

Predigergasse 5, Postfach 275
3000 Bern 7



Stadt Bern
Direktion für Bildung
Soziales und Sport

Telefon 031 321 72 85
Fax 031 321 72 78
bss@bern.ch, www.bern.ch

MEDIENMITTEILUNG DER DIREKTION FÜR BILDUNG, SOZIALES UND SPORT

Aktionswoche „Bern bewegt“

Jeder Tag wartet mit Überraschendem auf

Bern, 4. Mai 2010. Morgen Mittwoch, 5. Mai 2010, um 17 Uhr ist es soweit: Auf dem Bundesplatz fällt der Startschuss zur Aktionswoche «Bern bewegt». Vom 5. bis 12. Mai will die Stadt Bern auf dem Bundesplatz beweisen, dass sie die sportlichste Stadt der Schweiz ist. Zum Muttertag gibt es einen grossen Brunch auf dem Bundesplatz.

Namhafte Schweizer Persönlichkeiten machen den Auftaktevent morgen Mittwoch um 17 Uhr auf dem Bundesplatz in Bern zu einem Ereignis. So werden Nationalratspräsidentin Pascal Bruderer und Bundesrat Ueli Maurer das Wort an die Bewegungsbegeisterten richten. Mit dem offiziellen «Bern bewegt»-Song von Berner Rapper Yuri wird das Sportprogramm gestartet. Das Angebot umfasst an diesem Abend Jogging, Walking, Spinning, einen Stadt-OL, Rope Skipping (Seilspringen) und Sypoba (Balancegerät). Weitere Highlights des Abends sind Showeinlagen des Berner Rappers Youri, des «cool and clean»-Showteams, eine Rope Skipping Show sowie Konzerte der Berner Bands Hiliyuma, Gamebois und 6er Gascho.

Muttertag auf dem Bundesplatz

Jeden Tag gibt es mindestens einen Höhepunkt im Programm. Nach dem Auftaktevent am Mittwoch folgt am Donnerstag, 6. Mai, mit dem Salsa-Abend gleich der nächste. Vorführungen der populärsten kubanischen und karibischen Tänze, Salsa-Figuren zum Mittanzen und ein Salsa-Crashkurs machen den Abend zu einem Erlebnis. Der Freitag, 7. Mai, steht im Zeichen des Balls. Eine Torschussanlage mit Geschwindigkeitsmessung, eine Jonglage-Show von Paul Sahli, Rollstuhlbasketball, sowie ein Fussballturnier sind auf dem Programm. Am Samstag, 8. Mai, findet von 18 bis 20 Uhr das Spinning Mega Festival unter fachkundiger Anleitung statt (Anmeldung auf der Webseite erforderlich).

Zum Muttertag am Sonntag, 9. Mai, gibt es auf dem Bundesplatz einen Brunch, einen besonderen Familien-OL durch die Stadt sowie Shows und Workshops von Parkour (Anmeldung auf der Webseite erforderlich). Am Montagabend, 10. Mai, wird auf dem Bundesplatz die Inline Night gestartet. Der Dienstagnachmittag, 11. Mai, lässt insbesondere Kinderherzen höher schlagen: Von 14 bis 21 Uhr sind „Little Tom's Crazy Wheels“ mit jeder Menge Spass auf Rädern auf dem Bundesplatz zu Gast. Als Höhepunkt zum Schluss einer bewegten Woche werden am Mittwoch, 12. Mai, ab 12.30 Uhr bis zu 1'000 Jugendliche auf dem Bundesplatz erwartet, um den «cool and clean»-Dance aufzuführen.

Ein passendes Angebot für alle

Unabhängig von der Tageszeit können nebst dem täglichen Programm eine Laufrunde von sechs Kilometer oder ein Orientierungslauf in der Innenstadt absolviert werden. Wer sich auf dem Bundesplatz einschreibt und anschliessend spaziert, joggt, läuft, rollt oder an einem Bewegungsangebot teilnimmt, erbringt einen wichtigen Beitrag, um Bern zur Sportstadt zu machen. Die Bewegungsmöglichkeiten sind vielfältig: Von Tai Chi, über Fechten, Rudern, Geschicklichkeitsübungen bis hin zum Tanz wird alles angeboten. Bei jeder Aktivität wird die Bewegungszeit aller Teilnehmenden festgehalten und aufsummiert.

Weitere Informationen und das Sportprogramm gibt es unter www.bernbewegt.ch und www.facebook.com/bernbewegt.

Auch der offizielle «Bern bewegt!»-Song von Berner Rapper Yuri steht auf der Webseite zum Download bereit.

Weitere Auskünfte erteilt Martin Rhyner, Projektleiter «Bern bewegt!», Telefon 031 321 68 62, martin.rhyner@bern.ch.