

19 Millionen Trainings: Marktführerin kräftigt die Muskeln der Schweiz

Zürich, 8. Januar 2026 – Mit rund 290'000 Mitgliedern und rund 19 Millionen Trainings festigt Movemi ihre Position als klare Marktführerin im Schweizer Fitnessmarkt. Die jüngste Mitgliederumfrage zeigt zudem: Muskel- und Kraftaufbau werden immer wichtiger.

25'000 Mitglieder mehr als noch im letzten Januar bewegen sich in den Anlagen von Activ Fitness und Fitnesspark. Auch die Zahl der absolvierten Trainings steigt: Insgesamt wurde rund 19 Millionen Mal trainiert. Dabei wurde durchschnittlich 1,3-mal pro Woche in die Anlagen von Activ Fitness und Fitnesspark eingeklickt, um im Workout-Bereich zu trainieren oder an einem der insgesamt 235'000 durchgeführten Gruppenkurse teilzunehmen. Die stetig steigende Mitgliederzahl und die regelmässigen Besuche bestätigen den Wandel von Fitness als Freizeit-Aktivität hin zu Fitness als integralen Bestandteil des Alltags.

Gesundheitsförderung und Muskelaufbau stehen im Fokus

Die Mitgliederumfrage, die Movemi im Mai 2025 bereits zum zweiten Mal durchgeführt hat und an der knapp 58'000 Mitglieder teilgenommen haben, zeigt, dass gleich mehreren Trainingsbereichen eine höhere Relevanz zugeschrieben wird als noch vor drei Jahren: Krafttraining gewinnt an Bedeutung - sei es geführt, mit Freihanteln oder an smarten Geräten ausgeübt.

Zu den Hauptgründen für den Besuch eines Fitnessstudios gehören die Förderung der Gesundheit, die Verbesserung der allgemeinen Fitness, die Steigerung der Lebensqualität und – mit signifikanter Steigerung im Vergleich zur Befragung 2022 – die Förderung des Muskel- und Kraftaufbaus. Weiterhin relevant und in der Bedeutung ebenfalls zunehmend ist das Ziel eines schöneren Erscheinungsbildes.

Verschiebung der Trainingszeiten im hybriden Alltag

Weiter konnte festgestellt werden, dass sich die präferierten Trainingszeiten wochentags vermehrt in die Morgen- und Nachmittagsstunden verschieben. Ausserdem gewinnt die Möglichkeit der Nutzung verschiedener Anlagen an Bedeutung: Rund ein Drittel der Mitglieder trainiert regelmässig an verschiedenen Standorten. Die hybriden Lebensstile, in denen Arbeits- und Wohnort miteinander verschmelzen, wirken sich somit potenziell auf die Trainingsgewohnheiten aus.

Innovation trifft auf Lebensrealität

Um diesen sich verändernden Lebensrealitäten zu entsprechen, entwickelt Movemi seine Angebote laufend weiter: «Training ist heute mehr als Leistung – es ist ein Lifestyle», erklärt Markus Wolf, CEO von Movemi. «Wir investieren viel, um diesen Veränderungen gerecht zu werden. Erst im Dezember wurde im Fitnesspark Stockerhof in Zürich ein Third Place-Loungebereich realisiert, in dem Mitglieder nicht nur eine kleine Mahlzeit einnehmen, sondern sich auch zum Arbeiten zurückziehen können.» Nebst diesem 'Third Place', den Movemi in Zukunft an verschiedenen Standorten schaffen will, investiert das Unternehmen auch in smartes Training: «Innerhalb der nächsten zwei Jahre wird ein Grossteil unserer Anlagen von Activ Fitness mit smarten, also technologiegesteuerten, Trainingsgeräten von Egym ausgestattet», erklärt Wolf. Zu den weiteren Investitionen zählen insbesondere Erweiterungen der Kraftbereiche sowie den Ausbau beliebter Wellness-Angebote wie Sauna-Aufgüsse.

Wechsel an der Spitze der Movemi AG

Für die künftigen strategischen Entscheide bei Movemi verantwortlich ist seit 1. Januar 2026 Markus Wolf, ehemaliger CEO der Weissen Arena Gruppe sowie von Swiss-Ski. Er trat die Nachfolge von René Kalt an, der sich nach über drei Jahrzehnten bei der Migros per Ende 2025 in den Ruhestand verabschiedet hat. Markus Wolf übernimmt die Movemi AG mit ihren schweizweit 144 Anlagen und rund 4300 Mitarbeitenden.

Logo & Bilder zum Download:

[Presse – Activ Fitness](#)

[Presse - Fitnesspark](#)

Zur Movemi AG:

Die movemi AG ist der grösste Fitnessanbieter in der Schweiz und eine Tochtergesellschaft der Genossenschaft Migros Zürich. Das Unternehmen mit Sitz in Zürich Oerlikon vereint seit 2022 die Marken ACTIV FITNESS und FITNESSPARK unter einem Dach. Über 4300 Mitarbeitende arbeiten in schweizweit 144 Anlagen und repräsentieren das dichteste Studionetz der Schweiz. Aktuell trainieren in den beiden Formaten rund 290'000 Mitglieder an 365 Tagen im Jahr. ACTIV FITNESS gehört mit dem kompletten Leistungsangebot an Kraft- und Herzkreislauf-Training, Group Fitness-Kursen, Wellness und Kinderparadies an 128 Standorten zu den günstigsten Fitnessanbietern mit dem besten Preis-Leistungs-Verhältnis der Schweiz. Die 16 Anlagen von FITNESSPARK verfolgen mit ihrem umfassenden und ganzheitlichen Angebot in hochklassiger Atmosphäre den ursprünglichen Wellnessgedanken, Fitnesstraining mit Angeboten für Entspannung und Ernährung zu kombinieren.

Für weitere Presseinformationen

Silvia Talabér
Presseverantwortliche
+41 44 725 70 10
presse@movemi.ch