



Point de Presse «Outdoor-Fitnesspark im Marzili» vom Freitag, 11. Juli 2014

REFERAT VON CHRISTIAN BIGLER, LEITER SPORTAMT DER STADT BERN

Es gilt das gesprochene Wort

Sehr geehrte Medienschaffende , Sportinteressierte und Gäste

Ich möchte an dieser Stelle ausführen, wieso das Sporttreiben und sich bewegen für uns vom Sportamt so wichtig sind und wieso wir bestrebt sind, solche Projekte wie z.B. dieser «Outdoor-Fitnesspark» umzusetzen.

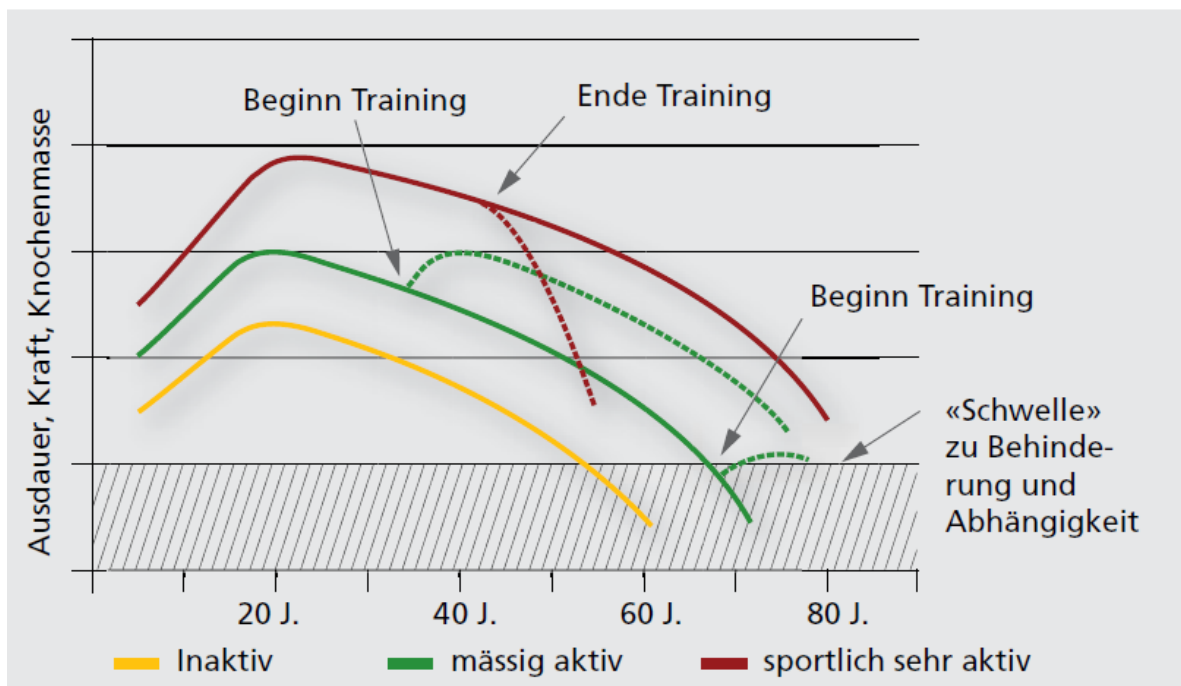
Die Bedeutung des Sports hat in den letzten Jahrzehnten massiv an Bedeutung gewonnen: 40% der Schweizerinnen und Schweizer treiben mehrmals pro Woche Sport (mind. 3 Std.), 73 % treiben gelegentlich Sport. 80 %, interessiert sich für das «Sportgeschehen» und 98 % sind überzeugt, dass der Sport einen positiven Beitrag an die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen leistet. Die wichtigsten Motive sind: «Gesundheit» und «Spass».

Der Sport ist für viele Menschen fester Bestandteil des Lebens und Teil ihres Lebensstils geworden. Er ist synonym für Wohlbefinden und positive Emotionen. Sport ist ein Integrationsmotor, der Menschen unterschiedlichster Herkunft und Hintergründen zusammenbringt. Sportangebote und Sportinfrastruktur werden immer mehr zu einem Standortfaktor. Und – der Sport ist ein wichtiger Gesundheitsfaktor. Der präventive und gesundheitsfördernde Aspekt ist wissenschaftlich nachgewiesen, sowohl für physische als auch für psychische Krankheiten.

Ich möchte Ihnen diese Graphik zeigen, welche sehr schön veranschaulicht, wie sich regelmässige Bewegung und Sport positiv auf die Gesundheit auswirken.

Es handelt sich um eine Studie, die vom Bundesamt herausgegeben wurde. Sie zeigt, dass körperlich Aktive durchschnittlich leistungsfähiger sind und ihr Gesundheitszustand über das ganze Leben gesehen besser ist. Inaktive können sich dem Gesundheitszustand der Aktiveren jederzeit annähern sobald sie sich regelmässig bewegen.

Gesundheit und Leistung im Altersverlauf



Und hier setzt unser Outdoor-Fitnesspark an. Hier kann sich jedermann und jede Frau bewegen und Ausdauer und Kraft trainieren und das alles erst noch an der frischen Luft und ohne das Beantragen einer Mitgliedschaft. Wir vom Sportamt der Stadt Bern sind glücklich, dass wir dank der Zusammenarbeit mit UrbaFit mit diesem Park ein niederschwelliges, nachhaltiges und attraktives Sportförderangebot schaffen konnten.