



Umfrage Hüpfekästchen

- 1. Kennen Sie "Hüpfekästchen/ Himmel und Hölle/ Hinkelkästchen"?**
 - Ja
 - Nein
- 2. Sind Sie schon mal "Hüpfekästchen" gesprungen?**
 - Ja
 - Nein
 - Weiß ich nicht
- 3. In welchem Alter sind Sie "Hüpfekästchen" gesprungen? (Mehrfachnennung möglich)**
 - Als Kind
 - Als Jugendlicher
 - Als Erwachsener
- 4. Wie gut gefallen Ihnen "Hüpfekästchen"?**
 - Sehr gut
 - Gut
 - Schlecht
- 5. Welche Merkmale treffen Ihrer Meinung nach auf "Hüpfekästchen" zu? (Mehrfachnennung möglich)**
 - Ist motivierend
 - Bringt Spaß und Freude

- Schult die Koordination
- Verbessert die Beinkraft
- Schult die Ausdauerfähigkeit
- Stabilisiert die Rumpfmuskulatur
- Sonstiges: _____

6. Glauben Sie, dass "Hüpfekästchen" gesundheitsfördernd (z.B. präventiv gegen Osteoporose) ist?

- Ja
- Nein

7. Wo glauben Sie, können "Hüpfekästchen" eingesetzt werden? (Mehrfachnennung möglich)

- Zuhause
- In der Schule
- Im Verein
- Im Fitnesscenter
- In Gesundheitszentren
- Sonstiges: _____

8. Wenn Sie ein "Hüpfekästchen" aufmalen würden, wie sähe die Anordnung aus?

- Klassische Anordnung
- Beliebige Anordnung
- Weiß ich nicht

9. Ist "Hüpfekästchen" springen in Ihren Augen auch sinnvoll für Erwachsene?

- Ja
- Nein
- Weiß ich nicht

10. Könnten Sie sich vorstellen, wieder "Hüpfekästchen" zu springen?

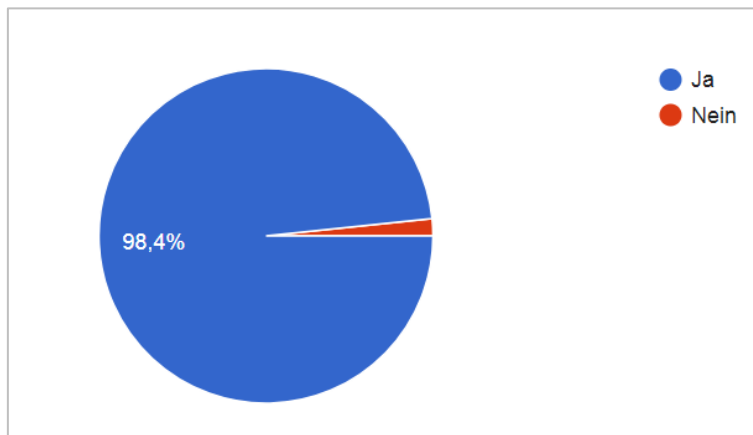
- Ja
- Nein
- Weiß ich nicht

Auswertung Umfrage Hüpfekästchen

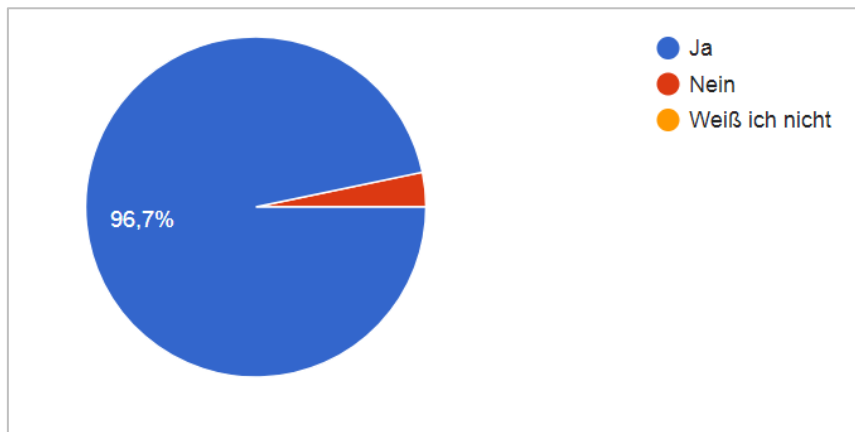
61 Teilnehmer/innen aus folgenden Tätigkeitsbereichen:

- Account Manager
- Arzt
- Autor/in
- B-Lizenz-Trainer
- Coaching, Beratung
- Diätassistentin
- Elektroanlagemonteur
- Ergotherapeut/in
- Erzieher/in
- Fitnessbranche
- Founder
- Geschäftsleitung
- Gesundheitswesen
- Hausfrau
- Heilpraktikerin
- HR Business Partner/in
- Kardiotechnik
- Kursleiterin
- Lehrer/in
- Office Management, HR
- Personal Trainer
- Physiotherapie
- PR/ Kommunikation
- Prävention, Präventionsdozentin
- Sales Coordinator
- Senioren- und Pflegeberatung, akt. Gesundheitsberatung für Senioren
- Student/in
- Verwaltung
- Wissenschaft

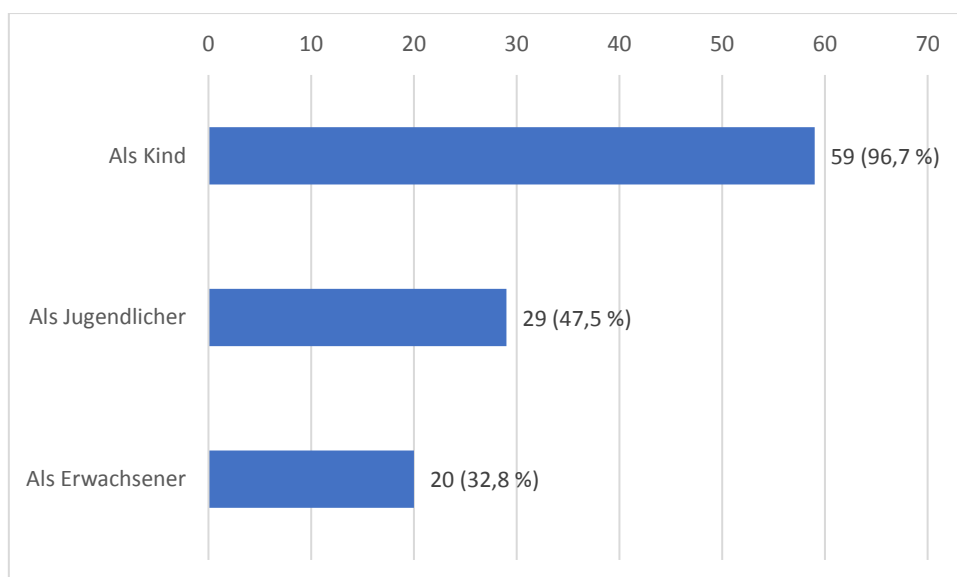
1) Kennen Sie "Hüpfekästchen/ Himmel und Hölle/ Hinkelkästchen"?



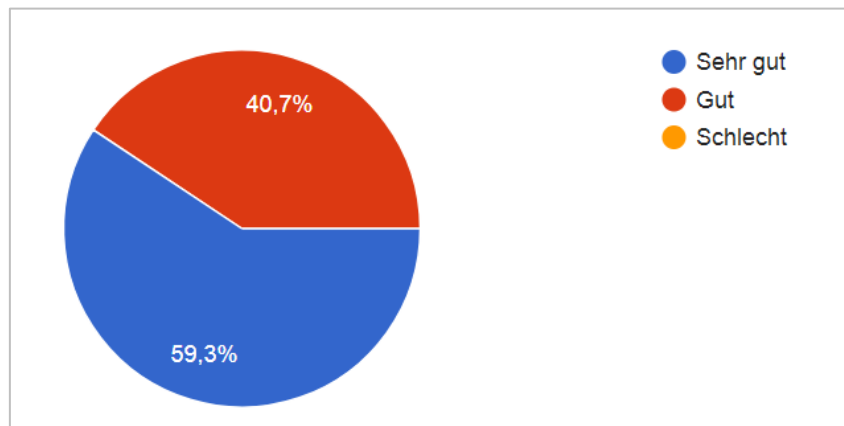
2) Sind Sie schon mal "Hüpfekästchen" gesprungen?



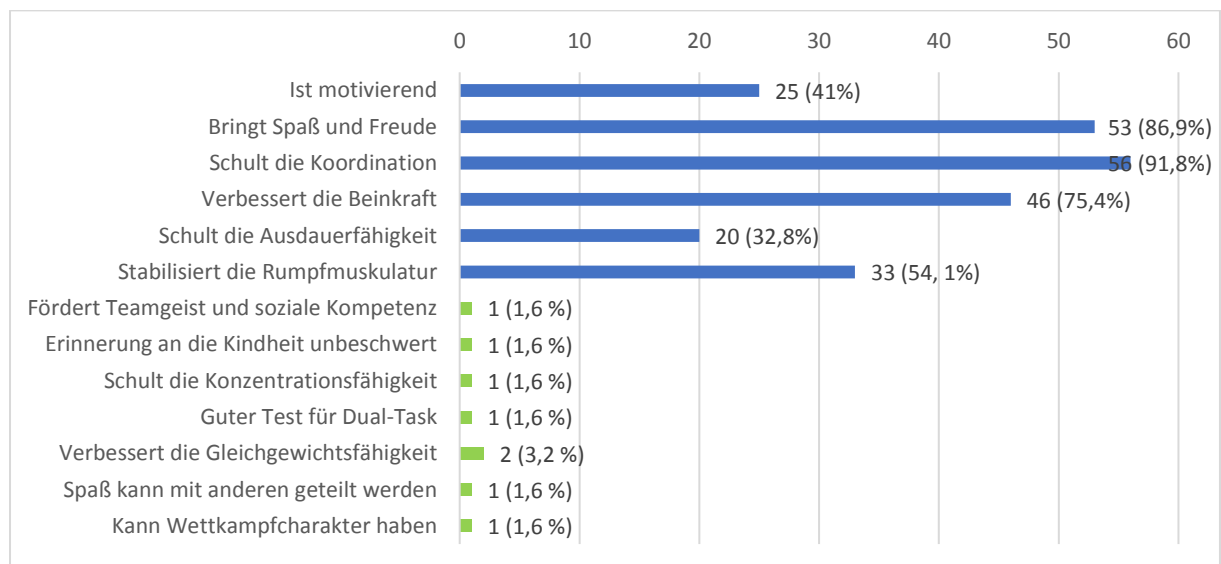
3) In welchem Alter sind Sie "Hüpfekästchen" gesprungen?
(Mehrfachnennung möglich)



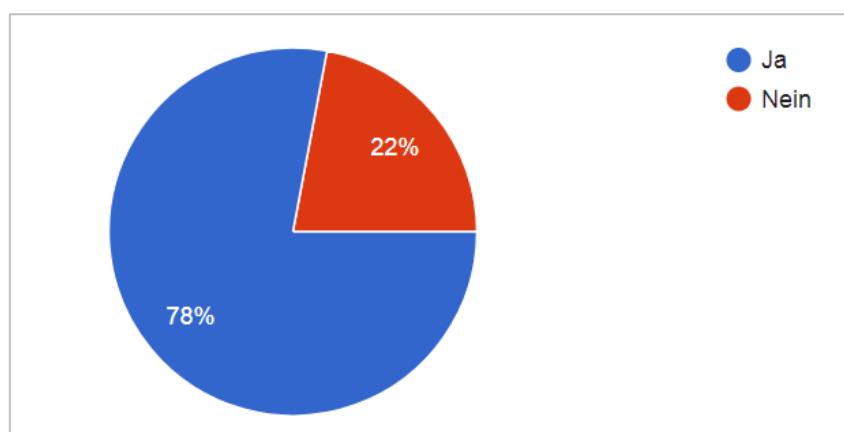
4) Wie gut gefallen Ihnen "Hüpfekästchen"?



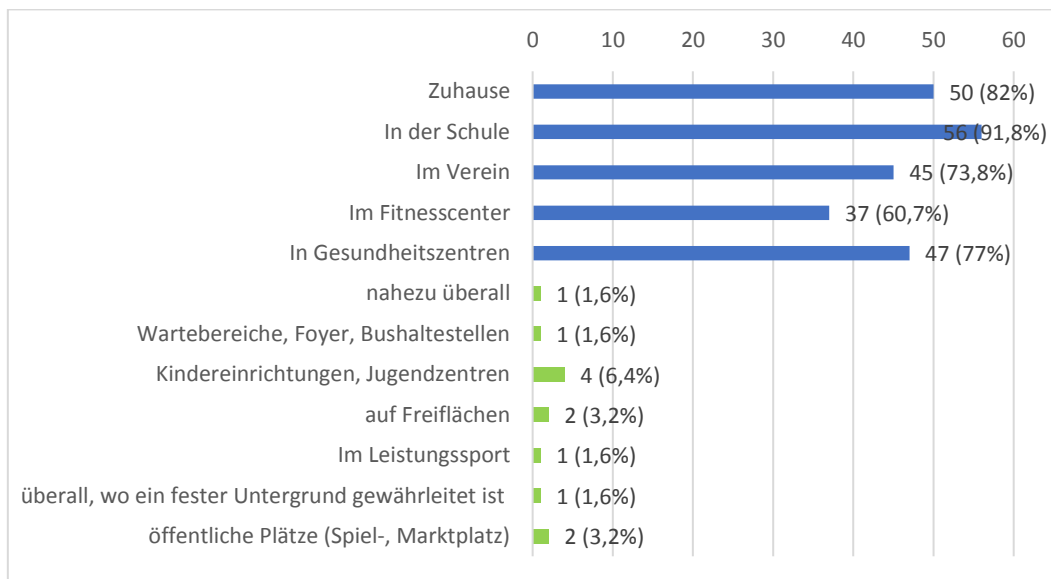
5) Welche Merkmale treffen Ihrer Meinung nach auf "Hüpfekästchen" zu? (Mehrfachnennung möglich)



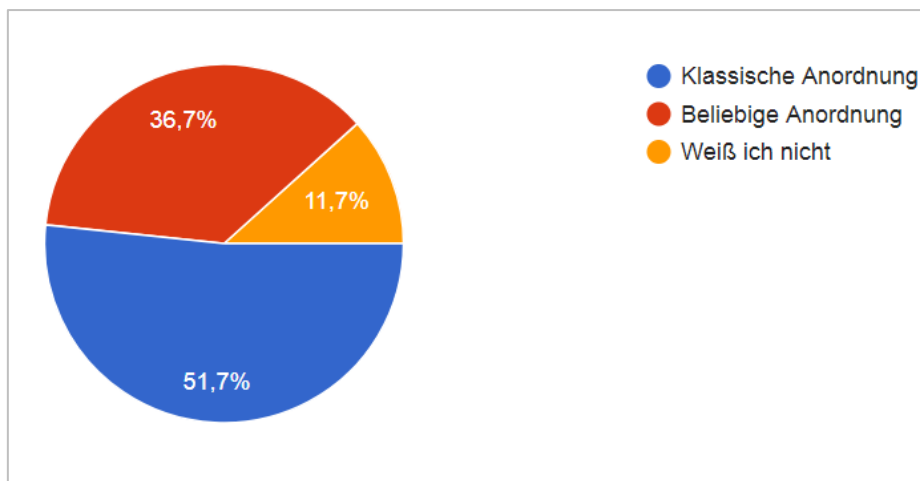
6) Glauben Sie, dass "Hüpfekästchen" gesundheitsfördernd (z.B. präventiv gegen Osteoporose) ist?



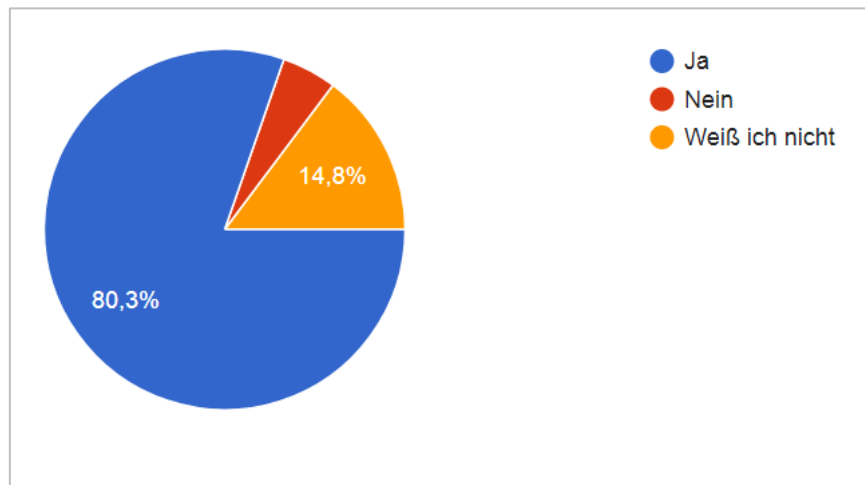
7) Wo glauben Sie, können "Hüpfekästchen" eingesetzt werden?
(Mehrfachnennung möglich)



8) Wenn Sie ein "Hüpfekästchen" aufmalen würden, wie sähe die Anordnung aus?



9) Ist "Hüpfekästchen" springen in Ihren Augen auch sinnvoll für Erwachsene?



10) Könnten Sie sich vorstellen, wieder "Hüpfekästchen" zu springen?

