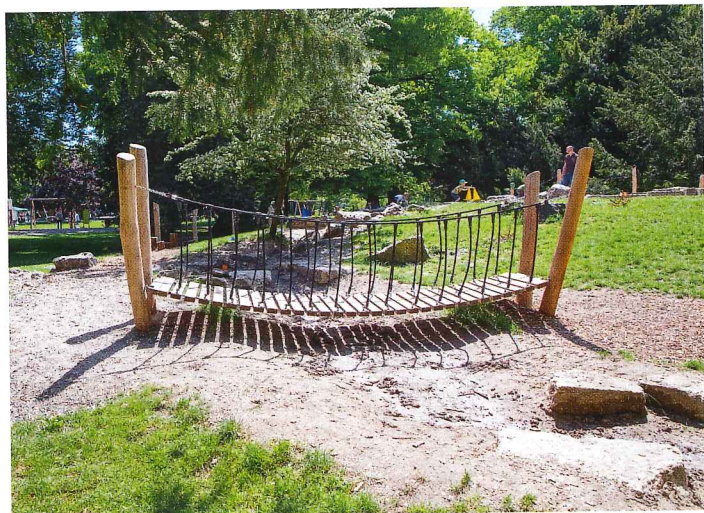


# GENERATIONEN IN BEWEGUNG

Am 21. Mai 2016 fand im Schützenmattpark die Gesamteröffnung der neuen generationenübergreifenden Spiel- und Bewegungsinseln der Stiftung Hopp-la statt. Der Abschluss dieses Bauprojekts bildet den Start für ein Projekt voller Bewegung und Begegnung.



Fotos: Alex Kaeslin

## Freier Zugang und diverse Aktivitäten

Die Bewegungsinseln können von allen Bewegungsinteressierten zu jeder Zeit benutzt werden. Zudem finden in Zusammenarbeit mit lokalen Organisationen kostenlose Bewegungskurse für alle Altersgruppen statt. Das gesamte Kursprogramm im Schützenmattpark können Sie aus der untenstehenden Informationsbox entnehmen. Alle Kurse sind kostenlos und können ohne Voranmeldung besucht werden.

Wer Lust auf eine Kombination aus Training, Turnen, Lachen, Rennen, Spielen und vielem mehr hat, dem können wir das Angebot von Hopp-la sehr ans Herz legen. Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.hopp-la.ch](http://www.hopp-la.ch).

Stephan Rüdisühli

**hopp-La**  
Generationen in Bewegung

Im Rahmen einer Masterarbeit hat Debora Wick an der Universität Basel ein Konzept für generationenübergreifende Bewegung und Gesundheitsförderung entwickelt, welches den Grundstein für die Stiftung Hopp-la darstellt. In Kooperation mit dem Sportamt Basel-Stadt und der Mitwirkung der Stadtgärtnerei ist eine Bewegungs-oase entstanden, die in Basel einzigartig ist.

Das Konzept richtet den Fokus auf Bewegung, Spiel und Spass zwischen verschiedenen Generationen. Mit Hilfe der Bewegungsinseln im Schützenmattpark treffen Kinder und ältere Personen aufeinander und unterstützen sich gegenseitig. Dabei werden die Senioren von der Energie und Neugier der Kinder angesteckt, während diese Kinder von der Erfahrung der älteren Menschen profitieren. Die Sportgeräte im Schützenmattpark, welche auf wissenschaftlicher Basis entwickelt oder angepasst wurden, helfen bei der Umsetzung dieses Ziels.



## Kursangebot

### Kurs

Hopp-la Fit: Eine generationenübergreifende Bewegungsstunde

Einführung durch Fachpersonen

Generationen treffen sich rund um gesunde Ernährung und Bewegung

Aktiv! im Sommer 2016

Jeden Donnerstag  
14.30–15.30 Uhr

Jeden Montag, Mittwoch und Samstag  
15.30–16.30 Uhr

Jeden Dienstag im Juni 2016 (4x)  
15–17 Uhr

Jeden Mittwoch vom 6. Juli bis 10. August 2016 (6x)  
16–17 Uhr