



Einwohnergemeinde
Cham

per E-Mail
an die akkreditierten Medien

Datum: 28. Mai 2025
Kontakt: Laura Birrer
Direktwahl: +41 41 723 87 29
E-Mail: laura.birrer@cham.ch

Medienmitteilung

Active City: Das kostenlose Sportangebot der Gemeinde Cham geht in die nächste Runde

Draussen kostenlos gemeinsam Sport treiben – möglich macht das die Initiative «Active City», an der sich die Einwohnergemeinde Cham zum zweiten Mal beteiligt. Vom 2. bis 28. Juni finden auf der Spielwiese an der Rigistrasse verschiedene Sport- und Bewegungskurse statt. Besondere Highlights: Der Eröffnungsanlass am 3. Juni und das Velokino am 13. Juni.

Zumba, Yoga oder Bootcamp? Das Programm von «Active City» hält für jeden Sport-Geschmack ein passendes Angebot bereit. Während vier Wochen lädt die Einwohnergemeinde Cham in Zusammenarbeit mit Sportvereinen und weiteren lokalen Anbieterinnen und Anbietern zu einem professionell begleiteten Sport- und Bewegungsprogramm ein. Alle Kurse sind kostenlos, eine Anmeldung ist nicht notwendig. Das vollständige Programm ist auf www.activecity.ch/cham ersichtlich.

Das Angebot richtet sich sowohl an Sport-Neulinge als auch an Fitness-Cracks. «Wir freuen uns, mit «Active City» ein für alle Bevölkerungsschichten zugängliches Bewegungsangebot zu ermöglichen», sagt Gemeinderätin Christine Blättler-Müller. «Die Bewegungsförderung ist ein wichtiges Ziel des Gemeinderats – denn wer in Bewegung bleibt, fördert nicht nur die Gesundheit, sondern steigert auch das Wohlbefinden.»

Initiantin des Angebots «Active City» ist die schweizerische Gesundheitsstiftung Radix. Die Einwohnergemeinde Cham hat sich im vergangenen Jahr als erste Zuger Gemeinde am Angebot beteiligt. Gegen 1000 Bewegungsfreudige nahmen im Juni 2024 an den Sportkursen im Freien teil. «Letztes Jahr war «Active City» ein voller Erfolg», erinnert sich Projektleiterin Ilona Gretener von der Gemeinwesenarbeit Cham. «Nun hoffen wir, dass wir mit unserem Angebot auch dieses Jahr möglichst viele Menschen zum gemeinsamen Sporttreiben motivieren können.»

Eröffnung mit gesundem Apéro

Das Sportprogramm startet am Montag, 2. Juni. Gefeierrt wird der Start einen Tag später, am 3. Juni, um 18 Uhr auf der Spielwiese an der Rigistrasse. Gemeinderätin Christine Blättler-Müller, Vorsteherin Soziales und Gesundheit, eröffnet «Active City Cham» offiziell. Danach kann man sich mit einem gesunden Sport-Apéro stärken, bevor dann – wie an jedem Dienstag im Juni – um 18.30 Uhr eine Zumba-Lektion ansteht.

Ein Kino betreiben mit Muskelkraft

Ein besonderes Highlight der diesjährigen «Active City»-Wochen ist das Velokino am Freitag, 13. Juni. Dabei werden Filmvergnügen und Fitnesstraining kombiniert: Der Strom für Projektor und Sound erzeugen die Zuschauerinnen und Zuschauer durch zünftiges Treten der Pedale. Dafür stehen zehn Velos auf Rollentrainern (ein Gerät, um das Hinterrad des Velos zu fixieren, damit man auf der Stelle fahren kann) bereit. Auch eigene Fahrräder können mitgebracht und eingespannt werden. Das Velokino findet – wie das gesamte «Active City»-Programm – draussen unter freiem Himmel statt. Bei unsicherer Witterung wird am 13. Juni bis spätestens 14 Uhr über die Durchführung entschieden und auf www.activecity.ch/cham kommuniziert.

- - - -

Veranstaltungshinweise:

«Active City» Eröffnungsanlass

Datum: Dienstag, 3. Juni 2025

Zeit: 18 Uhr (inklusive Sport-Apéro, danach «Active City» Zumba)

Ort: Spielwiese Rigistrasse, Cham

Velokino

Datum: Freitag, 13. Juni 2025

Zeit: 21 Uhr

Ort: Spielwiese Rigistrasse, Cham

- - - -

Für Rückfragen:

– Gemeinderätin Christine Blättler-Müller, Vorsteherin Soziales und Gesundheit, 041 723 87 13, christine.blaettler@cham.ch

– Ilona Gretener, Fachperson Gemeinwesenarbeit, 041 723 89 63, ilona.gretener@cham.ch



Hoch die Hände! Die Teilnehmenden an einem «Active City»-Yogakurs im vergangenen Jahr.