



Bau- und Verkehrsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Grundbuch- und Vermessungsamt

Nr. **52** | Juli 2026

GVA Zyttig

Internes Informationsblatt des Grundbuch- und Vermessungsamts

Inhalt

KI im BVD/GVA	1
Punktwolken Pix4D	3
Ur-Kataster und MVP	4
Projektabschluss dBV	5
Nothilfekurs GVA	6
Feldsysteme AV	7
Bilder Personalanlass	8
Hobbys der Mitarbeitenden	12
GVA Strategie MS Planner	14
SIBE-Flash	14
Helikopterflug von Maren	15
Personelles	16

KÜNSTLICHE INTELLIGENZ IM BVD

Anne-Sophie Zoller, Geschäftsstelle Digitalisierung

Vom Ausprobieren zur strukturierten Anwendung

Künstliche Intelligenz ist längst kein abstraktes Zukunftsthema mehr. Auch im BVD wird sie zunehmend konkret eingesetzt, erprobt und weiterentwickelt. Dabei zeigt sich: Der Mehrwert entsteht nicht durch einzelne Tools, sondern durch gezielten Kompetenzaufbau, klare Strukturen und einen gemeinsamen Austausch.

Kompetenzen aufbauen – nicht nur Tools einführen

Ein zentraler Schritt im vergangenen Jahr war das Schulungsangebot KI1. Über 100 Mitarbeitende im BVD haben daran teilgenommen und sich mit den Grundlagen und konkreten Anwendungsmöglichkeiten von KI im Arbeitsalltag auseinandergesetzt. Ergänzend erhielten sie Zugang zu einer ChatGPT Business Lizenz, um das Gelernte im Anschluss zu testen.

Die Erfahrungen zeigen: Wer KI versteht und ausprobiert, erkennt schneller, wo sie sinnvoll eingesetzt werden kann und wo nicht.

Mit KI2 wurde dieser Ansatz gezielt vertieft. Drei Mitarbeitende haben eine weiterführende Ausbildung als KI-Anwendungsspezialisten erfolgreich absolviert. Sie bringen nun zusätzliches Know-how ins Departement ein und können bei konkreten Fragestellungen unterstützen.



Erstellt mit ChatGPT am 27.05.2026

Gemeinsam statt isoliert:**KI im Kanton Basel-Stadt**

Parallel dazu ist das BVD in übergreifende Strukturen eingebunden. Das KI Competence Team beim Statistischen Amt vernetzt Vertreterinnen und Vertreter aus allen Departementen und verfolgt das Ziel, eine gemeinsame KI-Strategie für den Kanton zu entwickeln.

Damit wird sichergestellt, dass KI nicht isoliert in einzelnen Bereichen vorangetrieben wird, sondern koordiniert und mit Blick auf das grosse Ganze.

Von Ideen zu konkreten Projekten

Ein nächster wichtiger Schritt ist das geplante KI-Pilotprojekt im BVD. Im Frühjahr 2026 wurden dazu Ideen aus den Dienststellen gesammelt. Die Bandbreite ist gross: Vorschläge kamen aus der STG, TBA, GVA, S&A sowie dem BGI.

Diese Vielfalt zeigt, dass das Thema in vielen Bereichen angekommen ist, gleichzeitig macht sie eine strukturierte Auswahl umso wichtiger.

Dafür wurde erstmal ein KI-Board einberufen. Es bewertet die eingegangenen Vorschläge unter anderem hinsichtlich Nutzen, Machbarkeit und strategischer Relevanz. Ziel ist es, diejenigen Projekte auszuwählen, die nicht nur interessant sind, sondern auch einen echten Mehrwert bringen und realistisch umsetzbar sind.

Austausch als Schlüssel

Neben Projekten und Strukturen bleibt der Austausch entscheidend. Im Rahmen von KI1 wurde deutlich, dass viele Mitarbeitende ihre Erfahrungen teilen und voneinander lernen möchten.

Aus diesem Bedürfnis heraus ist der KI-Channel BVD entstanden. Er dient als Plattform für Fragen, Beispiele aus dem Arbeitsalltag und den kontinuierlichen Austausch rund um KI.

Wer sich mit dem Thema beschäftigt, findet dort nicht nur Antworten, sondern oft auch neue Ideen. Gleich wie mit der KI - sie antwortet nicht nur, sie liefert auch neue Anstösse und Perspektiven.

Und manchmal bleibt es Handarbeit

Bei aller Begeisterung für neue Technologien zeigt sich im Alltag auch: KI kann viel, aber nicht alles.

Ein gutes Beispiel dafür ist das neue KI-Logo im BVD. Während viele Entwürfe mit Unterstützung von KI entstanden sind, wurde die finale Gestaltung von unserem Lernenden Gent aus dem GVA umgesetzt. Ein schönes Beispiel dafür, dass menschliche Kreativität weiterhin eine zentrale Rolle spielt.

Fazit

Das BVD geht das Thema Künstliche Intelligenz bewusst strukturiert an: mit gezieltem Kompetenzaufbau, klaren Entscheidungsprozessen und einem offenen Austausch.

Die nächsten Monate werden zeigen, welche der aktuellen Pilotideen sich durchsetzen und wie sich KI im Arbeitsalltag weiter etabliert. Klar ist schon heute: KI wird die Verwaltung nicht ersetzen aber sie wird sie verändern.



KI-Logo, gestaltet von Gent Halimi (IMD i.A)

PUNKTWOLKEN – VOM EINZELPUNKT ZUM GESAMTBILD

Markus Scherrer, Kantonsvermessung

Die Vermessung befindet sich im Wandel. Wo früher einzelne Punkte im Feld aufgenommen wurden, entstehen heute immer häufiger vollständige digitale Abbilder einer Situation. Eine zentrale Rolle spielen dabei sogenannte Punktwolken – also einzelne Punkte mit Raumkoordinaten und teilweise zusätzlichen Informationen wie Farbe, Intensität oder Klassifikation. In der Praxis spricht man auch von 3D-Modellen, Raumpunktclouds, Laserscandaten oder einfach von einem digitalen Abbild der Situation.

Damit aus diesen Rohdaten nutzbare Informationen gewonnen werden können, braucht es entsprechende Software. Erst sie ermöglicht die Weiterverarbeitung zu Meshes (vernetzten Oberflächenmodellen), speicherbaren 3D-Darstellungen oder texturierten Modellen. Im Leitungskataster wird dafür Pix4D eingesetzt. Die Software kombiniert Bilder unterschiedlicher Herkunft.

Statt jeden Punkt einzeln mit Tachymeter oder GNSS einzumessen, werden heute vermehrt Fotos aufgenommen – sei es mit der Drohne aus der Luft, mit kamera-bestückten Fahrzeugen oder neuerdings auch zu Fuss mit leistungsfähigen Smartphones oder Rucksäcken.

Die aus solchen Aufnahmen entstehenden Modelle bestehen aus tausenden, oft sogar Millionen von Punkten im Raum – eben einer «Punktwolke». Jeder dieser Punkte beschreibt einen kleinen Teil der Umgebung. Zusammen ergeben sie ein detailreiches Gesamtbild, das sich am



Stahlplatte, Pix4D-Ansicht: Aufnahme ohne Öffnen der Platte

Bildschirm drehen, zoomen und auswerten lässt. Mit «Auswertenin» ist beispielsweise das Abgreifen von Höhen oder Koordinaten gemeint, aber auch das darauf aufbauende Digitalisieren von Vektordaten wie Leitungen, Schächten oder Schiebern.

Vorteile der neuen Technologie

Ein grosser Vorteil dieser neuen Arbeitsweise liegt in ihrer Flexibilität. Aufnahmen im Feld können häufig schneller erfolgen und teilweise auch von Einzelpersonen durchgeführt werden, da nicht mehr jeder Punkt einzeln aufgenommen werden muss. Die eigentliche Auswertung erfolgt anschliessend im Büro, da sie erhebliche Rechenleistung beansprucht.

Die Vorteile überwiegen jedoch deutlich: Situationen können in Ruhe nachbearbeitet werden, und fehlende Details lassen sich selbst Jahre später noch aus dem Modell entnehmen – etwa wenn ein Graben längst wieder zugeschüttet wurde. Für die Arbeit im Leitungskataster bedeutet der Einsatz von Pix4D vor allem eines: mehr Übersicht. Statt sich auf einzelne Messpunkte verlassen zu müssen, steht ein vollständiges Gesamtbild zur Verfügung.

Das wirkt sich auch auf den Arbeitsalltag aus. Die Aufnahme im Feld wird oft einfacher und schneller, die Auswertung kann gezielt im Büro erfolgen, und Teams lassen sich flexibler einsetzen. Damit trägt die Methode dazu bei, den steigenden Anforderungen des Alltags besser zu begegnen und den Arbeitsanfall besser an die vorhandenen Ressourcen anzupassen.

Offenheit gegenüber neuen Arbeitsweisen

Pix4D ist kein Ersatz für die klassische Vermessung, sondern eine sinnvolle Ergänzung. Die Arbeit verschiebt sich vom einzelnen Punkt hin zum Gesamtbild. Dieses entsteht Schritt für Schritt durch das Prozessieren und Herausfiltern der jeweils relevanten Informationen. Neue Möglichkeiten bringen jedoch auch Veränderungen mit sich. Sie verlangen die Bereitschaft, bisherige Arbeitsweisen zu überdenken und langjährige Routinen teilweise zugunsten neuer Team- und Arbeitsformen anzupassen.



X-Ray, Ortho Drohne



X-Ray, Ortho Drohne + Pix4D

EIN ERSTER BAUSTEIN FÜR DEN DIGITALEN UR-KATASTER BASEL-STADT

Johannes Porzelt, Stab & Projekte und Christian Michel, Geoinformation

Basel verändert sich seit Jahrhunderten. Grundstücke werden geteilt oder zusammengelegt, Gebäude entstehen, werden umgebaut oder verschwinden. Auch andere Objekte und Nutzungen verändern sich im Laufe der Zeit. Wer diese Entwicklung nachvollziehen will, braucht verlässliche historische Informationen und Werkzeuge, die sie räumlich und zeitlich sichtbar machen.

Mit einem im Auftrag des Grundbuch- und Vermessungsamts neu entwickelten QGIS-Plugin steht nun ein erster wichtiger Baustein für einen digitalen Urkataster Basel-Stadt bereit. Es ermöglicht, historische Informationen zu Adressen, Gebäuden und Parzellen strukturiert zu erfassen, zu verwalten und auf der Karte darzustellen. QGIS ist ein weit verbreitetes Open-Source-Geoinformationssystem und im Kanton Basel-Stadt bereits im Einsatz.

Der digitale Urkataster soll langfristig dabei helfen, die Entwicklung von Grundstücken, Gebäuden und weiteren raumbezogenen Informationen über die Zeit nachvollziehbar zu dokumentieren. Davon profitieren unter anderem die historische Stadtforschung, die Archäologie, die Planung und weitere Fachbereiche der Verwaltung.

Der Weg zu der digitalen Karte

Der angestrebte Urkataster unterstützt Fragen, die in der Praxis relevant sind: Was befand sich früher auf einer heutigen Parzelle? Welche historischen Informationen sind allenfalls bei einem aktuellen Bauvorhaben wichtig?

Um solche Fragen beantworten zu können, müssen unterschiedliche Quellen zusammengeführt werden. Das sind zum Beispiel historische Karten, Dokumente, Pläne und Geodaten. Das neue Plugin schafft dafür eine gemeinsame Struktur.

Das zugrunde liegende Datenmodell umfasst drei zentrale Bereiche: Adressen, Gebäude und Parzellen. Veränderungen über die Zeit werden über sogenannte Referenzobjekte nachvollziehbar gemacht. So bleiben historische Zusammenhänge erhalten, auch wenn sich Form, Lage oder Eigenschaften eines Objekts verändern. Ein zentrales Element des Plugins ist der integrierte Timeslider. Mit ihm lassen sich historische Zustände direkt in QGIS anzeigen. Sei es für einen bestimmten Zeitpunkt oder für einen längeren Zeitraum. Dadurch Veränderungen im Laufe der Zeit nachvollziehbar. Geometrien können direkt auf der Karte erfasst oder angepasst werden.

Zusätzlich lassen sich Quellen wie historische Karten, Rasterdaten oder Dokumente hinterlegen. Auch Vorgänger- und Nachfolgeobjekte können miteinander verknüpft werden.

Anschlussfähig und bereits im Einsatz

Das Plugin unterstützt den Import und Export im offenen GeoPackage-Format. Dadurch können Daten mit anderen Systemen ausgetauscht und langfristig nutzbar gemacht werden.

Das Plugin und das zugrunde liegende Datenmodell sind als Open-Source-Projekt auf GitHub verfügbar: <https://github.com/opengisch/ch.bs.urkataster> und kann auch für andere Städte oder Themenbereiche genutzt werden.

Intern ist das Plugin bereits im Einsatz. Ein erster Datensatz zu historischen Parzellen wurde eingespielt. Damit ist die Grundlage geschaffen, den Urkataster Basel-Stadt schrittweise weiter aufzubauen und mit zusätzlichen historischen Informationen anzureichern.

Dank

Ein grosser Dank gilt allen internen und externen Projektbeteiligten für die Zusammenarbeit und die erfolgreiche Umsetzung.



Mögliche Datenquelle Übersichtsplan 1896

VOM PAPIERSTAPEL ZUM KLIICK – UNSERE BAUGESUCHE SIND JETZT DIGITAL UNTERWEGS

Patrick Schmutz, IT BVD

Wer erinnert sich noch an die guten alten Baugesuche mit dicken Papierdossiers, Plänen im Grossformat und dem obligaten Gang zur Post? Gute Nachrichten: Diese Zeiten gehen langsam zu Ende. Seit Februar läuft das Baubewilligungsverfahren im BVD neu digital. Heisst konkret: Gesuche können vollständig online erfasst und eingereicht werden – ganz ohne Drucken, Lochen und Sortieren.

Für uns intern bringt das einige angenehme Veränderungen. Statt Dossiers von A nach B zu tragen, können mehrere Stellen gleichzeitig auf die Unterlagen zugreifen. Das spart Wege, Zeit und vermutlich auch den einen oder anderen Kommentar à la «Wo ist eigentlich dieses Dossier gerade?».

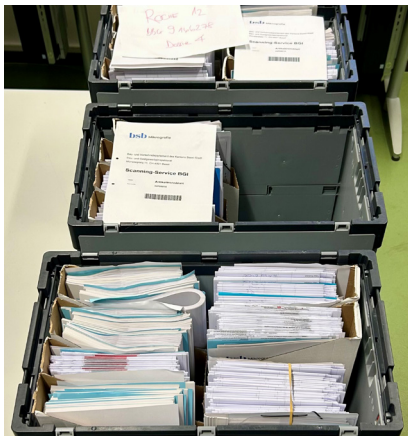
Ganz reibungslos ist es – wie bei jeder Umstellung – noch nicht überall.

Systeme und Prozesse entwickeln sich weiter, und wir sammeln laufend Erfahrungen im Alltag. Aber: Die Richtung stimmt, und die ersten Verbesserungen sind bereits spürbar.

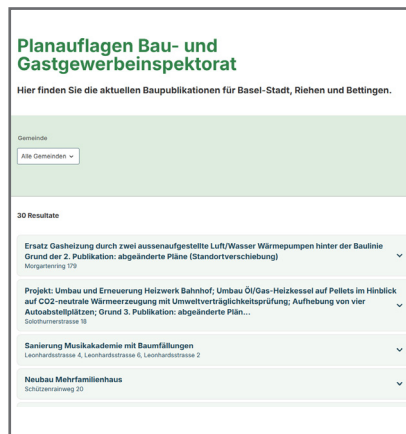
Auch bei der Planaufgabe gibt es ein «Upgrade»: Statt am Münsterplatz stehen die Pläne jetzt online zur Verfügung. Wer trotzdem gerne vor Ort vorbeischaut, kann das weiterhin tun – einfach mit Bildschirm statt Papierrolle.

Der Weg hierhin war übrigens kein Sprint, sondern eher ein Dauerlauf mit mehreren Etappen. Der schrittweise Go-Live hat geholfen, Erfahrungen zu sammeln und Anpassungen vorzunehmen, bevor alles breit ausgerollt wurde.

Kurz gesagt: Weniger Papier, mehr Klicks – und ein weiterer Schritt Richtung moderner Verwaltung. Und vielleicht vermisst ja insgeheim doch niemand die ganz grossen Papierstapel.



Viel Papier - Baugesuche Roche Bau 2



Die Planaufgabe im Wandel – digital statt physisch



Link zur Planaufgabe

Online-Baubeglehen (OBG)

Baubeglehen online erfassen und digital einreichen

Mit dem Online-Baubeglehen (OBG) ist es möglich, Baubeglehen auf Privatparzellen im Kanton Basel-Stadt zu erfassen und neu digital einzureichen.

Sie können jederzeit überprüfen, welchen Angaben oder Dokumente noch fehlen. Das OBG kann erst eingereicht werden wenn alle erforderlichen Themen bearbeitet sind.

Sobald Sie Ihr Baubeglehen eingereicht haben, ist es vorübergehend gesperrt. Änderungen oder Ergänzungen sind erst möglich, nachdem das BGI die Vorprüfung abgeschlossen hat. Sobald die Vorprüfung beendet ist, wird das Baubeglehen wieder freigegeben und kann bei Bedarf angepasst werden.

Wichtig: Es können nicht mehrere Personen zusammen zeitgleich im OBG an einem Begehren arbeiten! Zeitversetzt ist die Bearbeitung von mehreren Personen möglich; nutzen Sie dazu die «Teilen-Funktion».

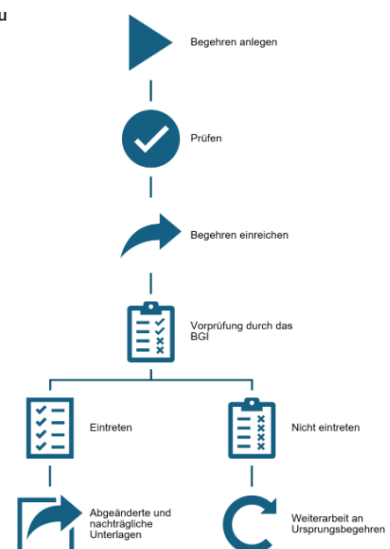
► Neues Baubeglehen anlegen

Weitere Auskünfte: 061 267 92 00 und bvdbgi@bs.ch

Wenn Sie Fragen zur Nutzung des OBG oder zur technischen Eingabe Ihres Baubeglehrens haben, stehen Ihnen verschiedene Möglichkeiten offen:

- Sie können eine Beratung für die Eingabe mit dem OBG telefonisch oder vor Ort buchen unter: Baurechtliche Beratung | Kanton Basel-Stadt
- Oder Sie schreiben eine E-Mail an bvdbgi@bs.ch.

Neben der technischen Begleitung Ihrer OBG Eingabe bieten wir für fachliche Fragen rund ums Baubeglehen baurechtliche Beratungen an. Die aktuellen Zeiten für unsere telefonischen und persönlichen Bauberatung sowie die Möglichkeit zur Terminbuchung finden Sie unter Baurechtliche Beratung | Kanton Basel-Stadt.



Das Online-Baubeglehen führt durch den Prozess

interner Inhalt

interner Inhalt

NEUES FELDSYSTEM IN DER AMTLICHEN VERMESSUNG

Sascha Wakaluk, Kantonsvermessung

Seit Anfang des Jahres ist im Ressort Amtliche Vermessung (AV) das neue Feldsystem FX-Survey im Einsatz – inklusive drei moderner Feldtablets und zwei GPS-Antennen. Aufmerksamen Leserinnen und Lesern dürfte der Name bekannt vorkommen: Eine ähnliche Konfiguration wird bereits seit mehreren Jahren erfolgreich im Ressort Leitungskataster (LK) eingesetzt und wurde damals ebenfalls vorgestellt.

Die AV arbeitete während der letzten 15 Jahre mit dem Feldsystem GEOgraf der Firma HHK. Dabei handelte es sich um ein CAD-basiertes System, das direkt im Feld eingesetzt werden konnte. Die Kommunikation mit den Messsensoren erfolgte über die Software Geosamos. Mit einer neuen Version von GEOgraf wurde diese Schnittstelle jedoch abgelöst und durch KIVIDFeld ersetzt.

Da der Hersteller die neue Schnittstelle nicht an die spezifischen Anforderungen der Schweizer Vermessung anpassen konnte, musste das bisherige Feldsystem vollständig ersetzt werden. Auch FX-Survey nutzt KIVIDFeld zur Kommunikation mit den Messsensoren. Der mathematische Kern für Koordinatenumrechnungen und Projektionen stammt dabei von ArcEngine aus dem Hause ESRI.

Satellitengestützte Messungen möglich
Neu ist zudem die direkte Unterstützung von GNSS-Messungen möglich. Mit den

neuen GPS-/GNSS-Sensoren können Vermessungsarbeiten nun satellitengestützt ausgeführt werden – eine Funktion, die mit dem bisherigen GEOgraf-System nicht verfügbar war.

Aufgrund der positiven Erfahrungen im Leitungskataster fiel die Entscheidung auf FX-Survey. Ein grosser Vorteil besteht darin, dass Mitarbeitende nun flexibel in beiden Teams arbeiten können und eine gemeinsame Softwarebasis genutzt wird. Zudem können Unterhalt und Support zentral organisiert werden.

Angewöhnung der Mitarbeitenden an neue Arbeitsabläufe

Die Umstellung vom langjährig etablierten GEOgraf-System auf die neue Lösung brachte allerdings einige Herausforderungen mit sich. Bisher arbeitete jede vermessende Person mit einem eigenen Speziallaptop – sowohl im Feld als auch bei der Nachbearbeitung im Büro. Neu werden die Feldtablets innerhalb der AV gemeinsam genutzt. Persönliche Arbeitsordner gibt es nicht mehr; stattdessen erfolgt die Synchronisation der Daten automatisch über verschiedene Skripte.

Die Einrichtung dieses neuen Systems war anspruchsvoll und setzt voraus, dass sich alle Mitarbeitenden an definierte Arbeitsabläufe halten. Nur so kann ein reibungsloser Betrieb gewährleistet werden.

Die Anforderungen an Planprodukte und die Nachführung in der amtlichen Vermessung sind hoch und lassen sich nicht im gleichen Ausmass automatisieren wie beispielsweise im Leitungskataster. Einerseits müssen sämtliche Arbeitsschritte nachvollziehbar protokolliert werden, andererseits gelten für verschiedene Planprodukte klare fachliche und gesetzliche Vorgaben.

Systemwechsel bringt wahren Wandel mit sich

Schnell wurde deutlich, dass nicht nur das Feldsystem selbst ersetzt werden musste, sondern auch zahlreiche begleitende Prozesse innerhalb der AV angepasst werden müssen. Diese Arbeiten sind aufwändig und dauern bis heute an. An vielen Stellen wird weiterhin optimiert und nachjustiert.

Gleichzeitig zeigt das Projekt auch, wie komplex ein über viele Jahre gewachsenes System mit zahlreichen Abhängigkeiten ist. Ein direkter Ersatz «eins zu eins» ist kaum möglich. Das neue System fordert von allen Mitarbeitenden die Bereitschaft, bestehende Prozesse zu hinterfragen und enger im Team zusammenzuarbeiten.

Trotz der Herausforderungen bietet das neue Feldsystem eine moderne und zukunftsfähige Grundlage für die tägliche Arbeit in der amtlichen Vermessung.

interner Inhalt

interner Inhalt

interner Inhalt

interner Inhalt

interner Inhalt

interner Inhalt

GVA STRATEGIE 2026-2030 – NUR EIN PAPIER ODER TATSÄCHLICHER TREIBER?

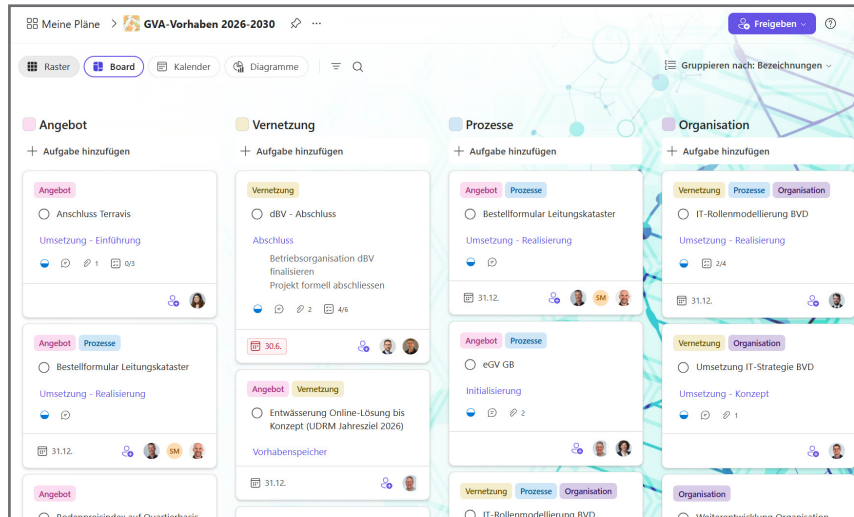
Miljana Stevanovic, Stab & Projekte

In der letzten GVA-Zyttig (Nr. 51) wurde die erneuerte GVA-Strategie 2026-2030 vorgestellt. Doch wie sollen wir wissen, ob unsere Strategie überhaupt verfolgt und verwirklicht wird? Das Bauchgefühl, ob wir unsere Ziele dann Ende 2030 erreicht haben oder nicht, genügt wohl kaum für eine objektive Einschätzung.

Deshalb wurden bereits in der letzten Strategieperiode 2021-2025 alle strategisch relevanten Vorhaben des GVA im Tool KanBo getrackt. Das heisst, alle Tätigkeiten, die dazu beitragen, dass wir unsere strategischen Ziele erreichen, wurden als digitale Karten erfasst und von den verantwortlichen Projektleiter/innen oder Ausführenden wurde der Stand der Umsetzung nachgeführt.

Aufgrund der Einführung von Modern Workplace M365 wurden diese Inhalte von KanBo auf MS Planner übertragen (siehe Bild).

Im MS Planner «GVA-Vorhaben 2026-2023» können seit Anfang Jahr alle Mitarbeitenden den Stand aller Massnahmen ansehen, die zur Realisierung unserer strategischen Ziele beitragen. So kann eingeschätzt werden, wie neben dem



MS Planner - GVA Vorhaben

Tagesgeschäft unsere Ressourcen für die gezielte Weiterentwicklung des GVA eingesetzt werden. Die Strategie ist übrigens auch in einem MS Planner «GVA-Strategie 2026-2030» festgehalten und mit einer Verbindungsmöglichkeit zwischen den Zielen und den konkreten Vorhaben.

Damit bleibt unsere Strategie nicht nur ein Papier mit wohlklingenden Worten und Aussagen, sondern begleitet uns auch online und hilft uns, unsere (oft leider sehr knappe) Zeit neben dem Tagesgeschäft den richtigen Prioritäten zu widmen.

SIBE-FLASH

Anuschka Bader, Sicherheitsbeauftragte GVA, Kantonsvermessung

Stark im Einsatz – Workshop fürs Feldpersonal

Die körperliche Belastung bei Feldarbeiten kann je nach Auftrag sehr unterschiedlich sein. Manchmal werden sich wiederholende Bewegungen ausgeführt, die sich unser Körper nicht gewohnt ist. Zudem sind immer wieder grössere Lasten zu heben. Daher kam der Wunsch vom Feldpersonal, eine Anleitung für die alltagstaugliche und nachhaltige Kräftigung und Dehnung der Muskulatur zu erhalten.

Als das Feldpersonal am frühen Morgen des 11. Februar 2026 zu einem entsprechenden Workshop antrat, wusste niemand so genau, was uns erwarten würde. Die Fitnesstrainerin, Nelli Kunkel, startete mit einem kleinen theoretischen Teil, danach ging es direkt zu praktischen Übungen. Es war sofort klar, dass nun auch der Einsatz der Teilnehmenden gefragt war. Zuerst standen Dehnungs- und Aufwärmübungen auf dem Programm direkt gefolgt von Kraftübungen auf verschiedenen Niveaus. Spätestens jetzt kamen alle ins Schwitzen. Einige klagten am Folgetag über mehr oder weniger heftigen Muskelkater. Am Schluss folgte ein «Cool-Down».

Die kurzweilige und durchaus spassige Veranstaltung überzeugte durch die Einfachheit: Alle Übungen können ohne Hilfsmittel nur mit dem eigenen Körper und fast an jedem beliebigen Ort ausgeführt werden. Es braucht nicht viel Zeit (15 Minuten pro Tag reichen), alle trainieren in ihrem Tempo und so intensiv, wie es für sie passt.



Es wird sich zeigen, wie intensiv und regelmässig die Teilnehmenden in Zukunft üben werden. Jedenfalls findet man neu in der Werkstatt eine zusammensetzbare Gymnastikmatte und auf dem Feld trifft mal gelegentlich auf Personal, welches in Wartezeiten eher wundersame Bewegungen ausführt.

interner Inhalt

interner Inhalt

Verteiler

Personal und Pensionierte GVA
RR E. Keller,
Dr. C. Barthe, A. Lopez,
S. Schmid, R. Olloz, R. Meier

Impressum

Redaktionsleitung: M. Stevanovic
Layout: M. Füeg

Die GVA-Zyttig erscheint zweimal jährlich.