

Aktiv! im Sommer 2024

**Ein kostenloses Bewegungs- und Entspannungsangebot im öffentlichen Raum
Bewegung und Entspannung – niederschwellig und unkompliziert**

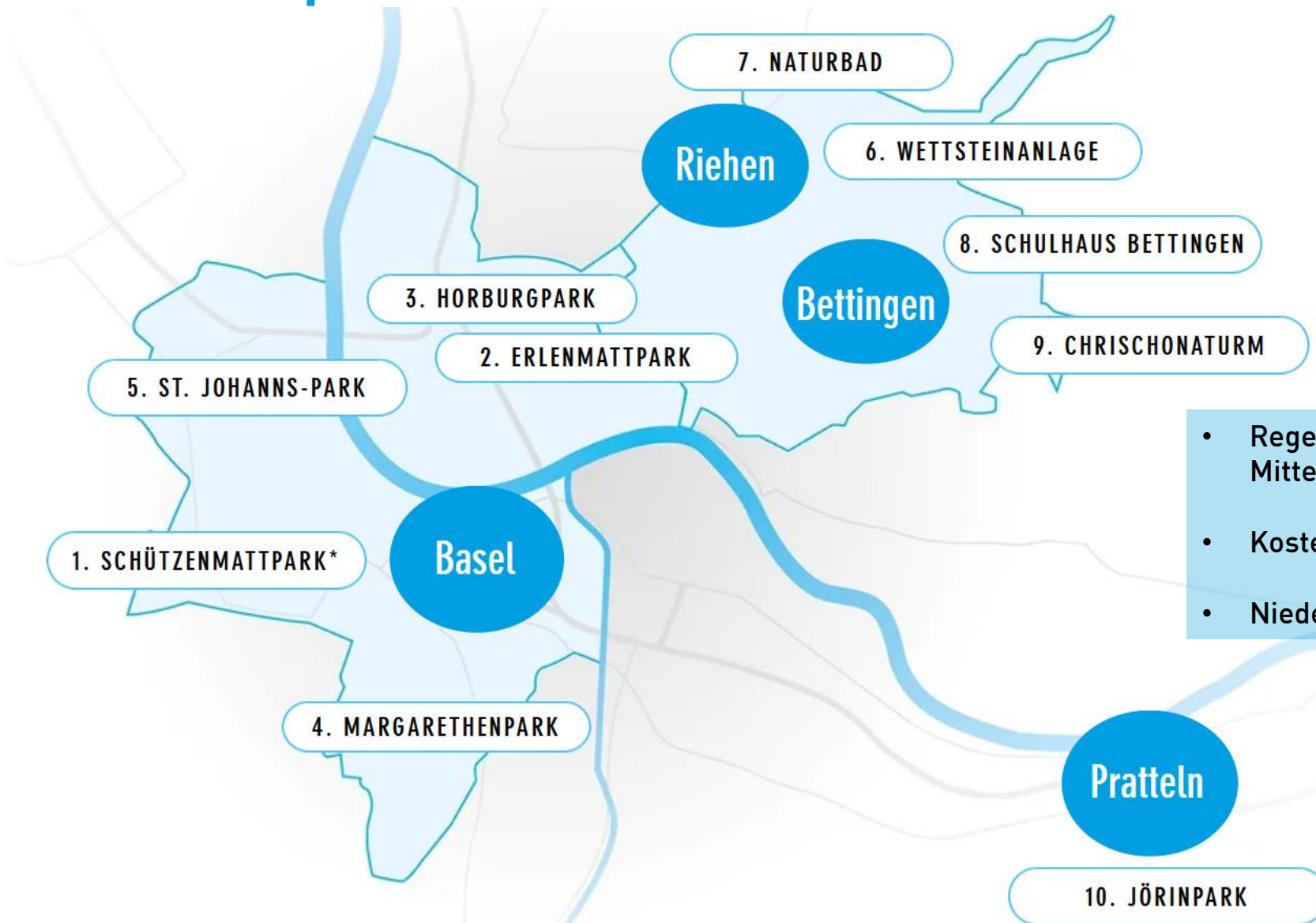
AKTIV!
im Sommer

Inhalt Schlussbericht

1. Kurzpräsentation, [Seite 3](#)
2. Projektbeschreibung und – ziele, [Seite 4](#)
3. Angebote, [Seite 5](#)
4. Teilnehmende, [Seite 6 – 10](#)
5. Kommunikation und Werbung, [Seite 11](#)
6. Aktiv! mit Vereinen, [Seite 12 – 14](#)
7. Highlights / Herausforderungen, [Seite 15](#)
8. Ausblick, [Seite 16](#)
9. Partner und Sponsoren, [Seite 17](#)
10. Impressionen, [Seite 18 – 19](#)
11. Anhang, [Seite 20 – 22](#)

AKTIV!
im Sommer

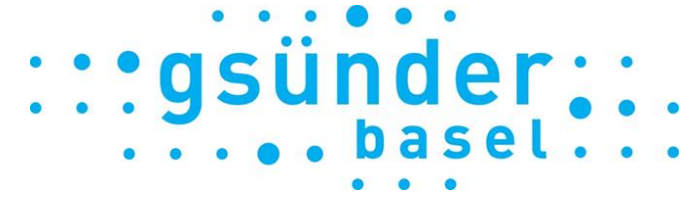
1. Kurzpräsentation



- Regelmässig wöchentlich, Mitte Mai bis Anfang September 2024
- Kostenlos, unverbindlich und ohne Voranmeldung
- Niederschwellig

AKTIV!
im Sommer

2. Projektbeschreibung und -ziele



Beschrieb

- Kostenlose Bewegungs- und Entspannungsangebote an verschiedenen Outdoor-Standorten in der Region Basel
- Jährlich von Mai bis September
- Ca. 5'000 Teilnehmende pro Saison

Ziele

- Flächendeckende und langfristige Installation von einfach zugänglichen und kostenlosen Bewegungs- und Entspannungsangeboten im öffentlichen Raum in der Region Basel.
- Förderung eines aktiven Lebensstils durch regelmässige Bewegung und Entspannung.
- Stärkung des Gemeinschaftsgefühls und soziale Integration.

Zielgruppe

- Alle erwachsenen Personen, die Lust haben sich zu bewegen
- Menschen, die noch keinen aktiven Lebensstil pflegen
- Personen mit Migrationshintergrund, geringer Bildung und niedrigem Einkommen sowie Menschen, die sich sozial einsam fühlen

AKTIV!
im Sommer

3. Angebote

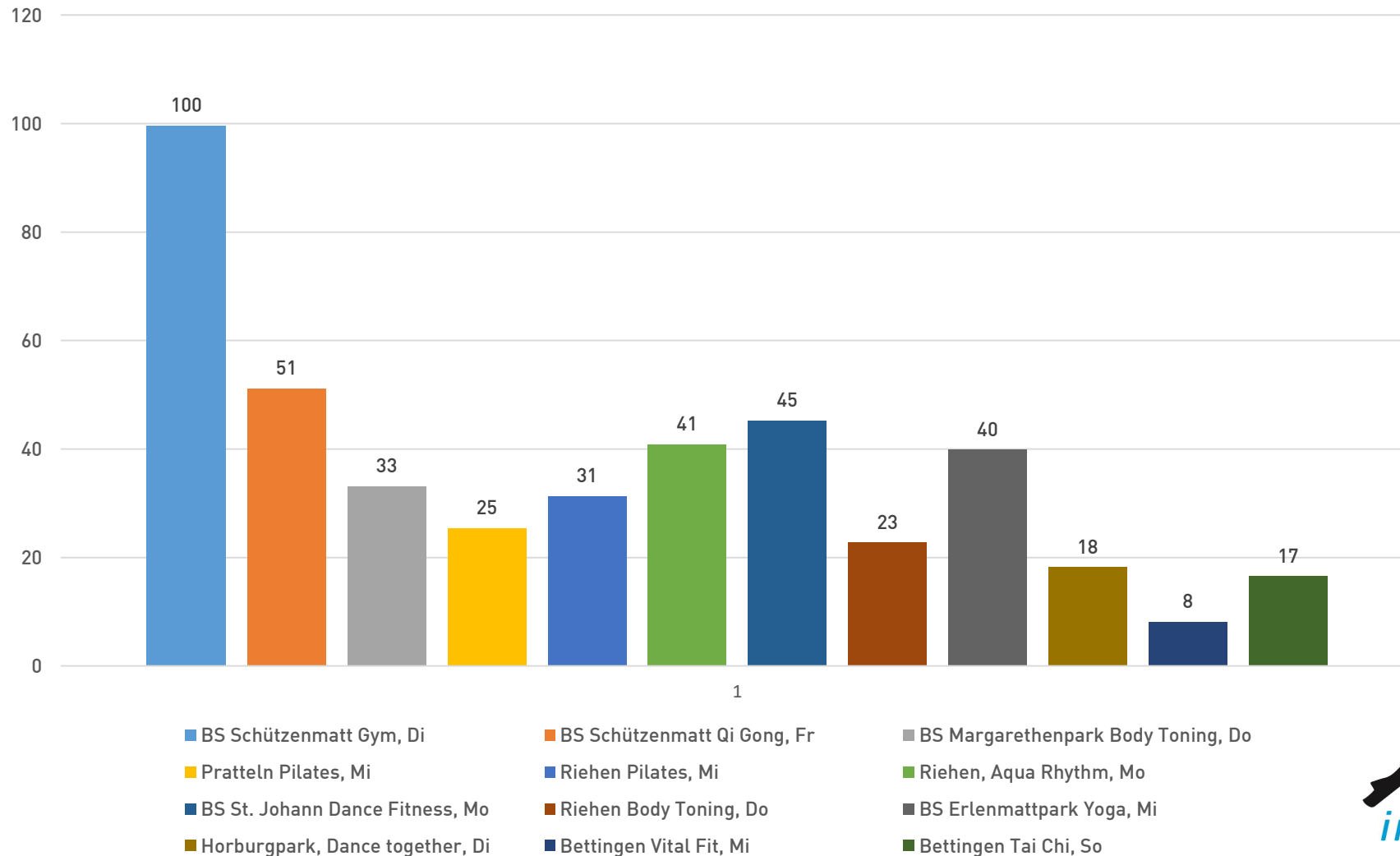
Aktiv! im Sommer 2024

Ort & Angebot	Φ Anzahl Teilnehmende pro Lektion
Gymnastik/Fitness	
Schützenmattpark, Gymnastik	100
Margarethenpark, Body Toning	33
Riehen Wettsteinanlage, Body Toning	23
Riehen Naturbad, Aqua Rhythm	41
Bettingen Schulhaus, Vital Fit	8
Pilates	
Riehen Wettsteinanlage, Pilates	31
Pratteln Jörinpark, Pilates	25
Yoga	
Erlenmattpark, Yoga	40
Tai Chi/Qi Gong	
Schützenmattpark, Qi Gong	51
Bettingen Fernsehturm St. Chrischona, Tai Chi	17
Tanz	
St. Johannis Park, Dance Fitness	45
Horburgpark, Dance together	18



4. Teilnehmende

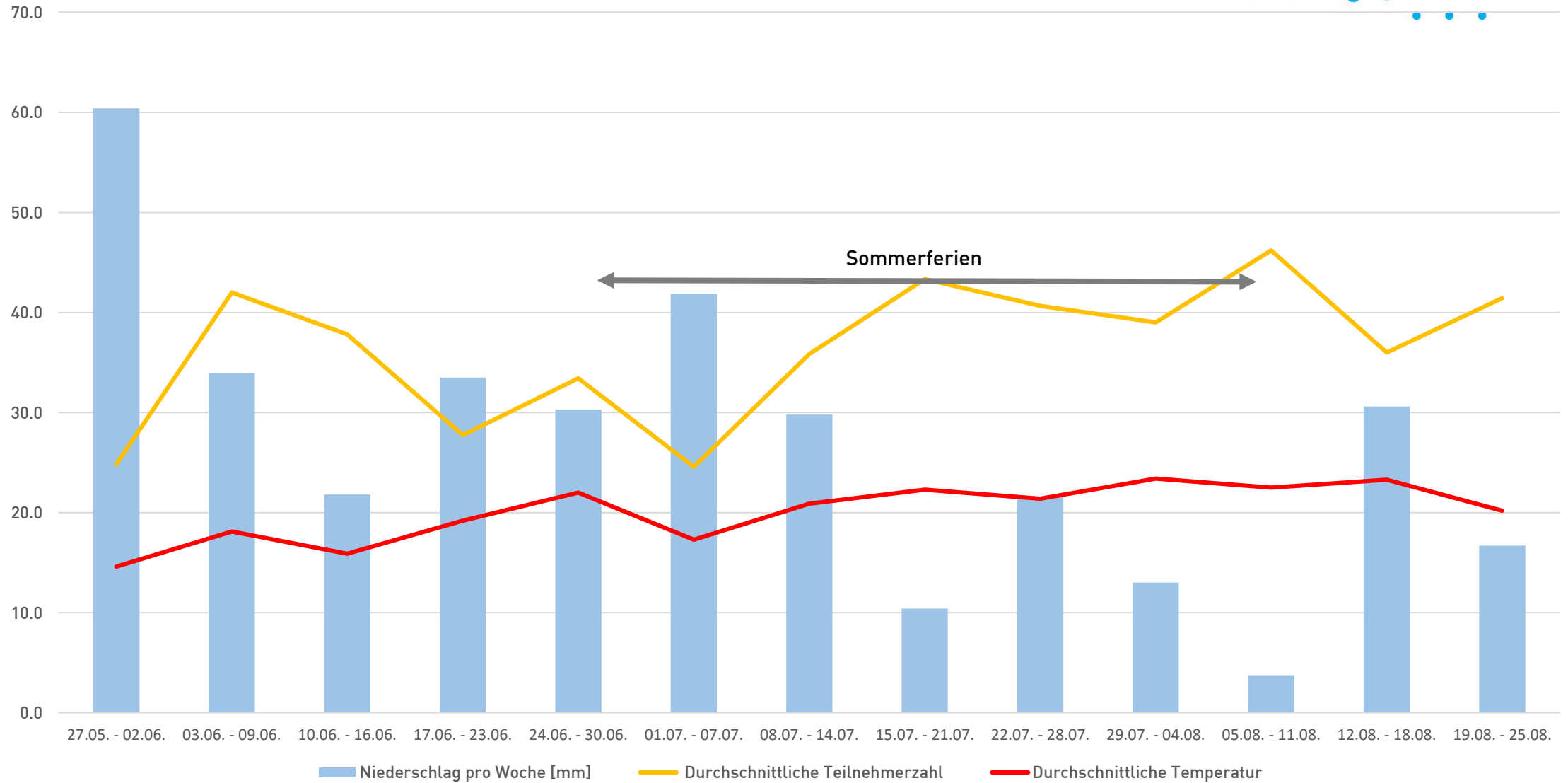
Φ Anzahl Teilnehmende pro Lektion



AKTIV!
im Sommer

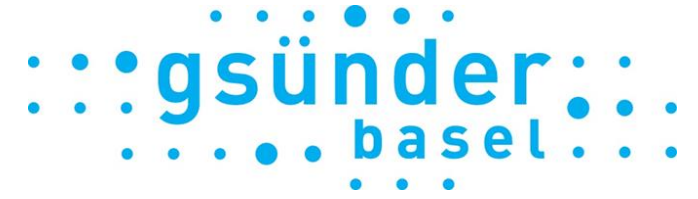
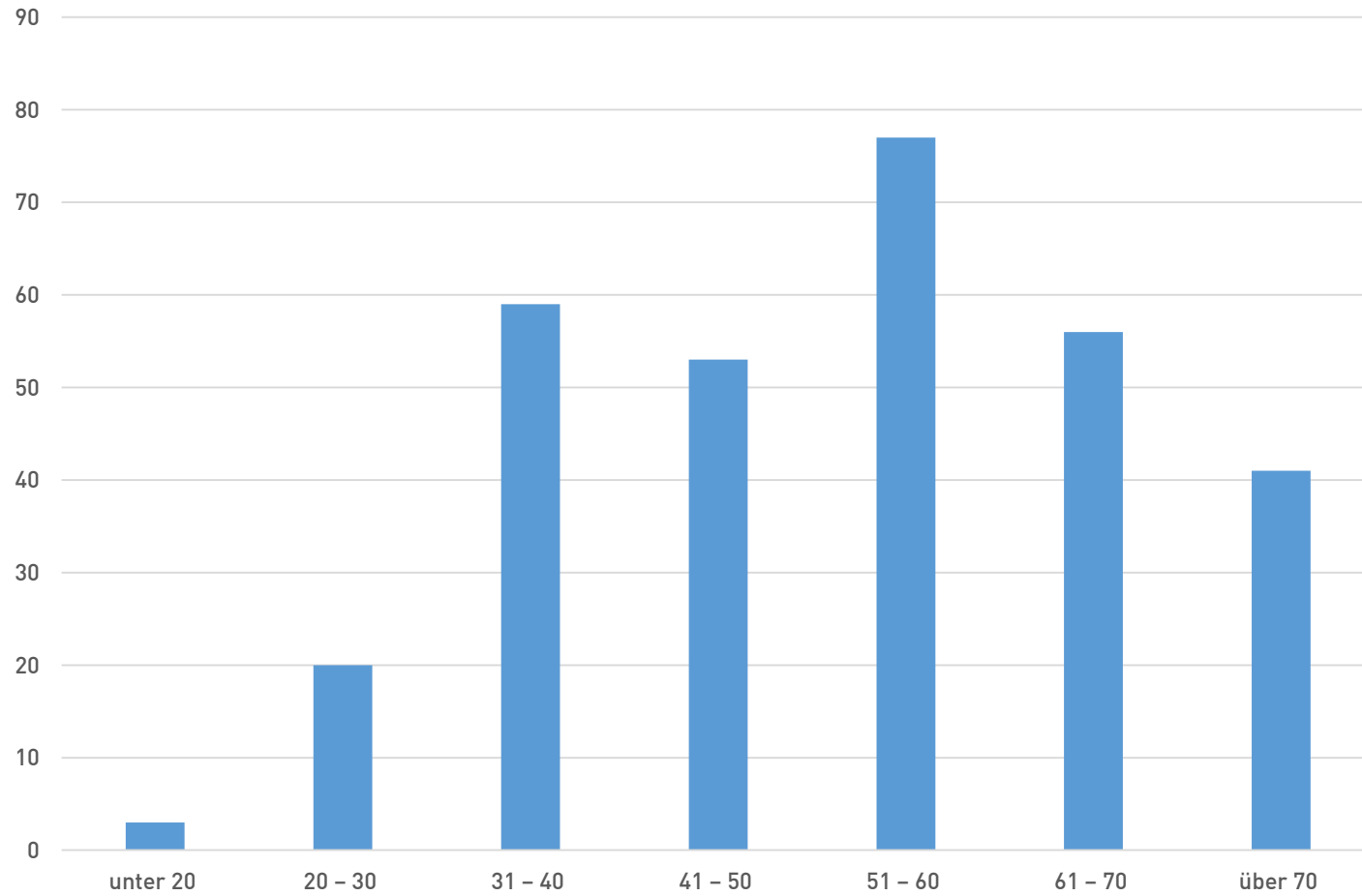
4. Teilnehmende

Anzahl Teilnehmende in Abhängigkeit vom Wetter



4. Teilnehmende

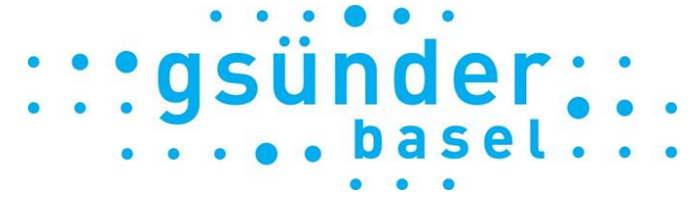
Φ Alter der Teilnehmenden in Jahren



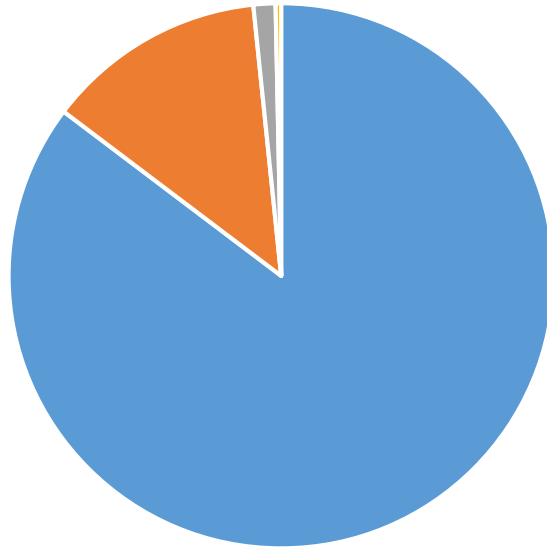
Aktiv!
im Sommer

4. Teilnehmende

Allgemeine Zufriedenheit der Teilnehmenden



- Mehr als 85% der Teilnehmenden bewerten die Angebote mit «sehr gut».

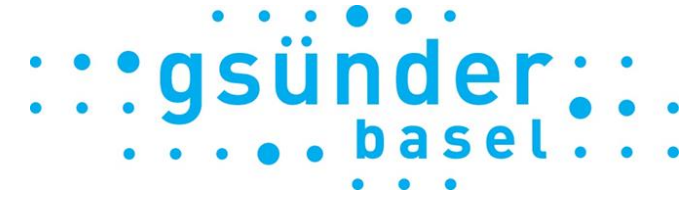


■ sehr gut ■ gut ■ okay ■ ungenügend



AKTIV!
im Sommer

4. Teilnehmende Rückmeldungen



Seit vielen Jahren sehr
zufrieden 😊

Bitte bietet dieses tolle Angebot 2025
wieder an. Das Programm ist vielfältig
und durch die unterschiedlichen
Veranstaltungsorte ist für jeden etwas
dabei. So kann man auch im Sommer fit
bleiben und bekommt Lust sich zu
Fitnessangeboten im Herbst/Winter
anzumelden.

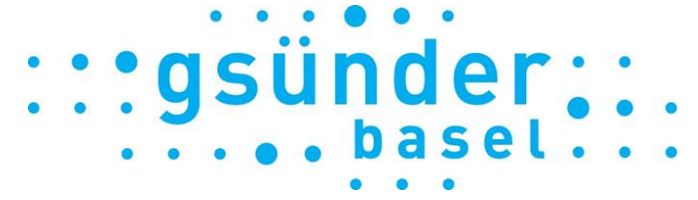
Vielen Dank. Ich schätze es
sehr, dass solche Kurse
während der Sommerzeit
angeboten werden!

So ein tolles Angebot, wo
Klein bis Gross spontan im
Park mitmachen!

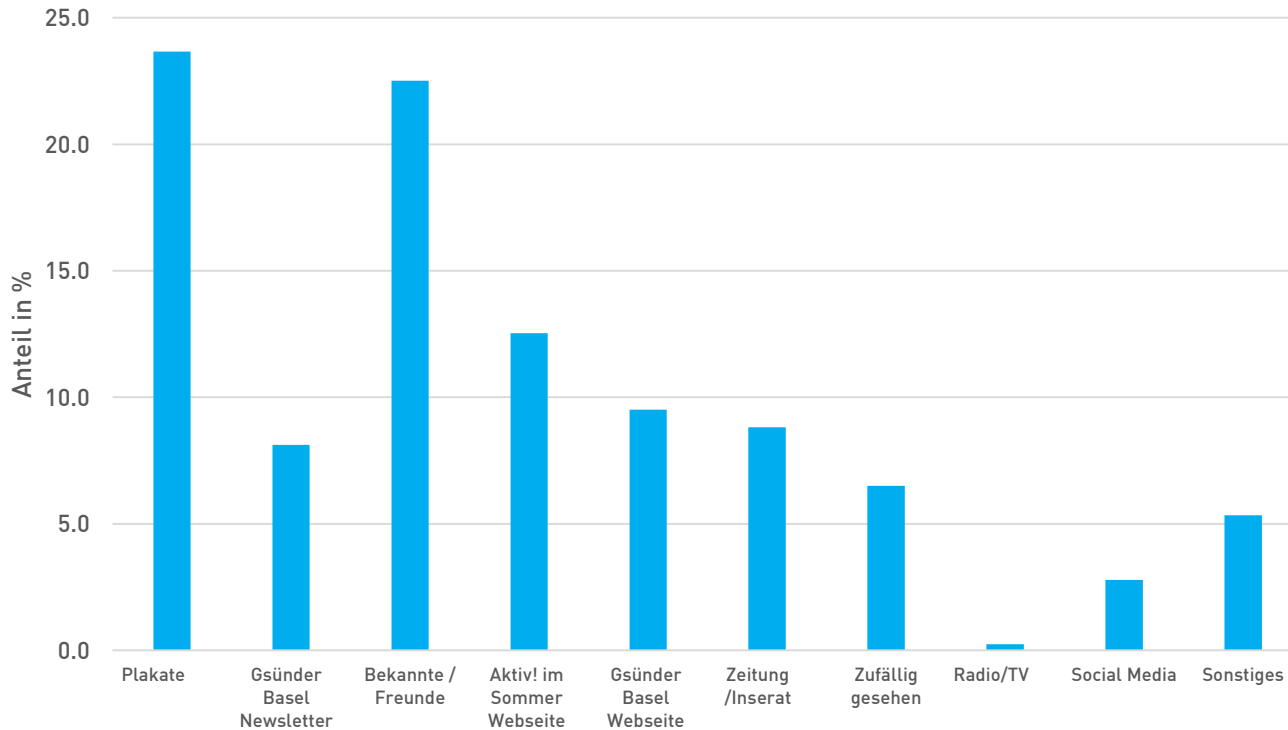
Die professionellen
Kursleiter:innen vermitteln
Spass an Bewegung und
machen ein tolles
Programm.

AKTIV!
im Sommer

5. Kommunikation und Werbung



Wie wurden Sie auf Aktiv! im Sommer aufmerksam?



- **Aussenwerbung:** 10 F4-Grossplakate an 9 Standorten
- **Postversand und Printmedien:** Programmflyer, Medienbeiträge und Inserate
- **Online Werbung und Newsletter:** Aktiv! im Sommer – Webseite, Gsünder Basel – Webseite, Online-Inserate, Gsünder Basel Newsletter, Soziale Medien, Medienmittlung (Basler Präventionswochen, BaselLive, Gundeldinger Zeitung, Gundeldinger Koordination)
- **Mund-zu-Mund Werbung:** Kursleitungen



6. Aktiv! mit Vereinen

Angebote

Angebot & Verein	Φ Anzahl Teilnehmende pro Lektion
Korfball Basel	7
Lacrosse Club Basel	7
Jugger Basiliken	1
Boxclub Boxeo Gym	14
Basel City Slackliners	11
Basel Barbarians American Flag Football	5

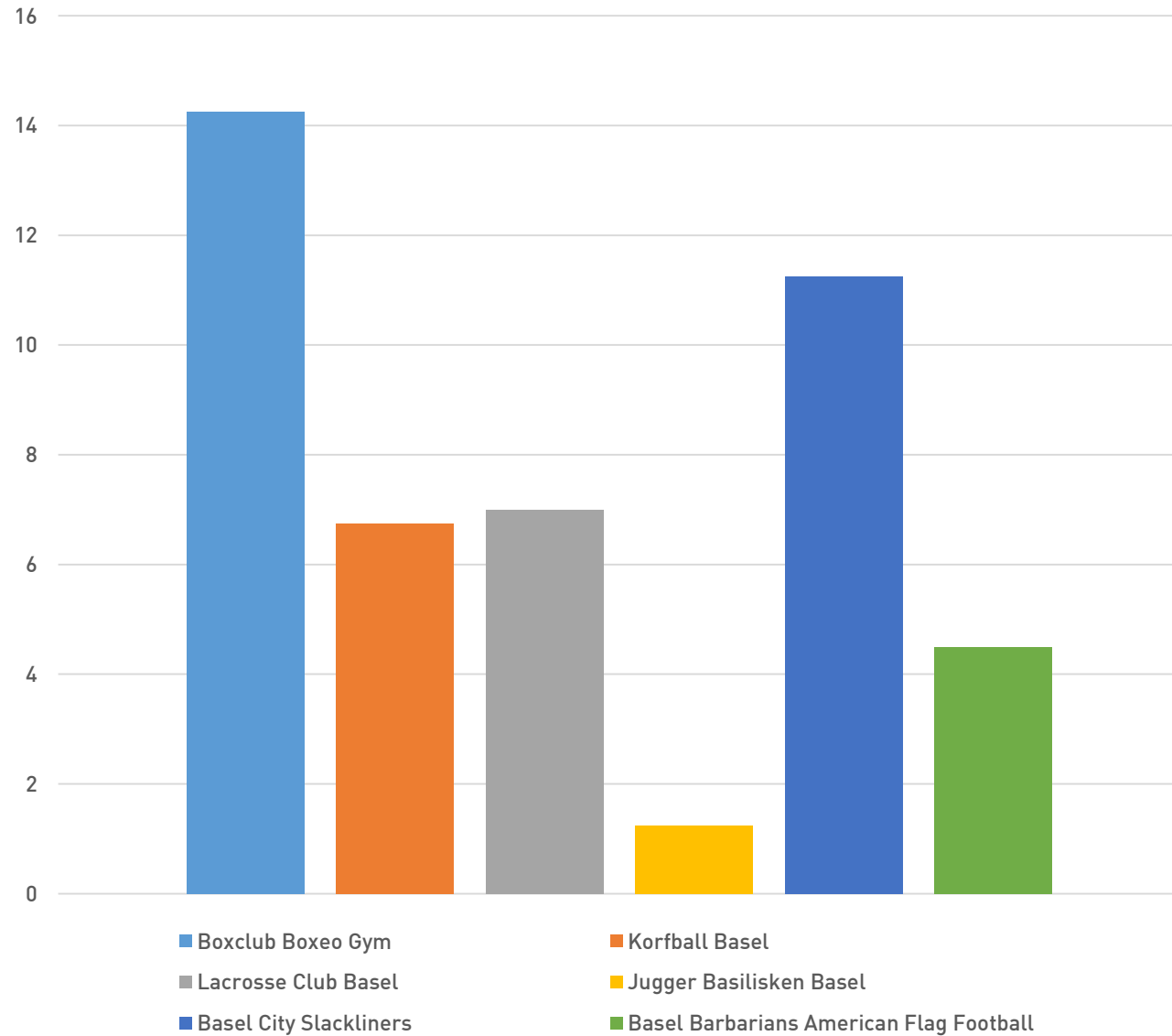
- Mehrmalige, offene Schnuppermöglichkeiten verschiedener Sportvereine der Stadt Basel
- frei zugänglich und kostenlos im Schützenmattpark Basel



AKTIV!
im Sommer

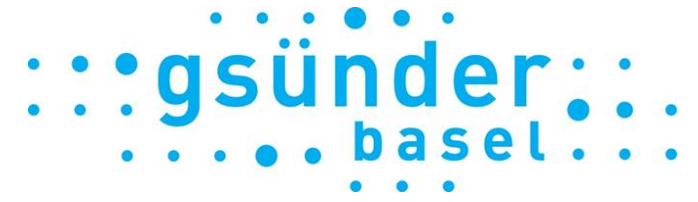
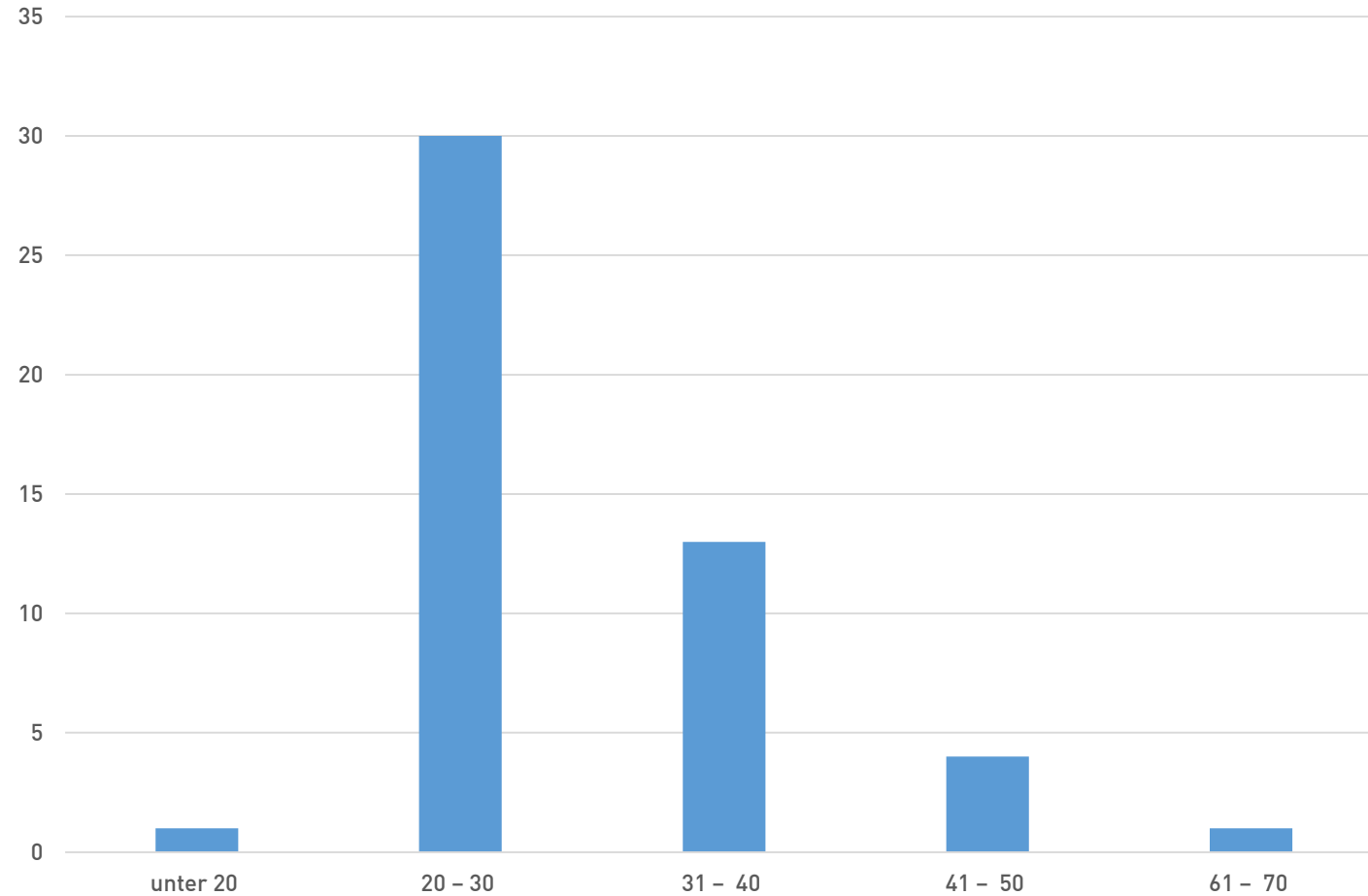
6. Aktiv! mit Vereinen

Φ Anzahl Teilnehmende pro Lektion



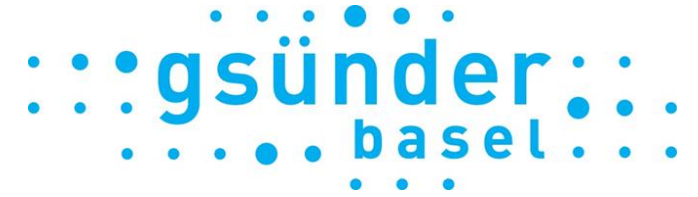
6. Aktiv! mit Vereinen

Φ Alter der Teilnehmenden in Jahren



Aktiv!
im Sommer

7. Highlights / Herausforderungen



Highlights

- Trotz anfangs nassem «Sommerwetter» wurden rund **5'500 Personenbewegungsstunden** bei **150 Lektionen** erreicht
- Mehr als **85%** der Teilnehmenden bewerten die Angebote mit «**sehr gut**».
- Neuer Rekord: **140 Teilnehmende** bei Gymnastik im Schützenmattpark
- Persönliche Rückmeldungen von Teilnehmenden, die dank Aktiv! im Sommer zu regelmässiger Bewegung gefunden haben.

Herausforderungen

- Arrangieren verschiedener Bedürfnisse im öffentlichen Raum (fussballspielende Kindergruppen beim Yoga-Angebot)
- Abdeckung aller Angebote mit genügend Kursleitungen



8. Ausblick



- Aktiv! im Sommer **als abwechslungsreiches und leicht zugängliches Projekt** hat sich fest im Kalender der Bewohner:innen in und um Basel **etabliert**.
- **Aktiv! im Winter**: Gymnastik im Schützenmattpark findet ab Spätsommer 2024 erstmals ganzjährig statt.
- Ausblick 2025 – Ziel: Erhalt aller Standorte. Falls finanziell möglich: Ausbau der Standorte



AKTIV!
im Sommer

9. Partner und Sponsoren

Herzlichen Dank an unsere Sponsoren und Partner für die wertvolle finanzielle Unterstützung und die angenehme Zusammenarbeit.

Hauptsponsor:

Hirslanden Klinik Birshof

Sponsoren:

Eptinger

Basler Kantonalbank

Öffentlicher Partner:

Bürgergemeinde der Stadt Basel

Kantonaler Partner:

Gesundheitsdepartement des Kantons Basel – Stadt

Lokale Umsetzungspartner:

GGG Basel

Sportamt Basel-Stadt

Gemeinde Riehen

Naturbad Riehen

Gemeinde Pratteln

Gemeinde Bettingen

Fachpartner:

RADIX



AKTIV!
im Sommer

10. Impressionen

gsünder:
basel



AKTIV!
im Sommer

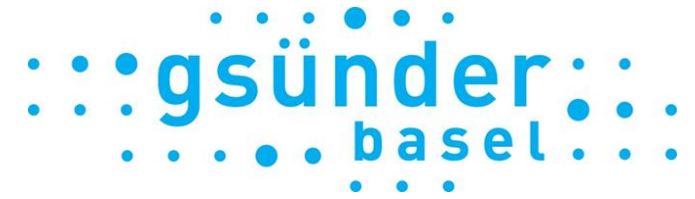
10. Impressionen



AKTIV!
im Sommer

11. Anhang

Kurs- und Co-Leitungen 2024



Anrede	Name	Vorname	Tätigkeit
Frau	Binz Lüdi	Andrea	Kursleitung: Schützenmattpark Gymnastik
Frau	Bösiger	Laura	Kursleitung: Riehen Pilates
Frau	Boss	Lena	Kursleitung: Riehen Pilates
Frau	Brender	Wendy	Co-Leitung: Riehen Body Toning; St. Johannis Park Dance Fitness
Frau	Buchmüller	Tamina	Kursleitung: Riehen Body Toning
Frau	Clausen	Chantal	Co-Leitung: Schützenmattpark Gymnastik & Qi Gong; Riehen Body Toning
Frau	Devonas	Cornelia	Kursleitung: Horburgpark Dance Together; Riehen Naturbad Aqua Rhythm
Frau	Dressler	Mónica	Kursleitung: Margarethen Body Toning
Frau	Dzidic	Neira	Kursleitung: Erlenmattpark Yoga
Frau	Erhardt	Rahel	Kursleitung: Erlenmattpark Yoga
Herr	Etter	Thomas	Kursleitung: Schützenmattpark: Qi Gong; Bettingen Tai Chi
Frau	Frossard	Nathalie	Kursleitung: Schützenmattpark Qi Gong
Frau	Giuri	Jeannette	Kursleitung: Riehen Body Toning
Frau	Goldberger	Smadar	Kursleitung und Co-Leitung: Schützenmattpark Gymnastik & Qi Gong; Erlenmattpark Yoga; St. Johannis Park Dance Fitness
Frau	Guarnaccia	Cristina	Kursleitung: Horburgpark Dance Together
Frau	Heitz	Giovanna	Kursleitung: Riehen Body Toning
Frau	Kowal	Petra	Co-Leitung: Erlenmattpark Yoga
Frau	Landi	Delia	Kursleitung: Erlenmattpark Yoga
Herr	Laur	Stephan Matthias	Kursleitung: Schützenmattpark Qi Gong
Herr	Lindh Medin	Benjamin	Kursleitung: Schützenmattpark Qi Gong
Herr	Mäder	Elias	Co-Leitung: Pratteln Pilates
Frau	Mäder	Andrea	Kursleitung: Pratteln Pilates; Erlenmattpark Yoga
Frau	Odermatt	Christine	Kursleitung: Pratteln Pilates
Frau	Pacovsky	Andrea	Kursleitung: Schützenmattpark Qi Gong
Frau	Poslusny	Marcela	Kursleitung: Bettingen Vital Fit; Riehen Body Toning
Frau	Ramdhoni	Bharti	Kursleitung : St. Johannis Park Dance Fitness; Margarethenpark Body Toning
Herr	Romeo	Francesco	Kursleitung: Bettingen Tai Chi
Herr	Rojas	Bayardo	Kursleitung: Horburgpark Dance Together
Frau	Röthlisberger	Monika	Kursleitung: Riehen Naturbad Aqua Rhythm
Frau	Saner	Regula	Kursleitung: Riehen Naturbad Aqua Rhythm, Riehen Body Toning & Pilates
Frau	Schneider	Rebeka	Co-Leitung: Schützenmatt Gymnastik und Qi Gong; Erlenmattpark Yoga; Riehen Pilates
Frau	Seiterle	Nicolette	Kursleitung: Margarethenpark Body Toning
Frau	Siegrist	Inna	Kursleitung: Riehen Pilates
Frau	Sievi	Alena	Kursleitung: Margarethenpark Body Toning
Frau	Sigrist	Céline	Co-Leitung: Riehen Pilates & Body Toning
Frau	Walther	Bettina	Co-Leitung: Pratteln Pilates
Frau	Willi	Barbara	Kursleitung: Pratteln Pilates
Frau	Zwahlen	Roswitha	Kursleitung: Margarethenpark Body Toning

11. Anhang

Auswertung pro Standort



Kursstandort	Kursart	Anzahl Lektionen	Ø Anzahl Teilnehmende	Teilnehmende bei der Umfrage	Geschlecht der Teilnehmenden			Alter der Teilnehmenden						Nationalität			Wohnort der Teilnehmenden						Bewertung von Aktiv! im Sommer	
					Weiblich	Männlich	Divers	20-30 J.	31-40 J.	41-50 J.	51-60 J.	61-70 J.	> 70 J.	Schweiz	Deutschland	Anderes	Kanton BS	Kanton BL	Riehen	Pratteln	Bettingen	Anderer Kanton		Sonstiges
Basel, Schützenmattpark	Gymnastik	17	89	50	92%	8%	0%	2%	4%	4%	19%	44%	27%	77%	10%	13%	81%	19%	0%	0%	0%	0%	2%	89% sehr gut 11% gut
Basel, Schützenmattpark	Qi Gong	17	48	35	91%	9%	0%	0%	6%	12%	32%	24%	26%	85%	15%	0%	91%	6%	0%	0%	0%	0%	3%	88% sehr gut 12% gut
Basel, Margarethenpark	Body Toning	15	31	21	71%	29%	0%	9%	43%	9%	29%	10%	0%	81%	9%	10%	81%	19%	0%	0%	0%	0%	0%	92% sehr gut 8% gut
Basel, Erlenmattpark	Yoga	14	40	18	85%	15%	0%	26%	33%	19%	15%	7%	0%	59%	33%	8%	93%	7%	0%	0%	0%	0%	0%	78% sehr gut 18% gut 4% okay
Basel, St. Johannis-Park	Dance Fitness	11	45	17	88%	12%	0%	0%	6%	29%	24%	23%	18%	59%	6%	35%	100%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	100% sehr gut
Basel, Horburgpark	Dance together	11	15	22	86%	14%	0%	4%	55%	18%	14%	9%	0%	59%	18%	23%	77%	14%	0%	0%	0%	0%	9%	73% sehr gut 27% gut
Riehen, Wettsteinanlage	Pilates	13	29	76	96%	4%	0%	9%	26%	20%	19%	17%	10%	53%	24%	23%	43%	6%	44%	0%	1%	0%	6%	83% sehr gut 14% gut 3% genügend
Riehen, Wettsteinanlage	Body Toning	13	21	27	96%	4%	0%	8%	23%	27%	31%	4%	7%	54%	35%	1%	20%	8%	44%	0%	0%	0%	28%	88% sehr gut 8% gut 4% okay
Riehen Naturbad	Aqua Rhythm	10	37	25	88%	12%	0%	8%	28%	8%	44%	8%	4%	48%	36%	16%	20%	28%	16%	0%	0%	0%	36%	92% sehr gut 8% gut
Pratteln, Jörinpark	Pilates	11	25	18	71%	23%	6%	11%	12%	41%	12%	6%	18%	71%	12%	17%	0%	59%	0%	35%	0%	6%	0%	94% sehr gut 6% gut
Bettingen, Schulhaus	Vital Fit	10	8	10	100%	0%	0%	0%	10%	20%	40%	10%	20%	60%	20%	20%	0%	0%	10%	0%	80%	0%	10%	90% sehr gut 10% gut
Bettingen, St. Chrischonaturm	Tai Chi	10	17	14	64%	36%	0%	7%	14%	21%	29%	22%	7%	71%	22%	7%	43%	22%	21%	0%	7%	7%	0%	69% sehr gut 23% gut 8% ungenügend
Basel, Schützenmattpark	Aktiv! mit Vereinen	24 6 Vereine à 4 Lektionen	8	53	48%	50%	2%	61%	27%	8%	0%	4%	0%	41%	29%	30%	88%	6%	0%	0%	0%	4%	2%	84% sehr gut 16% gut

11. Anhang

Ausschnitt aus Medienmitteilung von BaselLive



„Weck die Sportskanone in dir!

Fast täglich bietet uns Gsünder Basel diesen Sommer öffentliche Sport-Angebote in den schönsten Parkanlagen der Stadt. Kostenlos, im Fall! Darum: Smartphone weg, Schultern zurück, Brust raus, Bauchnabel zur Wirbelsäule und fit werden!

Hand aufs Herz: Wie viele Fitness-Apps befinden sich auf deinem Smartphone? Und wieviele davon nutzt du tatsächlich? Vor dem Zubettgehen zwischen Schrank und Bett die miefige Yogamatte auszurollen ist eben nicht jedermanns Sache und jeden Morgen eine Wand vor dem Kopf zu haben, um den Wand-Pilates-Hype nicht zu verpassen, auch nicht. Und sowieso; wenn die Vögel zwitschern und die Sonne scheint, dann ist rausgehen immer die bessere Variante.

Gehen wir also an die frische Luft und bewegen uns da. In den schönsten Parkanlagen der Stadt zum Beispiel, wo Gsünder Basel auch in diesem Sommer wieder kostenlose Sportangebote anbietet. Gymnastik im Schützenmattpark, Body Toning im Margarethenpark, Pilates in der Wettsteinanlage oder Dance Fitness im St. Johannis-Park. Jeden Tag (ausser Samstag) kannst du, wenn du willst, auf irgendeiner Wiese ins Schwitzen kommen und dich entspannen und das zwischen Mai und September. Gratis – hab ich's schon erwähnt?! Wenn das nicht der absolute Knüller ist!

Die meisten Kurse beginnen um 19 Uhr und dauern plus/minus eine Stunde. Du kannst auch direkt nach der Arbeit in Anzug und (gelockerter) Krawatte oder im Sommerröckli mitmachen. Yogamatten werden zur Verfügung gestellt – es gibt also wirklich keine Ausrede. Um acht Uhr bist du verschwitzt, tiefenentspannt und zufrieden und kannst mit deinen Fitness-Gspänli noch auf einen Schlummi gehen. Wetten, du bist kommenden Herbst fit wie ein Turnschuh und entspannt wie ein Panda?“

AKTIV!
im Sommer