Übersicht über Sportanbieter (beispielhaft für Stadt Bern)

Sportaktivität	Mögliche Anbieter	Bemerkungen	Web-Link
Verschiedene Sportaktivitäten	Sportvereine	• Vereinsverzeichnis gibt guten Überblick über das lokale Angebot • Verzeichnis wird von Gemeinden oder Sportämter der Städte geführt • Manchmal kann man auch nach Sportarten filtern	www.sportamt-bern.ch → Vereine
	Volkshochschulen	• In städtischen Regionen gibt es oftmals Volkshochschulen, die auch vielfältige Angebote anbieten • Häufig Gesundheits-, fitnessorientierte und figurorientierte Kurse (z. B. Pilates, Yoga, Body Forming, Fitness & Spiel) oder Tanzangebote (z. B. Tango)	www.vhsbe.ch
	Unisport	• Unis/FHs bieten oftmals vielfältige Angebote an • Universitäts-Alumni können Unisport Jahresausweis lösen und Unisport Kurse besuchen	www.sport.unibe.ch
	Sportämter	• Städtische Sportämter bieten oftmals vielfältige Angebote an • Gesundheits-, fitnessorientierte und figurorientierte Kurse (z. B. Pilates Body Forming, Ausgleichsgymnastik, Bewegung im Park) • Spielangebote (z. B. Badminton, Volleyball, Fitness & Spiel für alle)	www.sportamt-bern.ch → Angebote
	Pro Senectute	• Pro Senectute bietet vielfältige Angebote an • Grösster Sportanbieter für Senioren in der CH • Angebote ab 60 Jahren • Auch in ländlichen Regionen	www.prosenectute.ch
Fitness-/ Gesundheitsorientierte Sportaktivitäten	Fitnesszentren	• Fitnesszentren findet man über eine simple Google-Suche • Eine nicht vollständige Übersicht findet sich auf der Homepage des Schweizerischen Fitness- und Gesundheitszentren Verbands SVGV	https://www.sfgv.ch
	Crossfit-Anbieter	• Anbieter findet man über eine simple Google-Suche • Crossfit-Anbieter gibt es fast in jeder Schweizer Stadt • Achtung: eher leistungsorientiertes, hochintensive Trainings, daher nicht für Sportbeginner geeignet!	www.crossfitbern.ch
	Vitaswiss	• Gymnastikverband/-verbund • hat Angebote in fast jeder Schweizer Stadt • regelmässigen und wöchentlich stattfindende Gruppenkurse • Gesundheitsorientierte Kurse (v.a. Gymnastik, Aerobic), auch für Einsteiger • Das Publikum ist eher im mittleren Erwachsenenalter	www.vitaswiss.ch

	Urban Training	• Geführtes Krafttraining in der Gruppe draussen kombiniert mit Walking • Kostenlose Kurse in vielen Schweizer Städten • Achtung: Findet nur zwischen April und Oktober statt!	www.urban-training.ch
Tanzen	Tanzschulen	• Über Google selbst suchen • Übersicht auf der Homepage der Tanz Vereinigung Schweiz	www.tanzvereinigung-schweiz.ch
Schwimmen	Vereine	• Vereine bieten oft auch Freizeitsportkurse (für Beginner) an • Gemeinde oder Sportämter in Städten haben teilweise eine Übersicht über Schwimmvereine	www.sportamt-bern.ch → Vereine
	Private Schwimmschulen	• Übersicht über private Schwimmschule beim Schwimmverband Swimsports	www.swimsports.ch → Schwimmschulen
	Schwimmbäder	• Schwimmbäder selbst bieten teilweise Lektionen an • Infos finden sich auf der Homepage von einzelnen Schwimmbädern oder an Anschlagbrettern in den Bädern	
Laufen/Joggen	Vita-Parcours/ Helsana Trails	• Übersicht über Vita-Parcours/Helsana Trails in der Schweiz: Unterschiedliche Namen, aber gleiches Konzept	www.zurichvitaparcours.ch www.helsana.ch → neu gib es ein App
	Lauftreffs	• Gemeinde oder Sportämter in Städten haben teilweise eine Übersicht über Lauftreffs • Über Google selbst suchen	www.sportamt-bern.ch → Vereine → Lauftreffs
Wandern, Klettern, Bouldern, Skitouren	Schweizer Wanderverband	• Wandervorschläge auf der Website des Schweizer Wanderverbands: Online-Karte & Routenübersicht	www.wandern.ch
	Schweizer Alpenclub	• SAC bietet Ausbildungskurse und geführte Touren an • Oftmals auch unterschiedliche Leistungslevels	www.sac-cas.ch
	Private Bergschulen	• Bergschulen bietet Ausbildungskurse und geführte Touren an • Übersicht über Schweizer Bergschulen auf dem Kletterportal • Oftmals auch unterschiedliche Leistungslevels	www.kletterportal.ch/bergschulen
	Kletterhallen	• Übersicht über Schweizer Kletterhallen auf dem Kletterportal • Kletterhallen selbst bieten teilweise Kletter-/Boulderkurse an • Infos finden sich auf der Homepage von einzelnen Kletterhallen oder an Anschlagbrettern in den Hallen	www.kletterportal.ch/kletterhallen

Für Interessierte an einem Ausdauer-Test: https://www.swiss-sportclinic.ch