



Landeshauptstadt
Mainz

Informationen zur Stadtentwicklung

Berufspendlerbewegungen in Mainz und der Region
2014 bis 2025

Impressum

Landeshauptstadt Mainz
Stadthaus Große Bleiche
Große Bleiche 46/Löwenhofstraße 1
55116 Mainz
Postfach 3820 | 55028 Mainz
www.mainz.de

Redaktion

Amt für Stadtforschung und nachhaltige Stadtentwicklung
Malakoff Passage
Rheinstraße 4G
Tel. 06131 12-2951
E-Mail: stadtentwicklung@stadt.mainz.de

Titelbild: © Carsten Costard

Juli 2026

Inhaltsverzeichnis

1	Einführung: Datensatz und räumliche Analyse der Pendlerbewegungen	1
2	Übersicht: Sozialversicherungspflichtig Beschäftigte mit Wohn- und Arbeitsort Mainz	2
3	Räumliche Analyse: Pendlerverflechtungen der Stadt Mainz mit Gemeinden in Hessen und Rheinland-Pfalz	5
3.1	Einpendler:innen in die Stadt Mainz	5
3.2.	Auspendler:innen aus der Stadt Mainz	7
3.3	Pendlerverflechtungen der Stadt Mainz mit dem Landkreis Mainz-Bingen.....	9
3.4	Pendler:innenbeziehungen zwischen dem Landkreis Mainz-Bingen und dem erweiterten Rhein-Main-Gebiet	10
3.5	Pendler:innenverflechtungen zwischen den Großstädten im Rhein-Main-Gebiet.....	11
4	Pendler:innenzahlen im Rhein-Nahe-Verkehrsbund (RNN) und im Rhein-Main-Verkehrsbund (RMV).....	17
4.1	Einpendler:innen nach Mainz aus RNN- und RMV-Gebiet	18
4.2	Auspendler:innen aus Mainz in das RNN- und RMV-Gebiet	22
5.	Zusammenfassung: Starker Anstieg der Pendler:innenzahlen insgesamt und besonders bei der Verflechtung der Großstädte im Rhein-Main-Gebiet	27
	Literaturverzeichnis	29

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1:	Entwicklung der sozialversicherungspflichtig Beschäftigten am Arbeits- und Wohnort Mainz 2014-2025 (absolut)	3
Abb. 2:	Entwicklung der sozialversicherungspflichtig Beschäftigten am Arbeits- und Wohnort Mainz 2014-2025 (Index 2014=100 %).....	4
Abb. 3:	Entwicklung der Ein- und Auspendler:innen der Stadt Mainz 2014-2015 (absolut).....	6
Abb. 4:	Entwicklung der Ein- und Auspendler:innen der Stadt Mainz 2014-2015 (Index 2014=100).	6
Abb. 5:	Wichtigste Herkunftsgemeinden (Wohnorte) der Mainzer Einpendler:innen 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025 (absolut)	7
Abb. 6:	Wichtigste Zielgemeinden (Arbeitsorte) der Mainzer Auspendler:innen 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025 (absolut)	8
Abb. 7:	Einpendler:innen nach Mainz aus dem Landkreis Mainz-Bingen 2014, 2019 und 2025 (absolut)	9
Abb. 8:	Auspendler:innen aus Mainz in den Landkreis Mainz Bingen 2014, 2018 und 2025 (absolut)	9
Abb. 9:	Ein- und Auspendler:innen in/aus LK Mainz LK Mainz-Bingen aus/in ausgewählte(n) Landkreise(n) 2025	10
Abb. 10:	Ein- und Auspendler:innen in/aus LK Mainz Bingen aus/in ausgewählte(n) Städte(n) im Rhein-Main-Gebiet 2025	11
Abb. 11:	Ein- und Auspendler:innen nach/aus Mainz aus/in ausgewählte(n) Städte(n) im Rhein-Main-Gebiet 2025.....	12
Abb. 12:	Ein- und Auspendler:innen nach/aus Wiesbaden aus/in ausgewählte(n) Städte(n) im Rhein-Main-Gebiet 2025	12
Abb. 13:	Ein- und Auspendler:innen nach/aus Frankfurt aus/in ausgewählte(n) Städte(n) im Rhein-Main-Gebiet 2025.....	13
Abb. 14:	Ein- und Auspendler:innen nach/aus Offenbach aus/in ausgewählte(n) Städte(n) im Rhein-Main-Gebiet 2025.....	14
Abb. 15:	Ein- und Auspendler:innen nach/aus Darmstadt aus/in ausgewählte(n) Städte(n) im Rhein-Main-Gebiet 2025.....	15
Abb. 16:	Einpendler:innen in die Stadt Mainz aus dem RNN-Gebiet 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025.....	19
Abb. 17:	Einpendler:innen in die Stadt Mainz aus dem RMV-Gebiet 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025.....	20
Abb. 18:	Auspendler:innen aus der Stadt Mainz in das RNN-Gebiet 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025 (absolut)	23
Abb. 19:	Auspendler:innen aus der Stadt Mainz in das RMV-Gebiet 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025 (absolut)	25

Kartenverzeichnis

Karte 1:	Gebietsabgrenzung des RNN und RMV	18
Karte 2:	Einpendler:innen nach Mainz aus RNN- und RMV-Gebiet 2025 nach Landkreisen (absolut).	20
Karte 3:	Einpendler:innen nach Mainz aus Gemeinden des RNN- und RMV-Gebietes 2025 (absolut)	21
Karte 4:	Anteil der Einpendler:innen nach Mainz 2025	22
Karte 5:	Auspendler:innen aus Mainz in das RNN- und RMV-Gebiet 2025 nach Landkreisen (absolut)	24
Karte 6:	Auspendler:innen aus Mainz in Gemeinden der RNN- und RMV-Gebiete 2025 (absolut) .	25

Tabellenverzeichnis

Tab. 1:	Sozialversicherungspflichtig Beschäftigte sowie Ein- und Auspendler:innen in Mainz.....	2
Tab. 2:	Sozialversicherungspflichtig Beschäftigte sowie Ein- und Auspendler:innen in Mainz, Wiesbaden, Frankfurt am Main und dem Landkreis Mainz-Bingen im Vergleich (absolut und +/- %).....	16
Tab. 3:	Einpendler:innen nach Mainz aus dem RNN- und RMV-Gebiet 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025 (absolut und Veränderung in %).....	19
Tab. 4:	Auspendler:innen aus Mainz in das RNN- und RMV-Gebiet 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025 (absolut und Veränderung in %).....	23

1 Einführung: Datensatz und räumliche Analyse der Pendlerbewegungen

Die von 2014 bis 2025 jährlich zur Verfügung stehenden Pendler- und sozialversicherungspflichtig Beschäftigten-Daten der Bundesagentur für Arbeit, ermöglichen eine Analyse und Darstellung der räumlichen Struktur der Pendlerverflechtungen (Pütz, 2004) der vergangenen zwölf Jahre. Die Datenanalyse basiert auf der Kenntnis der Arbeits- und Wohnorte der sozialversicherungspflichtig Beschäftigten¹ (sozialversicherungspflichtig Beschäftigte einschl. der Auszubildenden).

Die verwendeten Pendlerdaten stammen, soweit nicht anders angegeben, von der Bundesagentur für Arbeit und beziehen sich jeweils auf den 30.06. der Jahre 2014 bis 2025. Diese können bedingt nach Geschlecht und Staatsangehörigkeit untergliedert werden, jedoch nicht nach Verkehrsmittelwahl.

Die räumliche Trennung von Arbeitsort und Wohnort legt indirekt eine Pendelbeziehung nahe, ohne dass diese Information eines tatsächlichen Pendelns direkt erhoben wurde. Informationen bezüglich der genauen Art des Pendelns (Tagespendeln², Wochenpendeln oder gelegentliches Pendeln) oder der Häufigkeit von möglichen Home-Office-Tagen liefern die verwendeten Daten nicht.

Die Analyse der Pendlerverflechtungen der Stadt Mainz mit ihrem Umland dient vornehmlich der Einschätzung täglicher Verkehrsströme und der Beschreibung regionaler Arbeitsmärkte, sowie der Abgrenzung zusammenhängender Wirtschafts- und Lebensräume. Der Pendlersaldo gibt zudem Aufschluss über die Tages- und Wirtschaftsbevölkerung.

Zudem sei an dieser Stelle darauf hingewiesen, dass es sich bei der vorliegenden Analyse vorwiegend um eine Bestandsaufnahme auf statistischer Datengrundlage handelt; die Motive und Begründungen der Wanderungsbewegungen sind daraus nicht unmittelbar erkennbar. Hierzu bedürfte es gesonderter Untersuchungen (Befragungen), die insbesondere die Bedeutung großer Arbeitgeber oder branchenspezifischer Entwicklungen im regionalen Kontext näher beleuchten könnten.

¹ SVP-Beschäftigte ohne geringfügig Beschäftigte, Beamte, Selbstständige, mithelfende Familienangehörige, Berufs- und Zeitsoldaten

² Der Begriff Pendler:innen beinhaltet im Sinne der Beschäftigungsstatistik alle sozialversicherungspflichtig Beschäftigten (SVP-Beschäftigte), deren Arbeitsort sich vom Wohnort unterscheidet. Die Pendler, hier unterschieden nach Ein- und Auspendler:innen aus Sicht der Stadt Mainz, setzen sich aus Berufs- und Ausbildungspendlern zusammen. Geringfügig Beschäftigte, Beamte, Selbstständige, mithelfende Familienangehörige, Berufs- und Zeitsoldaten werden in dieser Statistik nicht erfasst.

2 Übersicht: Sozialversicherungspflichtig Beschäftigte mit Wohn- und Arbeitsort Mainz

Im Jahr 2025 gab es in Mainz 128.398 (+21.746 seit 2014) sozialversicherungspflichtig Beschäftigte am Arbeitsort, davon pendelten 80.083 (+12.952 seit 2014) Beschäftigte von außerhalb zu ihrem Arbeitsplatz nach Mainz ein, was einem Anteil von 62,4 % entsprach. Etwa zwei Drittel der Arbeitsplätze wurden demnach von Nicht-Mainzer:innen besetzt (vgl. Tab. 1).

Tab. 1: Sozialversicherungspflichtig Beschäftigte sowie Ein- und Auspendler:innen in Mainz

	absolut					Veränderung in %			
	2014	2018	2020	2022	2025	2014-2018	2014-2020	2014-2025	2020-2025
SVP-Beschäftigte mit Arbeitsort Mainz	106.652	112.706	116.057	121.103	128.398	5,7 %	8,8 %	20,4 %	10,6 %
davon wohnhaft in Mainz	39.372	42.253	44.211	45.913	48.256	7,3 %	12,3 %	22,6 %	9,1 %
davon Einpendler:innen	67.131	70.395	71.797	75.107	80.083	4,9 %	7,0 %	19,3 %	11,5 %
Einpendlerquote in %	62,9 %	62,5 %	61,9 %	62,0 %	62,4 %	-	-	-	-
SVP-Beschäftigte mit Wohnort Mainz	75.207	84.125	87.496	91.953	94.822	11,9 %	16,3 %	26,1 %	8,4 %
davon Auspendler:innen	35.815	41.871	43.284	46.032	46.032	16,9 %	20,9 %	28,5 %	6,3 %
Auspendlerquote in %	47,6 %	49,8 %	49,5 %	50,1 %	48,5 %	-	-	-	-

Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

Während sich seit 2014 die Zahlen der sozialversicherungspflichtig Beschäftigten sowie die der Einpendler:innen deutlich erhöht haben, so hat sich im gleichen Zeitraum der Wert der Einpendler:innenquote kaum verändert, was für ein verhältnismäßig gleichmäßiges Wachstum der Beschäftigten am Standort Mainz und der Einpendler:innen nach Mainz spricht.

Daneben gab es 2025 in Mainz 94.822 (+19.615 seit 2014) sozialversicherungspflichtig Beschäftigte am Wohnort, von denen 46.032 (+10.217 seit 2014) zu ihrem Arbeitsplatz außerhalb von Mainz pendelten, also 48,5 %. Etwa jeder zweite sozialversicherungspflichtig Beschäftigte Mainzer hat seine Arbeitsstelle demnach nicht in Mainz. Verglichen zur Einpendler:innenquote wies die Auspendler:innenquote für den Zeitraum 2014 bis 2025 etwas mehr Veränderungen auf (Minimalwert 2014: 47,6 %; Maximalwert 2022: 50,1 %), allerdings keine, die zu deutlichen Veränderungen führten.

Die Zahl der Beschäftigten mit Arbeitsort Mainz hat, analog zur bundesdeutschen Entwicklung, zwischen 2014 und 2018 um 5,7 % zugenommen. Das Pandemie-Jahr 2020 hat diese positive Entwicklung zwar etwas ausgebremst, jedoch hat danach bis 2025 wieder eine Zunahme von 10,6 % stattgefunden. Für den gesamten Zeitraum von 2014 bis 2025 gab es also insgesamt eine Zunahme um 20,4 % (vgl. Tab. 1).

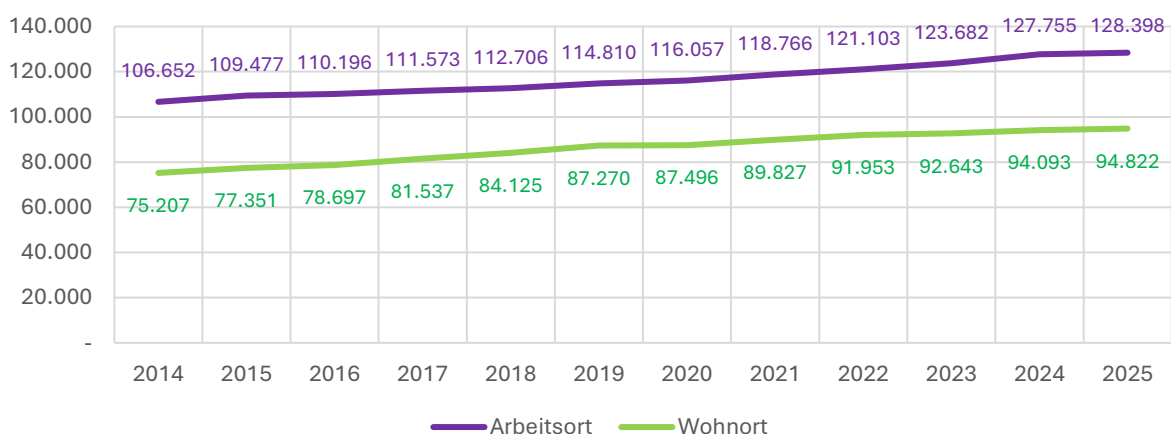
Auch die Zahl der sozialversicherungspflichtig Beschäftigten mit Wohnort Mainz hat sich zwischen 2014 und 2018 zunächst um 11,9 % erhöht. Allerdings hat das Pandemie-Jahr 2020 keine deutliche Verlangsamung dieser Entwicklung verursacht. Von 2014 bis 2020 gab es trotz allem eine Zunahme

von 16,3 % und für den gesamten Zeitraum von 2014 bis 2025 sogar insgesamt eine Zunahme um 26,1 %.

Der Mainzer Arbeitsmarkt erwies sich damit während der Einschränkungen in der Pandemie ab dem Jahr 2020 trotz allem als relativ robust. In keinem Jahr kam es zu deutlichen Rückgängen (vgl. Tab. 1, S. 2). Für den gesamten Zeitraum von 2014 bis 2025 sind alle Werte kontinuierlich angewachsen, auch während der Pandemie im Jahr 2020 (vgl. Abb. 1 - 4, S. 3 - 6). Diese Robustheit, auch in Krisenzeiten, ist zum Teil auf die Struktur des lokalen Arbeitsmarktes und die in Mainz vertretenen Wirtschaftsbereiche zurückzuführen. Denn die Wirtschaftszweige, wie etwa Gesundheitswirtschaft, Biotechnologie, Medien und Kommunikation, Wissenschaft und Forschung, Industrie und Verarbeitendes Gewerbe sowie öffentliche Verwaltung und Dienstleistungen, sind in den Jahren seit 2014 kontinuierlich gewachsen (Landeshauptstadt Mainz 2015, Kap. 3, S. 90 f; Landeshauptstadt Mainz 2025, Kap. 3, S. 9 f), wodurch mehr Arbeitsstellen in Mainz geschaffen wurden. Daraus resultierend ist auch die Zahl der einpendelnden Arbeitnehmer:innen über die Jahre stetig gewachsen.

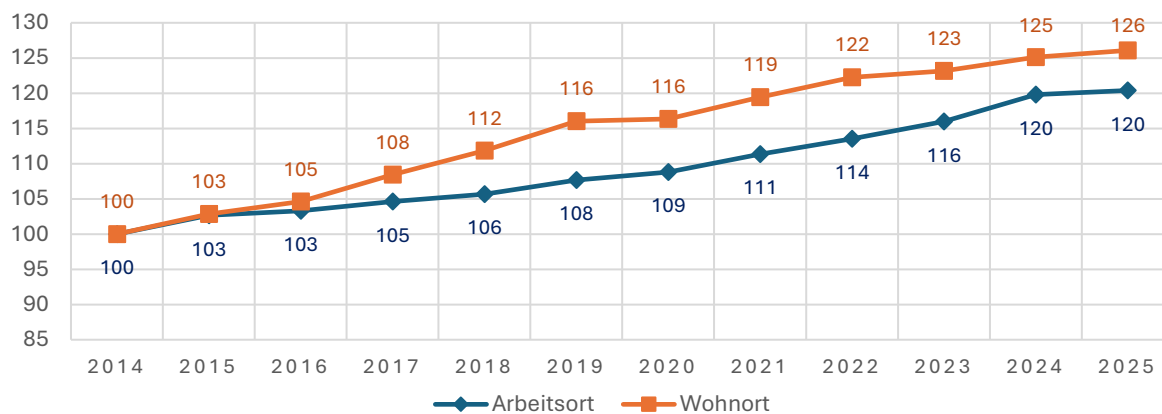
Am Zuwachs von sozialversicherungspflichtigen Arbeitsverhältnissen am Arbeitsort Mainz konnten von 2014 bis 2025 beide Geschlechter gleichermaßen profitieren, wenn sich auch die Verhältnisse von der Entwicklung zwischen 2006 bis 2011 gedreht haben (Frauen mit +3.234 und Männer mit +4.092). Männer sind gesamtstädtisch 2025 leicht in der Mehrheit (52,4 % Männer und 47,6 % Frauen). Die Verteilung der sozialversicherungspflichtig Beschäftigten mit Wohnort in Mainz verlaufen nahezu identisch zu den o.g. Entwicklungen.

Abb. 1: Entwicklung der sozialversicherungspflichtig Beschäftigten am Arbeits- und Wohnort Mainz 2014-2025 (absolut)



Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026 und Statistisches Landesamt Rheinland-Pfalz 2026, eigene Darstellung

Abb. 2: Entwicklung der sozialversicherungspflichtig Beschäftigten am Arbeits- und Wohnort Mainz 2014-2025 (Index 2014=100 %)



Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026 und Statistisches Landesamt Rheinland-Pfalz 2026, eigene Darstellung

3 Räumliche Analyse: Pendlerverflechtungen der Stadt Mainz mit Gemeinden in Hessen und Rheinland-Pfalz

Die in Kapitel 2 beschriebenen Entwicklungslinien sind in der Tendenz auch bei der Entwicklung der Ein- und Auspendler:innen zu beobachten. Allerdings ist zu erwähnen, dass sich der Zuwachs bei der Zahl der einpendelnden Personen von 2014 bis 2020 mit 7,0 % deutlich langsamer entwickelte als der Zuwachs von 20,9 % bei den auspendelnden Personen. Von 2020 bis 2025 hat sich dieser Trend allerdings umgekehrt, da die Zahl der Einpendler:innen in diesem Zeitraum um 11,9 % anstieg, während die der Auspendler:innen lediglich um 6,3 % zunahm. Für den gesamten Zeitraum 2014 bis 2025 stieg die Zahl der einpendelnden Personen um 19,3 % und die der auspendelnden Personen um 28,5 % (vgl. Tab. 1, S. 2).

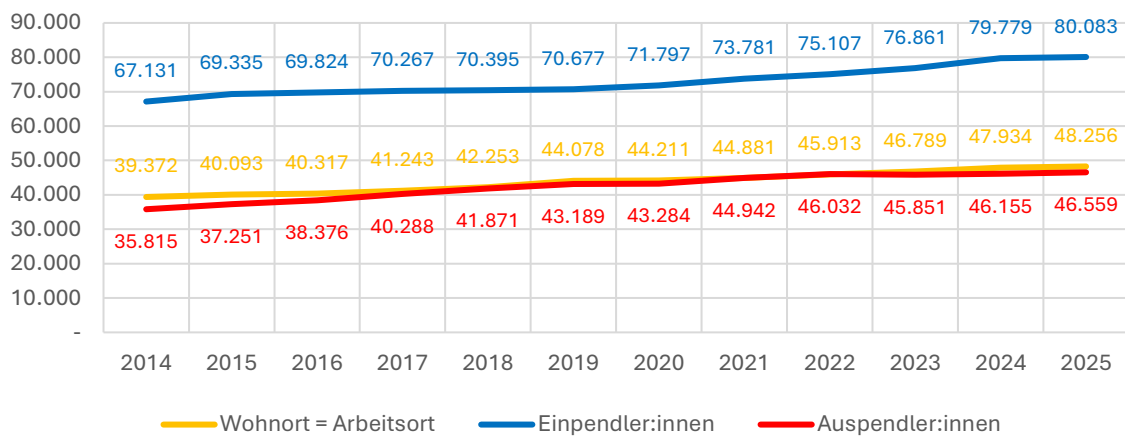
Während die Einpendler:innenquote für den gesamten Zeitraum nur minimale Veränderungen aufweist (Tiefstwert 2020: 61,9 %; Höchstwert 2014: 62,9 %) und 2025 zuletzt bei 62,4 % lag, weist die Auspendler:innenquote etwas mehr Veränderung für denselben Zeitraum auf (Tiefstwert 2014: 47,6 %; Höchstwert 2022: 50,1 %) und lag 2025 zuletzt bei 48,5 %.

3.1 Einpendler:innen in die Stadt Mainz

Die Einpendler:innenzahlen sind, wie bereits zuvor erwähnt, im Vergleich der Jahre 2014 und 2025 stark um 22,6 % angestiegen (vgl. Tab. 1, S. 2). Selbst das Pandemie-Jahr 2020 und der damit verbundene temporäre Lockdown scheinen diese Entwicklung nur minimal beeinflusst zu haben. Im Jahr 2025 überstieg die Zahl der Einpendler:innen das Niveau von 2014 sehr deutlich (+12.952 Personen). Diese stetig wachsende Zahl repräsentiert nicht nur die hohe Arbeitsplatzdichte sowie Wirtschaftskraft des Standortes Mainz, sondern weist ebenfalls auf die weiter fortschreitende Stadt-Umland-Wanderung hin. Das Mainzer Umland wird als Wohnstandort unter anderem aufgrund von geringerer Wohnkosten (abhängig von der Entfernung zur Landeshauptstadt Mainz und der Anbindung an Verkehrsachsen und ÖPNV-Haltepunkte) und einem häufig familienfreundlicheren Wohnumfeld gegenüber der Stadt Mainz und den anderen Großstädten des Rhein-Main-Gebietes immer attraktiver (vgl. Abb. 3 & 4, S. 6).

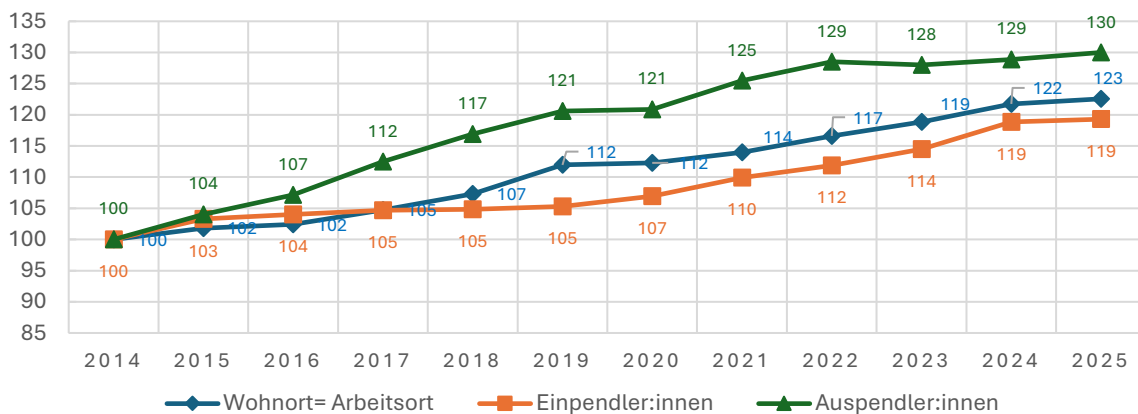
Die Zunahme der Einpendler:innenzahlen nach Mainz hat neben Faktoren wie dem Mainzer Umland als bevorzugtem Wohnort aufgrund eines familienfreundlicheren Umfelds allerdings auch andere Gründe, wie etwa die steigenden Mieten für Wohnungen in der Stadt und den angespannten lokalen Wohnungsmarkt, der aufgrund der geringen Zahlen an bezahlbaren Wohnungen, die neu geschaffen werden, mit dieser Entwicklung nicht Schritt halten kann (Landeshauptstadt Mainz 2025, Kap 2, S. 7-8).

Abb. 3: Entwicklung der Ein- und Auspendler:innen der Stadt Mainz 2014-2015 (absolut)



Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026 und Statistisches Landesamt Rheinland-Pfalz 2026, eigene Darstellung

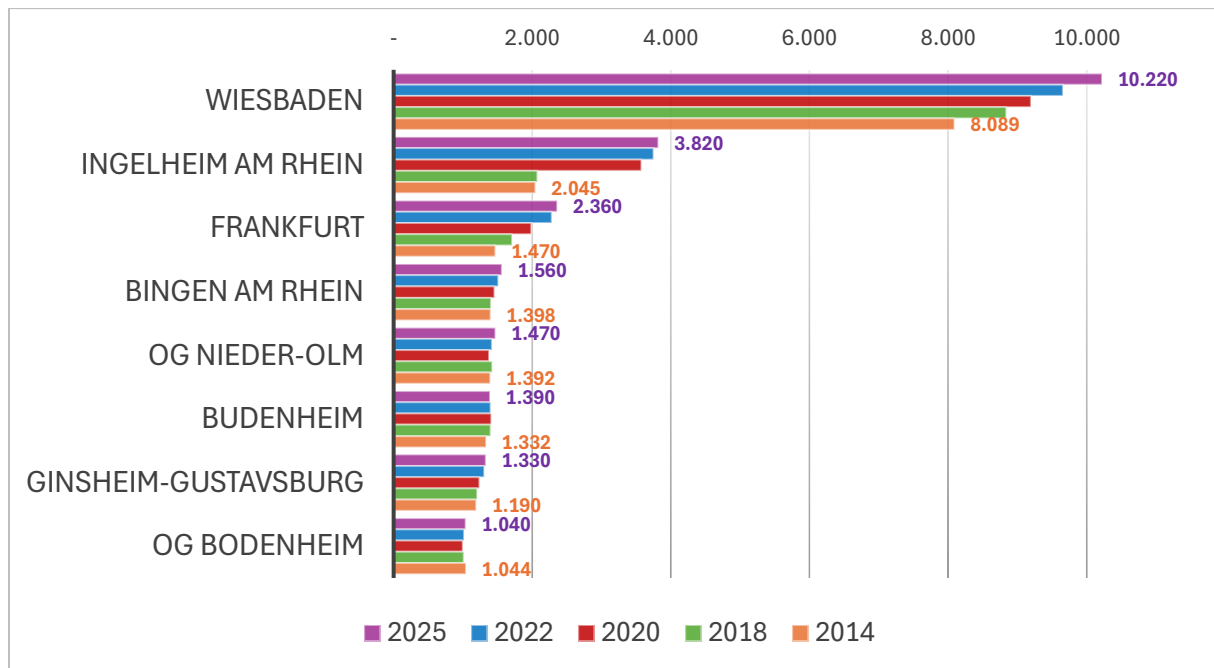
Abb. 4: Entwicklung der Ein- und Auspendler:innen der Stadt Mainz 2014-2015 (Index 2014=100)



Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026 und Statistisches Landesamt Rheinland-Pfalz 2026, eigene Darstellung

Die mit Abstand relevanteste Herkunftsgemeinde für Einpendelnde nach Mainz ist die Stadt Wiesbaden auf der gegenüberliegenden Rheinseite mit zuletzt über 10.200 Personen im Jahr 2025. Darauf folgt mit einem deutlichen Abstand die Gemeinde Ingelheim am Rhein, aus der im gleichen Jahr über 3.800 Einpendelnden nach Mainz verzeichnet wurden. An dritter Stelle findet sich die Stadt Frankfurt am Main mit über 2.300 Einpendelnden. Besonders auffällig ist ein deutlicher Anstieg der Einpendelnden aus Ingelheim am Rhein zwischen den Jahren 2018 und 2020 (vgl. Abb. 5, S. 7). Diese Entwicklung ist vermutlich stark durch die wachsende Pharmaindustrie am Standort Ingelheim beeinflusst, insbesondere von Boehringer Ingelheim, deren Beschäftigtenzahlen über die vergangenen Jahre stetig zugenommen haben (BOEHRINGER INGELHEIM 2026; IHK-Arbeitsgemeinschaft RLP 2023, S. 2), was wiederum Auswirkungen auf die dortigen Bevölkerungszahlen hatte. Die Stadt Wiesbaden, Ingelheim am Rhein und die Stadt Frankfurt machen etwa 20,5 % aller einpendelnden Personen nach Mainz aus. Der größte Teil der Berufseinpendler:innen kommt jedoch nach wie vor räumlich dispers verteilt aus kleinen Kommunen mit jeweils geringerem Aufkommen.

Abb. 5: Wichtigste Herkunftsgemeinden (Wohnorte) der Mainzer Einpendler:innen 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025 (absolut)



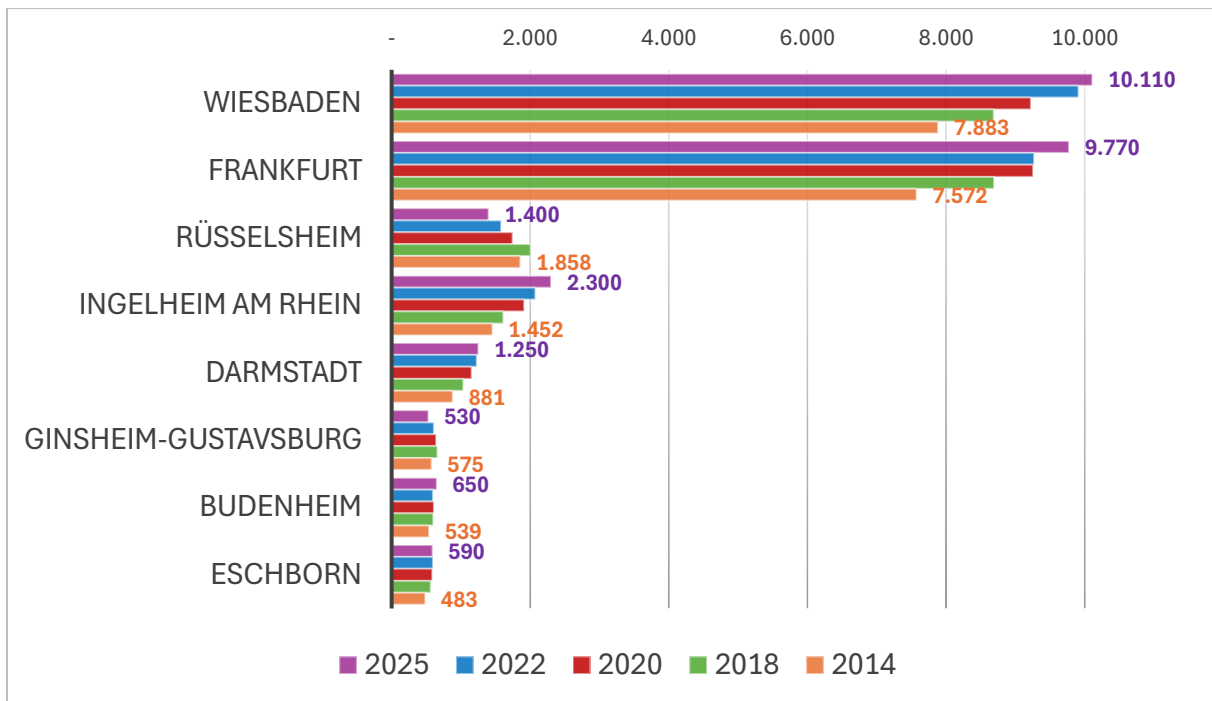
Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

3.2. Auspendler:innen aus der Stadt Mainz

Die Zahl der auspendelnden Personen aus Mainz hat im Zeitraum von 2014 bis 2025 zunächst kontinuierlich zugenommen, ab 2020 flachte diese Entwicklung jedoch stark ab (vgl. Abb. 3 & 4, S. 6). Insgesamt gab es im gesamten benannten Zeitraum einen Zuwachs um 28,5 % und ein Plus von insgesamt 10.217 Auspendelnden. Auffällig ist, dass die Zahlen von 2022 und 2025 identisch waren (46.032). Bei genauerer Recherche wurde für das Jahr 2023 ein leichter Rückgang um 181 Personen registriert, während es 2024 wieder zu einem Anstieg um 309 Personen auf 46.160, den bisherigen absoluten Höchststand, der knapp über dem Wert von 2025 lag, kam.

Die meisten Auspendler:innen haben 2025 ihren Arbeitsort in der Stadt Wiesbaden (10.110) mit einem Anteil von 21,7 % aller Auspendelnden, dicht gefolgt von der Stadt Frankfurt am Main (9.770) mit 20,9 % und an dritter Stelle, weit abgeschlagen, Ingelheim am Rhein (2.300) mit 4,9 % (vgl. Abb. 6, S. 8). Somit machen diese drei Gemeinden etwa 47 % aller auspendelnden Personen aus Mainz aus.

Abb. 6: Wichtigste Zielgemeinden (Arbeitsorte) der Mainzer Auspendler:innen 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025 (absolut)



Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

Auffällig ist, dass Rüsselsheim im Jahr 2014 noch an dritter Stelle (1.858) vor Ingelheim am Rhein lag und im Jahr 2018 sogar einen Höchstwert von 2.002 Pendler:innen aus Mainz erreichte. Danach kam es jedoch, unter anderem bedingt durch den Strukturwandel der Automobilindustrie am Standort Rüsselsheim und besonders durch Umstrukturierungen und Stellenstreichungen beim ehemaligen Opel Werk (Stadt Rüsselsheim am Main, 2024, S. 60), zu einem deutlichen Abfall der Auspendler:innen in Richtung Rüsselsheim, sodass im Jahr 2025 nur noch 1.400 Arbeitnehmer:innen dorthin pendelten.

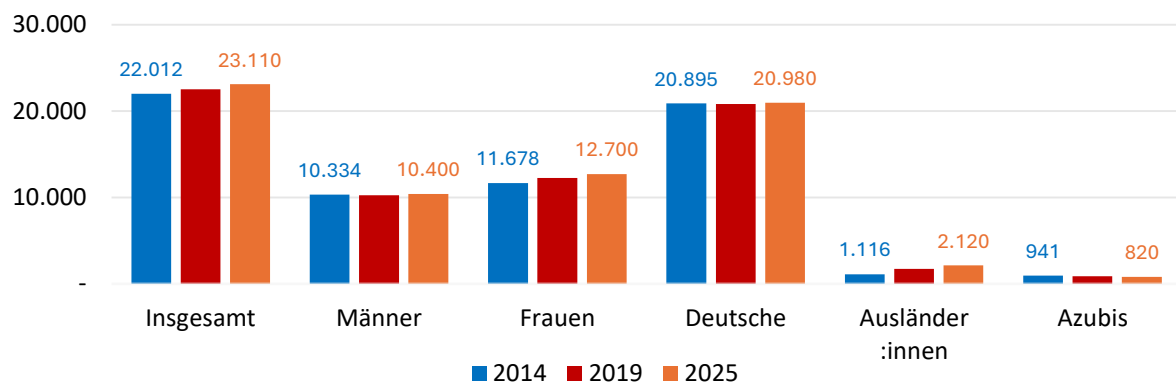
Die Städte Wiesbaden und Frankfurt am Main weisen zudem sehr ähnliche Wachstumsschübe auf. Das Wachstum der Zahl der Einpendler:innen von Mainz nach Wiesbaden verlangsamte sich zwischen 2022 und 2025 auffallend stark, mit lediglich einem Plus von 198 Pendler:innen, während Frankfurt am Main im selben Zeitraum ein Plus von 504 Pendler:innen aus Mainz aufwies. Somit könnte, bei kontinuierlichem Fortschreiten dieser zuletzt auftretenden Entwicklungen, Frankfurt am Main perspektivisch die Stadt Wiesbaden von der ersten Stelle der Zielgemeinden verdrängen. Zudem wird deutlich, dass, abgesehen von den drei wichtigsten Zielgemeinden Wiesbaden, Frankfurt am Main und Ingelheim am Rhein, die restlichen relevantesten Zielgemeinden zuletzt kaum noch einen Zuwachs an aus der Stadt Mainz einpendelnden Personen verzeichneten. Im Fall von Ginsheim-Gustavsburg und Eschborn kam es sogar zu einem leichten Rückgang bei der Zahl der Einpendler:innen aus Mainz. Dies spricht besonders für die hohe Attraktivität der Arbeitsmärkte und

das breite Arbeitsplatzangebot in den Großstädten des Rhein-Main-Gebietes. Insgesamt pendelten 2025 etwa 57 % aller Auspendler:innen aus Mainz in lediglich acht Zielorte (vgl. Abb. 6, S. 8).

3.3 Pendlerverflechtungen der Stadt Mainz mit dem Landkreis Mainz-Bingen

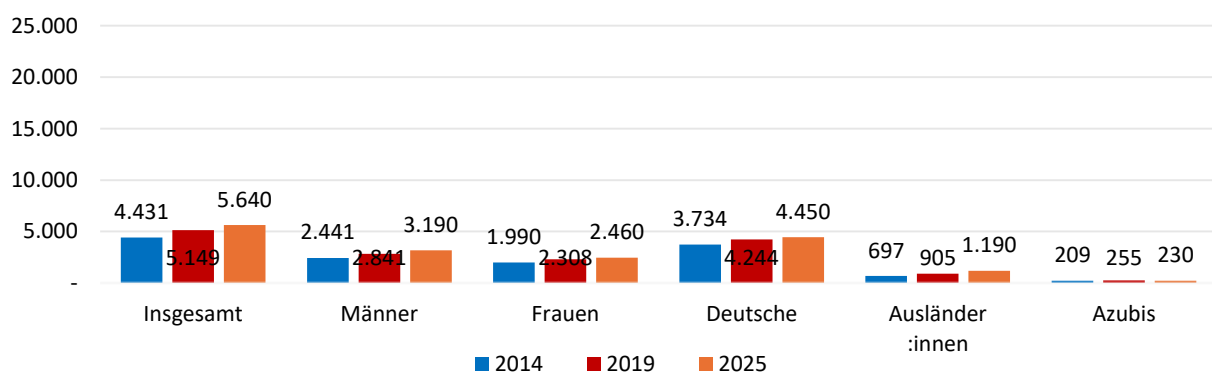
Der Landkreis Mainz-Bingen stellt im Jahr 2025 mit 28,9 % nach wie vor den größten Anteil der einpendelnden Personen nach Mainz. Während 2025 insgesamt 23.110 sozialversicherungspflichtig Beschäftigte aus dem Landkreis Mainz-Bingen in die Stadt Mainz kamen (2014: 22.012), so pendelten vergleichsweise wenige (5.640 Personen) sozialversicherungspflichtig beschäftigte Mainzer:innen von Mainz in den Landkreis Mainz-Bingen aus. Somit stammten zuletzt mit 48,1 % beinahe die Hälfte aller Berufspendler:innen nach Mainz aus dem angrenzenden rheinhessischen Umland (vgl. Abb. 7 & 8, S. 9).

Abb. 7: Einpendler:innen nach Mainz aus dem Landkreis Mainz-Bingen 2014, 2019 und 2025 (absolut)



Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026 und Statistisches Landesamt Rheinland-Pfalz 2026, eigene Darstellung

Abb. 8: Auspendler:innen aus Mainz in den Landkreis Mainz Bingen 2014, 2018 und 2025 (absolut)

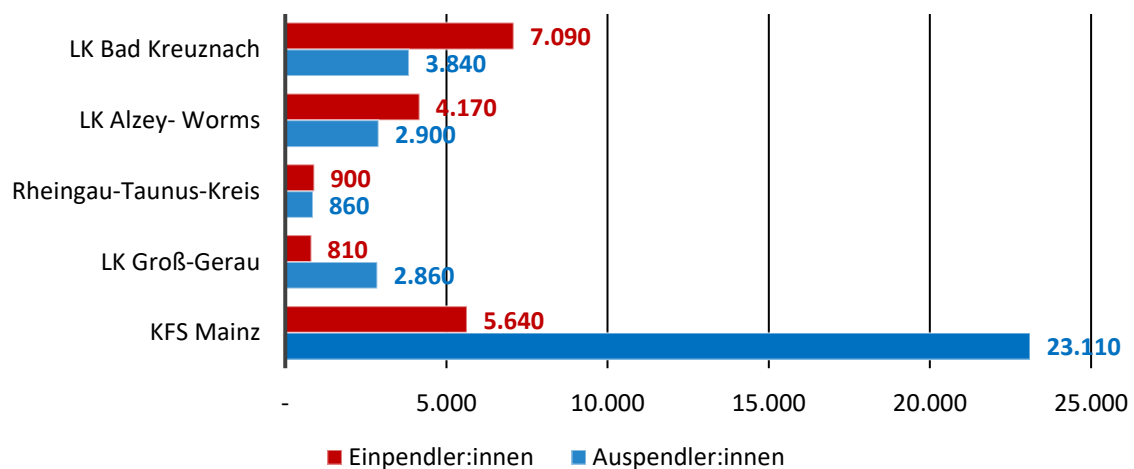


Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026 und Statistisches Landesamt Rheinland-Pfalz 2026, eigene Darstellung

3.4 Pendler:innenbeziehungen zwischen dem Landkreis Mainz-Bingen und dem erweiterten Rhein-Main-Gebiet

Die meisten einpendelnden Personen in den Landkreis Mainz-Bingen kamen 2025 aus dem Landkreis Bad Kreuznach (7.090 Personen), sowie dem Landkreis Alzey-Worms (4.170 Personen). Weitere relevante Herkunftsgebiete für Berufspendler:innen in den Landkreis Mainz-Bingen stellen unter anderem die beiden Landeshauptstädte Mainz (5.640 Personen) und Wiesbaden (1.800 Personen) dar (vgl. Abb. 9, S.10).

Abb. 9: Ein- und Auspendler:innen in/aus LK Mainz LK Mainz-Bingen aus/in ausgewählte(n) Landkreise(n) 2025



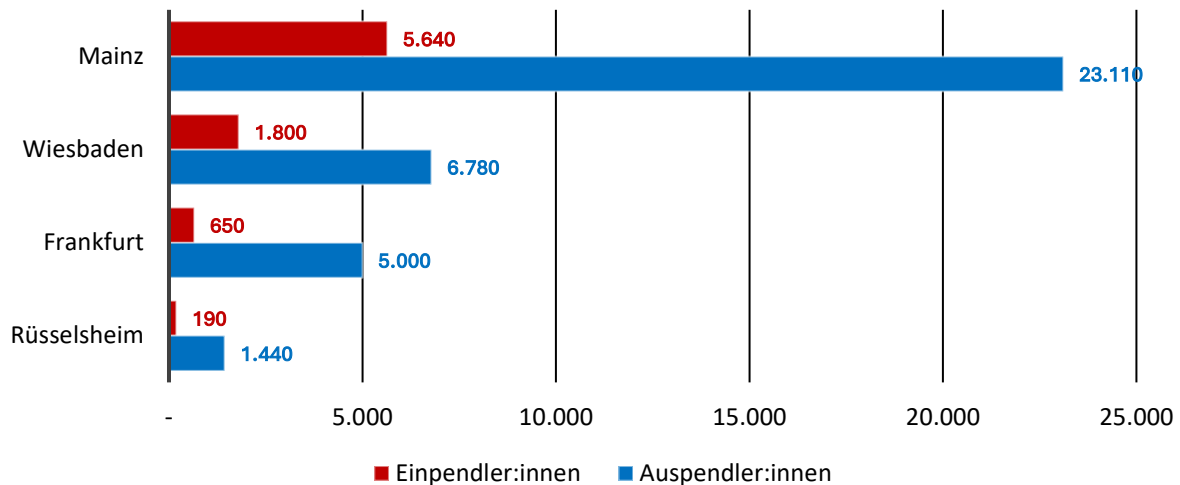
Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

Die Landkreise Groß-Gerau, Bad Kreuznach sowie Alzey-Worms repräsentieren ebenfalls wichtige Ziele für Auspendler:innen aus dem Landkreis Mainz-Bingen, wobei insbesondere die Nähe der Landkreise zueinander eine Rolle spielt. Der Landkreis Mainz-Bingen wies zuletzt weiterhin, wie bereits 2011, einen negativen Pendler:innensaldo auf. Zwar ist dieses leicht von -29.245 im Jahr 2011 auf -27.005 im Jahr 2025 gesunken, allerdings haben sich seit 2011 die Pendler:innenzahlen insgesamt drastisch erhöht. Die Zahl der Einpendelnden stieg von 21.393 im Jahr 2011 auf 28.174 im Jahr 2020 und weiter auf 30.884 im Jahr 2025. Dies ist insgesamt ein Anstieg um etwa 44 % (+9.491 Personen) bzw. ein Anstieg um 10 % zwischen 2020 und 2025. Ähnlich ist es bei der Zahl der Auspendelnden. Lag diese 2011 noch bei 50.638, so stieg sie bis 2020 auf 55.794 und 2025 auf 57.889. Dies entspricht einem Anstieg um etwa 14 % (+7.251 Personen) von 2011 bis 2025 bzw. ein Anstieg um 4 % zwischen 2020 und 2025 (vgl. Abb. 9). Somit wird erneut deutlich, dass die Wohnfunktion im Landkreis Mainz-Bingen gegenüber den teureren Großstädten Mainz oder Wiesbaden weiterhin überwiegt, auch wenn sie sich im Vergleich zu 2011 geringfügig abgeschwächt hat.

Bei den Auspendelnden aus dem Landkreis Mainz-Bingen stellen die drei Städte Mainz (23.110 Personen), Wiesbaden (6.780 Personen) und Frankfurt am Main (5.000 Personen) die

Hauptzielgebiete der meisten Auspendler:innen dar (vgl. Abb. 10, S. 11). Die Stadt Rüsselsheim ist ebenfalls von Relevanz, hat jedoch durch die bereits in Abschnitt 3.2 erwähnte Umstrukturierung der dortigen Automobilindustrie stark an Bedeutung verloren. Entsprechend sind die Zahlen von 2011 mit 2.496 Berufspendelnden dorthin um mehr als 1.000 Pendler:innen auf 1.440 im Jahr 2025 zurückgegangen (-42,3 %).

Abb. 10: Ein- und Auspendler:innen in/aus LK Mainz Bingen aus/in ausgewählte(n) Städte(n) im Rhein-Main-Gebiet 2025

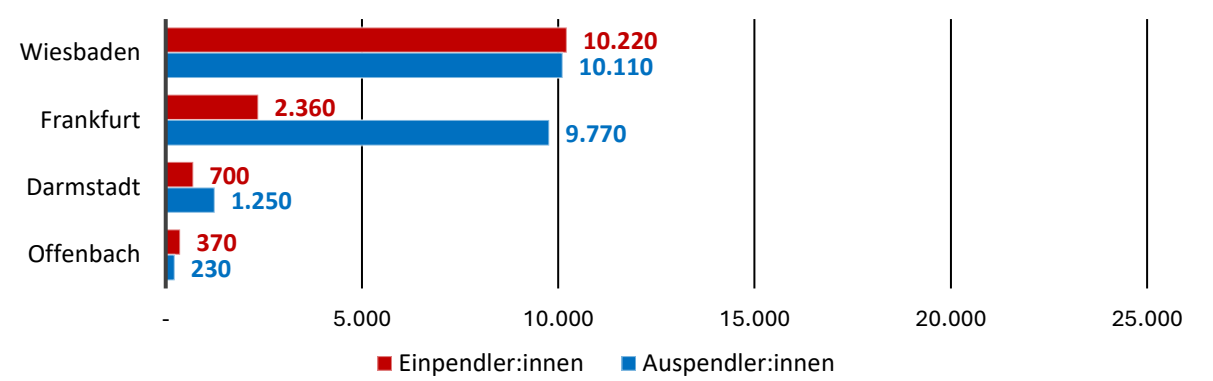


Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

3.5 Pendler:innenverflechtungen zwischen den Großstädten im Rhein-Main-Gebiet

Bei einer detaillierten Analyse der Pendler:innenverflechtungsdaten des Jahres 2025 und dem Vergleich mit den entsprechenden Werten aus dem Jahr 2011 lassen sich mehrere besonders markante Veränderungen innerhalb dieses Zeitraums identifizieren. Beim Vergleich der Einpendler:innenzahlen der großen Städte des Rhein-Main-Gebietes, Mainz, Wiesbaden, Frankfurt am Main und Darmstadt, untereinander, wird deutlich, dass die meisten Einpendler:innen in Mainz aus Wiesbaden kommen (vgl. Abb. 11, S. 12) und die meisten Einpendler:innen in Wiesbaden aus Mainz (vgl. Abb. 12, S. 12). Ein ähnlicher Sachverhalt ist zwischen den beiden Städten Frankfurt am Main und Offenbach zu erkennen, was in beiden Fällen durch ihre räumliche Nähe zueinander erklärbar ist. Die Größe und wirtschaftliche Bedeutung der Städte spielen dabei ebenfalls eine Rolle. Bei den Pendler:innenverflechtungen der Stadt Mainz gab es in dem besagten Zeitraum die größten Zuwächse bei der Verflechtung mit der Stadt Wiesbaden. Hier ist die Zahl der Einpendelnden um +2.837 Personen (+38,4 %) und die Zahl der Auspendelnden um +2.608 Personen (+34,8 %) gestiegen. Gleichzeitig zeigte sich auch bei der Verflechtung mit der Stadt Frankfurt am Main eine deutliche Veränderung, besonders bei der Zahl der Auspendelnden um +2.739 Personen (+38,9 %), während die Zahl der Einpendler:innen geringfügiger um +992 Personen (+72,5 %) gestiegen ist (vgl. Abb. 11, S. 12).

Abb. 11: Ein- und Auspendler:innen nach/aus Mainz aus/in ausgewählte(n) Städte(n) im Rhein-Main-Gebiet 2025



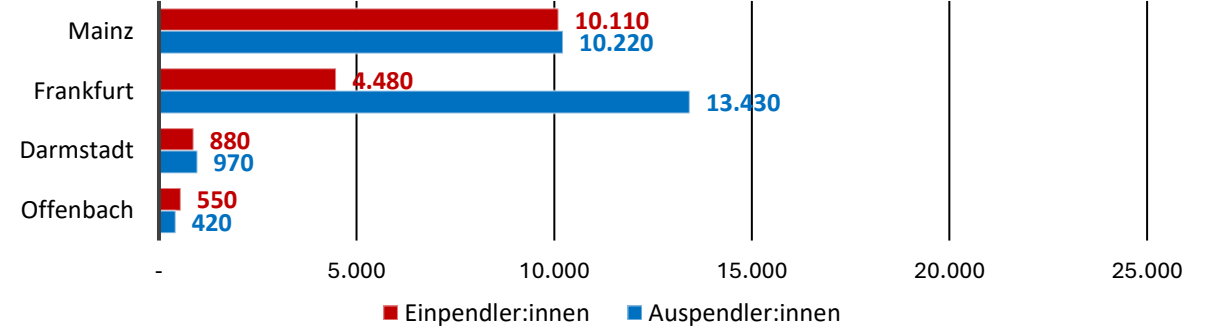
Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

Pendler:innensaldo der Stadt Mainz:

Wiesbaden	110	Insgesamt betrachtet hat die Stadt Mainz ein negatives Pendler:innensaldo. Hauptziel der Pendelnden ist die Stadt Wiesbaden gefolgt von Frankfurt. Verglichen zu 2011 ist das Pendler:innensaldo zu Wiesbaden und Offenbach nun leicht positiv.
Frankfurt	-7.410	
Darmstadt	-550	
Offenbach	140	

Für die Stadt Wiesbaden kommt es bei der Pendler:innenverflechtung mit der Stadt Mainz zu den gleichen wie bereits genannten Veränderungen. Bei der Verflechtung mit Frankfurt am Main ist die Zahl der Einpendelnden um +1.649 Personen (+58,2 %) und die der Auspendelnden um +2.596 Personen (+23,9 %) gestiegen (vgl. Abb. 12).

Abb. 12: Ein- und Auspendler:innen nach/aus Wiesbaden aus/in ausgewählte(n) Städte(n) im Rhein-Main-Gebiet 2025



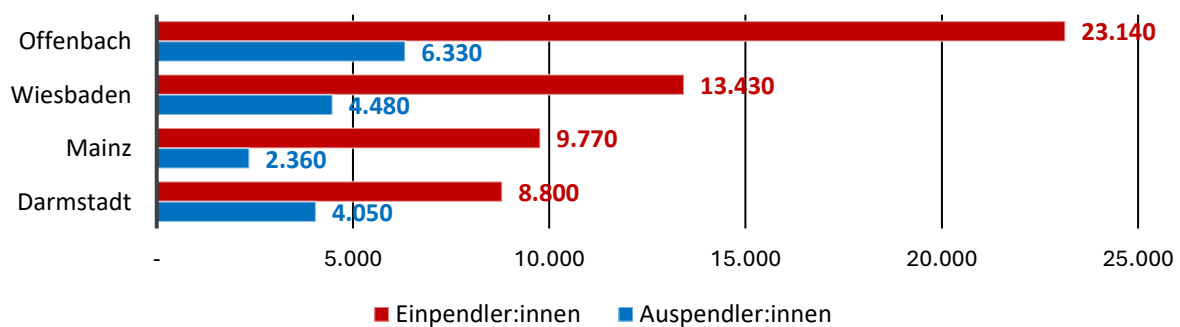
Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

Pendler:innensaldo der Stadt Wiesbaden:

Mainz	-110	Die Stadt Wiesbaden weist, im Gegensatz zu 2011, ein negatives Pendler:innensaldo mit der Stadt Mainz auf. Hauptziel der Wiesbadener Auspendler:innen ist Frankfurt, gefolgt von Mainz und Darmstadt. Offenbach spielt nur eine untergeordnete Rolle.
Frankfurt	-8.950	
Darmstadt	-90	
Offenbach	130	

Die Analyse der Pendler:innenverflechtungen zwischen Frankfurt am Main und seinen Nachbarstädten zeigt deutliche Dynamiken in beiden Richtungen. Besonders markant ist der Anstieg der Einpendelnden aus Offenbach, der mit +8.512 Personen einem Wachstum von +58,2 % entspricht. Gleichzeitig erhöhte sich auch die Zahl der Auspendelnden nach Offenbach, wenn auch in geringerem Umfang, um +1.528 Personen (+31,8 %). Dies weist auf eine insgesamt intensivierte arbeitsmarktbezogene Verflechtung zwischen beiden Städten hin. Auch bei der Verbindung zu Darmstadt ist eine deutliche Zunahme der Pendler:innenbewegungen zu beobachten. Die Zahl der Einpendelnden nach Frankfurt stieg um +2.883 Personen (+48,7 %), während die Auspendelnden nach Darmstadt um +1.577 Personen (+63,7 %) zunahmen. Die prozentual stärkere Zunahme der Auspendelnden deutet darauf hin, dass Darmstadt als Arbeitsort für Frankfurter Beschäftigte an Bedeutung gewonnen hat. Im Fall von Wiesbaden zeigt sich ein ähnliches Muster: Die Einpendelnden nach Frankfurt nahmen um +2.596 Personen (+23,9 %) zu, während die Auspendelnden nach Wiesbaden um +1.649 Personen (+58,2 %) anstiegen. Auch hier ist die relative Zunahme der Auspendelnden deutlich stärker ausgeprägt. Für Mainz ergibt sich ein vergleichbares Bild. Die Zahl der Einpendelnden nach Frankfurt wuchs um +2.739 Personen (+38,9 %), während die Auspendelnden nach Mainz um +992 Personen (+72,5 %) zunahmen. Die hohen prozentualen Zuwächse bei den Auspendelnden unterstreichen die zunehmende funktionale Verflechtung zwischen Frankfurt und den Landeshauptstädten Mainz und Wiesbaden (vgl. Abb. 13).

Abb. 13: Ein- und Auspendler:innen nach/aus Frankfurt aus/in ausgewählte(n) Städte(n) im Rhein-Main-Gebiet 2025



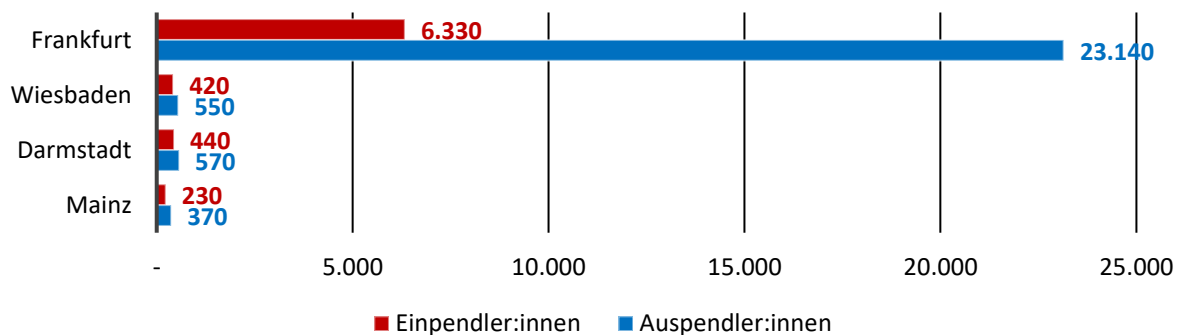
Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

Pendler:innensaldo der Stadt Frankfurt:

Offenbach	16.810	Die Stadt Frankfurt weist einen positiven Pendler:innensaldo mit den ausgewählten Städten auf. Aufgrund der räumlichen Nähe kommen die meisten Einpendler:innen aus der Stadt Offenbach, gefolgt von der Stadt Wiesbaden.
Wiesbaden	8.950	
Mainz	7.410	
Darmstadt	4.750	

Die Pendler:innenverflechtungen zwischen Frankfurt am Main und Offenbach weisen eine deutliche Asymmetrie auf. Mit 23.140 Einpendelnden aus Offenbach (2025) stellt Offenbach weiterhin den mit Abstand größten Herkunftsort von Beschäftigten dar, die in Frankfurt arbeiten (vgl. Abb. 13, S. 13). Im Gegensatz dazu pendeln Offenbacher:innen nur in sehr geringem Umfang in andere Städte des Rhein-Main-Gebiets (vgl. Abb. 14, S. 14). Darmstadt folgt mit lediglich 570 Einpendelnden aus Offenbach auf einem weit entfernten zweiten Platz, was die geringe arbeitsmarktbezogene Bedeutung dieser Verbindung unterstreicht. Dies entspricht der regionalen Struktur, da das Einzugsgebiet Darmstadts stärker auf die umliegenden Landkreise Groß-Gerau, Darmstadt-Dieburg und den Odenwald ausgerichtet ist. Insgesamt haben sich die Pendler:innenverflechtungen Offenbachs, abgesehen von der weiterhin sehr starken Bindung an Frankfurt, im Zeitverlauf nur geringfügig verändert. Auffällig sind jedoch zwei gegenläufige Entwicklungen: Zum einen ist bei der Verbindung mit Wiesbaden ein Rückgang der Auspendelnden um 148 Personen (-21,2 %) zu beobachten. Zum anderen zeigt sich bei der Verflechtung mit Mainz ein deutlicher Rückgang der Einpendelnden um 106 Personen (-47,1 %), während die Zahl der Auspendelnden nach Mainz exakt dem Niveau von 2011 entspricht (vgl. Abb. 14, S. 14).

Abb. 14: Ein- und Auspendler:innen nach/aus Offenbach aus/in ausgewählte(n) Städte(n) im Rhein-Main-Gebiet 2025



Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

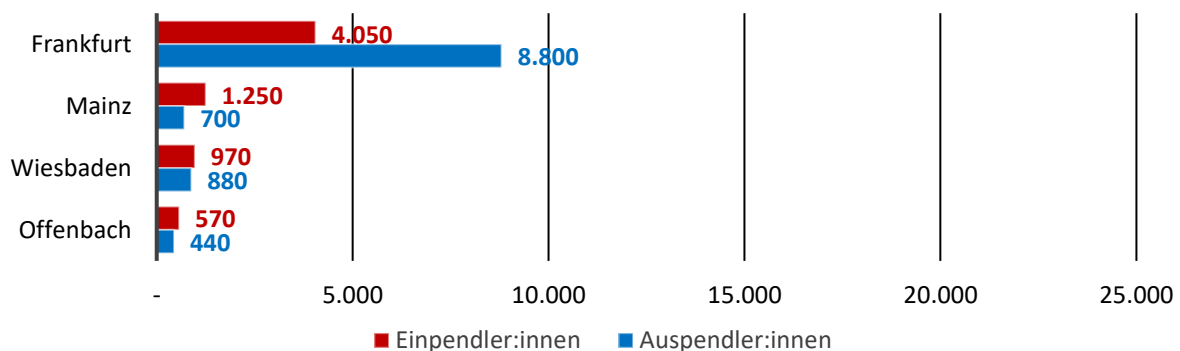
Pendler:innensaldo der Stadt Offenbach:

Frankfurt	-16.810	Die Stadt Offenbach weist mit allen ausgewählten Städten einen negativen Pendler:innensaldo auf. Das Hauptziel der Offenbacher Auspendler:innen ist Frankfurt. Im Gegensatz zu 2011 ist der Pendler:innensaldo mit Darmstadt und Mainz 2011 negativ.
Wiesbaden	-130	
Darmstadt	-130	
Mainz	-140	

Auch für die Stadt Darmstadt zeigt sich, abgesehen von der bereits ausführlich dargestellten starken Pendler:innenverflechtung mit Frankfurt am Main, ein insgesamt nur moderates Veränderungsmuster. Die Zahl der Auspendelnden von Darmstadt nach Offenbach ist im Betrachtungszeitraum lediglich um 70 Personen (+18,9 %) gestiegen und bleibt damit auf einem vergleichsweise niedrigen Niveau. Demgegenüber fällt der Anstieg der Einpendelnden aus Offenbach nach Darmstadt mit +234 Personen (+69,6 %) deutlich stärker aus (vgl. Abb. 15, S. 15).

Diese Entwicklung bestätigt die bereits zuvor herausgearbeitete Struktur der regionalen Pendler:innenbeziehungen: Darmstadt spielt im Vergleich zu Frankfurt eine klar nachgeordnete Rolle, sowohl als Ziel- als auch als Herkunftsort von Pendelnden. Die deutlicheren Zuwächse bei den Einpendelnden verändern dieses Gesamtbild nur geringfügig und deuten eher auf eine punktuelle Intensivierung der arbeitsmarktbezogenen Beziehungen hin.

Abb. 15: Ein- und Auspendler:innen nach/aus Darmstadt aus/in ausgewählte(n) Städte(n) im Rhein-Main-Gebiet 2025



Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

Pendler:innensaldo der Stadt Darmstadt:

Frankfurt	-4.750	Die Stadt Darmstadt weist positive Pendler:innensalden mit den Städten Mainz, Offenbach und Wiesbaden auf. Das deutliche Hauptziel der Darmstädter Auspendler:innen ist Frankfurt.
Mainz	550	
Wiesbaden	90	
Offenbach	130	

Insgesamt zeigt sich aus Mainzer Perspektive, dass sich die Pendler:innenverflechtungen innerhalb des Rhein-Main-Gebiets im Zeitraum von 2011 bis 2025 deutlich intensiviert haben. Die regionalen Arbeitsmärkte sind enger zusammengewachsen und die Zahl der pendelnden Personen hat in nahezu allen Richtungen spürbar zugenommen. Besonders für Mainz wird sichtbar, dass die Stadt zunehmend stärker in die funktionalen Verflechtungen der Region eingebunden ist, sowohl als Ziel- als auch als Herkunftsort von sozialversicherungspflichtig Beschäftigten.

Zwischen 2020 und 2025 stieg die Zahl der Einpendelnden nach Mainz um 11,5 %, was auf eine wachsende Attraktivität des Mainzer Arbeitsmarktes hinweist. Ein ähnliches Bild zeigt sich in den

benachbarten Städten: Wiesbaden verzeichnete im gleichen Zeitraum einen Zuwachs von 13,2 %, Frankfurt am Main von 9,7 %, und auch der Landkreis Mainz-Bingen erreichte mit 9,6 % einen deutlichen Anstieg. Diese Entwicklungen verdeutlichen, dass die gesamte Region von einer zunehmenden Mobilität der Beschäftigten geprägt ist und Mainz innerhalb dieses Gefüges an Bedeutung gewinnt (vgl. Tab.2, S. 16).

Auch bei den Auspendelnden aus Mainz ist ein Wachstum zu beobachten: Die Zahl der in andere Städte pendelnden Mainzer:innen nahm zwischen 2020 und 2025 um 7,6 % zu. Wiesbaden verzeichnete im gleichen Zeitraum ein Plus von 8,5 %, Frankfurt am Main einen Anstieg von 11,8 %, während der Landkreis Mainz-Bingen ein moderateres Wachstum von 3,8 % aufwies (vgl. Tab. 2). Diese Zuwächse zeigen, dass Mainz nicht nur als Arbeitsort an Bedeutung gewinnt, sondern auch als Wohnstandort für Beschäftigte, die in anderen Städten der Region tätig sind.

Tab. 2: Sozialversicherungspflichtig Beschäftigte sowie Ein- und Auspendler:innen in Mainz, Wiesbaden, Frankfurt am Main und dem Landkreis Mainz-Bingen im Vergleich (absolut und +/- %)

	Mainz			Wiesbaden			Frankfurt			LK Mainz-Bingen		
	2025	2020	Veränderung zu 2020 in %	2025	2020	Veränderung zu 2020 in %	2025	2020	Veränderung zu 2020 in %	2025	2020	Veränderung zu 2020 in %
SVP-Beschäftigte mit Arbeitsort	128.398	116.057	10,6%	151.230	137.586	9,9%	651.125	602.197	8,1%	61.711	58.115	6,2%
davon wohnhaft in	48.256	44.211	9,1%	63.464	60.048	5,7%	226.147	214.770	5,3%	30.793	29.915	2,9%
davon Einpendler:innen	80.083	71.797	11,5%	87.687	77.461	13,2%	424.678	387.024	9,7%	30.884	28.174	9,6%
Einpendler:innenquote in %	62,4 %	61,9 %	-	58,0 %	56,3 %	-	65,2 %	64,3 %	-	50,0 %	48,5 %	-
SVP-Beschäftigte mit Wohnort	94.822	87.496	8,4%	117.401	109.777	6,9%	338.995	315.828	7,3%	88.684	85.711	3,5%
davon Auspendler:innen	46.559	43.284	7,6%	53.922	49.719	8,5%	112.822	100.946	11,8%	57.889	55.794	3,8%
Auspendler:innenquote in %	49,1 %	49,5 %	-	45,9 %	45,3 %	-	33,3 %	32,0 %	-	65,3 %	65,1 %	-
Pendler:innen-saldo	33.524	28.513	17,6%	33.765	27.742	21,7%	311.856	286.078	9,0%	-27.005	-27.620	-2,2%

Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026 und Statistisches Landesamt Rheinland-Pfalz 2026, eigene Darstellung

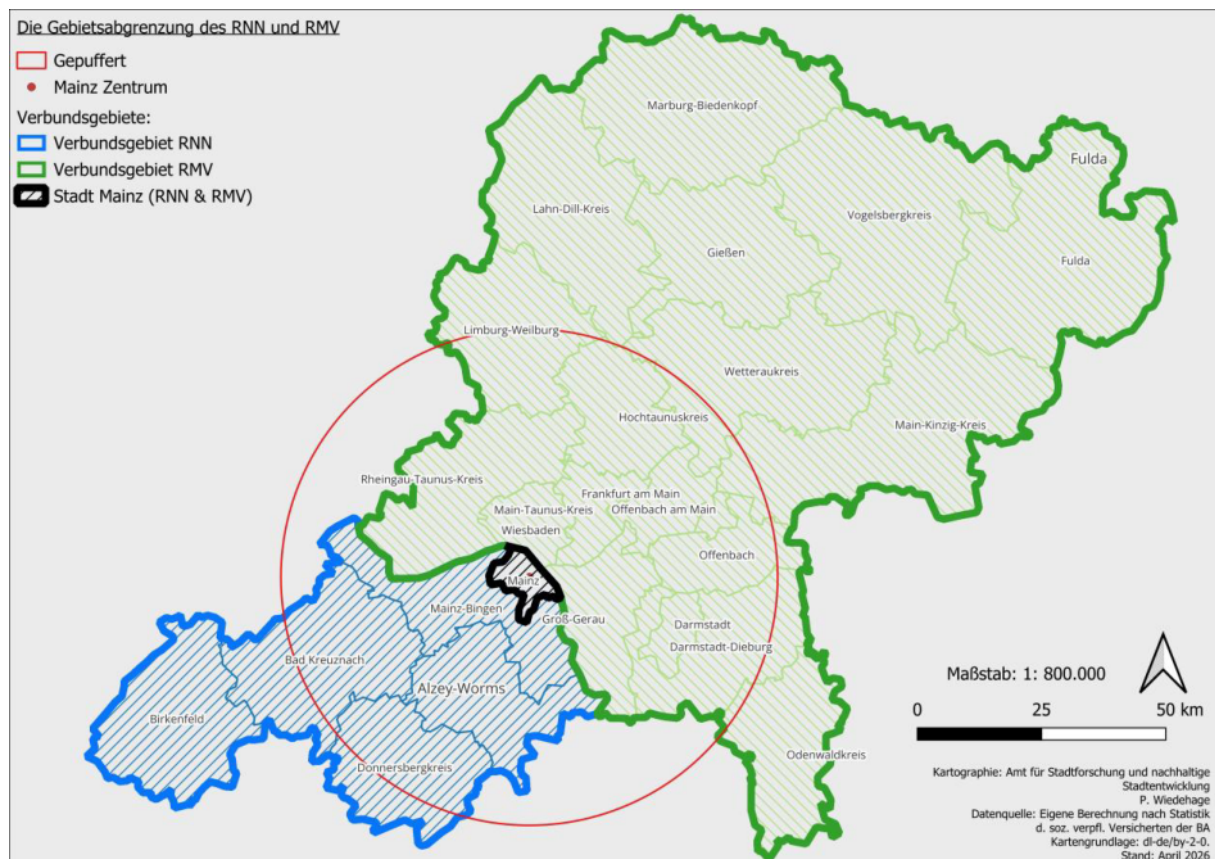
4 Pendler:innenzahlen im Rhein-Nahe-Verkehrsbund (RNN) und im Rhein-Main-Verkehrsbund (RMV)

Im Folgenden werden die Pendler:innenströme des Rhein-Nahe-Verkehrsverbund- (RNN) und des Rhein-Main-Verkehrsverbund-Gebietes (RMV) nach Mainz sowie von Mainz in die jeweiligen Verbundräume betrachtet. Das tarifliche Gebiet des RNN umfasst die Landkreise Mainz-Bingen, Bad Kreuznach, Birkenfeld sowie den nördlichen Teil des Landkreises Alzey-Worms. Der Landkreis Alzey-Worms ist tariflich geteilt, da sein südlicher Teil dem Verkehrsverbund Rhein-Neckar (VRN) zugeordnet ist; für die Analyse wird er jedoch vollständig berücksichtigt, da die amtliche Pendler:innenstatistik ausschließlich auf Ebene vollständiger Landkreise vorliegt und das gesamte Kreisgebiet signifikante Pendler:innenverflechtungen mit Mainz aufweist.

Der Donnersbergkreis gehört tariflich überwiegend zum VRN. Eine Ausnahme bildet die Ortsgemeinde Gaugrehweiler, die als einzige Kommune des Donnersbergkreises dem RNN-Übergangsgebiet zugeordnet ist. Darüber hinaus weist die Stadt Kirchheimbolanden, trotz ihrer formalen VRN-Zugehörigkeit, eine ausgeprägte verkehrliche Orientierung nach Mainz auf, insbesondere über die Linienachsen Alzey-Mainz sowie über die A63. Diese funktionalen Verflechtungen führen dazu, dass der Donnersbergkreis insgesamt eine deutliche arbeitsmarktbezogene und verkehrliche Beziehung zur Stadt Mainz besitzt. Aus Gründen der statistischen Konsistenz sowie zur Abbildung der tatsächlichen Pendler:innenstrukturen wird der Donnersbergkreis daher vollständig in die Analyse einbezogen.

Das RMV-Gebiet umfasst die Landkreise Marburg-Biedenkopf, Vogelsbergkreis, Fulda, Lahn-Dill-Kreis, Gießen, Limburg-Weilburg, Hochtaunuskreis, Wetteraukreis, Main-Kinzig-Kreis, Rheingau-Taunus-Kreis, Main-Taunus-Kreis, Offenbach, Darmstadt-Dieburg, Odenwaldkreis und Groß-Gerau sowie die kreisfreien Städte Wiesbaden, Frankfurt am Main, Offenbach und Darmstadt (vgl. Karte 1).

Karte 1: Gebietsabgrenzung des RNN und RMV



Die Berechnungen für die RNN- und RMV-Gebiete erfolgen jeweils ohne die Stadt Mainz, da sich die Einpendler:innen- und Auspendler:innenzahlen jeweils auf die Stadt Mainz beziehen. Neben dem Überblick auf Ebene der Landkreise erfolgt eine genauere, kleinräumigere Betrachtung auf Gemeindeebene.

Die Pendler:innenverflechtungen können gemeindescharf auf Basis des Wohn- und Arbeitsortes der sozialversicherungspflichtig Beschäftigten im Untersuchungsraum ausgewertet werden. Ausgehend von Mainz konzentriert sich der funktionale Verflechtungsraum in einem Radius von ca. 50 km und deckt sich damit in weiten Teilen mit den ausgewählten Nahverkehrsregionen.

Die Trennung von Arbeits- und Wohnort der sozialversicherungspflichtig Beschäftigten gibt Aufschluss über die täglichen Pendler:innenbewegungen und die funktionalen Beziehungen innerhalb des RNN- und RMV-Gebietes. Das Augenmerk liegt hierbei auf den Pendler:innenverflechtungen der Stadt Mainz mit ihrem rheinhessischen Umland sowie dem Rhein-Main-Gebiet, wobei zusätzlich die Austauschbeziehungen zwischen den großen Städten des Rhein-Main-Raums berücksichtigt werden, um überregionale Verflechtungen sichtbar zu machen.

4.1 Einpendler:innen nach Mainz aus RNN- und RMV-Gebiet

Die Zahl der einpendelnden Personen nach Mainz aus dem RNN-Gebiet ist in den Jahren von 2014 bis 2025 leicht angestiegen von 34.088 auf 35.780 (vgl. Tab. 3, S. 19 & Abb. 16, S. 20). Demnach sind die

leicht wachsenden Einpendler:innenzahlen der Stadt Mainz aus dem RNN-Gebiet ein Teilfaktor des insgesamt starken Wachstums der Einpendler:innenzahlen wenn auch nur in einem sehr geringen Maße. Zudem lassen sich geschlechtsspezifische Unterschiede erkennen. Während die Zahl der Einpendlerinnen kontinuierlich um insgesamt ca. 1.700 Personen gestiegen ist, nahm die Zahl der Einpendler im selben Zeitraum um 47 Personen ab.

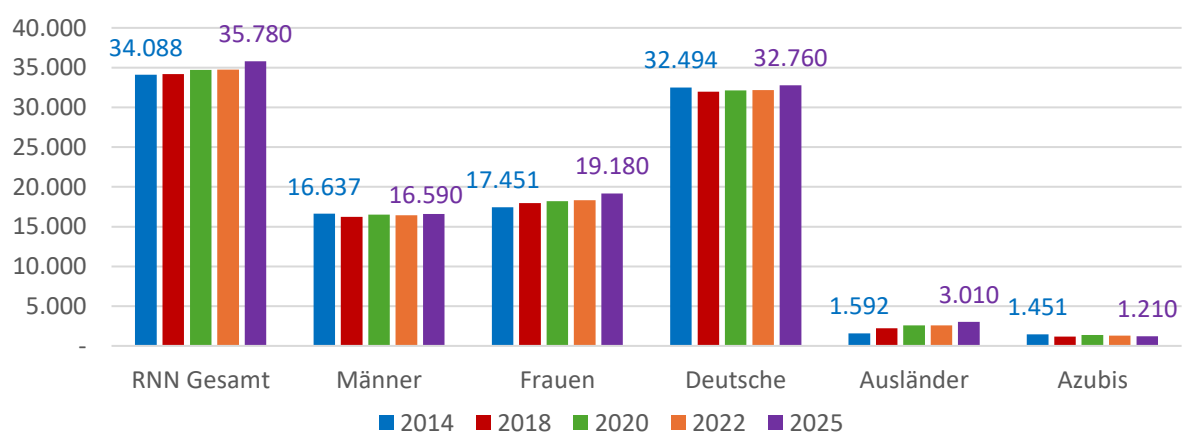
Im Gegensatz zum nur geringen Anstieg der Einpendler:innenzahlen aus dem RNN-Gebiet ist die Zahl der Einpendler:innen nach Mainz aus dem RMV-Gebiet zwischen 2014 und 2025 deutlich gestiegen. Für den gesamten Betrachtungszeitraum kam es zu einem Anstieg von 34 % und allein von 2020 bis 2025 um 17 % (vgl. Tab. 3, S. 19 & Abb. 17, S. 20). Hier lassen sich im Unterschied zum RNN-Gebiet keine ausgeprägten geschlechtsspezifischen Unterschiede feststellen, da beide Geschlechter ähnliche Zuwächse aufweisen.

Tab. 3: Einpendler:innen nach Mainz aus dem RNN- und RMV-Gebiet 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025 (absolut und Veränderung in %)

	absolut					Veränderung in %			
	2014	2018	2020	2022	2025	2014-2018	2014-2020	2014-2025	2020-2025
Gesamt	67.081	70.395	71.797	75.107	80.080	4,9 %	7,0 %	19,4 %	11,5 %
davon Weiblich	34.596	35.970	37.191	38.313	40.380	4,0 %	7,5 %	16,7 %	8,6 %
davon Männlich	32.485	34.425	34.606	36.794	39.700	6,0 %	6,5 %	22,2 %	14,7 %
aus RNN-Gebiet	34.088	34.194	34.711	34.755	35.780	0,3 %	1,8 %	5,0 %	3,1 %
davon Weiblich	17.451	17.951	18.209	18.330	19.180	2,9 %	4,3 %	9,9 %	5,3 %
davon Männlich	16.637	16.243	16.502	16.425	16.590	-2,4 %	-0,8 %	-0,3 %	0,5 %
aus RMV-Gebiet	20.763	22.943	23.815	25.717	27.890	10,5 %	14,7 %	34,3 %	17,1 %
davon Weiblich	9.803	10.699	10.899	12.040	13.400	9,1 %	11,2 %	36,7 %	22,9 %
davon Männlich	10.960	12.244	12.916	13.677	14.500	11,7 %	17,8 %	32,3 %	12,3 %
aus RNN+RMV-Gebiet	54.851	57.137	58.526	60.472	63.670	4,2 %	6,7 %	16,1 %	8,8 %
davon Weiblich	27.254	28.650	29.108	30.370	32.580	5,1 %	6,8 %	19,5 %	11,9 %
davon Männlich	27.597	28.487	29.418	30.102	31.090	3,2 %	6,6 %	12,7 %	5,7 %

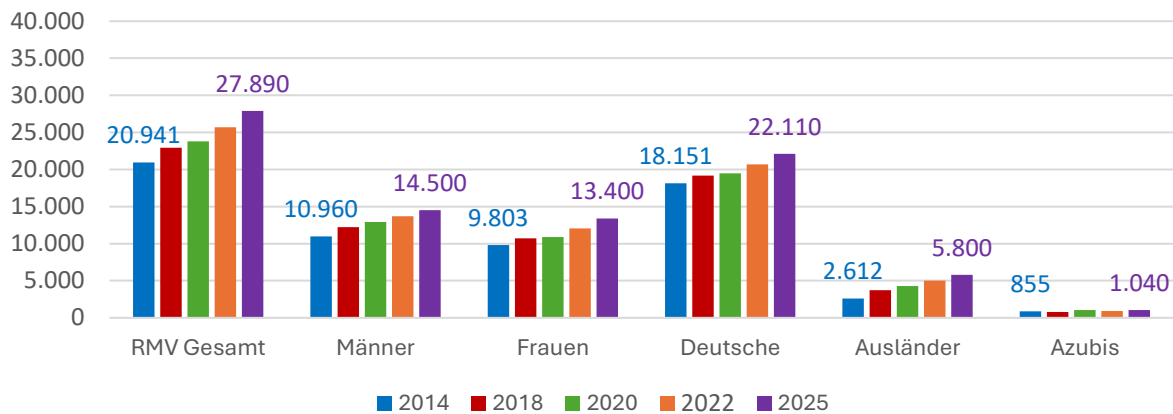
Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026 und Statistisches Landesamt Rheinland-Pfalz 2026, eigene Darstellung

Abb. 16: Einpendler:innen in die Stadt Mainz aus dem RNN-Gebiet 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025



Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

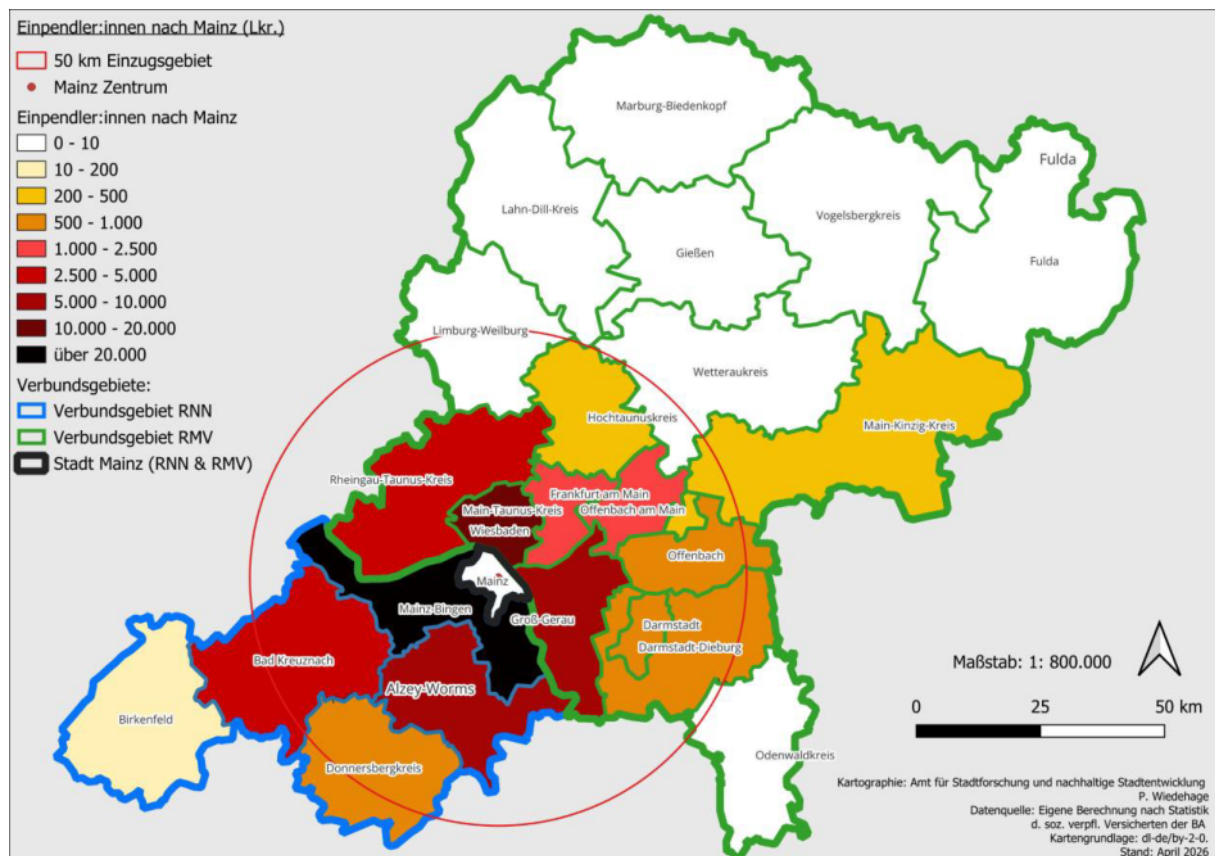
Abb. 17: Einpendler:innen in die Stadt Mainz aus dem RMV-Gebiet 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025



Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

Die räumliche Struktur der Pendler:innenströme (vgl. Karte 2, Karte 3, S. 20f) lässt eine intensive Pendelbeziehung zwischen dem rheinhessischen Umland und der Stadt Mainz erkennen.

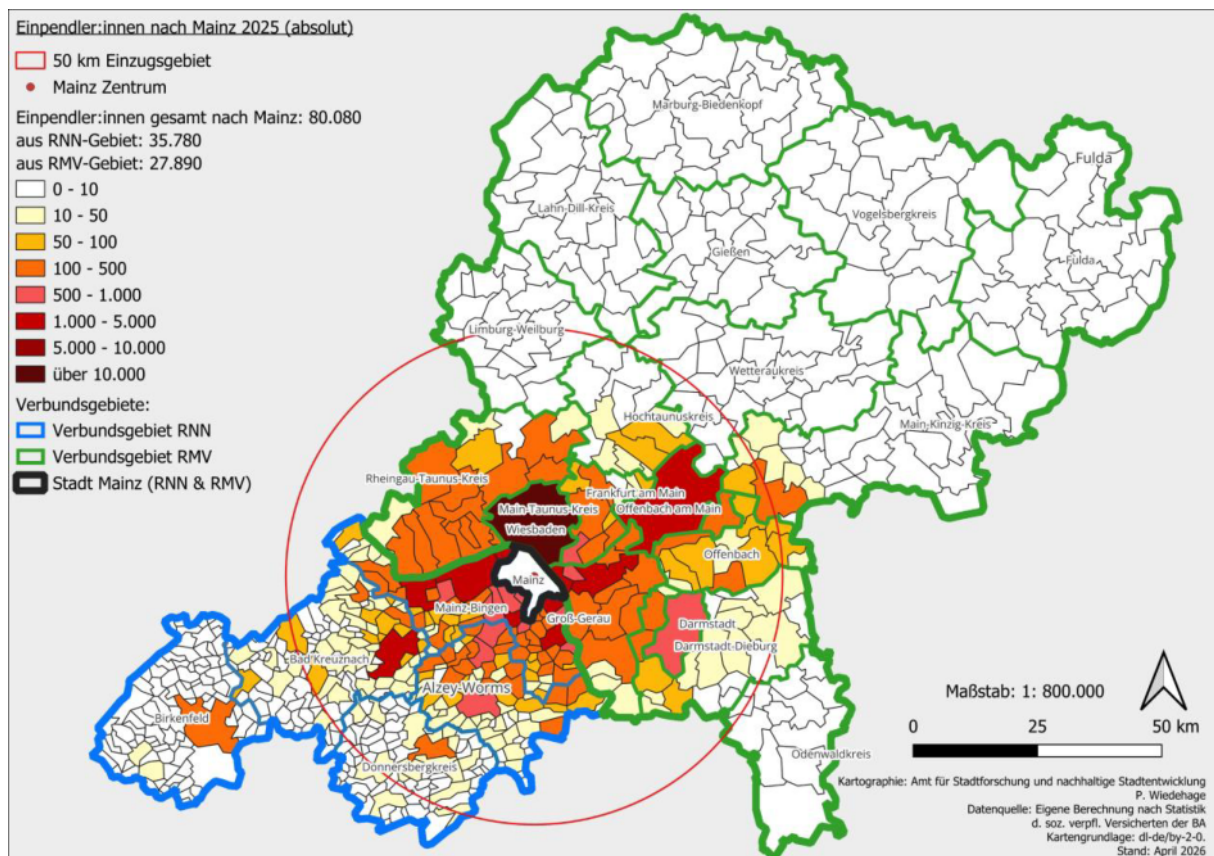
Karte 2: Einpendler:innen nach Mainz aus RNN- und RMV-Gebiet 2025 nach Landkreisen (absolut)



Wie bereits in Kapitel 4 erläutert und wie auf der Karte deutlich zu erkennen ist, findet der Großteil der Pendler:innenverflechtung der Stadt Mainz in einem Umkreis von 50 Kilometern statt. Während sich seit 2014 zwar die Grenzen des Verkehrsverbundgebiets durch weitere Landkreise erweitert haben, ergeben sich daraus jedoch keine erkennbaren Auswirkungen auf die Pendler:innen-

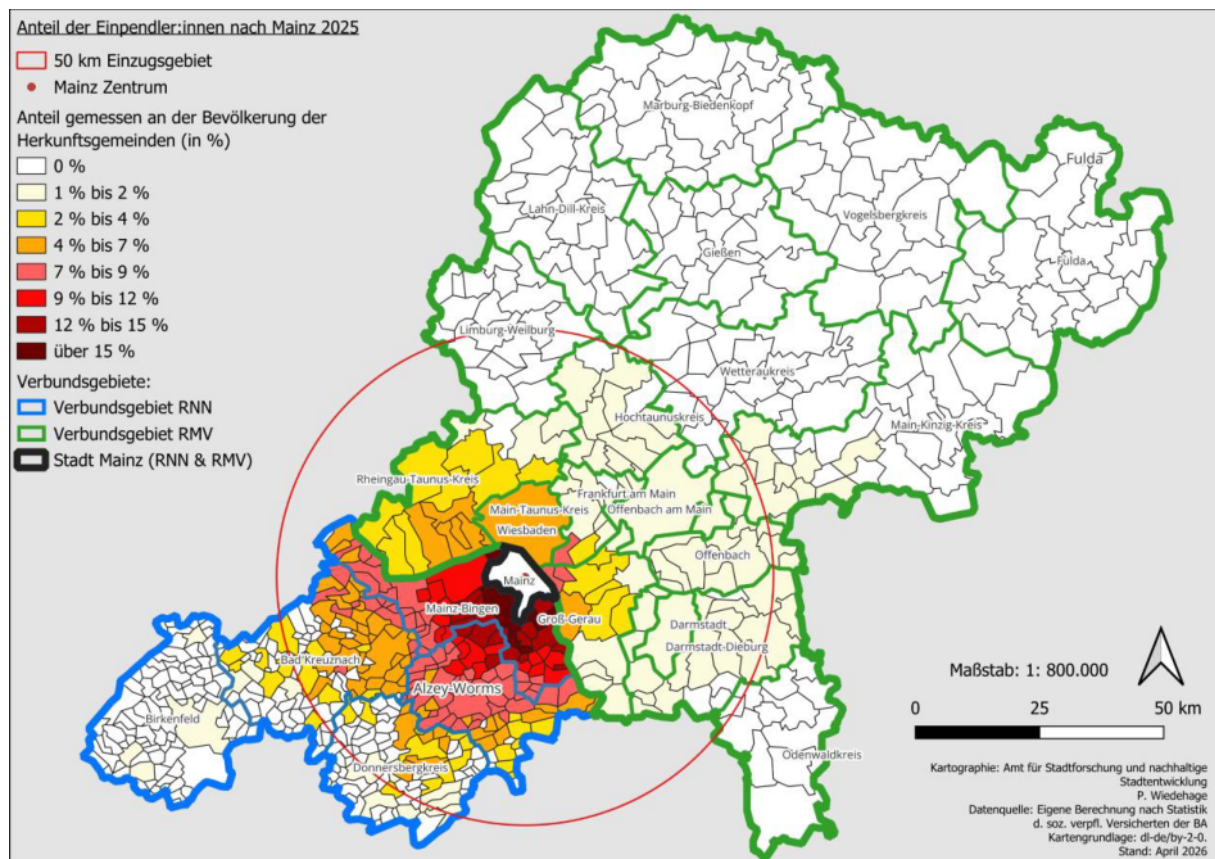
verflechtungen der Stadt Mainz. Abgesehen von der Gemeinde Idar-Oberstein im Landkreis Birkenfeld gibt es keinerlei Gemeinden, die nicht im besagten Umkreis von 50 Kilometern liegen oder unmittelbar daran angrenzen und signifikante Pendler:innenzahlen vorweisen (vgl. Karte 3, S. 22).

Karte 3. Einpendler:innen nach Mainz aus Gemeinden des RNN- und RMV-Gebietes 2025 (absolut)



Die bereits zuvor erläuterte Fokussierung auf ein 50-Kilometer-Umfeld um die Stadt Mainz wird sogar noch deutlicher, wenn der Anteil der nach Mainz einpendelnden sozialversicherungspflichtig Beschäftigten an der jeweiligen Bevölkerungszahl der Gemeinden berechnet und anschließend betrachtet wird (vgl. Karte 4, S. 22).

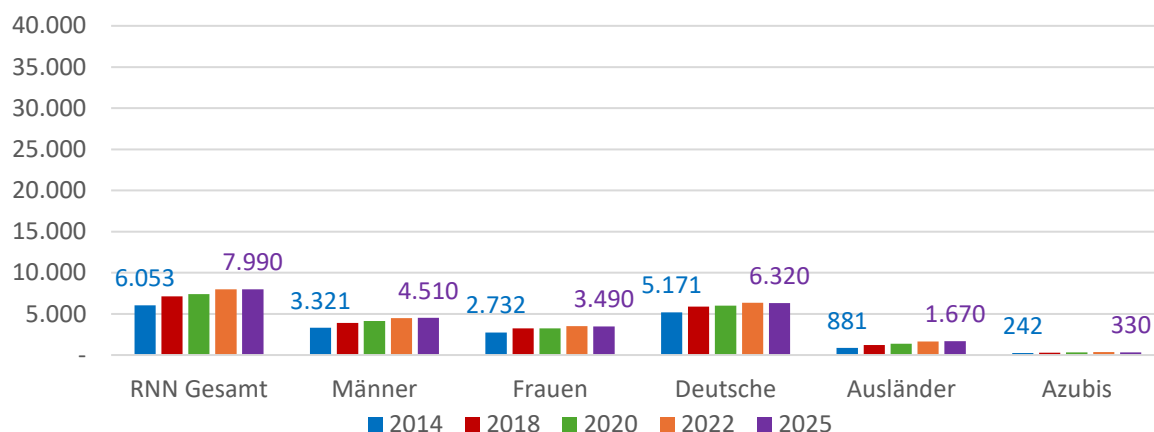
Karte 4: Anteil der Einpendler:innen nach Mainz 2025



4.2 Auspendler:innen aus Mainz in das RNN- und RMV-Gebiet

Die Zahl der auspendelnden Personen aus Mainz in das RNN-Gebiet ist im Zeitraum von 2014 bis 2025 um 32 % (+1.937 Personen) und damit um ein Drittel angestiegen. Im Jahr 2022 wurde erstmals die Marke von 8.000 Auspendler:innen überschritten, woraufhin die Zahl im Jahr 2025 wieder minimal zurückging (-14 Personen). Auffällig ist, dass es insgesamt zu einem größeren Zuwachs der Männer unter den Auspendelnden (+1.189) im Vergleich zu den Frauen (+758) kam. Zudem hat sich der Anteil der Ausländer:innen im gesamten Zeitraum um etwa 90 % nahezu verdoppelt (+789), wenngleich diese Gruppe weiterhin nur einen geringen Anteil an den Gesamtauspendler:innen ausmacht (vgl. Abb. 18 und Tab. 4, S. 24).

Abb. 18: Auspendler:innen aus der Stadt Mainz in das RNN-Gebiet 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025 (absolut)



Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

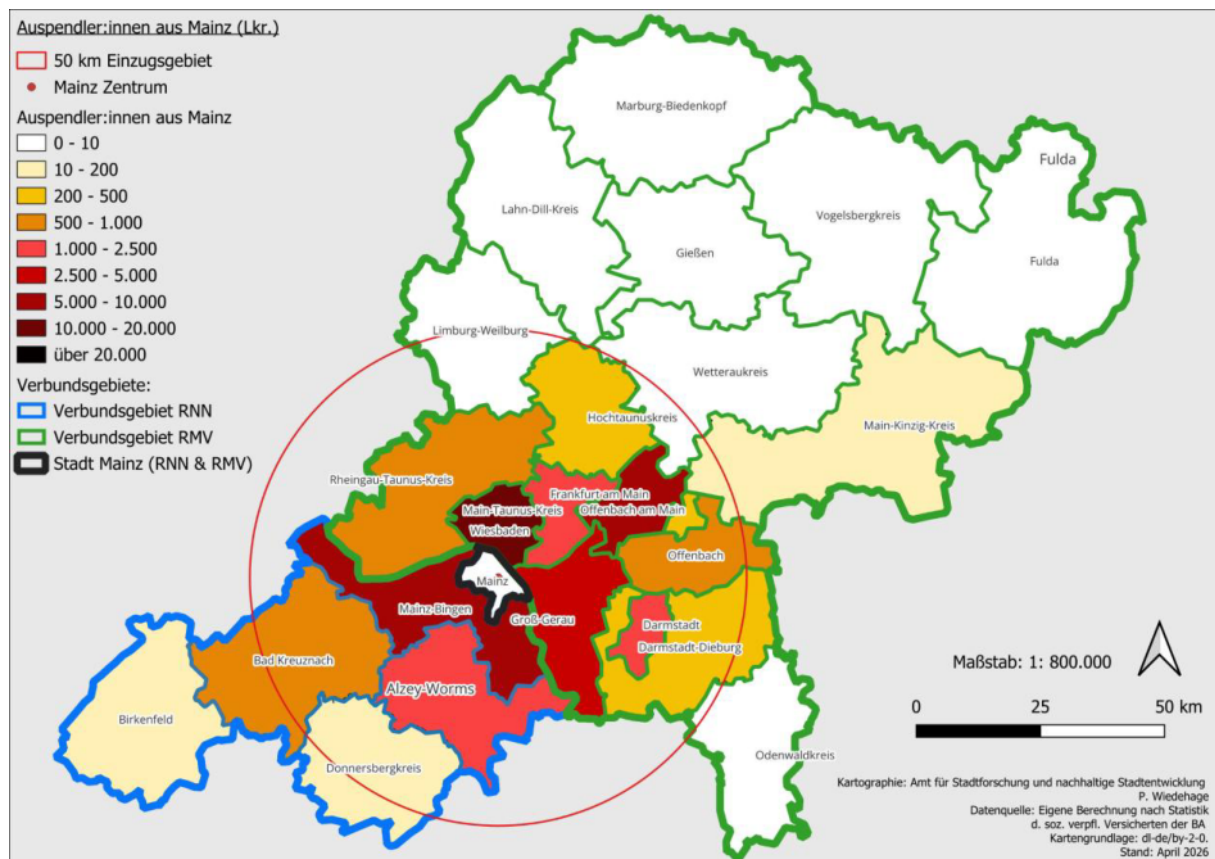
Tab. 4: Auspendler:innen aus Mainz in das RNN- und RMV-Gebiet 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025 (absolut und Veränderung in %)

	absolut					Veränderung in %			
	2014	2018	2020	2022	2025	2014-2018	2014-2020	2014-2025	2020-2025
Gesamt	35.720	41.871	43.284	46.032	46.560	17,2 %	21,2 %	30,3 %	7,6 %
davon Männlich	20.902	24.549	25.516	26.996	27.610	17,4 %	22,1 %	32,1 %	8,2 %
davon Weiblich	14.818	17.322	17.768	19.036	18.950	16,9 %	19,9 %	27,9 %	6,7 %
ins RNN-Gebiet	6.053	7.138	7.387	8.004	7.990	17,9 %	22,0 %	32,0 %	8,2 %
davon Männlich	3.321	3.906	4.127	4.486	4.510	17,6 %	24,3 %	35,8 %	9,3 %
davon Weiblich	2.732	3.232	3.260	3.518	3.490	18,3 %	19,3 %	27,7 %	7,1 %
ins RMV-Gebiet	24.021	23.831	25.073	29.618	30.090	-0,8 %	4,4 %	25,3 %	20,0 %
davon Männlich	14.204	13.497	14.319	17.452	17.830	-5,0 %	0,8 %	25,5 %	24,5 %
davon Weiblich	9.817	10.334	10.754	12.166	12.260	5,3 %	9,5 %	24,9 %	14,0 %
ins RNN+RMV-Gebiet	30.074	30.969	32.460	37.622	38.080	3,0 %	7,9 %	26,6 %	17,3 %
davon Männlich	17.525	17.403	18.446	21.938	22.340	-0,7 %	5,3 %	27,5 %	21,1 %
davon Weiblich	12.549	13.566	14.014	15.684	15.750	8,1 %	11,7 %	25,5 %	12,4 %

Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

Die besondere Bedeutung des RMV-Gebiets für die Stadt Mainz zeigt sich deutlich daran, dass rund 80 % der Mainzer Auspendelnden dort beschäftigt sind. Aus städtischer Perspektive wird damit eine klare arbeitsmarktbezogene Schwerpunktsetzung sichtbar, die auf eine ausgeprägte räumliche Orientierung der Mainzer Auspendelbewegungen in Richtung des RMV-Raums verweist. (vgl. Karte 5, S. 24).

Karte 5: Auspendler:innen aus Mainz in das RNN- und RMV-Gebiet 2025 nach Landkreisen (absolut)



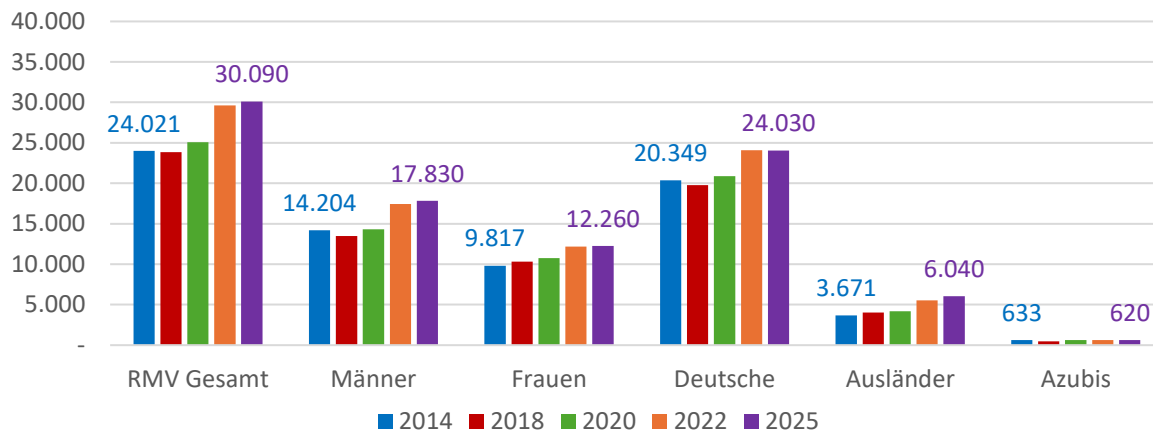
Ebenso wie bei den Auspendelnden in das RNN-Gebiet zeigt sich auch bei den in das RMV-Gebiet auspendelnden Personen ein deutlicher Anstieg. Insgesamt nahmen die absoluten Zahlen um rund 25 % (+6.069) zu. Besonders dynamisch verlief die Entwicklung zwischen 2020 und 2022: die Zahl der Auspendelnden erhöhte sich um 4.545 Personen, was einem Wachstum von etwa 18 % entspricht (vgl. Abb. 19, S. 26).

Wie bereits bei den Auspendelnden in das RNN-Gebiet zeigt sich auch für das RMV-Gebiet ein etwas stärkerer Zuwachs. Bei den Männern stieg die Zahl der Auspendelnden um rund 26 % (+3.626), bei den Frauen um etwa 25 % (+2.443).

Im Gegensatz dazu verlief die Entwicklung bei den Einpendelnden differenziert: Zwischen 2014 und 2018 kam es zunächst zu einem Rückgang um 5 %, und auch von 2018 bis 2020 war lediglich ein sehr geringer Anstieg von unter 1 % zu beobachten. Bei den Einpendlerinnen hingegen zeigte sich über den gesamten Zeitraum ein kontinuierlicher Zuwachs, ohne zwischenzeitliche Rückgänge.

Parallel zu den Entwicklungen im RNN-Gebiet ist auch im RMV-Gebiet ein deutlicher Anstieg beim Anteil der Ausländer:innen zu verzeichnen. Dieser wuchs um rund 65 % (+2.369). Trotz dieses dynamischen Wachstums bleibt die Gruppe weiterhin ein vergleichsweise kleiner Teil der Gesamtauspendelnden.

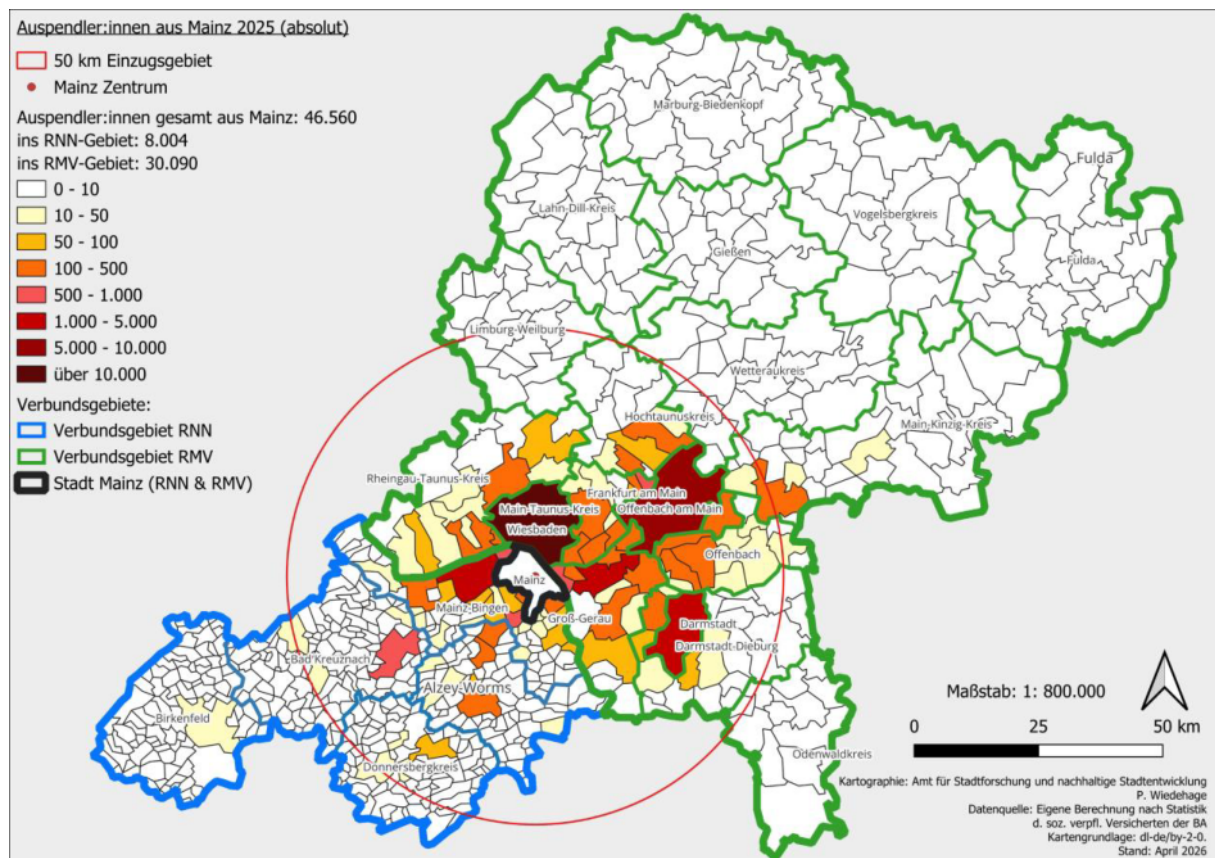
Abb. 19: Auspendler:innen aus der Stadt Mainz in das RMV-Gebiet 2014, 2018, 2020, 2022 und 2025 (absolut)



Quelle: Statistik der Bundesagentur für Arbeit 2026, eigene Darstellung

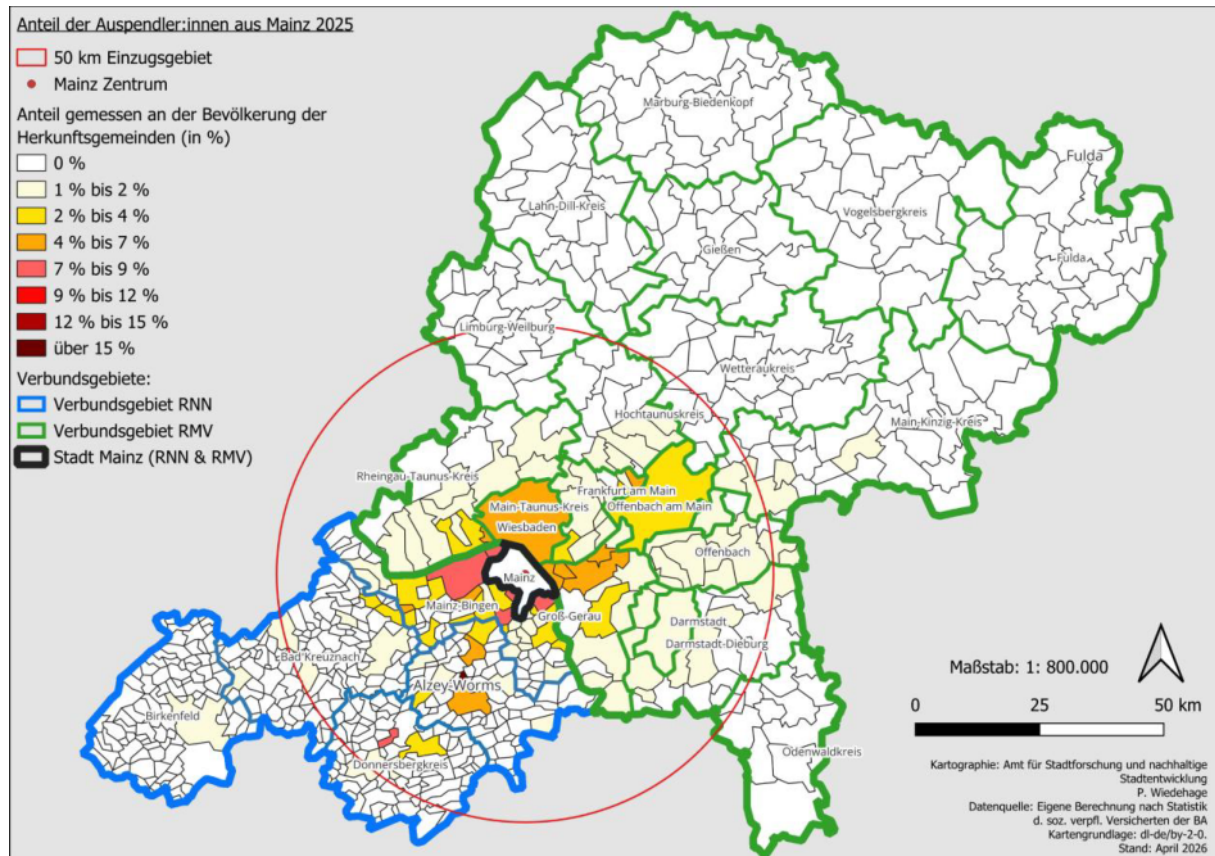
Verglichen mit den absoluten Einpendler:innenzahlen und den Anteilen der Einpendelnden aus den Herkunftsgemeinden in Richtung der Stadt Mainz, die mit zunehmender Distanz klar erkennbar abnehmen, zeigt sich die visuelle Darstellung der Auspendelnden für die einzelnen Gemeinden deutlich heterogener. Dies liegt daran, dass sich, wie bereits in Kapitel 3.2 erläutert, rund 57 % der Auspendelnden auf lediglich acht Zielorte konzentrieren, was in den Karten 6 und 7 klar sichtbar wird.

Karte 6: Auspendler:innen aus Mainz in Gemeinden der RNN- und RMV-Gebiete 2025 (absolut)



In Gemeinden mit sehr geringer Einwohnerzahl, wie etwa Gerbach mit 498 Einwohner:innen, führt bereits eine kleine Zahl auspendelnder Personen aus Mainz zu vergleichsweise hohen Anteilswerten. Dadurch erscheinen diese Gemeinden in der anteilsbezogenen Darstellung (vgl. Karte 7, S. 26) deutlich stärker eingefärbt als in der Darstellung der absoluten Auspendler:innenzahlen (vgl. Karte 6).

Karte 7: Anteil der Auspendler:innen aus Mainz 2025



5. Zusammenfassung: Starker Anstieg der Pendler:innenzahlen insgesamt und besonders bei der Verflechtung der Großstädte im Rhein-Main-Gebiet

Im Jahr 2025 gab es in Mainz 128.398 sozialversicherungspflichtig Beschäftigte am Arbeitsort; davon pendelten 80.083 Beschäftigte von außerhalb zu ihrem Arbeitsplatz nach Mainz, was einen Anteil von 62,4 % entspricht. **Fast zwei Drittel der Arbeitsplätze werden demnach von Nicht-Mainzer:innen besetzt.**

Daneben gab es 2025 in Mainz 94.822 sozialversicherungspflichtig Beschäftigte am Wohnort, von denen 46.032 zu ihrem Arbeitsplatz außerhalb von Mainz pendeln, also 48,6 %. **Rund die Hälfte der sozialversicherungspflichtig Beschäftigten aus Mainz arbeitet nicht in Mainz.** Der Mainzer Arbeitsmarkt erwies sich während den Jahren der Covid-19 Pandemie und den damit einhergehenden Lockdowns (2020 bis 2023) als robust. Es kam zu keinen Rückgängen insbesondere bei den sozialversicherungspflichtigen Beschäftigten mit Wohn- und Arbeitsort Mainz, sondern insgesamt zu einem kontinuierlichen Wachstum im Zeitraum von 2014 bis 2025. Das Pandemiejahr 2020 führte lediglich zu einer Abbremsung dieser Wachstumsentwicklung, die nach 2020 wieder kontinuierlich weiter voranschritt.

Die Betrachtung der Pendler:innenströme von SVP-Beschäftigten aus und nach Mainz von 2014 bis 2025 zeigt, dass die Landeshauptstadt einen, für Großstädte und Oberzentren typischen, positiven Pendler:innensaldo aufweist; d. h. die Zahl der Einpendler:innen lag über der der Auspendler:innen, was für eine hohe Arbeitsplatzdichte in Mainz spricht. Gleichzeitig weist es aber auch auf die Bedeutung des Umlandes als Wohnstandort hin, wobei der dieser Entwicklung zu langsam hinterherhinkende Mainzer Wohnungsmarkt sowie steigende Mieten eine wichtige Rolle spielen. Die kleinräumige Betrachtung der Pendler:innenströme nach ihren Herkunfts- und Zielregionen macht deutlich, dass die geographische Nähe bzw. eine gute verkehrliche Anbindung zu Mainz als Wohn- und Arbeitsort von hoher Bedeutung ist.

Die Pendler:innenverflechtungen zeigen erwartungsgemäß mit zunehmender Distanz eine abnehmende Bedeutung von Mainz als Arbeitsort. Besonders bei Distanzen von über 50 Kilometer sind kaum noch relevante Verflechtungen erkennbar.

Neben der extrem starken Verflechtung zwischen Mainz und Wiesbaden bzw. Frankfurt am Main bilden sich die Arbeitsplatzschwerpunkte Ingelheim in Rheinhessen und Rüsselsheim und Darmstadt in Hessen heraus, wobei Rüsselsheim in den letzten Jahren allerdings aufgrund des dortigen Strukturwandels der Automobilindustrie an Relevanz verloren hat.

Die Zahlen der Einpendler:innen nach Mainz spiegeln die Stadt-Umland-Verflechtung zwischen Mainz und den rheinhessischen Kommunen im Jahr 2025 wider, das wird besonders deutlich bei Bingen, Nieder-Olm, Budenheim mit jeweils mindestens 1.200 Einpendler:innen, bei Bodenheim mit 1.040 Einpendler:innen sowie Ingelheim mit 3.820 Einpendler:innen täglich.

Erkennbar ist eine starke Ausrichtung der Einpendler:innenströme aus dem rheinhessischen Umland nach Mainz, während sich die Mainzer Auspendler:innen auf Städte in Hessen konzentrieren: 45 % der Einpendler:innen nach Mainz kommen aus dem rheinhessischen RNN-Gebiet und 35 % aus dem rechtsrheinischen RMV-Gebiet. Die übrigen 20 % verteilen sich auf die Gemeinden außerhalb des Untersuchungsraumes. Lediglich 17 % der Auspendler:innen aus Mainz haben ihren Arbeitsplatz im RNN-Gebiet, 65% hingegen pendeln täglich nach Hessen (RMV-Gebiet).

Literaturverzeichnis

BOEHRINGER INGELHEIM (2026): Ingelheim – Sitz der Unternehmenszentrale www.boehringer-ingelheim.com/de/ueber-uns/wo-sie-uns-finden/standort-ingelheim (abgerufen am 02.04.2026)

IHK-Arbeitsgemeinschaft RLP (2023): Übersicht der größten Arbeitgeber in Rheinland-Pfalz, Stand: Dezember 2023, (online) ihk-rlp.de (abgerufen am 02.04.2026)

Landeshauptstadt Mainz (Hrsg.): Statistische Informationen zur Stadtentwicklung 2015. Kapitel 3: Erwerbstätigkeit und Arbeitsmarkt. Mainz, Oktober 2016.

Landeshauptstadt Mainz (Hrsg.): *Statistischer Jahresbericht 2024. Kapitel 2: Bauen und Wohnen*. Mainz, November 2025. (abgerufen am 30.03.2026)

Landeshauptstadt Mainz (Hrsg.): *Statistischer Jahresbericht 2024. Kapitel 3: Erwerbstätigkeit und Arbeitsmarkt*. Mainz, November 2025. (abgerufen am 30.03.2026)

PÜTZ, T. (2004): Pendlerverflechtungen im Großraum Leipzig. Bonn (=BBR Berichte/ Analysen zum Siedlungsraum).

Stadt Rüsselsheim am Main (Hrsg.): *Statistischer Bericht 2024*. Rüsselsheim am Main, Dezember 2024. URL: ruesselsheim.de (abgerufen am 30.03.2026).

Statistik der Bundesagentur für Arbeit (2026): Sozialversicherungspflichtig Beschäftigte und Pendler 2011-2025, Sonderauswertung. Frankfurt am Main.

Statistisches Landesamt Rheinland-Pfalz (2026): Einwohnerdaten 2011-2025. Bad Ems.



Landeshauptstadt
Mainz