

Pressemitteilung

Fast jeder vierte Deutsche ist an Yoga interessiert

Göttingen, 12.03.2018 – Das Interesse an Yoga steigt in Deutschland weiterhin an. Das belegt eine Studie, die im Auftrag des Berufsverbands der Yogalehrenden in Deutschland (BDY) von der Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) durchgeführt wurde. Befragt wurden 2000 Frauen und Männer ab 14 Jahren.

16 Prozent der deutschen Bevölkerung haben bereits Yoga-Erfahrung. Das sind mehr als 11,3 Mio. Menschen. Davon praktizierten 5 Prozent (ca. 3,4 Mio.) der Befragten aktuell Yoga, weitere 11 Prozent (7,9 Mio.) haben früher einmal Yoga praktiziert. In einer früheren Studie des BDY aus dem Jahr 2014 waren es knapp über 3 Prozent (ca. 2,6 Mio.), die zum Zeitpunkt der Befragung Yoga übten, und 12 Prozent (9,6 Mio.), die früher einmal Yoga geübt haben.

Von den 95 Prozent, die entweder noch keine Yoga-Erfahrung haben oder aktuell kein Yoga praktizieren, können sich 19 Prozent vorstellen, in den nächsten zwölf Monaten mit Yoga zu beginnen. Das sind etwa 12,8 Mio. Menschen. Auch hier zeigt sich eine steigende Tendenz gegenüber 2014. Damals waren es 16 Prozent (12,5 Mio.). Nimmt man die aktuell Praktizierenden und die Interessierten zusammen, kommt die Yoga-Praxis für fast jeden vierten Deutschen in Betracht.

Yoga wird meistens in einem Kurs gelernt und anschließend zu Hause weiter geübt. Insgesamt praktizierten die Befragten durchschnittlich über insgesamt 43 Monate Yoga. Dabei nahmen 86 Prozent der Übenden aufgrund ihrer Yoga-Praxis eine Veränderung bei sich wahr. 49 Prozent der Übenden erlebten sich dadurch entspannter, 46 Prozent fühlten sich körperlich fitter.

Der lang anhaltende und steigende Zuspruch, den Yoga in Deutschland erfährt, zeigt für den Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland (BDY), dass Yoga in der Mitte der Gesellschaft angekommen ist. Yoga ist kein kurz- oder mittelfristiger Trend, sondern nicht mehr aus Deutschland wegzudenken. Als ganzheitlicher Übungsweg fördert Yoga die Übenden körperlich, emotional und geistig und wird für viele zu einer lebensbegleitenden Methode.

Der BDY ist der maßgebliche Berufsverband für Yogalehrende in Deutschland. Er ist weltanschaulich neutral und vereint rund 4800 Yogalehrende unterschiedlicher Traditionen und Stile. Gerne stellen wir Ihnen die Studie „Yoga in Zahlen“ für Presseveröffentlichungen zur Verfügung. Sie können sie unter presse@yoga.de bei uns bestellen.

Pressekontakt:
Jessica Fink
Tel. 0551/797744-26
presse@yoga.de