

Baden ist.

Active City Baden

Ein Bewegungsprogramm für alle!

Liebe Badenerinnen und Badener
Liebe Sportbegeisterte



Sport beflügelt Körper und Geist, macht Spass und lässt uns über unsere Grenzen hinauswachsen. Bewegung und Sport ermöglichen neue Freundschaften, fördern die Identifikation mit unserem Wohnort und stärken den sozialen Zusammenhalt.

Im Sportleitbild hat die Stadt Baden das Ziel verankert, den Anteil der bewegungsaktiven Bevölkerung zu erhöhen. Mit Active City schaffen wir ein attraktives Sport- und Bewegungsangebot im öffentlichen Raum. Es entspricht dem Bedürfnis nach flexiblen Sportmöglichkeiten und richtet sich an die gesamte Bevölkerung: Ob Sie bereits trainiert sind oder einfach nur neugierig, ob Sie schon lange hier leben oder gerade erst zugezogen sind – alle sind herzlich eingeladen. Ich freue mich auf Active City und hoffe, Sie sind auch dabei!

Ruth Müri, Stadträtin, Ressort Bildung und Sport



Angela Crameri,
Sportkoordinatorin
Baden

Es freut mich sehr, dass im öffentlichen Raum in Baden attraktive Sport- und Bewegungskurse angeboten werden. Das eröffnet allen Personen – unabhängig von Alter, Einkommen und Herkunft – die Möglichkeit zu gemeinsamen Bewegungserlebnissen.



Melanie Borter,
Leiterin Koordinationsstelle
Altersnetzwerk Baden

Gerade auch für ältere Menschen ist Active City eine wunderbare Gelegenheit die Freude an der Bewegung neu oder wieder zu entdecken und neue Sportarten kennenzulernen. Dass es Kurse im Angebot hat, die sich zeitlich und inhaltlich besonders für ältere Personen eignen, freut mich natürlich sehr.

Baden wird zur bewegten Stadt

Vom 21. Mai bis 21. Juni 2024 werden im Kurpark kostenlose Sport- und Bewegungskurse angeboten. Teilnehmen können alle, egal ob jung oder alt, ob Sportmuffel oder Bewegungsprofi. Die Kurse werden von Personen aus Badener Vereinen und Institutionen geleitet.

«Sport und Spass für alle. Draussen, gemeinsam und kostenlos!» ist das Motto von Active City. Am Dienstag nach Pfingsten, dem 21. Mai, startet das Bewegungsförderungsprogramm in Baden. Im Grünen des Kurparks und auf der Rollsportanlage Dättwil bietet die Stadt während fünf Wochen rund 30 vielfältige Bewegungs- und Sportkurse für alle an. Die Palette reicht vom sanften Yoga, über tänzerische Kurse bis hin zum Bootcamp. So lässt sich für jeden Geschmack etwas finden. Dabei spielt es keine Rolle, wie alt oder fit man ist: Jede und jeder ist ohne Anmeldung und Vorkenntnisse willkommen.

Das Entdecken der Freude an Bewegung steht bei Active City Baden im Mittelpunkt. Damit die erweckte Freude anschliessend weiterhin ausgelebt werden kann, arbeitet die Stadt Baden bei den Kursdurchführungen eng mit lokalen Vereinen und Sportanbietern zusammen. Diese erhalten mit

Active City Baden eine Plattform, um ihre Angebote der Bevölkerung vorzustellen.

Bei Active City dreht sich aber nicht alles nur um die Bewegung. Das Angebot eröffnet ebenso die Möglichkeit, neue Bekanntschaften zu schliessen und bestehende Beziehungen zu pflegen.

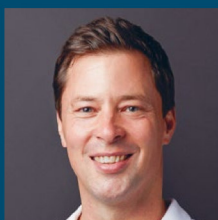
Active City ist ein Programm, das von der Schweizerischen Gesundheitsstiftung RADIX ins Leben gerufen wurde und durch die Stadt Baden umgesetzt wird. Aktuell bewegt sich rund ein Viertel der Schweizer Bevölkerung zu wenig, um die Gesundheit aufrecht zu erhalten. Gleichzeitig steigt das Bedürfnis nach Sportmöglichkeiten, die man flexibel und mit wenig Verpflichtungen ausüben kann. Mit Active City setzt die Stadt Baden ein starkes Zeichen, um diesen gesellschaftlichen Entwicklungen gerecht zu werden und einen aktiven Lebensstil zu fördern.

Active City – Sport und Spass für alle. Draussen, gemeinsam und kostenlos!

**21. Mai bis 21. Juni 2024, Kurpark Baden
und Rollsportanlage Dättwil**

Die gesamte Kursübersicht sowie weitere Informationen finden Sie auf der Website:

www.activecity.ch/baden



Mischa Schneeberger, in den Easydance-Kursen mit Salsa-, Badener Tanzentrum, Walzer- und Cha-Cha-Cha-Elementen Kursleiter Active City Baden die Begeisterung zu wecken.



Dino Vock, Fitnesscenter Baden, Kursleiter Active City Baden

Zu meiner Leidenschaft gehörte schon immer die Bewegung im Freien. Daher bin ich überaus gespannt auf das Projekt Active City in der Stadt Baden und darauf, den Bewohnenden die Möglichkeit zu bieten, das Bootcamp kennenzulernen. Es erfüllt mich mit grosser Freude, Teil dieses Projektes zu sein und meine Begeisterung für Sport teilen zu können.