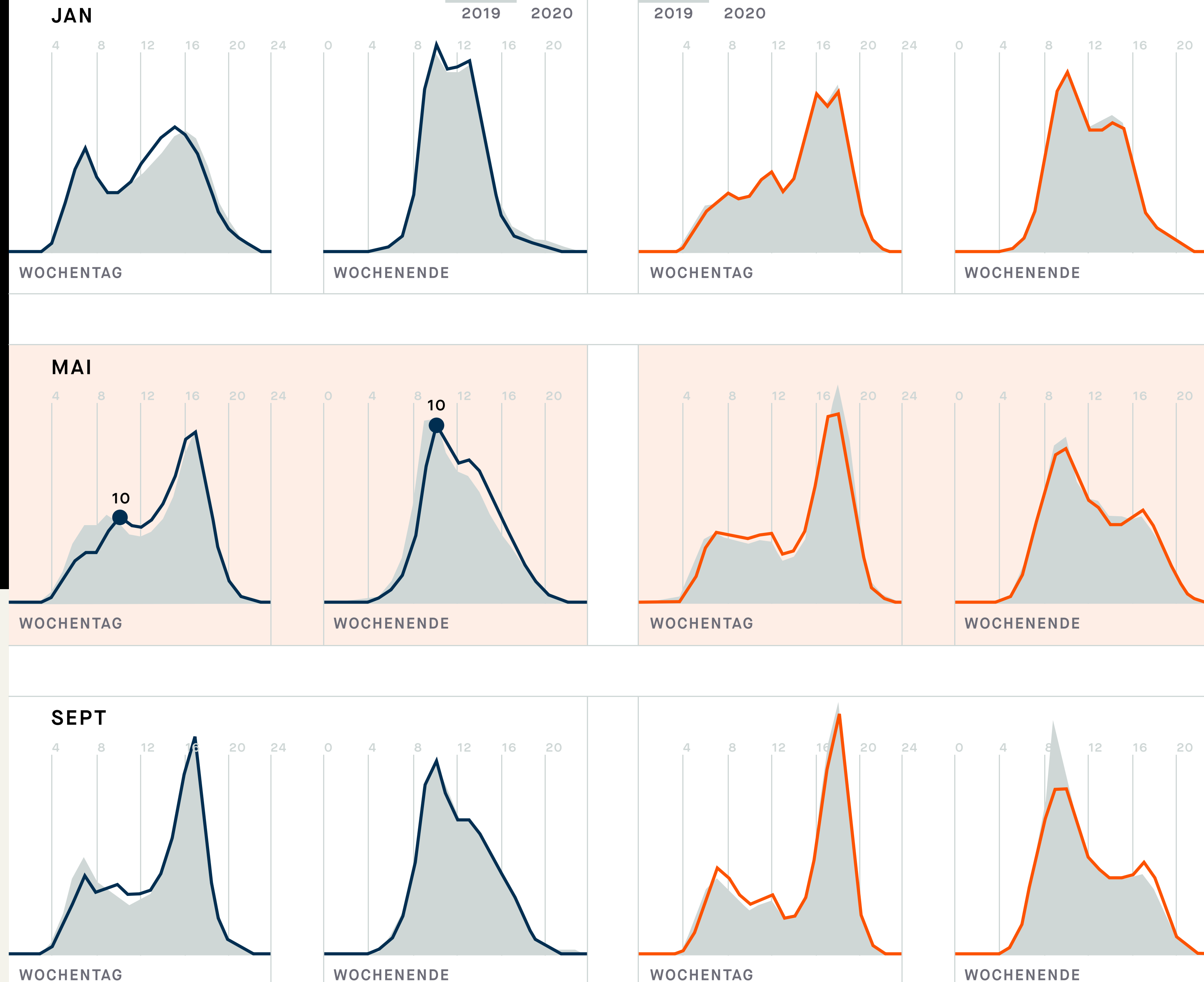
Die Veränderungen in den Zeitplänen der Sportler*innen variierten auf der ganzen Welt, aber egal, wohin man schaut, nachdem die erste Covid-Welle abebbte, war alles wieder so ziemlich wie früher.

In Deutschland hielten sich Läufer*innen an ihren normalen Zeitplan, während Radfahrer*innen einen Start um 10 Uhr im Gegensatz zu den früheren Morgenstunden bevorzugten.

AKTIVITÄTEN NACH STARTZEIT DEUTSCHLAND



20 DAS
20 SPORTJAHR



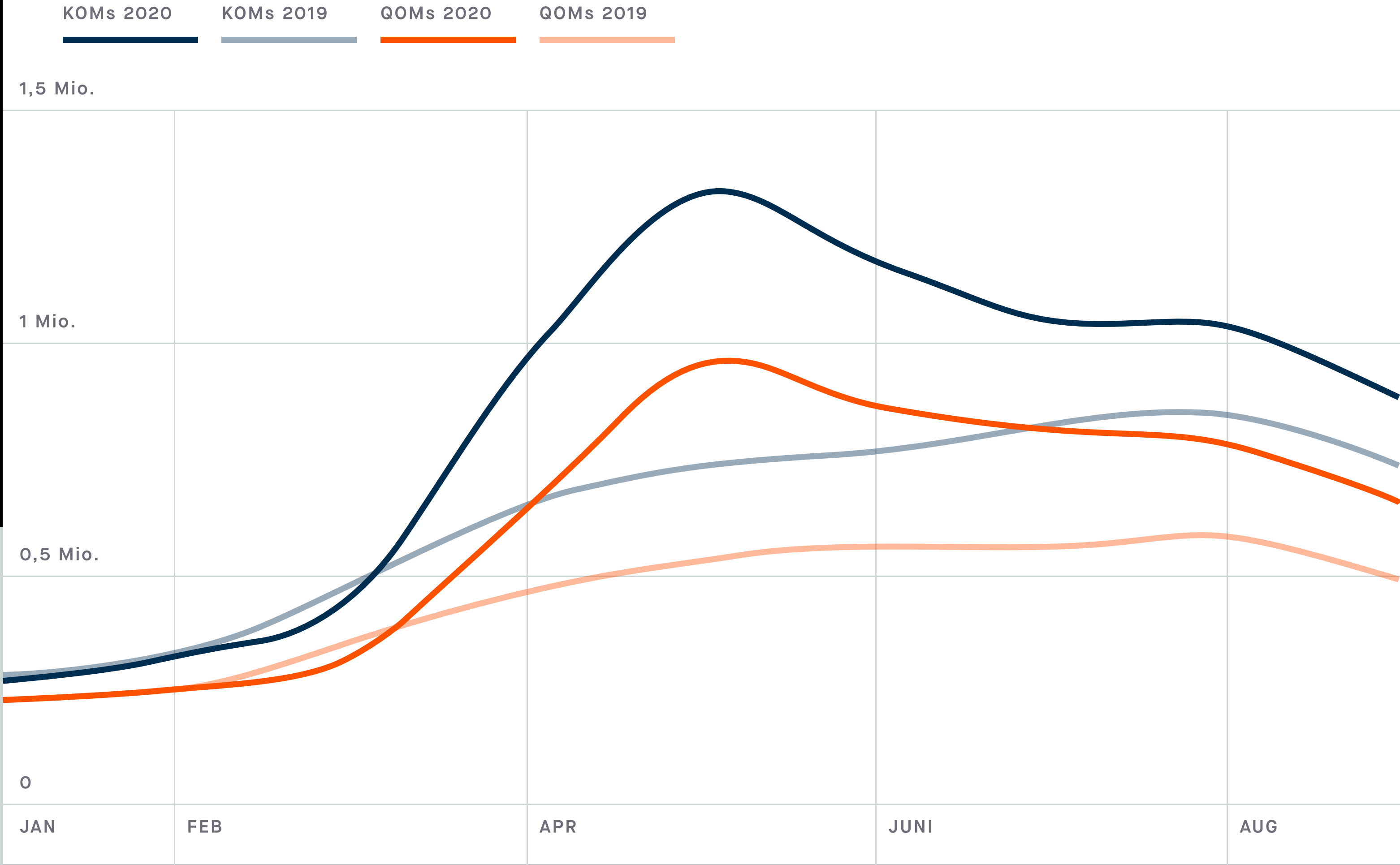
Der Wettkampf geht weiter

Gruppenfahrten, Gruppenläufe, Marathonläufe, Gran Fondos – der typische Sportkalender fiel dieses Jahr ins Wasser. Aber auch ohne Vor-Ort-Veranstaltungen und -Rennen wollten sich die Sportler*innen pushen und gegeneinander antreten.

FREUNDSCHAFTLICHE RIVALITÄT

Mit einer Wahrscheinlichkeit von 27 % folgen die beiden besten Sportler*innen einer beliebigen QOM- oder KOM-Rangliste einander.

NEUE QOMs UND KOMs

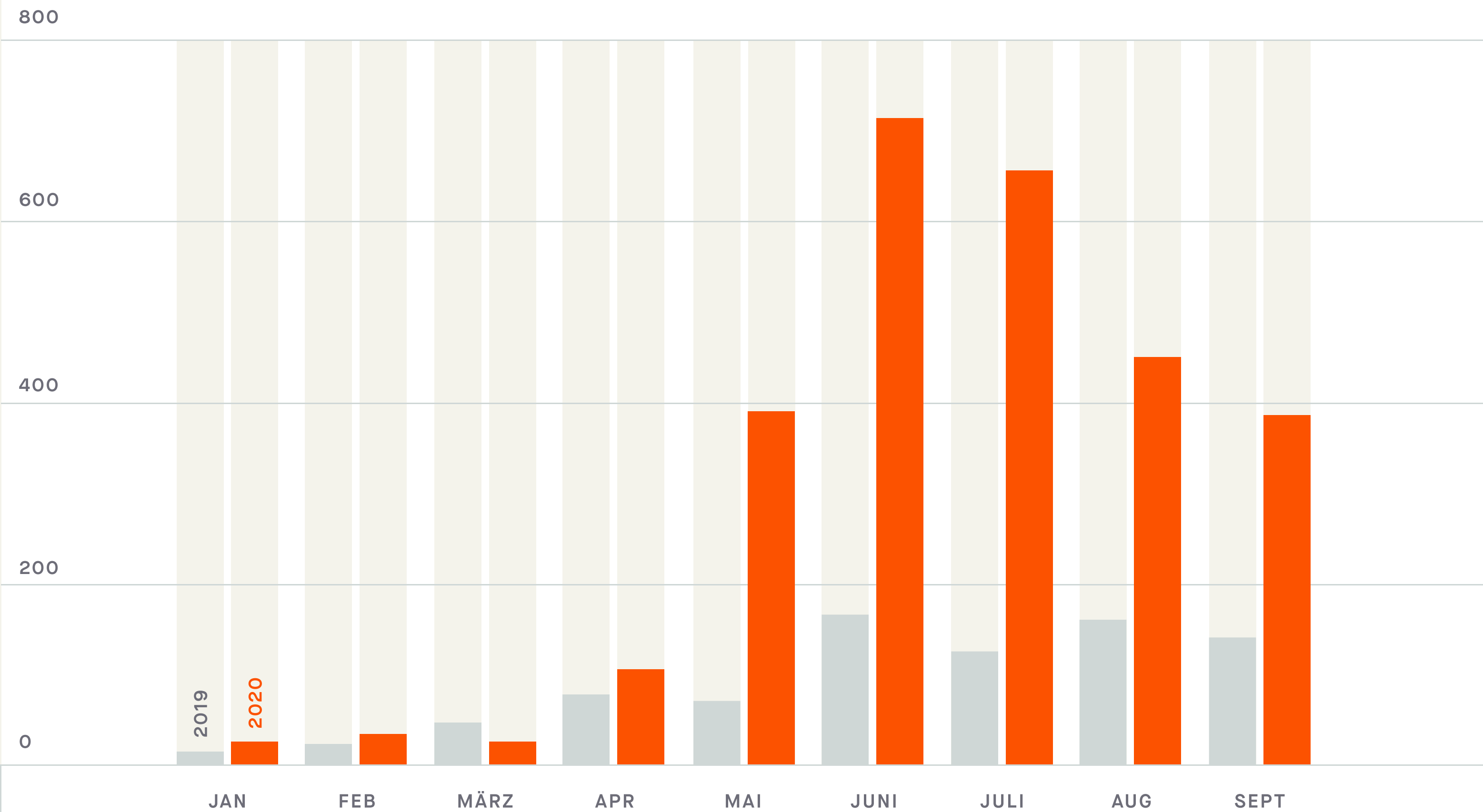


DER GRIFF NACH DER KRONE

Der Kampf um die Führungspositionen war auf den Segment-Bestenlisten hitziger denn je. Im Vergleich zum Vorjahr wechselten 36 % mehr QOM und 32 % mehr KOM-Kronen den*die Besitzer*in.

Erklimme deinen persönlichen Gipfel

„Everesting“ (dabei werden 8848 Höhenmeter durch die ständige Wiederholung des selben Anstiegs während einer einzigen Aktivität erreicht) ist dieses Jahr sowohl für Profi- als auch für Amateurradsportler*innen durchgestartet. Während eine Handvoll auf der Jagd nach Weltrekorden waren, wollten viele einfach nur herausfinden, ob sie diese mörderische Leistung überhaupt vollbringen konnten.



DURCHSCHNITTliche EVERESTING-AKTIVITÄTSZEIT



Alleine unterwegs ...

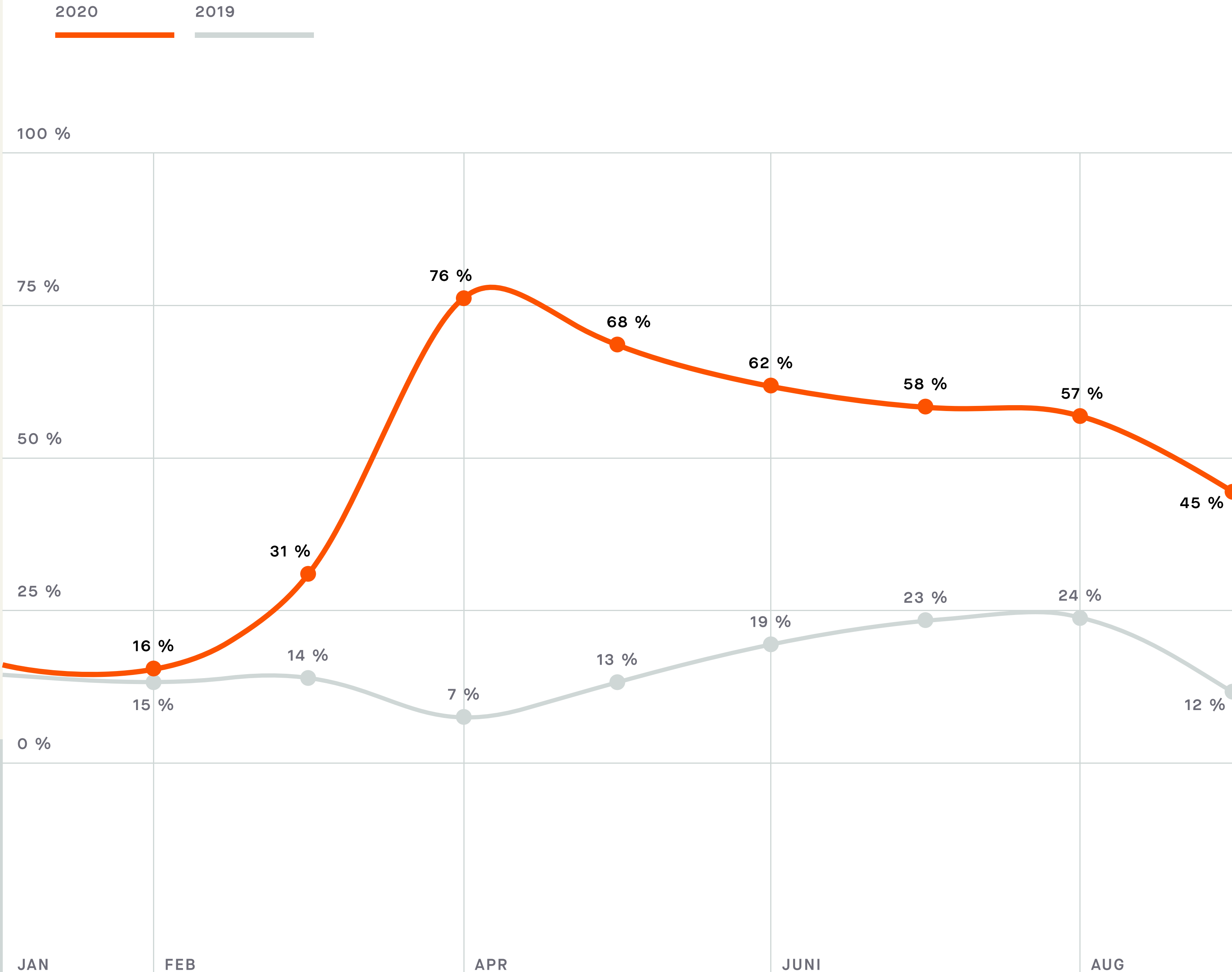
Da die meisten der World Marathon Majors abgesagt oder auf reine Elite-Starterfelder beschränkt wurden, war die Anzahl der 42,2 Kilometer-Läufe auf Strava geringer als noch 2019. Aber von den Hunderttausenden, dennoch hochgeladenen, wurden 44 % komplett alleine gelaufen, im Vergleich zu nur 14 % im Vorjahr.

... UND DENNOCH EHRGEIZIG

Von den Läufer*innen, die bereits seit 2019, oder länger, auf Strava sind, haben dieses Jahr 55 % einen neuen PR auf ihren 5K-, 10K-, Halbmarathon- oder Marathonstrecken aufgestellt.

55 %
DER LÄUFER*INNEN
ERZIELTEN NEUE PRS

SOLO-MARATHONS NACH MONATEN



Gemeinschaft während der Quarantäne

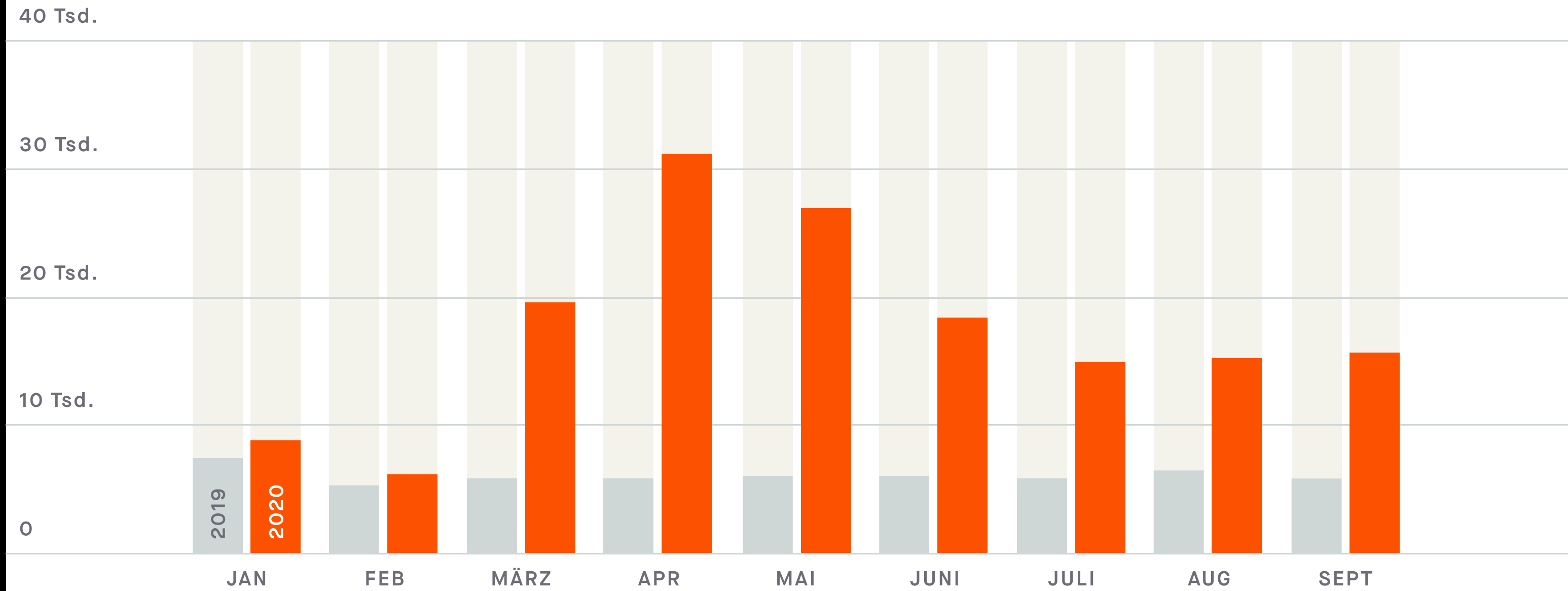
Aufgrund von Social Distancing und den offiziellen Anweisungen zuhause zu bleiben, kam das Gemeinschaftsleben, wie wir es kannten, zum Stillstand. Aber die Sportler*innen fanden Wege, zusammen zu sein, auch wenn sie dabei getrennt waren.

DIE CLUBS HABEN GEÖFFNET (AUF STRAVA)

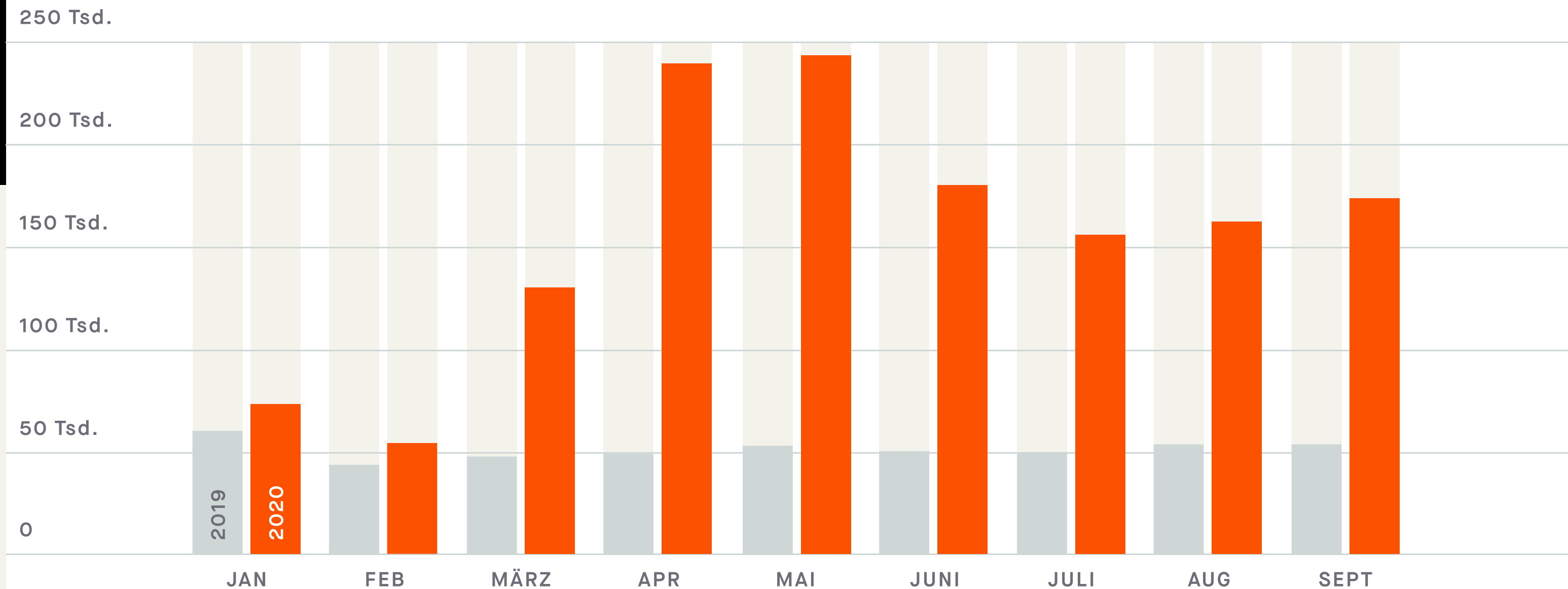
Die Zahl der Club-Gründungen und neuen Mitgliedschaften ist normalerweise konstant, aber dieses Jahr sahen wir einen deutlichen Anstieg bei neuen Clubs und auch ein großes Interesse, diesen beizutreten. Diese neuen Clubs boten gleichgesinnten Sportler*innen die Möglichkeit, gegeneinander anzutreten, sich untereinander auszutauschen und gegenseitig zu motivieren – und von Firmen-Clubs über Grassroot-Challenges bis hin zu Schulteams war alles dabei.

NEUE CLUB-GRÜNDUNGEN

20 DAS
20 SPORTJAHR



NEUE CLUB-MITGLIEDER



Stärke in Zahlen

Herausforderungen auf Strava motivieren Sportler*innen auf der ganzen Welt, gemeinsame Ziele zu verfolgen. Die Anzahl der Sportler*innen, die an Herausforderungen teilnehmen, hat sich dieses Jahr von März bis August gegenüber dem Vorjahr mehr als verdoppelt.

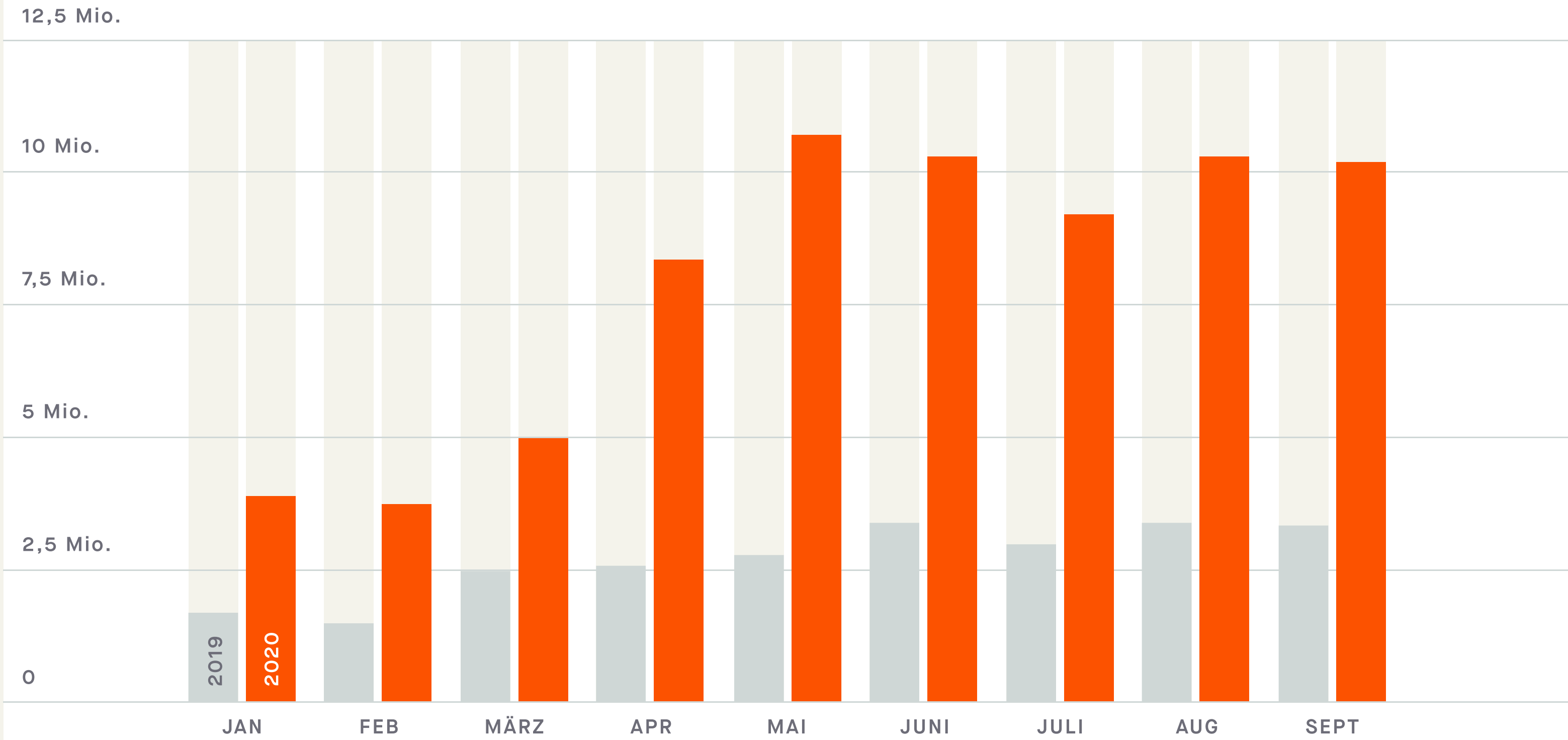
EINE MILLION UND MEHR

Der Mai war unser Spitzenmonat, als wir mit dem May 5K zum ersten Mal die Zahl von einer Million Teilnehmer*innen bei einer Herausforderung überschritten haben. Auch unsere Social Distancing SOLOdarity-Challenge erreichte beinahe diesen Rekord und endete am 10. Mai mit der Zahl von 965.000 Sportler*innen.

71,8 Mio.

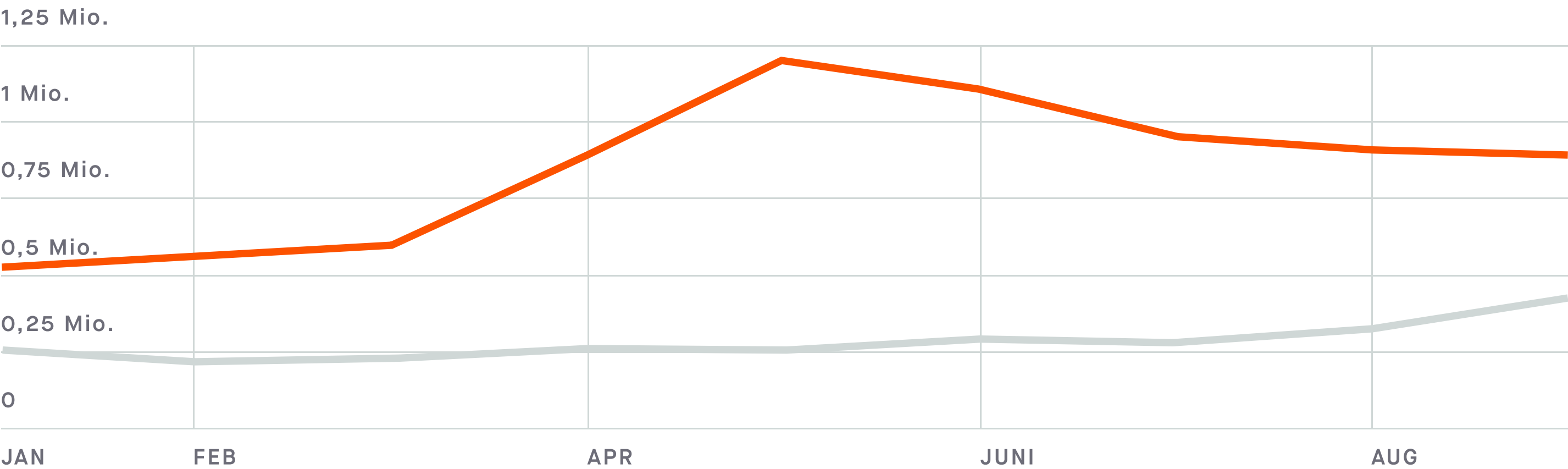
ANGENOMMENE
HERAUSFORDERUNGEN
JAN-SEP

TEILNEHMERZAHL BEI HERAUSFORDERUNGEN



SPORTLER*INNEN BEI DER MONATLICHEN 5K-HERAUSFORDERUNG

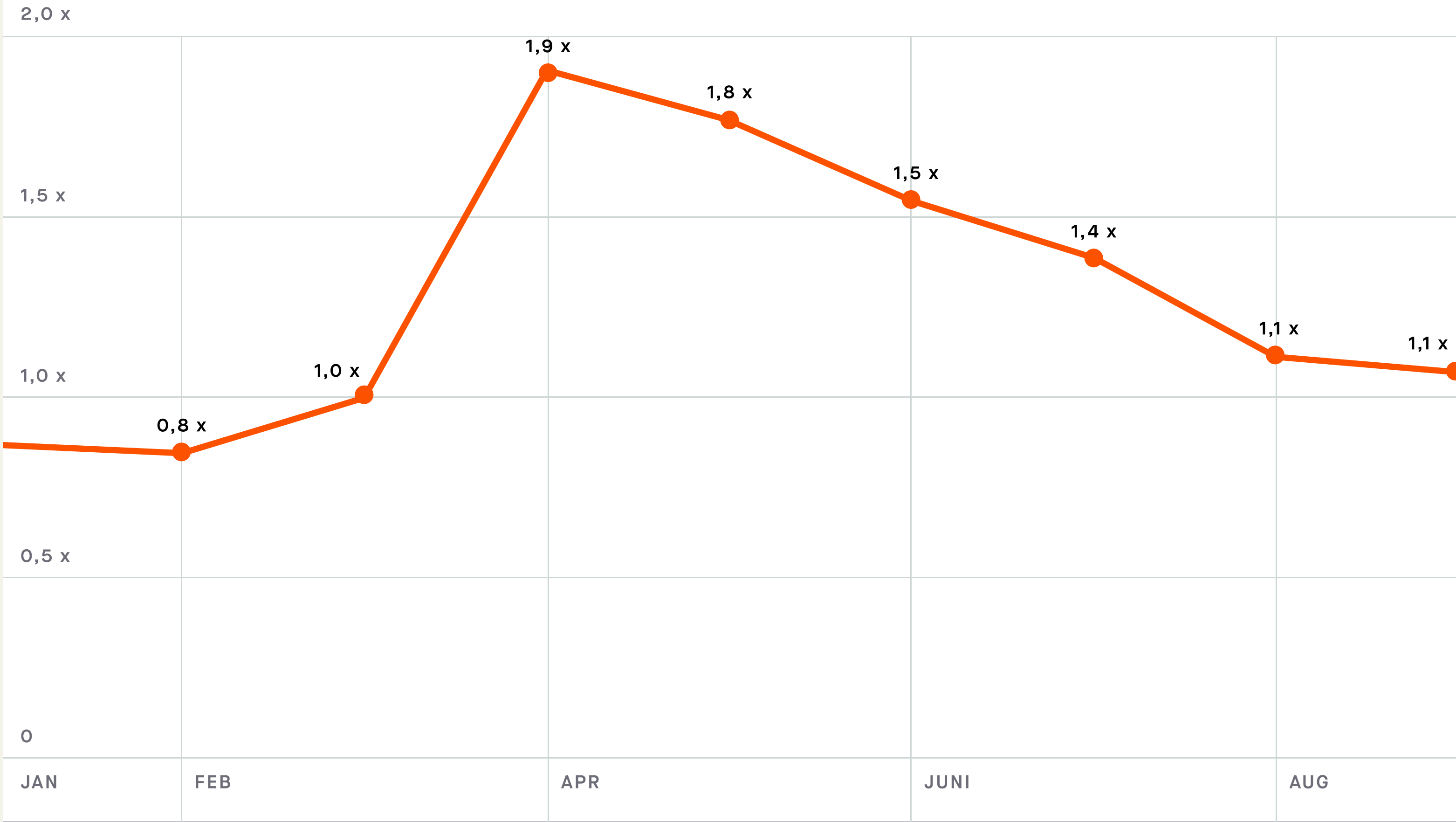
2020 2019



In Kontakt bleiben

Von den vielen Messwerten, die wegen COVID-19 durch die Decke gingen, war dies vielleicht der, der aus menschlicher Sicht am besten nachvollziehbar war.

DURCHSCHNITTliche RATE AN NEU GEFOLGTEN PERSONEN



1,9 x

Zunahme der Sozialen-Kontakte

Der Durchschnitt der Sportler*innen folgte in diesem April fast doppelt so vielen Menschen wie im April des Vorjahres. Im Jahr 2020 hatte jeder damit zu kämpfen, mit den Menschen, die ihm wichtig sind, in Verbindung zu bleiben. Mit Strava haben wir hoffentlich auch ein klein wenig dazu beigetragen, Menschen zusammenzubringen.



WELTWEIT



Gesamtstrecke 3,0 Milliarden km

Gesamthöhenmeter 28,8 Milliarden m

Durchschnittliche Strecke pro Lauf 6,3 km

Männlich 6,6 km

Weiblich 5,5 km

Durchschnittliche Dauer pro Lauf 00:38:48

Männlich 00:39:32

Weiblich 00:37:33

WELTWEIT



Gesamtstrecke 13,0 Milliarden km

Gesamthöhenmeter 121,9 Milliarden m

Durchschnittliche Strecke pro Radfahrt 25,4 km

Männlich 26,7 km

Weiblich 19,8 km

Durchschnittliche Dauer pro Radfahrt 01:15:49

Männlich 01:17:23

Weiblich 01:08:11

WELTWEIT



Fahrrad-Touren

Männlich +34,7 % gegenüber dem Vorjahr

Weiblich +77,7 % gegenüber dem Vorjahr

Anzahl Sportler*innen 73,0 Millionen

Aktivitäten in diesem Jahr 1,1 Milliarden

Neue Club-Gründungen 172 Tausend

Vergebene Kudos 7,1 Milliarden

Hochgeladene Fotos 386,4 Millionen

DEUTSCHLAND



Gesamtstrecke 100,9 Millionen km

Gesamthöhenmeter 839,9 Millionen m

Durchschnittliche Strecke pro Lauf 8,0 km

Männlich 8,3 km

Weiblich 6,8 km

Durchschnittliche Dauer pro Lauf 00:46:47

Männlich 00:47:44

Weiblich 00:44:32

DEUTSCHLAND



Gesamtstrecke 581,3 Millionen km

Gesamthöhenmeter 5,0 Milliarden m

Durchschnittliche Strecke pro Radfahrt 25,6 km

Männlich 26,9 km

Weiblich 19,7 km

Durchschnittliche Dauer pro Radfahrt 01:12:19

Männlich 01:14:03

Weiblich 01:03:43

DEUTSCHLAND



Fahrrad-Touren

Männlich +49,5 % gegenüber dem Vorjahr

Weiblich +91,5 % gegenüber dem Vorjahr

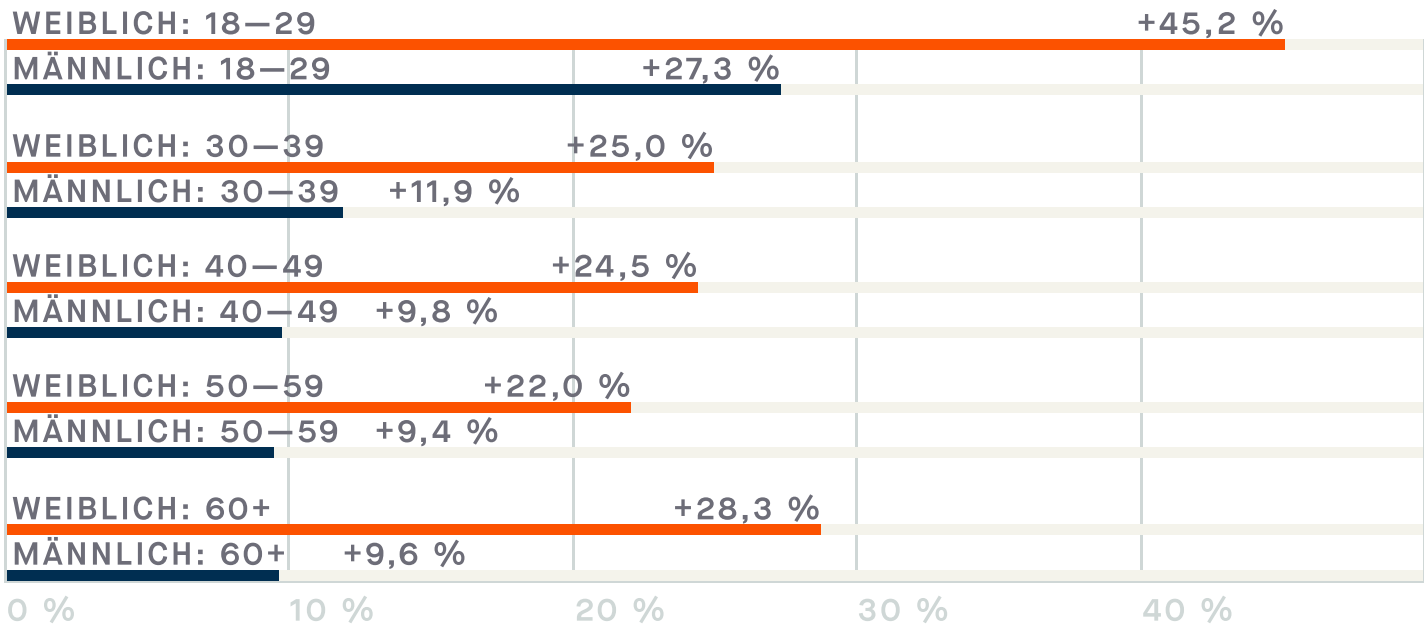


Die Gesamtwerte berechnen sich von 1/10/2019 bis 30/09/2020.

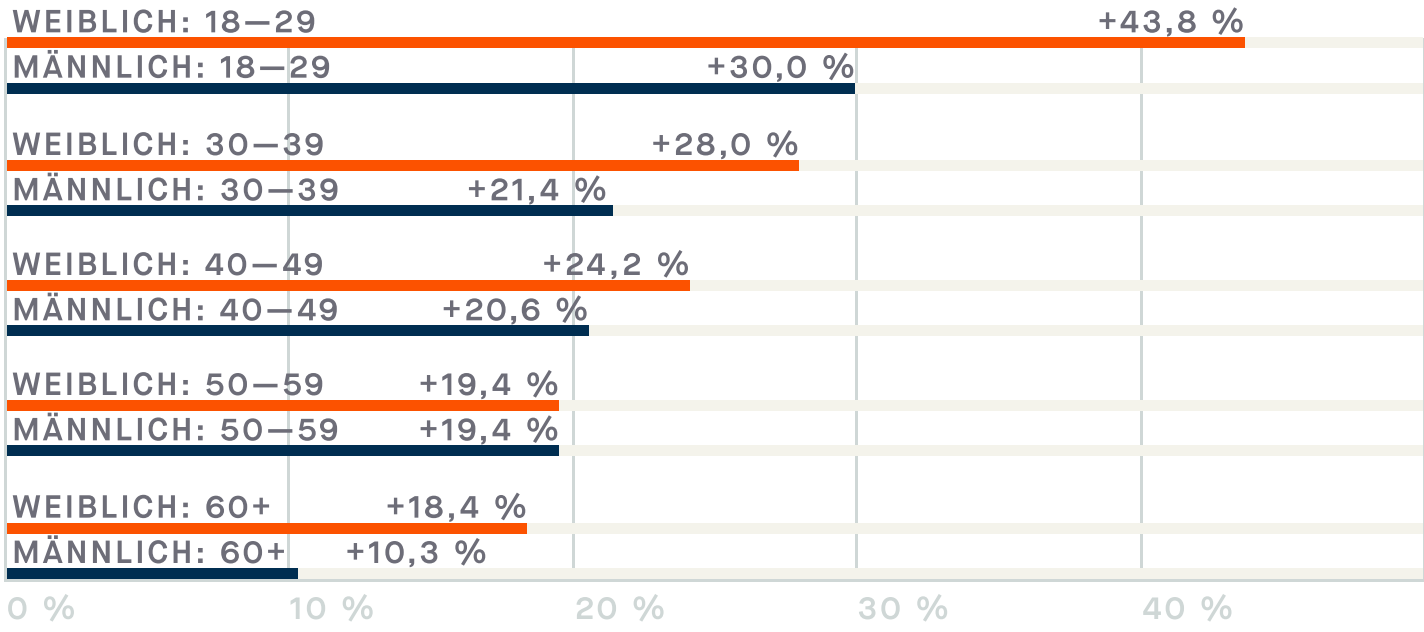
Frauen ziehen davon – Ländervergleich



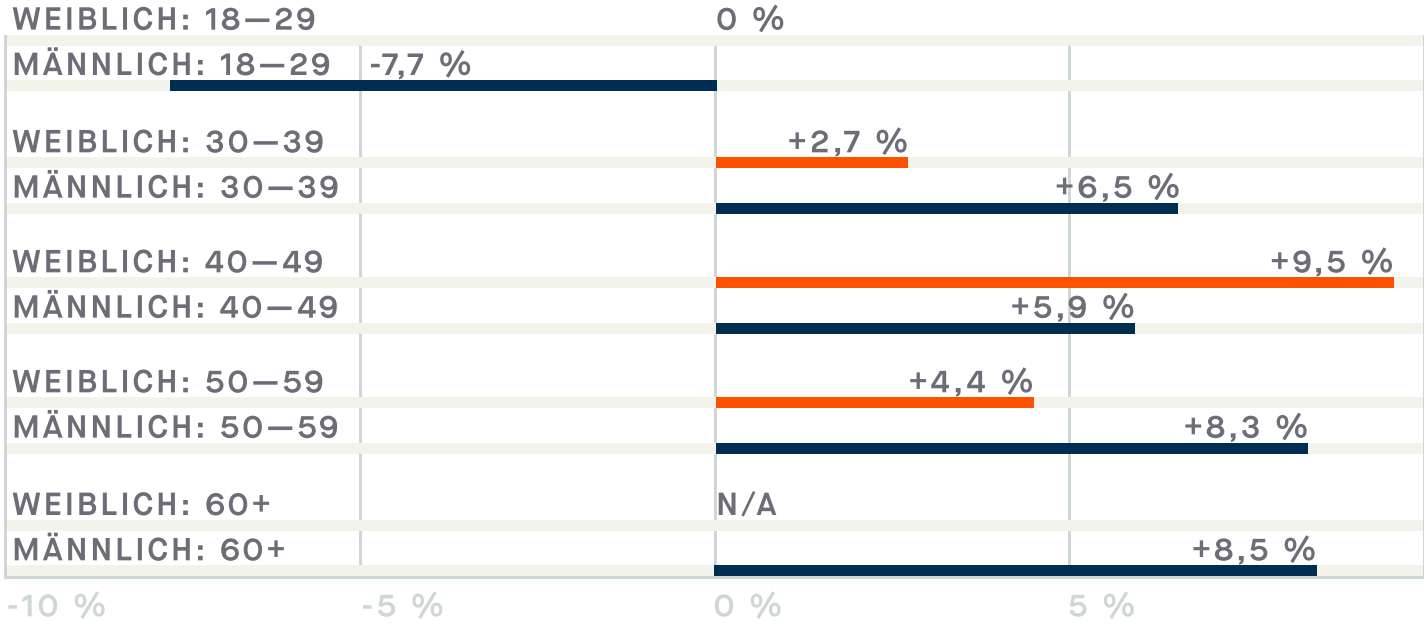
2020 VS 2019 ÄNDERUNG DES MEDIANS DER ANZAHL DER AKTIVITÄTEN PRO SPORTLER*IN (APR-SEP) WELTWEIT



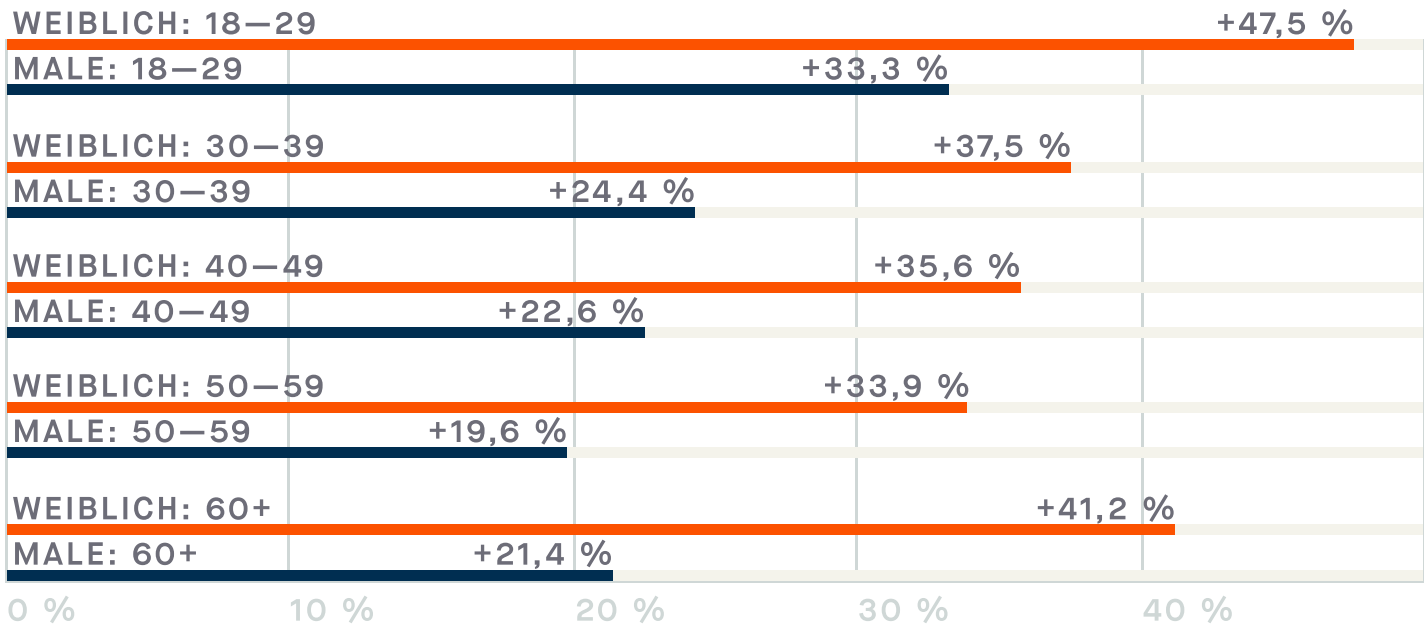
2020 VS 2019 ÄNDERUNG DES MEDIANS DER ANZAHL DER AKTIVITÄTEN PRO SPORTLER*IN (APR-SEP) BRASILIEN



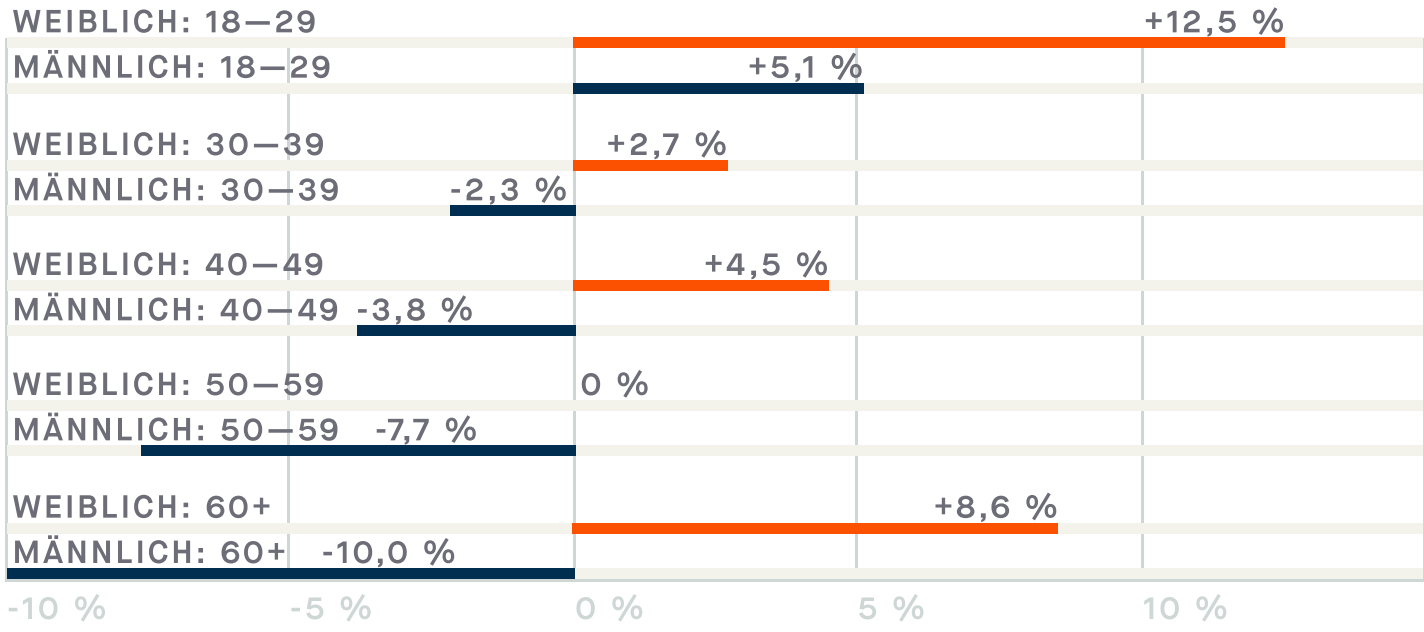
2020 VS 2019 ÄNDERUNG DES MEDIANS DER ANZAHL DER AKTIVITÄTEN PRO SPORTLER*IN (APR-SEP) JAPAN



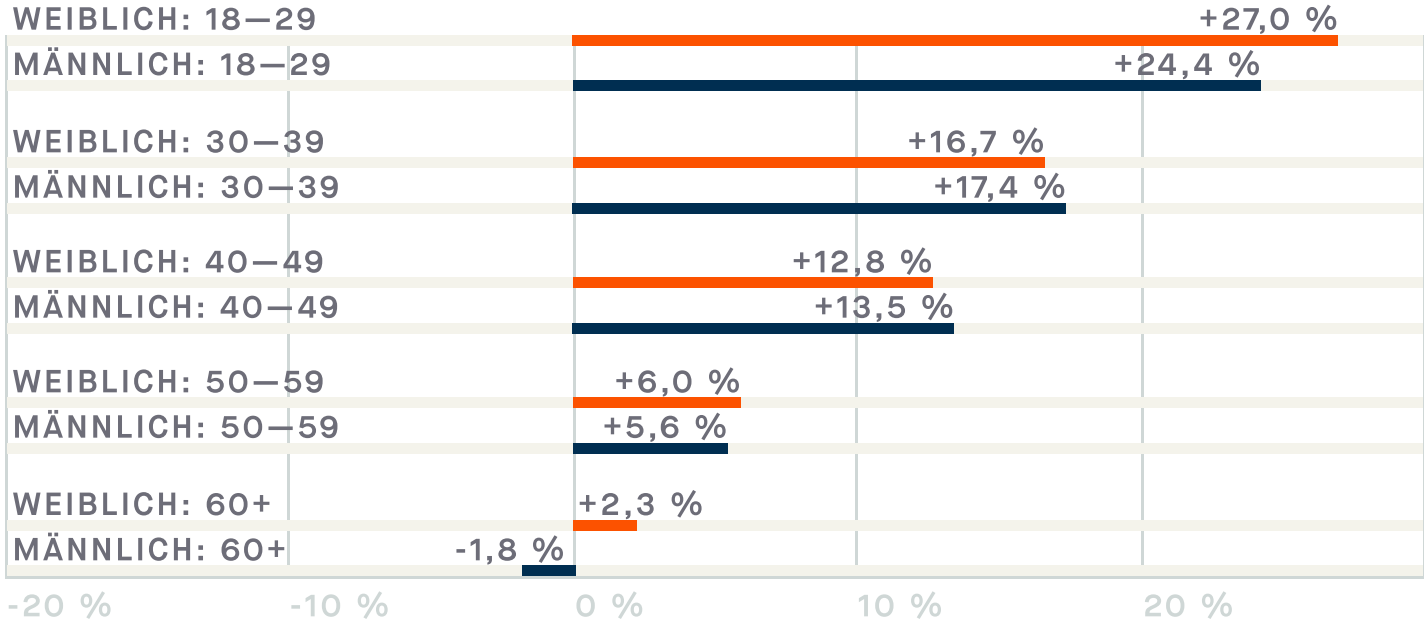
2020 VS 2019 ÄNDERUNG DES MEDIANS DER ANZAHL DER AKTIVITÄTEN PRO SPORTLER*IN (APR-SEP) USA



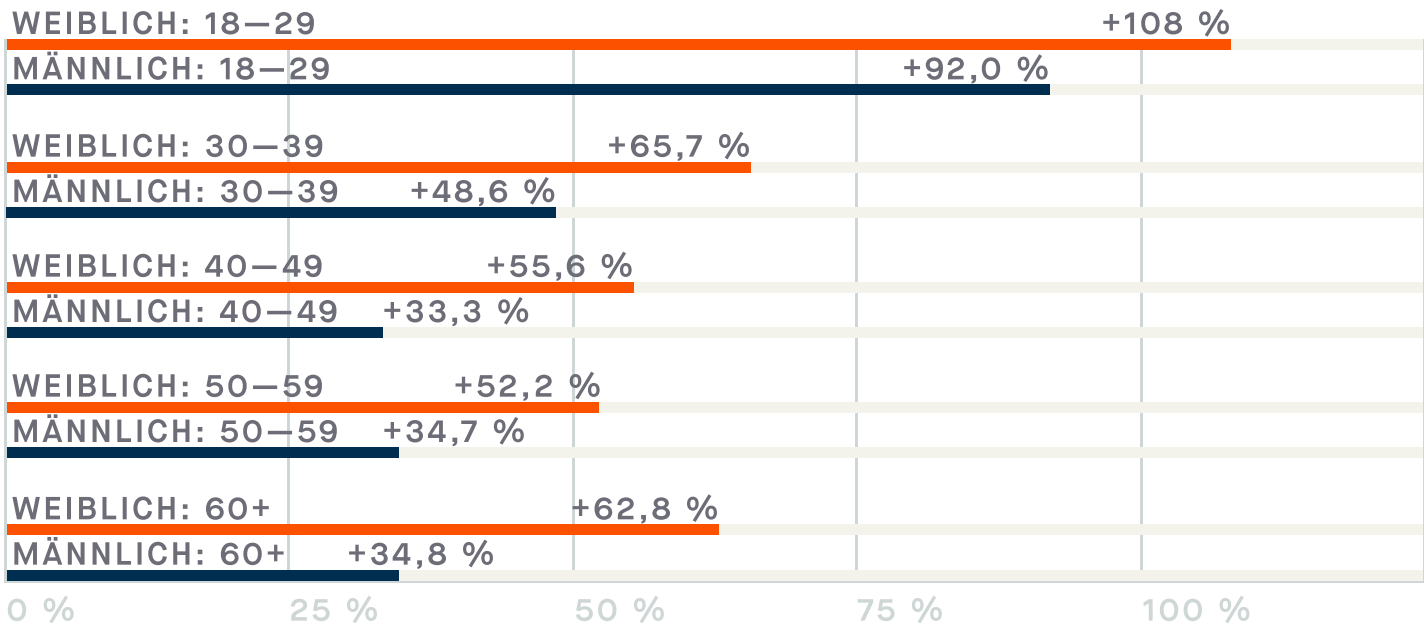
2020 VS 2019 ÄNDERUNG DES MEDIANS DER ANZAHL DER AKTIVITÄTEN PRO SPORTLER*IN (APR-SEP) FRANKREICH



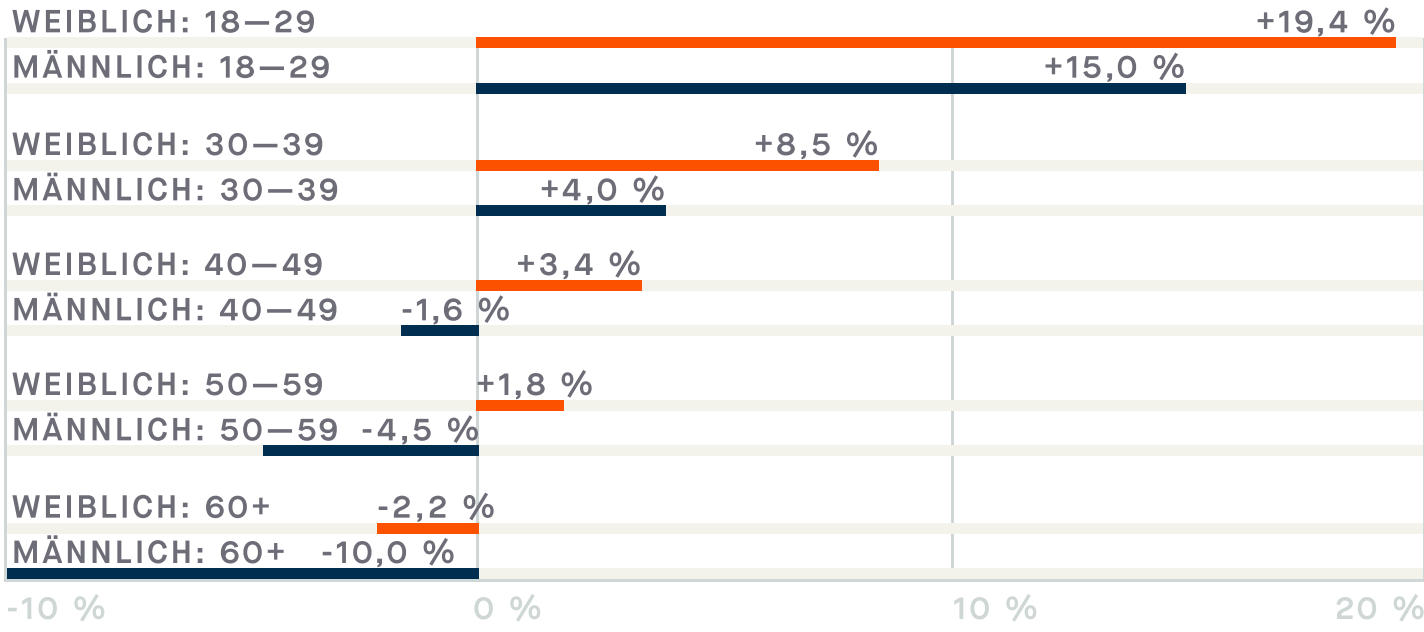
2020 VS 2019 ÄNDERUNG DES MEDIANS DER ANZAHL DER AKTIVITÄTEN PRO SPORTLER*IN (APR-SEP) SPANIEN



2020 VS 2019 ÄNDERUNG DES MEDIANS DER ANZAHL DER AKTIVITÄTEN PRO SPORTLER*IN (APR-SEP) GROSSBRITANNIEN + IRLAND



2020 VS 2019 ÄNDERUNG DES MEDIANS DER ANZAHL DER AKTIVITÄTEN PRO SPORTLER*IN (APR-SEP) DEUTSCHLAND



STRAVA

DAS
SPORTJAHR

Bei Fragen, Interesse an weiteren Daten
oder sonstigen Presseanfragen:

strava@styleheads.de

20
20