

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 7 (2005)
Heft: 4

Artikel: Eine Gemeinde wird zum Sportplatz
Autor: Brin, Katia
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-992252>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 04.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Bewegte Zeiten in Hochdorf

In nur vier Monaten wurde in Hochdorf die Idee der Bewegungswoche schweiz.bewegt in die Tat umgesetzt. Basierend auf den drei Säulen Freizeit, Arbeit und Schule wurden diverse sportliche Aktivitäten für die gesamte Bevölkerung angeboten und auch rege genutzt. *Katia Brin*

Eine Gemeinde wird zum Sportplatz

Mitglieder der Gemeindeverwaltung Hochdorf machen an diesem Dienstagabend im Mai einen ungewohnt schläfrigen Eindruck. Kein Wunder, hat sich doch die Mehrheit der Anwesenden bereits um 4.30 Uhr zu einem Sonnenaufgangsmarsch mit anschliessendem Frühstück getroffen. Der Spaziergang zu früherer Stunde war Auftakt zu einem weiteren Tag der «Hochdorf bewegt»-Woche, die mit drei bis fünf verschiedenen Angeboten pro Tag Jung und Alt aus den Sesseln holte.

So nahmen am Mittwoch rund 460 Kinder und Jugendliche am 1. Luzerner SCOL-Cup, einem Orientierungslauf rund um das Schulareal, teil. Keine Geringeren als Seline Stalder und Andreas Müller des Schweizer Elite-Kaders machten den Schülern und Schülerinnen vor, wie es geht. Dies zeigte Wirkung: Bereits beim Start preschten die jungen Sportler und Sportlerinnen derart los, dass sich die Fotografen in Acht nehmen mussten, um Kollisionen zu vermeiden. Am Nachmittag stand die OL-Route der ganzen Bevölkerung zur Verfügung.

Sandwich auf dem Pedalo

Für die jüngeren Schülerinnen und Schüler fand ein Sporttag im Freien statt. Die verschiedenen Klassen wurden durchmischt und neu gruppiert, wodurch auch der soziale und integrative Aspekt des Sports ausgenutzt wurde. Es wurden aber nicht die traditionellen Leichtathletik-Disziplinen ausgetragen, sondern vielmehr Geschicklichkeits-, Koordinations- und Gleichgewichtsübungen. Die ganze Sportanlage war voller ausgelassener Kinder, denen es sogar während der offiziellen Znüni-Pause kaum gelang stillzusitzen. So wurde das Sandwich eben kurzum auf der Reckstange oder beim Balancieren auf dem «Pedalo» verschlungen.

Auch bei der Walkinggruppe «60 plus» am Morgen hatte man begriffen, worum es geht: nicht altius, citius, fortius war gefragt, sondern die Freude an der Bewegung sollte gefördert werden. «Wenn Sie beim Walking nicht mehr miteinander plaudern können, dann sind Sie zu schnell», erklärte der Leiter, bevor es Richtung Vita Parcours losging. Eine Neueinsteigerin war von dem Angebot so angetan, dass sie am Nachmittag beim Seniorenturnen ebenfalls erschien.

Nichts und niemanden vergessen

Auch diverse Betriebe unterstützten die Aktion schweiz.bewegt, indem sie ihre Angestellten dazu motivierten, zu Fuss oder mit dem Velo zur Arbeit zu kommen. Das Organisationskomitee hatte auch an «Kleinigkeiten» gedacht: So standen den Bewegungshungrigen während der ganzen Woche ab 7 Uhr morgens öffentliche Duschen zur Verfügung.

«Ein besonderes Erlebnis waren jeweils die Abende auf dem Braui-Platz», betont Claire Gisler-Steiner, seit zweieinhalb Jahren Gemeinderätin in Hochdorf und Präsidentin der Sportkommission. Bis zu 200 Personen, die sich hier zu Aerobic, Rücken-Gymnastik, Theraband-Lektionen und Infoveranstaltungen trafen, verwandelten den Platz im Gemeindezentrum zu einem Ort der aktiven Begegnung. Das nächste, ehrgeizige Ziel der Sportkommission ist es, schweiz.bewegt in den kommenden Jahren nicht nur zu wiederholen, sondern auf das ganze Tal auszuweiten.

m

84 Gemeinden setzten Bewegungswoche um

schweiz.bewegt ist eine Aktion im Rahmen des Internationalen Jahrs des Sports und der Sporterziehung 2005. Neben Hochdorf wurde die Bewegungswoche auch in 83 anderen Gemeinden umgesetzt. Einer neuen Auflage im 2006 steht also nichts im Weg!

Auch die Aktion schule.bewegt ist fulminant gestartet und bringt bereits rund 870 Schulklassen täglich mindestens 20 Minuten auf Trab. Der Wettbewerb läuft noch bis Mitte Herbst und lockt mit attraktiven Preisen. Anmeldung auf www.sport2005.ch/schulen