

Frischer Fahrtwind statt Morgenstress: Oberösterreich radelt zur Arbeit

Oberösterreich. Im Mai und Juni lädt die Aktion „Oberösterreich radelt zur Arbeit“ dazu ein, den Arbeitsweg so oft wie möglich auf zwei Rädern zurückzulegen. Diese Form der klimaschonenden Fortbewegung ist gut für die Gesundheit und sorgt für einen entspannten Start in den Tag!

Vom Bürosessel aufs Fahrrad

Gerade für Berufstätige, die viel Zeit am Schreibtisch verbringen, ist das Radfahren eine willkommene Abwechslung. Die gleichmäßigen Bewegungen lockern Verspannungen, stärken die Rückenmuskulatur und fördern das Herz-Kreislauf-System. Studien zeigen, dass bereits 15 Minuten tägliche Bewegung die Ausschüttung von Glückshormonen wie Serotonin, Dopamin und Noradrenalin anregen können – beste Voraussetzungen also für mehr Wohlbefinden im Berufsalltag.

Auch wer einen längeren Arbeitsweg hat, kann mitmachen: Teilstrecken zählen ebenso, etwa wenn das Fahrrad genutzt wird, um zur Bahn oder zum Bus zu gelangen. Sogar Home-Office-Tage müssen niemanden vom Mitradeln abhalten: Wer die Strecke, die man normalerweise zur Arbeit zurücklegen würde, in der Freizeit radelt, kann diese Fahrten ebenfalls anrechnen lassen.

Norbert Rainer, Geschäftsführer Klimabündnis OÖ, ist überzeugt: *„Radfahren zur Arbeit bringt mehr Lebensqualität und ist gelebter Klimaschutz. Wer aufs Rad steigt, entkommt dem Morgenstress, stärkt die Gesundheit und startet mit frischer Energie in den Tag – ganz nebenbei leisten wir gemeinsam einen Beitrag zu einer besseren und klimafreundlicheren Zukunft.“*

Motivation gibt nicht nur das gute Gefühl, sondern auch attraktive Preise: Unter allen Teilnehmenden, die zwischen 1. Mai und 30. Juni an mindestens zehn Tagen den Arbeitsweg mit dem Fahrrad absolvieren und ihre Fahrten via App oder Webplattform eintragen, werden unter anderem ein Geero 2+ City E-Bike, drei Vello Alfine11 Falträder sowie drei E-Bike-Wochenenden in der Villa Sonnwend im Nationalpark Kalkalpen verlost. Die Villa stellt gemeinsam mit der Firma ALPREIF vor Ort kostenlose E-Bikes zur Verfügung. Zusätzlich werden Startplätze für die Salzkammergut Trophy und das Race Across Austria vergeben, zwei Highlights für sportlich Ambitionierte.

Mitmachen ist einfach

Wer noch nicht bei „Oberösterreich radelt“ registriert ist, kann sich über die Plattform anmelden und die kostenlose App herunterladen. Alle, die bereits bei „Oberösterreich radelt“ aktiv sind, brauchen nur noch ihre Kilometer oder Tage erfassen und darauf achten, die Kategorie „Arbeit“ auszuwählen. Betriebe können sich ebenfalls beteiligen, damit ihre Mitarbeitenden gemeinsam Kilometer sammeln.

Weitere Informationen zur Aktion, zur Registrierung und zu den Gewinnmöglichkeiten gibt es unter: www.oberoesterreich.radelt.at