BOKU UNIVERSITY

Science for a [cooler future]

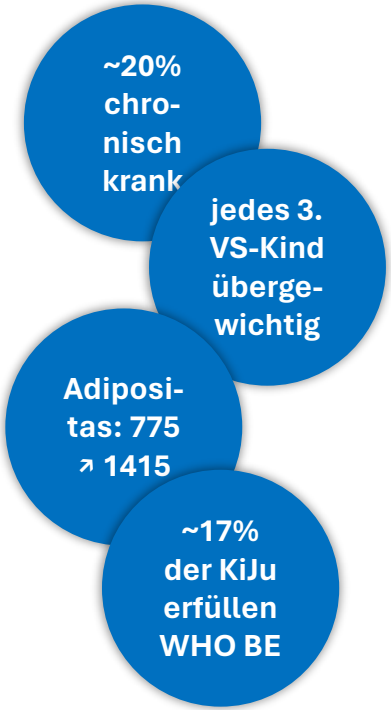
Was Kinder & Jugendliche bewegt - mit dem Rad aktiv unterwegs

Juliane Stark, Institut für Verkehrswesen,
Universität für Bodenkultur Wien

Radvernetzungstreffen, 05.11.2026, Welios Science Center Wels



Wie geht‘s?



- Zwei Drittel leidet an chronischen Erkrankungen & Gesundheits-problemen, die großteils mit einem ungesunden Lebensstil und sozialen Gesundheitsdeterminanten in Zusammenhang stehen (KiJu: ~20%)

Die 5 häufigsten dauerhaften/chronischen Gesundheitsprobleme pro Altersgruppe, nach Geschlecht in Ö, 2019

♂ 15–29	♂ 30–59	♂ 60+	♀ 15–29	♀ 30–59	♀ 60+
Allergien (diagnostiziert) 25 %	chronische Kreuzschmerzen / chronisches Rückenleiden 24 %	Bluthochdruck (Hypertonie) 45 %	Allergien (diagnostiziert) 20 %	chronische Kreuzschmerzen / chronisches Rückenleiden 26 %	Bluthochdruck (Hypertonie) 47 %
chronische Kreuzschmerzen / chronisches Rückenleiden 10 %	Allergien (diagnostiziert) 20 %	chronische Kreuzschmerzen / chronisches Rückenleiden 37 %	chronische Kreuzschmerzen / chronisches Rückenleiden 10 %	chronische Nackenschmerzen 26 %	chronische Kreuzschmerzen / chronisches Rückenleiden 40 %
chronische Nackenschmerzen 5 %	erhöhte Cholesterinwerte, Blutfette, Triglyceride 19 %	erhöhte Cholesterinwerte, Blutfette, Triglyceride 31 %	chronische Nackenschmerzen 9 %	Allergien (diagnostiziert) 24 %	Arthrose (diagnostiziert) 36 %
chronische Kopfschmerzen 5 %	Bluthochdruck (Hypertonie) 18 %	Arthrose (diagnostiziert) 22 %	chronische Kopfschmerzen 9 %	erhöhte Cholesterinwerte, Blutfette, Triglyceride 14 %	erhöhte Cholesterinwerte, Blutfette, Triglyceride 34 %
Bluthochdruck (Hypertonie) 3 %	chronische Nackenschmerzen 14 %	chronische Nackenschmerzen 21 %	erhöhte Cholesterinwerte, Blutfette, Triglyceride 4 %	Bluthochdruck (Hypertonie) 13 %	chronische Nackenschmerzen 32 %

Österreichischer Gesundheitsbericht 2016, 2022; https://orf.at/stories/3445533/
Statistik Austria – Österreichische Gesundheitsbefragung 2019, Klimont, J. (2020).

Wie geht‘s?

~20% chro-nisch krank

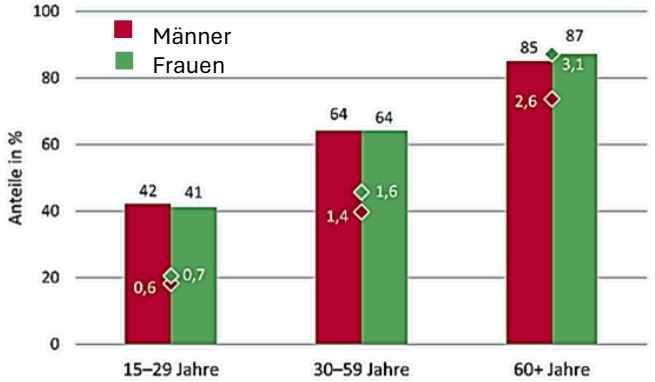
jedes 3. VS-Kind überge-wichtig

Adiposi-tas: 775 ↗ 1415

~17% der KiJu erfüllen WHO BE

- Zwei Drittel leidet an chronischen Erkrankungen & Gesundheits-problemen, die großteils mit einem ungesunden Lebensstil und sozialen Gesundheitsdeterminanten in Zusammenhang stehen (KiJu: ~20%)

Chronische Krankheiten/Gesundheitsprobleme, -nach Altersgruppe und nach Geschlecht in Ö, 2019



Österreichischer Gesundheitsbericht 2016, 2022, Statistik Austria – Österreichische Gesundheitsbefragung 2019, Felder Puig, 2023

Wie geht‘s?

~20% chro-nisch krank

jedes 3. VS-Kind überge-wichtig

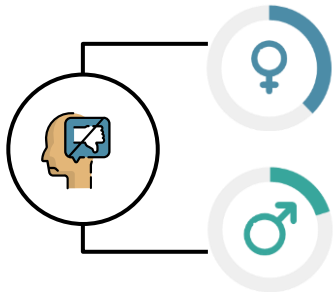
Adiposi-tas: 775 ↗ 1415

~17% der KiJu erfüllen WHO BE

- Zwei Drittel leidet an chronischen Erkrankungen & Gesundheits-problemen, die großteils mit einem ungesunden Lebensstil und sozialen Gesundheitsdeterminanten in Zusammenhang stehen (KiJu: ~20%)
- Verschlechterung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens
- Anstieg bei Gesundheitsproblemen des Bewegungsapparats
- Anstieg Übergewicht
- Kontinuierliche Verschlechterung der Lebenszufriedenheit unter älteren Jugendlichen seit 2014



Anteil Schüler*innen mit geringer Lebenszufriedenheit, Ö, 2021/2022



Österreichischer Gesundheitsbericht 2016, 2022, Statistik Austria – Österreichische Gesundheitsbefragung 2019, Felder Puig, 2023

Wie geht‘s?

~20% chro-nisch krank

jedes 3. VS-Kind überge-wichtig

Adiposi-tas: 775 ↗ 1415

~17% der KiJu erfüllen WHO BE

- Zwei Drittel leidet an chronischen Erkrankungen & Gesundheits-problemen, die großteils mit einem ungesunden Lebensstil und sozialen Gesundheitsdeterminanten in Zusammenhang stehen (KiJu: ~20%)
- Verschlechterung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens
- Anstieg bei Gesundheitsproblemen des Bewegungsapparats
- Anstieg Übergewicht
- Kontinuierliche Verschlechterung der Lebenszufriedenheit unter älteren Jugendlichen seit 2014

Studie warnt: "Kinder verlieren fünf Lebensjahre wegen zu wenig Bewegung"

Buben und Mädchen von heute haben eine geringere Lebenserwartung als ihre Eltern.



Das körperliche Leistungsvermögen der 11- bis 14-jährigen Schülerinnen und Schüler in Österreich ist in höchstem Maße besorgniserregend.

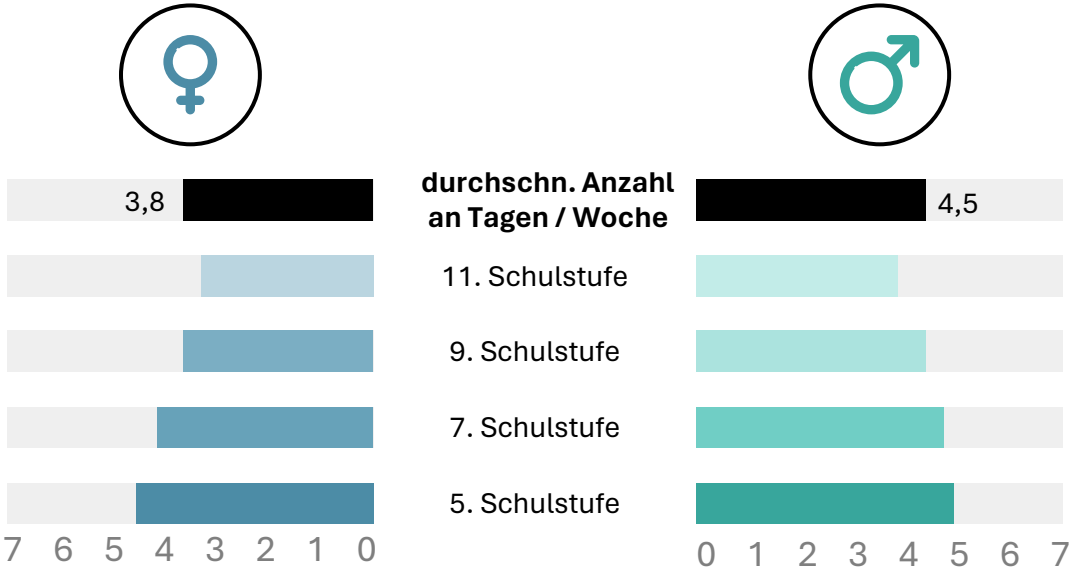
LANGZEITSTUDIE

Kinder wurden in den letzten Jahrzehnten immer unsportlicher

Forschende fanden "alarmierenden" Leistungsabfall und fordern mehr Sportunterricht an Schulen

21. November 2024, 12:11

Erfüllung Bewegungsempfehlungen

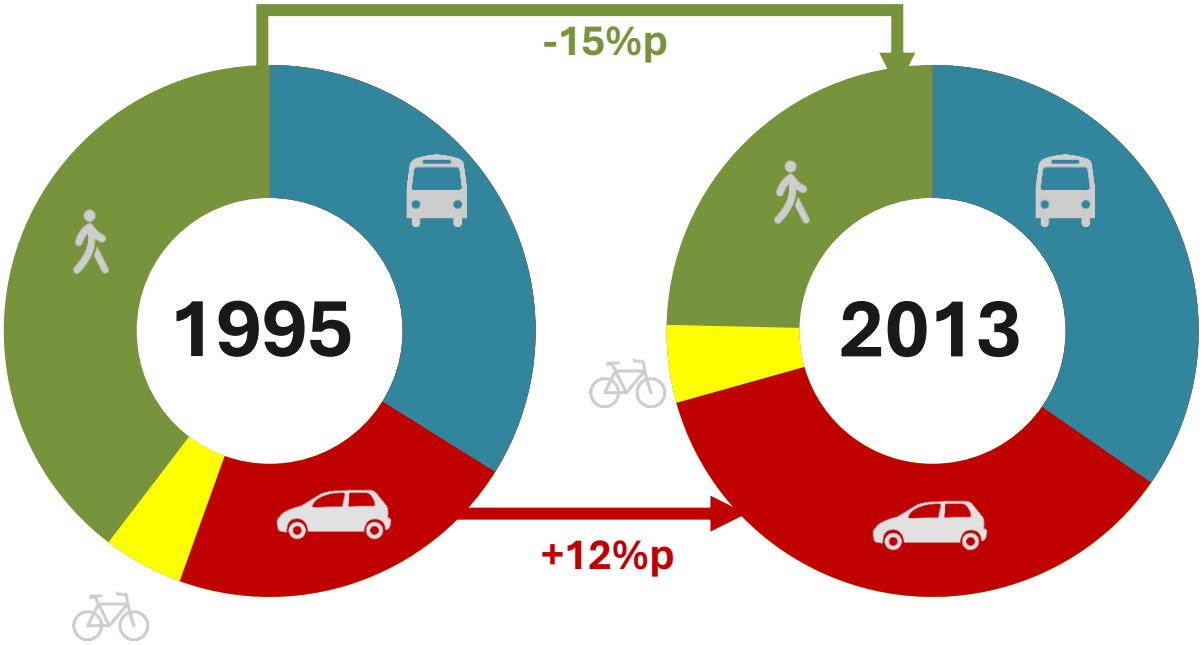


Anzahl Tage / Woche, an denen Schüler *innen mind. 60 min pro Tag körperlich aktiv sind

Felder-Puig, 2023



Modal Split der 6-14-Jährigen, Ö



Tomschy et al., 2016, 2017



Modal Split auf Schul- und Nicht-Schulwegen



n=1235 Wege, 12-14 J, Wien, NÖ, 2023

Ergebnisse aus *TRA:WELL*



https://pixabay.com/de/photos/fahrrad-fahrrads%c3%a4nder-rad-fahrt-7248484/

Radfahren

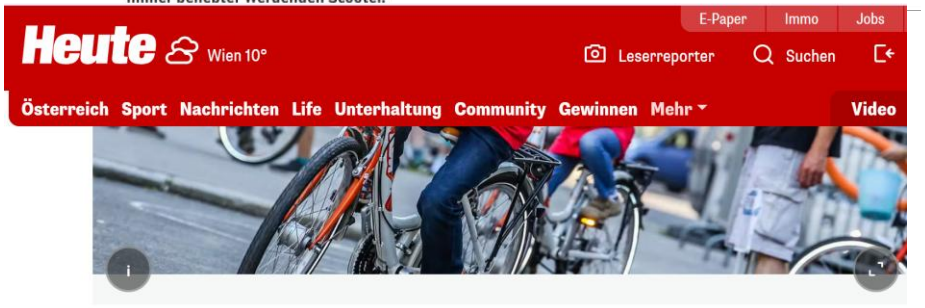


VERKEHR

Kinder können immer schlechter Rad fahren

Die Fähigkeit von Kindern, ihre Fahrräder gut und sicher zu lenken, nimmt laut einem Radfahrexperten ab. Die Gründe seien zu wenig Fahrpraxis und die Konkurrenz durch die immer beliebter werdenden Scooter.

ORF



Österreich

40 Kinder fallen bei Fahrradprüfung durch

Von **Heute Redaktion**
13.09.2021, 16:42

PROBLEM SEIT JAHREN

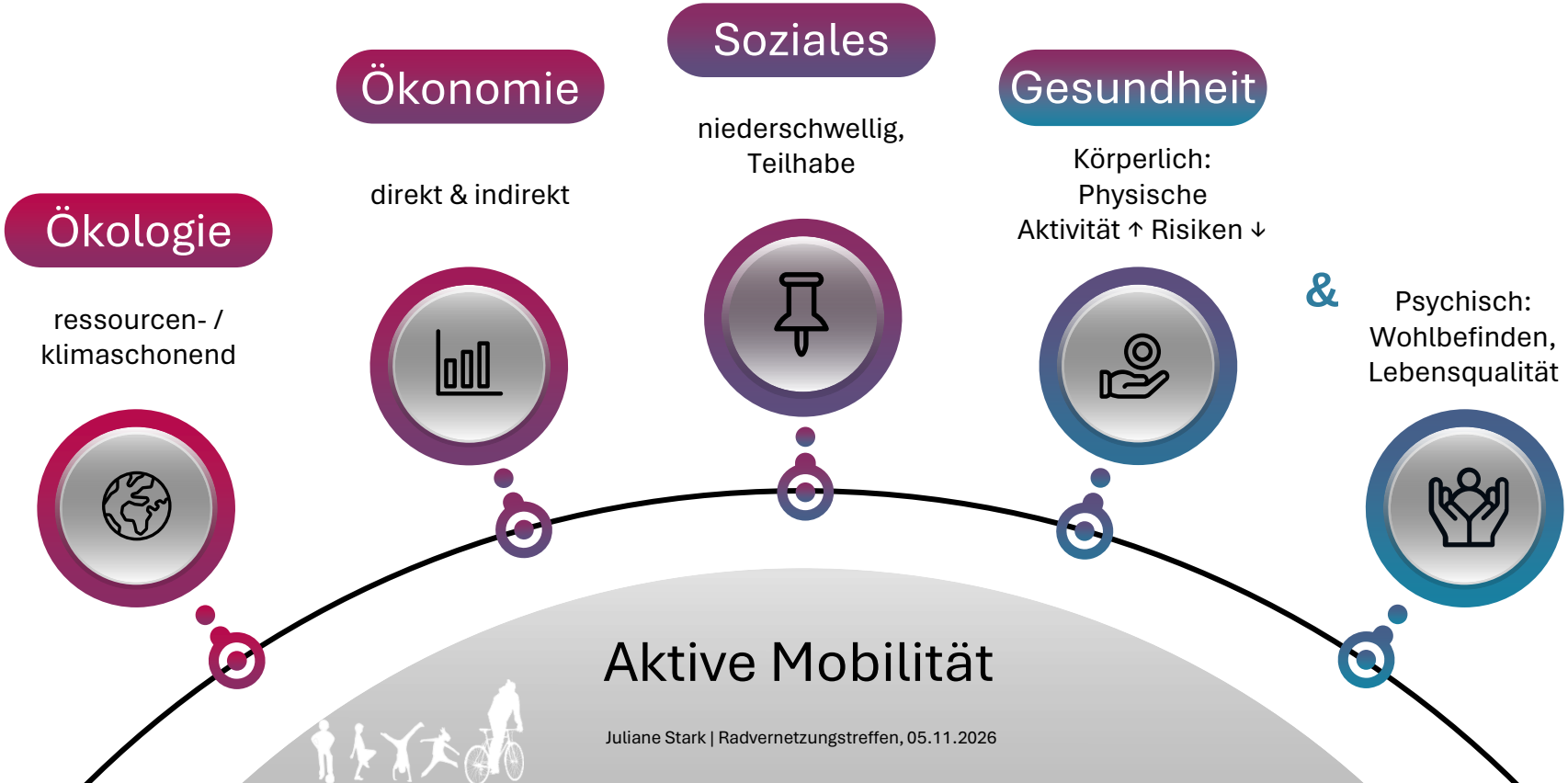
Jedes dritte Kind in Graz scheitert bei Radprüfung

Steiermark | 19.02.2026 05:00



Jörg Ofner beim Radfahrtraining mit einem Schüler. (Bild: Tobias Kleinlercher, Krone KREATIV)

Nutzen!?


Ökologie
ressourcen- / klimaschonend
Ökonomie
direkt & indirekt
Soziales
niederschwellig, Teilhabe
Gesundheit
Körperlich: Physische Aktivität ↑ Risiken ↓
&
Psychisch: Wohlbefinden, Lebensqualität
Aktive Mobilität

Beitrag Aktiver Mobilität

PHYSISCHE AKTIVITÄT...



... am Zielort	... unterwegs	GESAMT
Organisiertes Training, Sport, z.B. Tanztraining, Schulsport, Ballspielen im Garten	Zu Fuß, mit dem Roller, Rad unterwegs sein	
3,9 Tage / Wo	0,7 Tage / Wo	4,6 Tage / Wo
... mit Erfüllung der WHO-Bewegungsempfehlungen	... mit Erfüllung der WHO-Bewegungsempfehlungen	... mit Erfüllung der WHO-Bewegungsempfehlungen

Stark et al., 2026

n=74, 12-14 J, Wien, NÖ, 2023



https://pixabay.com/de/photos/fahrrad-fahrradstuhl%c3%a4nder-rad-fahrt-7248484/

Aktive Mobilität – Wohlbefinden

Einschätzungen von Eltern

überwiegend zu Fuß / mit Roller / Fahrrad unterwegs

● Häufig genannt

- ausgeglichen, ruhig
- zufrieden, glücklich
- körperlich & mental fit
- angenehm erschöpft („positiv müde“)
- besserer Schlaf
- weniger Verhaltensprobleme

○ Gelegentlich genannt

- aufgeschlossener / empfänglicher
- erschöpft; tw. körperliche Beschwerden

überwiegend als Pkw-Mitfahrer:in unterwegs

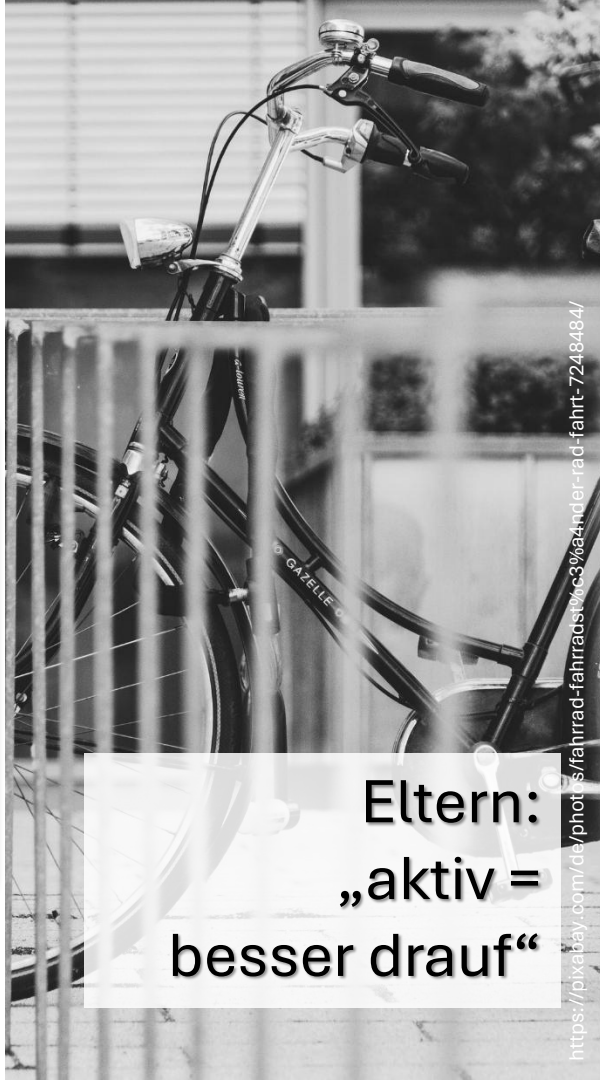
● Häufig genannt

- unruhig, genervt, gereizt
- gelangweilt, unzufrieden
- unausgeglichen, schlecht gelaunt
- zappelig
- weniger aufnahmefähig

○ Gelegentlich genannt

- zufrieden durch den Komfort
- ruhig – oder mit Bewegungsdrang
- leicht aggressiv; Übelkeit

Stark et al., 2018



Aktive Mobilität – Wohlbefinden

besser drauf statt nur angekommen?

- Körperliche Aktivität (v.a. intensive) und aktive Mobilität und wirken sich positiv auf das Wohlbefinden von Kindern aus.
- **Zu-Fuß Gehen „ohne Ziel“** zeigt unmittelbare Vorteile.
- **Radfahren** steht in Zusammenhang mit einem höheren Ausgangswohlbefinden, was auf langfristige Vorteile hindeutet.

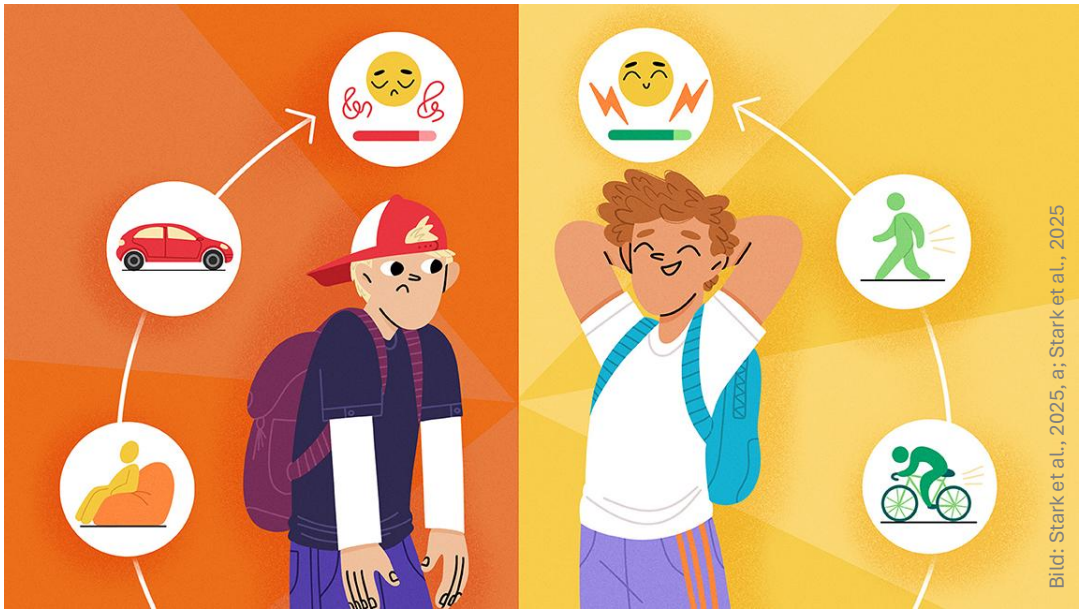


Bild: Stark et al., 2025, a; Stark et al., 2025

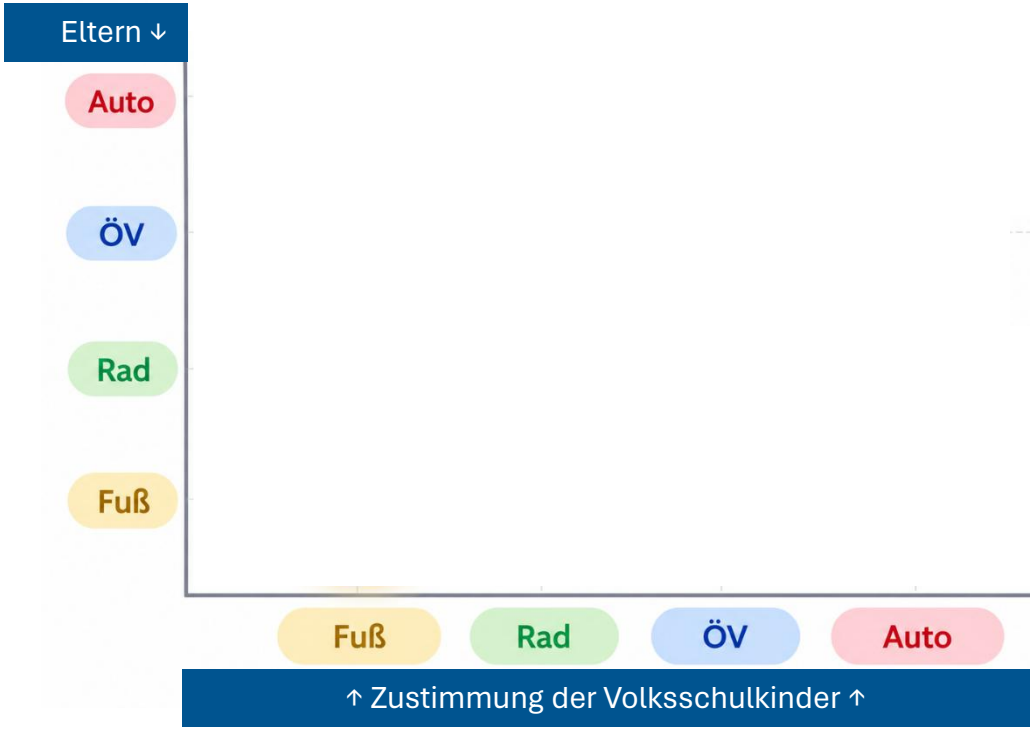
Was bewegt Kinder & Jugendliche?



https://pixabay.com/de/photos/fahrrad-fahrradsattel%c3%a4nder-rad-fahrt-7248484/

Konsonanz & Dissonanz

Verkehrsmittelwahl



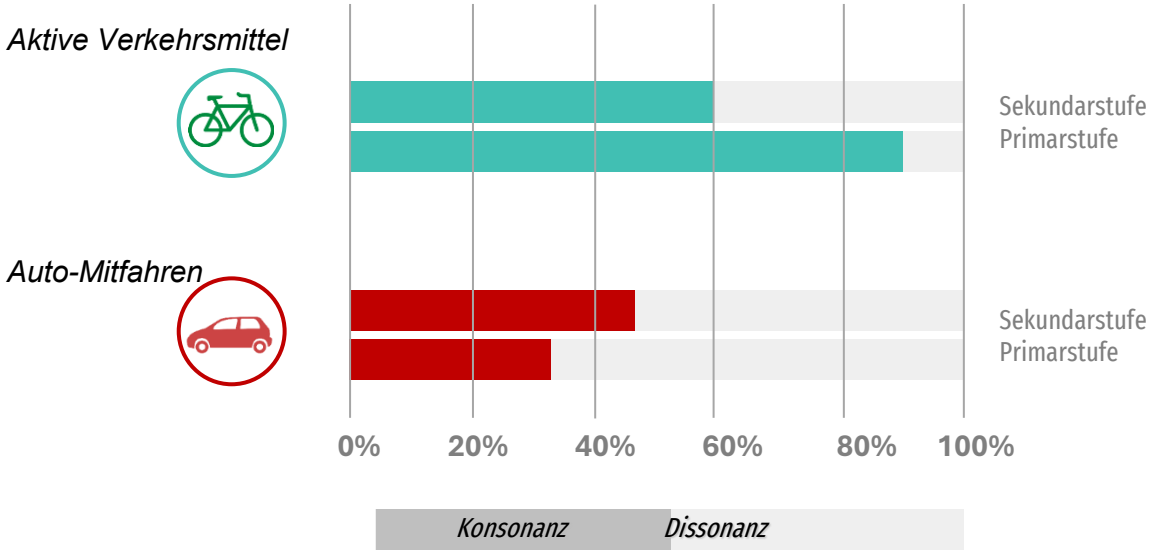


Aschauer, 2014

https://pixabay.com/de/photos/fahrrad-fahrradsitz%c3%a4nder-rad-fahrt-7248484/

Konsonanz & Dissonanz

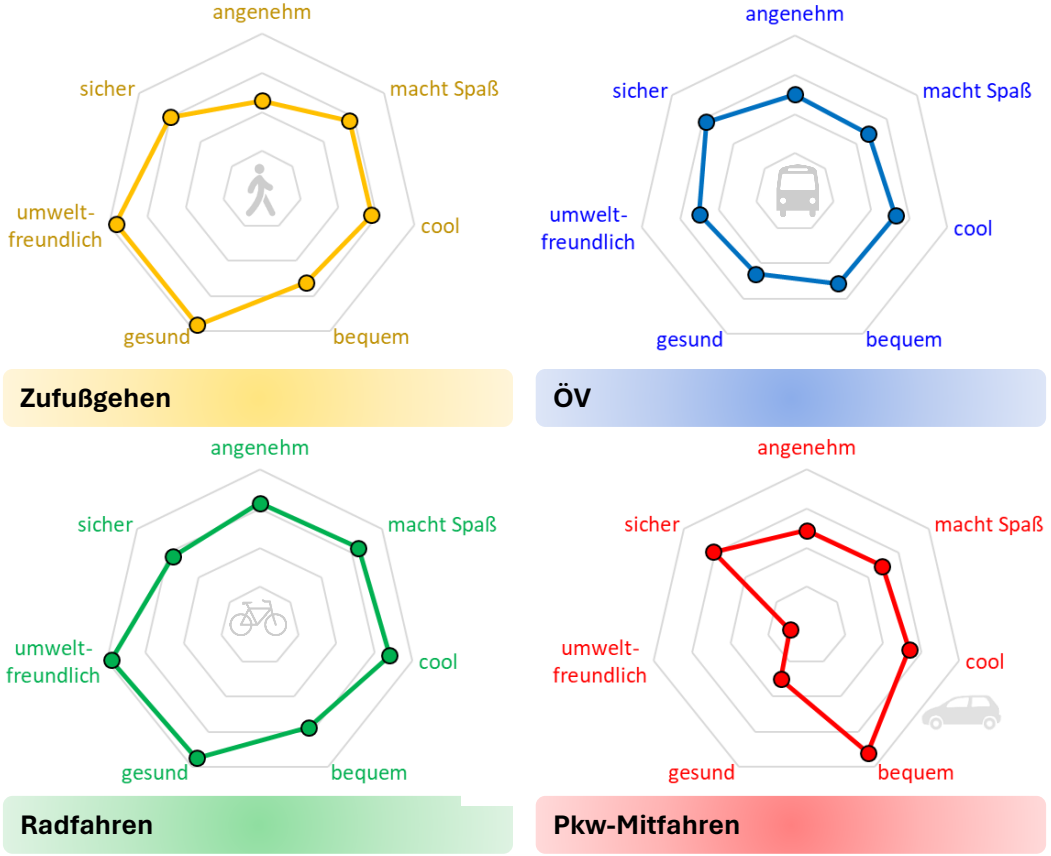
Verkehrsmittelwahl, nach Altersgruppen



Stark et al., 2019



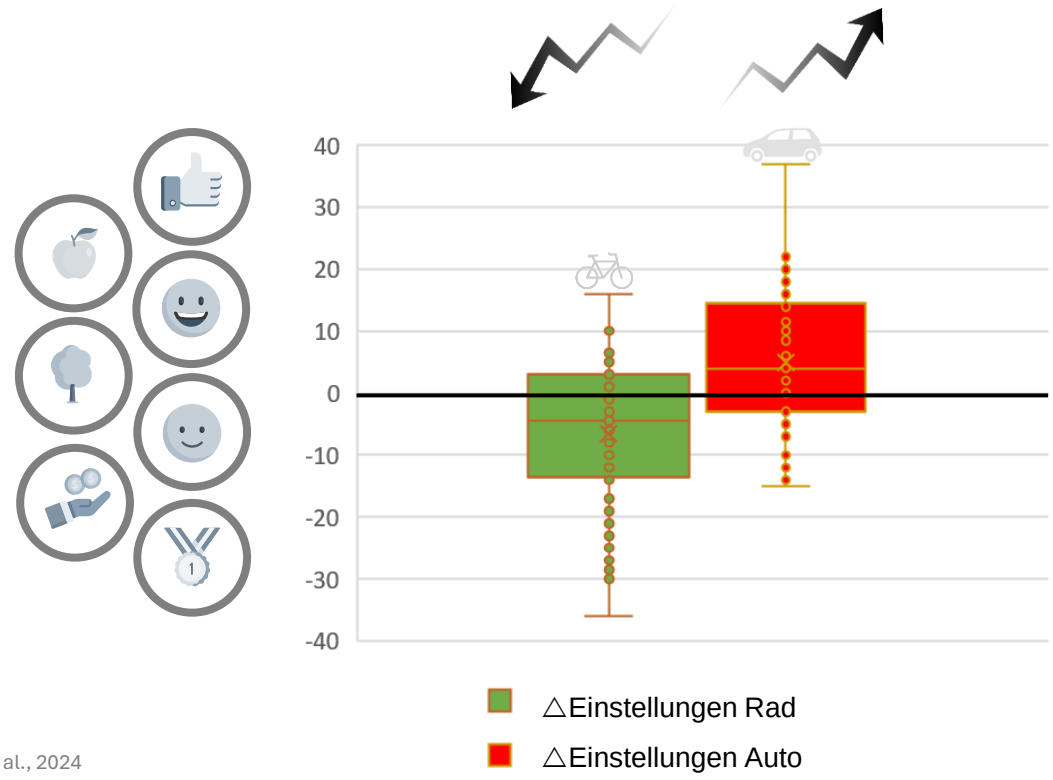
Einstellungen zu Verkehrsmitteln



n=74, 12-14 J, Wien, NÖ, 2023

Stark et al., 2024; see also Stark et al., 2025c

Einstellungen: Je älter, desto ...



Stark et al., 2024



Was könnte dich dazu bewegen, mehr mit dem Rad zu fahren?



Unterwegs, 2014, n=96 Antworten



https://pixabay.com/de/photos/fahrrad-fahrradstuhl-%c3%a4lter-rad-fahrt-7248484/

Sichtweisen für das Unterwegssein im Alltag

- Erlebnis
- Sicherheit
- Autonomie
- Körper u Sport
- Infrastruktur
- Freunde
- Umwelt

Chillig, & bequem, na sicher

-3	-2	-1	0	1	2	3
12 ... möchte ich unterwegs neue Dinge sehen und erleben können.	1 ... probiere ich auch gerne neue Wege aus.	6 ... will ich, dass es auch gut für meine Gesundheit ist (Bewegung, frische Luft,...).	14 ... fühle ich mich glücklich, wenn ich draußen unterwegs bin.	3 ... möchte ich selbst entscheiden, wie ich mich von A nach B bewege.	4 ... will ich es dabei auch bequem haben.	23 ... will ich dabei auch Musik hören, spielen oder lesen können.
13 ... mache mir Sorgen, dass mein Fahrrad oder Roller gestohlen werden könnte.	8 ... mache ich mir Sorgen, ob ich genug Platz habe (z.B. im Bus oder auf dem Radweg).	10 ... will ich dabei auch sportlich aktiv sein.	5 ... gibt mir das ein Gefühl von Freiheit	9 ... will ich dabei nicht lange an Ampeln oder Haltestellen warten müssen.	16 ... sind mir beleuchtete und sichere Wege wichtig.	20 ... möchte ich schnell und ohne Hindernisse (z.B. Stau, umsteigen) ankommen.
	11 ... bevorzuge ich Wege, wo ich Tiere und Pflanzen sehen kann.	21 ... will ich dabei auch umweltfreundlich sein.	22 ... vermeide ich Wege wo leicht Unfälle passieren können.	15 ... bevorzuge ich Verkehrsmittel und Wege, die nicht überfüllt oder laut sind.	2 ... vermeide ich es, allein an unbekannten Orten zu sein.	
		17 ... mache ich mir Gedanken über die Auswirkungen auf die Umwelt.	7 ...orientiere ich mich daran, wie sich meine Freunde fortbewegen.	18 ... mag ich es, wenn ich auf meinem Weg Freunde treffe oder neue Leute kennenlerne.		
			19 ... wähle ich meine Wege so, dass ich mit Freunden gemeinsam unterwegs sein kann.			

Sportlich & gesund = frei

-3	-2	-1	0	1	2	3
2 ... vermeide ich es, allein an unbekannten Orten zu sein.	22 ... vermeide ich Wege wo leicht Unfälle passieren können.	12 ... möchte ich unterwegs neue Dinge sehen und erleben können.	1 ... probiere ich auch gerne neue Wege aus.	5 ... gibt mir das ein Gefühl von Freiheit	14 ... fühle ich mich glücklich, wenn ich draußen unterwegs bin.	6 ... will ich, dass es auch gut für meine Gesundheit ist (Bewegung, frische Luft,...).
16 ... sind mir beleuchtete und sichere Wege wichtig.	9 ... will ich dabei nicht lange an Ampeln oder Haltestellen warten müssen.	15 ... bevorzuge ich Verkehrsmittel und Wege, die nicht überfüllt oder laut sind.	4 ... will ich es dabei auch bequem haben.	20 ... möchte ich schnell und ohne Hindernisse (z.B. Stau, umsteigen) ankommen.	23 ... will ich dabei auch Musik hören, spielen oder lesen können.	10 ... will ich dabei auch sportlich aktiv sein.
	8 ... mache ich mir Sorgen, ob ich genug Platz habe (z.B. im Bus oder auf dem Radweg).	13 ... mache mir Sorgen, dass mein Fahrrad oder Roller gestohlen werden könnte.	19 ... wähle ich meine Wege so, dass ich mit Freunden gemeinsam unterwegs sein kann.	21 ... will ich dabei auch umweltfreundlich sein.	3 ... möchte ich selbst entscheiden, wie ich mich von A nach B bewege.	
		7 ...orientiere ich mich daran, wie sich meine Freunde fortbewegen.	18 ... mag ich es, wenn ich auf meinem Weg Freunde treffe oder neue Leute kennenlerne.	17 ... mache ich mir Gedanken über die Auswirkungen auf die Umwelt.		
			11 ... bevorzuge ich Wege, wo ich Tiere und Pflanzen sehen kann.			

Umweltbewusst & gesund? Aber sicher!

-3	-2	-1	0	1	2	3
8 ... mache ich mir Sorgen, ob ich genug Platz habe (z.B. im Bus oder auf dem Radweg).	18 ... mag ich es, wenn ich auf meinem Weg Freunde treffe oder neue Leute kennenlerne.	20 ... möchte ich schnell und ohne Hindernisse (z.B. Stau, umsteigen) ankommen.	22 ... vermeide ich Wege wo leicht Unfälle passieren können.	21 ... will ich dabei auch umweltfreundlich sein.	2 ... vermeide ich es, allein an unbekannten Orten zu sein.	17 ... mache ich mir Gedanken über die Auswirkungen auf die Umwelt.
1 ... probiere ich auch gerne neue Wege aus.	7 ...orientiere ich mich daran, wie sich meine Freunde fortbewegen.	23 ... will ich dabei auch Musik hören, spielen oder lesen können.	15 ... bevorzuge ich Verkehrsmittel und Wege, die nicht überfüllt oder laut sind.	14 ... fühle ich mich glücklich, wenn ich draußen unterwegs bin.	16 ... sind mir beleuchtete und sichere Wege wichtig.	11 ... bevorzuge ich Wege, wo ich Tiere und Pflanzen sehen kann.
	4 ... will ich es dabei auch bequem haben.	3 ... möchte ich selbst entscheiden, wie ich mich von A nach B bewege.	5 ... gibt mir das ein Gefühl von Freiheit	12 ... möchte ich unterwegs neue Dinge sehen und erleben können.	6 ... will ich, dass es auch gut für meine Gesundheit ist (Bewegung, frische Luft,...).	
		13 ... mache mir Sorgen, dass mein Fahrrad oder Roller gestohlen werden könnte.	9 ... will ich dabei nicht lange an Ampeln oder Haltestellen warten müssen.	10 ... will ich dabei auch sportlich aktiv sein.		
			19 ... wähle ich meine Wege so, dass ich mit Freunden gemeinsam unterwegs sein kann.			

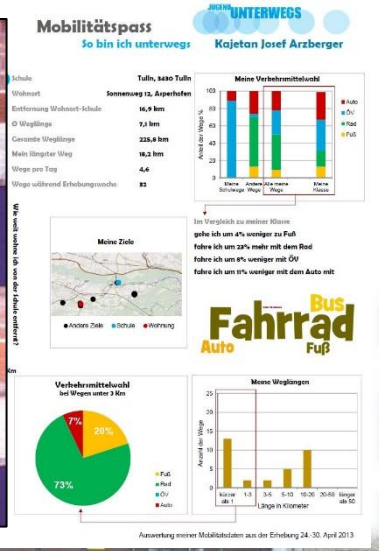
Am besten miteinander auf dem Weg!

-3	-2	-1	0	1	2	3
23 ... will ich dabei auch Musik hören, spielen oder lesen können.	5 ... gibt mir das ein Gefühl von Freiheit	4 ... will ich es dabei auch bequem haben.	1 ... probiere ich auch gerne neue Wege aus.	6 ... will ich, dass es auch gut für meine Gesundheit ist (Bewegung, frische Luft,...).	3 ... möchte ich selbst entscheiden, wie ich mich von A nach B bewege.	7 ...orientiere ich mich daran, wie sich meine Freunde fortbewegen.
8 ... mache ich mir Sorgen, ob ich genug Platz habe (z.B. im Bus oder auf dem Radweg).	17 ... mache ich mir Gedanken über die Auswirkungen auf die Umwelt.	11 ... bevorzuge ich Wege, wo ich Tiere und Pflanzen sehen kann.	12 ... möchte ich unterwegs neue Dinge sehen und erleben können.	10 ... will ich dabei auch sportlich aktiv sein.	18 ... mag ich es, wenn ich auf meinem Weg Freunde treffe oder neue Leute kennenlerne.	19 ... wähle ich meine Wege so, dass ich mit Freunden gemeinsam unterwegs sein kann.
	16 ... sind mir beleuchtete und sichere Wege wichtig.	13 ... mache mir Sorgen, dass mein Fahrrad oder Roller gestohlen werden könnte.	21 ... will ich dabei auch umweltfreundlich sein.	14 ... fühle ich mich glücklich, wenn ich draußen unterwegs bin.	9 ... will ich dabei nicht lange an Ampeln oder Haltestellen warten müssen.	
		22 ... vermeide ich Wege wo leicht Unfälle passieren können.	15 ... bevorzuge ich Verkehrsmittel und Wege, die nicht überfüllt oder laut sind.	20 ... möchte ich schnell und ohne Hindernisse (z.B. Stau, umsteigen) ankommen.		
			2 ... vermeide ich es, allein an unbekannten Orten zu sein.			

Stark et al., 2024; see also Stark et al., 2025c

Veränderbarkeit von Einstellungen











Veränderbar?
Ja!
Verhaltens-
umsetzung?
Schwierig.

https://pixabay.com/de/photos/fahrrad-fahrradstuhl-%c3%a4nder-rad-fahrt-7248484/

Mit dem Fahrrad unterwegs:
wichtig für Sicherheit und Wohlbefinden

Die Gestaltung des Straßenraums beeinflusst maßgeblich, wie sicher und wohl sich Jugendliche beim Gehen und Radfahren fühlen.

- Abstand zum Kfz-Verkehr
- Autoverkehr
- Grün



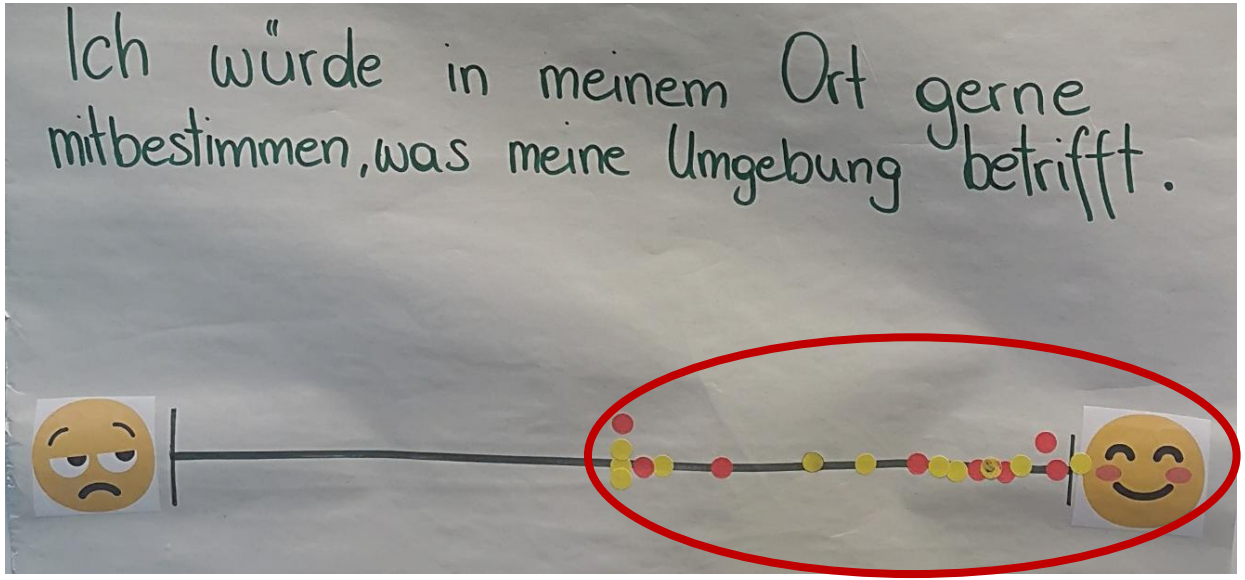
Stark et al., 2025d



Jugendliche nehmen Verkehrs-umgebungen sehr bewusst wahr.

https://pixabay.com/de/photos/fahrrad-fahrradstuhl-%c3%a4nder-rad-fahrt-7248484/

Betroffen. Ungehört.





Kinder & Jugendliche wollen mitbestimmen

https://pixabay.com/de/photos/fahrrad-fahrradstuhl-kinder-rad-fahrt-7248484/

Fazit

negative Trends & Handlungsdruck

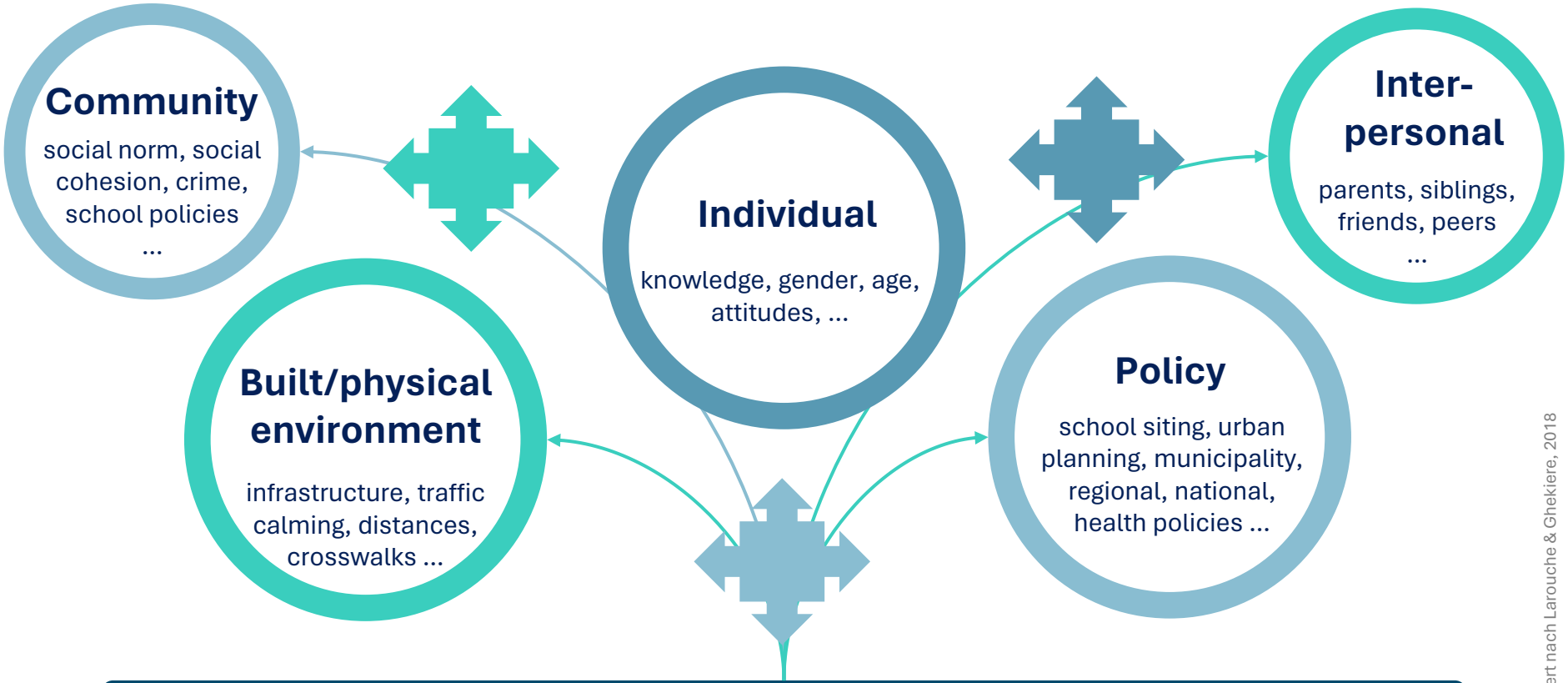
Aktive Mobilität ↓
Physische Aktivität ↓
Psychische & körperliche Gesundheit ↓

Potenzial auf mehreren Ebenen

Aktive Mobilität ↔ Physische Aktivität
Aktive Mobilität ↔ Wohlbefinden
Einstellungen zu Aktiver Mobilität +



https://pixabay.com/de/photos/fahrrad-fahrradist%c3%a4nder-rad-fahrt-7248484/;
https://picryl.com/media/good-bad-opposite-495cbb



Sozialökologisches Modell der Korrelate aktiver Mobilität

Geändert nach Larouche & Ghekiere, 2018

Es geht nicht rein nur darum, wie Kinder von A nach B kommen, sondern darum, welche Kindheit unsere Mobilitätsbedingungen ermöglichen.



Das Recht auf bewegte Kindheit.

https://pixabay.com/de/photos/fahrrad-fahrradstuhl-kinder-rad-fahrt-7248484/

BOKU UNIVERSITY

Vielen Dank!

Assoz.Prof. PD DI Dr. Juliane Stark
Institut für Verkehrswesen, Universität für Bodenkultur Wien
Peter-Jordan-Straße 82, 1190 Wien

T +43 1 47654-85621
juliane.stark@boku.ac.at

boku.ac.at
young-mobility.at
trawell.life

Referenzen (Auszug)

Aschauer, F. (2014). *Einfluss der wahrgenommenen Verkehrssicherheit von Eltern auf die Mobilität ihrer Kinder [Masterarbeit, University of Natural Resources and Life Sciences].*

Bundesministerium für Soziales, G., Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK). (2016/2022). *Österreichischer Gesundheitsbericht 2026 und 2022.*

Felder-Puig, R., Teutsch, F., & Winkler, R. (2023). *Gesundheit und Gesundheitsverhalten von österreichischen Lehrlingen. Ergebnisse der Lehrlingsgesundheitsbefragung 2021/22. BMSGPK. .*

Klimont, J. (2020). *Österreichische Gesundheitsbefragung 2019 - Hauptergebnisse des Austrian Health Interview Survey (ATHIS) und methodische Dokumentation.*

Larouche, R., & Ghekiere, A. (2018). An Ecological Model of Active Transportation. In *Children's Active Transportation (pp. 93-103). Elsever. https://doi.org/https://doi.org/10.1016/B978-0-12-811931-0.00006-5*

Stark, J., & Hössinger, R. (2025a). The Power of Active Mobility: How Walking and Cycling Can Boost Well-being. *Frontiers for Young Minds, 13. https://doi.org/10.3389/frym.2025.1611604*

Stark, J., Hössinger, R., Wegener, S., Batiajew, V., & Su, S. (2025b). Children's active mobility, physical activity and well-being. *Journal of Transport & Health, 44. https://doi.org/10.1016/j.jth.2025.102120*

Stark, J., Hössinger, R., & Ajzen, I. (2025c). Explaining children's physical activity: Experiential attitudes in the theory of planned behaviour. *Transportation Research Part F-Traffic Psychology and Behaviour, 112, 63-76. https://doi.org/10.1016/j.trf.2025.03.024*

Stark, J., Frühwirth, J., & Aschauer, F. (2018). Exploring independent and active mobility in primary school children in Vienna. *Journal of Transport Geography, 68, 31-41. https://doi.org/10.1016/j.jtrangeo.2018.02.007*

Stark, J; Punz, T; Werner, L; Wedenig, R.; Su, S.; Hössinger,R. (2025d): Children's preferences in urban street design: an image-based best-worst scaling experiment,Transportation Research Part A: Policy and Practice, Volume 201, 2025, 104674, https://doi.org/10.1016/j.tra.2025.104674.

Stark, J., Singleton, P. A., & Uhlmann, T. (2019). Exploring children's school travel, psychological well-being, and travel-related attitudes: Evidence from primary and secondary school children in Vienna, Austria. *Travel Behaviour and Society, 16, 118-130. https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.tbs.2019.05.001*

Stark, J., Wegener, S., Batiajew, V., Hössinger, R., & Su, S. (2026). Intersecting mobility and physical activity: A comprehensive multi-day survey approach for assessing movement behavior in early adolescence. Transportation Research Procedia, 97, 376-386. https://doi.org/10.1016/j.trpro.2026.04.175

Stark, J., Wegener, S., & Hössinger, R. (2024). Radfahren – gesund und umweltfreund-lich – aber trotzdem nicht mein Fall!? Einstellungen von Kindern zum Radfahren 15. Österreichischer Radgipfel, 16. - 17. April 2024, Wiener Neustadt

Statistik Austria, (2016). Standard-Dokumentation Metainformationen zur Österreichische Gesundheitsbefragung 2014.