

Aktuell

Active City Baden ist mit umfangreichem Programm zurück

Vom 26. Mai bis 27. Juni 2026 bietet die Stadt Baden für die gesamte Bevölkerung kostenlose Bewegungskurse im Kurpark, auf der Sonnmattwiese und auf der Rollsportanlage Dättwil an. Personen jeden Alters und aller Fitnesslevel sind willkommen.

Bereits zum dritten Mal verwandelt Active City Baden den Frühsommer in ein öffentliches Bewegungsfestival. Während fünf Wochen lädt die Stadt Baden die Bevölkerung zu kostenlosen Sport- und Bewegungskursen im Freien ein. Alle Interessierten können unkompliziert und ohne Anmeldung an den Kursen teilnehmen. Das vielfältige Programm richtet sich an Menschen jeden Alters sowie jedes Fitnesslevels und setzt bewusst auf Begegnung, Gesundheitsförderung und Freude an Bewegung.

Bewährtes Angebot – neue Impulse

Nach den erfolgreichen Durchführungen der letzten beiden Jahre, baut Active City Baden 2026 auf den bewährten Kursen auf und ergänzt das Programm gezielt mit neuen Angeboten. Neben beliebten Klassikern wie Zumba, sanftem Yoga oder Bootcamp, sorgen die neuen Bewegungsformate Line Dance, Karate, Qi Gong und Bogenschiessen für zusätzliche Abwechslung und sprechen neue Zielgruppen an. Ebenfalls zurück im Programm ist das Rückentraining, dieses Mal als Mittagskurs und damit geeignet für alle, die den Büroalltag mit etwas Bewegung auflockern möchten.

Erkenntnisse aus den ersten zwei Jahren

Die Erfahrungen aus den vergangenen Durchführungen zeigen klar: Das niederschwellige und kostenlose Bewegungsangebot wird von den Teilnehmenden und Leitenden sehr geschätzt. Besonders das gemeinsame Sporttreiben im Freien findet riesigen Anklang. Ebenso gelobt wird die positive und motivierende Atmosphäre. Active City Baden motiviert auch bisher weniger aktive Menschen zur Teilnahme. Die fixen Kurszeiten und offenen Gruppen fördern die spontane Teilnahme und die sozialen Begegnungen.

Gemeinsam aktiv im öffentlichen Raum

Die Kurse finden an drei öffentlichen Orten in Baden statt und werden von qualifizierten Leiterinnen und Leitern aus Badener Vereinen sowie lokalen Institutionen durchgeführt. Angela Crameri, Projektleitung und Leiterin Kompetenzbereich Sport, sagt: «Ich lade alle herzlich dazu ein, neue Bewegungsformen und Badener Sport-Anbieter kennenzulernen sowie die Stadt als Bewegungsraum zu entdecken.»

Active City Baden

Dienstag, 26. Mai bis Samstag, 27. Juni 2026

Kostenlose Kurse gemäss Programm: Morgens um 9.30 Uhr, mittags um 12Uhr oder abends um 18.30 Uhr

Informationen und Programm: activecity.ch/baden