

**Die Führungskräfte in Österreich achten mehr als früher auf ihre Gesundheit und betreiben oft Sport**



**Karrierepool Stellenmarkt**

REDAKTION  
 VERGIL SIEGL

Jeder dritte Chef geht ab und zu ins Fitnessstudio, viele setzen auch auf Wandern. ☺



Foto: Studio Romantic - stock.adobe.com

**T**rotz hoher Belastung in der Arbeit achten heimische Manager immer mehr auf ihre Gesundheit: Laut neuer Triconsult-Umfrage im Auftrag des Wirtschaftsforums der Führungskräfte (WdF) sieht zwar jeder zweite Chef „Stress“ und „Bewegungsmangel“ als große Risikofaktor. Die meisten beugen dem aber durch Sport und Training vor, um im Beruf leistungsfähig zu bleiben.

52 Prozent der Manager gehen gerne Wandern oder im Winter auf Skitouren, 49 Prozent gehen Radfahren und 41 Prozent Skifahren. Für 37 Prozent der Führungskräfte gehört Joggen mehr oder weniger häufig

# Manager werden fitter

zum Alltag, 35 Prozent praktizieren Krafttraining beziehungsweise gehen in ein Fitnessstudio.

„Österreichs Führungskräfte sind sich zunehmend der Verantwortung gegenüber ihrer Gesundheit und auch der ihrer Mitarbeiter bewusst“, analysiert Triconsult-Geschäftsführer Felix

Josef. Deshalb werden auch verstärkt Maßnahmen im Bereich der betrieblichen Organisation ergriffen, um Druck und Stress für das Personal zu reduzieren. Mehr als die Hälfte der Befragten haben im Unternehmen die Möglichkeit des Home-Office und Teilzeit-Arbeitsmodelle eingeführt.

Beim Thema Zigaretten dürften Manager tatsächlich Vorbilder sein: Nur elf Prozent geben an, Raucher zu sein. Zum Vergleich: In der Gesamtbevölkerung sind es 23 Prozent. Von diesen elf Prozent möchte die Hälfte mit ihrem Laster aufhören. Wenn überhaupt, will man „süchtig nach Arbeit“ sein.