



2015 Insights  
Deutschland, Österreich  
und Schweiz







Radfahren

3

Laufen

39

# 5,3

Aktivitäten pro Sekunde wurden im Jahr 2015 auf Strava hochgeladen.

Strava ist DAS soziale Netzwerk für Sportler. Unser Datenmaterial, bestehend aus Milliarden von Datensätzen, generiert von Millionen von Radfahrern und Läufern, erlaubt einzigartige Erkenntnisse über das Training und die Leistung von Sportlern.

Der vorliegende Bericht, zeichnet ein faszinierendes Profil unserer Deutschen, Österreichischen und Schweizer Sportler im Jahr 2015 und illustriert aktuelle Lauf- und Radtrends in den genannten Ländern.

# Radfahren 2015



HOCHGELADENE RADFAHRTEN

115,788,472

Sonntag,  
7. Juni

AKTIVSTER TAG DES JAHRES

731,295

CENTURY RIDES (>100 MEILEN)

40,621,683,169

GEWONNENE HÖHENMETER

4,145,814,539

GEFAHRENE KILOMETER

HOCHGELADENE RADFAHRTEN

3,814,897

Sonntag,  
28. Juni

AKTIVSTER TAG

35,617

CENTURY RIDES (>100 MEILEN)

4,150,141,275  
GEWONNENE HÖHENMETER

416,271,150

GEFAHRENE KILOMETER

Deutschland,  
Österreich und  
Schweiz

Das Individuum  
im Profil:

Durchschnittswerte  
pro Radfahrt 2015



Zurückgelegte Strecke (km)



Gewonnene Höhe (m)



Geschwindigkeit (km/h)



Zeit im Sattel (std)





Deutschland,  
Österreich und  
Schweiz  
Jährliche  
Gesamtleistung  
pro Person



Zurückgelegte Strecke (km)

862 — 467  
MÄNNER FRAUEN



Gewonnene Höhe (m)

9,821 — 5,126  
MÄNNER FRAUEN



Zeit im Sattel (std)

41:32 — 23:01  
MÄNNER FRAUEN



Aktivster Tag des Jahres

28.06.15 — 28.06.15  
MÄNNER FRAUEN

Deutschland,  
Österreich und  
Schweiz

Regionale  
Spitzenreiter

Höchste Durchschnittsgeschwindigkeit

1  
Brandenburg (Deutschland)  
24.47 km/h

2  
Burgenland (Österreich)  
24.52 km/h

3  
Bremen (Deutschland)  
24.42 km/h

Aktivste Region

1  
Nordrhein-Westfalen (Deutschland)  
556,995 Aktivitäten

2  
Bayern (Deutschland)  
460,086 Aktivitäten

3  
Baden-Württemberg (Deutschland)  
426,366 Aktivitäten

Bergigste Strecke

1  
Uri (Schweiz)  
1738 m

2  
Graubünden (Schweiz)  
1088 m

3  
Tirol (Österreich)  
1065 m

Flachste Strecke

1  
Bremen (Deutschland)  
81 m

2  
Berlin (Deutschland)  
99 m

3  
Hamburg (Deutschland)  
121 m



Längste Fahrt im Durchschnitt

1  
Uri (Schweiz)  
67 km

2  
Burgenland (Österreich)  
53 km

3  
Tirol (Österreich)  
52 km

Kürzeste Fahrt im Durchschnitt

1  
Berlin (Deutschland)  
28.7 km

2  
Hamburg (Deutschland)  
33.2 km

3  
Appenzell (Schweiz)  
34.8 km

Deutschland,  
Österreich und  
Schweiz

Pendler:

Durchschnittswerte  
für 2015



AKTIVSTER TAG FÜR PENDLER AUF DEM RAD

Dienstag,  
30. Juni

10,062

PENDELFAHRTEN

---

289,452

ZURÜCKGELEGTE STRECKE (KM)

23.3

GESCHWINDIGKEIT (KM/H)

0:43

ZEIT IM SATTEL (STD)

---

20,703

UPLOADS PRO WOCHE

---

16.9

ZURÜCKGELEGTE STRECKE (KM)

-75%

RÜCKGANG IM WINTER

Deutschland,  
Österreich und  
Schweiz

10 Strava Segmente  
für Radfahrer



**01 Schauinsland-König**

Baden Württemberg

Der Klassiker im Grossraum Freiburg

[strava.com/segments/1173849](https://www.strava.com/segments/1173849)

**02 Der Schäftlarn**

Bayern

Für alle die in München wohnen ein Muss

[strava.com/segments/662922](https://www.strava.com/segments/662922)

**03 Stationsweg Climb**

Nordrheinwestfalen

Hier hat sich Andre Greipel im eigenen Revier verewigt

[strava.com/segments/4415676](https://www.strava.com/segments/4415676)

**04 Rottach - Valepp**

Bayern

Wie lange bleibt Marcus Burghardt noch King of Valepp?

[strava.com/segments/1844923](https://www.strava.com/segments/1844923)

**05 Gaisberg (offizielle Messtrecke)**

Salzburg

Salzburgs finest

[strava.com/segments/8014657](https://www.strava.com/segments/8014657)

**06 Kniebrecher Chur-Tschiertschen**

Graubünden

Wir will sich mit Nino Schurter messen?

[strava.com/segments/7085330](https://www.strava.com/segments/7085330)

**07 Passo Stelvio**

Trentino

Hier ist kein Kommentar notwendig

[strava.com/segments/951992](https://www.strava.com/segments/951992)

**08 Nienstädter Pass Barsinghausen ab Schiene**

Niedersachsen

Stravas grösste innerdeutsche Steigung nördlich des Hartz

[strava.com/segments/719791](https://www.strava.com/segments/719791)

**09 Letzte Minute**

Berlin

Populäres Segment in Berlin

[strava.com/segments/8382223](https://www.strava.com/segments/8382223)

**10 Saint Gotthard - Tremola**

Ticino

Marcel Wyss setzt sich ein Denkmal

[strava.com/segments/1410659](https://www.strava.com/segments/1410659)

Deutschland,  
Österreich und  
Schweiz

6 uploads die uns  
begeistert haben

## Leadville 100

Alban Lakata, Kristian Hynek und Christoph Sauser teilen ihren spektakulären Rennerfolg beim prestigeträchtigen Leadville 100 auf Strava

<https://www.strava.com/activities/369855704>

---

## Paris-Brest-Paris

Das wohl traditionsreichste Langstreckenrennen der Welt ist immer eine Geschichte wert.

<https://www.strava.com/activities/375201196>

## Andre Greipel

Gewinnt eine von drei Etappen bei der Tour de France

<https://www.strava.com/activities/341907174>

---

## Marcus Burghardt

Teilt sein Paris Roubaix Abenteuer mit seinen Fans

<https://www.strava.com/activities/284092240>

---

## Emmanuel Buchmann

Teilt seine gesamte Tour de France auf Strava

<https://www.strava.com/activities/339758606>



# Laufen 2015



HOCHGELADENE LÄUFE

52,006,574

Sonntag,  
13. September

AKTIVSTER TAG DES JAHRES

275,648

GELAUFENE MARATHONS

3,810,420,727

GEWONNENE HÖHENMETER

434,262,247

GELAUFENE KILOMETER



HOCHGELADENE LÄUFE

1,683,588

Sonntag,  
27. September

AKTIVSTER TAG DES JAHRES

11,603

GELAUFENE MARATHONS

154,766,306

GEWONNENE HÖHENMETER

16,163,469

GELAUFENE KILOMETER

Deutschland,  
Österreich und  
Schweiz

Das Individuum  
im Profil:  
Durchschnittswerte  
pro Lauf 2015



Zurückgelegte Strecke (km)

9,7

MÄNNER



7,9

FRAUEN



Gewonnene Höhe (m)

93

MÄNNER



73

FRAUEN



Tempo (min/km)

5:34

MÄNNER



6:30

FRAUEN



Laufzeit (std)

0:57

MÄNNER



0:54

FRAUEN

Deutschland,  
Österreich und  
Schweiz

Jährliche Lauf-  
Gesamtleistung  
pro Person



Zurückgelegte Strecke (km)

139 ——— 99  
MÄNNER FRAUEN



Gewonnene Höhe (m)

1,320 ——— 917  
MÄNNER FRAUEN



Laufzeit (std)

13:26 ——— 11:32  
MÄNNER FRAUEN



Aktivster Tag des Jahres

27.09.15 — 27.09.15  
MÄNNER FRAUEN

Deutschland,  
Österreich und  
Schweiz  
Regionale  
Spitzenreiter 2015

Höchste Durchschnittsgeschwindigkeit

1  
Basel (Schweiz)  
5:26 min/km

2  
Berlin (Deutschland)  
5:33 min/km

2  
Geneve (Schweiz)  
5:33 min/km

Aktivste Region

1  
Nordrhein-Westfalen (Deutschland)  
233,160 Aktivitäten

2  
Bayern (Deutschland)  
200,745 Aktivitäten

3  
Baden-Württemberg (Deutschland)  
154,471 Aktivitäten

Bergigster Lauf

1  
Appenzell (Schweiz)  
285 m

2  
Graubünden (Schweiz)  
252 m

3  
Uri (Schweiz)  
242 m

Flachster Lauf

1  
Bremen (Deutschland)  
12 m

2  
Berlin (Deutschland)  
32 m

3  
Brandenburg (Deutschland)  
33 m



Längste Strecke im Durchschnitt

1  
Uri (Schweiz)  
10.99 km

2  
Graubünden (Schweiz)  
10.95 km

3  
Kärnten (Österreich)  
10.52 km

Längste Laufzeit im Durchschnitt

1  
Vorarlberg (Österreich)  
1:29 std

2  
Jura (Schweiz)  
1:24 std

3  
Uri (Schweiz)  
1:13 std

Deutschland,  
Österreich und  
Schweiz

Pendler:

Durchschnittswerte  
für 2015



**BELIEBTESTER TAG FÜR PENDLER PER PEDES**

Mittwoch,  
17. Juni

907

**PENDELLÄUFE**

---

8,009

**ZURÜCKGELEGTE STRECKE (KM)**

5:19

GESCHWINDIGKEIT (MIN/KM)

0:42

ZEIT IM LAUFSCHUH (STD)

---

7.2

ZURÜCKGELEGTE STRECKE (KM)

2,082

UPLOADS PRO WOCHE

Deutschland,  
Österreich und  
Schweiz

Spannendes vom  
BMW Berlin Marathon

Deutschland, Österreich und Schweiz  
Spannendes vom BMW Berlin Marathon

HOCHGELADENE AKTIVITÄTEN - BERLIN MARATHON

2470

75 Nationen

SIND BEIM BERLIN MARATHON VERTRETEN

6:01 MIN

KM 39 - LANGSAMSTER KILOMETER DES RENNENS

IX OLYMPIA  
CHRISTIAN KREIENBÜHL UNTERBIETET DIE SCHWEIZER  
OLYMPIANORM VON 2:14 IN 2:13:59 STD

4:38 MIN

KM 16 - SCHNELLSTER KILOMETER DES RENNENS

