



Bringen wir mehr  
Bewegung in unseren Alltag!

## BEWEGTESTE GEMEINDE 2025

### Welche Gemeinde kürt sich heuer zur aktivsten des Landes?

Ab 1. Mai heißt es wieder: Auf die Plätze, fertig, sammeln, los! Steirische Gemeinden treten in den darauffolgenden 6 Wochen gegeneinander an, um so viele Bewegungsminuten wie möglich zu sammeln – mit einem Ziel: sich den begehrten Titel der „Bewegtesten Gemeinde 2025“ der Steiermark sowie gesamt 15.000 Euro für Bewegungsprojekte zu sichern! Langfristig soll dadurch der Spaß an der Bewegung und ein aktiver Lebensstil gefördert werden.

Egal, ob beim Wandern, Radfahren, beim Yoga oder Tanzen – jede Minute an Bewegung zählt! Die Teilnehmer:innen können sämtliche Aktivitäten in der [neuen App der Bewegungsrevolution](#) ganz einfach dokumentieren, ihre gesammelten Minuten werden direkt ihrer angegebenen Gemeinde zugeordnet. So wird Bewegung zu einem gemeinsamen Ziel, bei dem der Zusammenhalt und die Gesundheit der Steirer:innen im Mittelpunkt stehen.

### So kannst du mitmachen

#### Wer kann sich beteiligen?

Jede Steirerin und jeder Steirer ist eingeladen, Bewegungsminuten zu sammeln.

#### Was ist als Erstes zu tun?

Am Smartphone im [App Store](#) oder über [Google Play](#) die **neue App der Bewegungsrevolution** herunterladen, sich registrieren und



Bringen wir mehr  
Bewegung in unseren Alltag!

kostenfrei loslegen. Die App bietet nicht nur eine einfache Möglichkeit, Bewegungsminuten zu dokumentieren, sondern liefert auch jede Menge Inspiration für andere Bewegungsaktionen. Die Auswahl der Gemeinde erfolgt beim Registrieren in der App, so werden die Bewegungsminuten automatisch jener zugeordnet.

### Wie kannst du Aktivitätsminuten erfassen?

Die Teilnahme ist ganz einfach! Du kannst deine Bewegungsminuten auf verschiedene Weisen dokumentieren. Verbinde deine Smartwatch mit der App und deine Aktivitäten werden automatisch erfasst. Alternativ kannst du deine Minuten direkt in der App eintragen oder die Start-Stopp-Funktion in der App nutzen, um deine Bewegung zu messen.

### Kann ich auch ohne App mitmachen?

Damit die Teilnahme auch wirklich für jede:n möglich ist, gibt es die Möglichkeit Minuten in der Webversion der App (kein App-Download erforderlich) einzutragen. Alternativ kann ein Dokument zur handschriftlichen Erfassung der Minuten heruntergeladen werden. Wir empfehlen dir aber ganz klar den Download der App: Neben Bewegungsinspirationen sowie News kannst dich im Leaderboard der App auch mit anderen Teilnehmer:innen matchen.

### Wie holt sich deine Gemeinde den Sieg?

Das Ziel ist klar: So viele Bewegungsminuten wie möglich sammeln! Damit die Voraussetzungen fair sind, treten die steirischen Gemeinden abhängig von ihrer Einwohnerzahl in drei Kategorien gegeneinander an:

- **Kategorie 1:** weniger als 2.500 Einwohner:innen



Bringen wir mehr  
Bewegung in unseren Alltag!

- **Kategorie 2:** 2.500 bis 5.000 Einwohner:innen
- **Kategorie 3:** mehr als 5.000 Einwohner:innen

## Wir belohnen deinen Einsatz!

In jeder Kategorie verdienen sich die Gewinner-Gemeinden **5.000 Euro für Bewegungsprojekte**. Das bedeutet, dass jene Kommunen wiederum in Projekte investieren, die die Gesundheit und Bewegungsfreude ihrer Bewohner:innen fördern.\*

Aber das ist noch nicht alles! Unter allen Teilnehmenden werden zudem **zahlreiche Sachpreise und Gutscheine** verlost – es lohnt sich also, jede Minute an Bewegung zu dokumentieren!

*\*Das Preisgeld ist zweckgebunden und darf ausschließlich für Bewegungsprojekte verwendet werden. Die Gemeinden sind verpflichtet, die Verwendung des Gewinns mit Rechnungen zu belegen. Zudem müssen die Förderrichtlinien des Gesundheitsfonds eingehalten werden. Die Abrechnungsfrist für die Mittelverwendung endet am 31. August 2025.*

## So bewegt war die letzte Challenge

Im vergangenen Jahr nahmen zahlreiche Gemeinden an den beiden Runden der Challenge teil und sammelten insgesamt **11,7 Millionen** Bewegungsminuten in **mehr als einem Drittel des Jahres**. In der ersten Ausgabe siegte Tillmitsch mit den meisten Bewegungsminuten pro Einwohner:in, Krakau holte sich den Sonderpreis mit den gesamt meisten gesammelten Minuten. Die beiden Gemeinden bestätigten ihre Hochform auch in der zweiten Ausgabe, holten sich in ihrer Einwohner:innen-Kategorie den Sieg, sowie Krieglach. Besonders beeindruckend war, dass alle aktiven Gemeinden sich gemeinsam über **22 Jahre lang bewegten und dabei eine Strecke von 18 Mal um den Erdäquator** zurücklegten. Auch heuer gilt: Jede Minute und jeder Schritt zählt – sei dabei und



Bringen wir mehr  
Bewegung in unseren Alltag!

sorge dafür, dass deine Gemeinde zu den aktivsten des Landes zählt!

### Noch Fragen?

Bei weiteren Fragen steht dir unser Team unter der E-Mail-Adresse **[bewegtestegemeinde@diebewegungsrevolution.at](mailto:bewegtestegemeinde@diebewegungsrevolution.at)** gerne zur Verfügung.