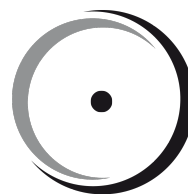


Pressemitteilung

31. Mai 2015



adfc

Allgemeiner Deutscher
Fahrrad-Club

Ortsgruppe
Bietigheim-Bissingen

Albrecht Kurz

Bolzstraße 27
74321 Bietigheim-Bissingen
Telefon 07142/5 47 56
albrecht.kurz@adfc-bw.de

Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ gestartet

Sommeraktion von ADFC und AOK macht Berufstätige fit

Die bundesweite Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ von ADFC und AOK findet im Jahr 2015 zum 15. Mal statt. Ab Montag, 1. Juni bis Ende August läuft die Aktionsfrist. Wer in diesen drei Monaten mindestens 20 mal zur Arbeit radelt, kann sich im Internet an der Aktion beteiligen und an der Verlosung attraktiver Preise teilnehmen.

Albrecht Kurz, Vorsitzender der Ortsgruppe des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs (ADFC) Bietigheim-Bissingen freut sich, dass immer mehr Menschen nicht nur in der Freizeit, sondern auch auf dem Arbeitsweg mit dem Rad fahren.

Durch regelmäßiges, moderates Radfahren könne man das Risiko für Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen um rund 50 Prozent reduzieren. Die von der Weltgesundheitsorganisation WHO empfohlenen 30 Minuten tägliche Bewegung können viele Menschen bereits durch den Arbeitsweg erreichen. Laut einer niederländischen Studie sind radelnde Arbeitnehmer durchschnittlich einen Tag im Jahr weniger krank.

Mit dem Rad zur Arbeit zu fahren wirkt sich außerdem positiv auf das Wohlbefinden aus. Radfahrer und Fußgänger kommen entspannter als Autofahrer im Büro an, das belegte kürzlich eine britische Studie mit 18.000 Pendlern. Fahrradfreundliche Arbeitgeber profitieren also auch durch gesündere und motiviertere Mitarbeiter. Gute Radabstellanlagen und eine Duschgelegenheit sind für Betriebe lohnende Investitionen.

Für Strecken bis zu 5 km ist für Kurz das Fahrrad das Verkehrsmittel erster Wahl. Für Geübte sind auch 10 km und mehr zur Arbeit kein Problem, evtl. auch motorunterstützt mit einem Pedelec. Und auch wenn das Radnetz in Bietigheim-Bissingen und Umgebung noch nicht perfekt sei, ein Weg zur Arbeitsstelle wird sich sicher finden, da ist sich Albrecht Kurz sicher. Bei der Routenwahl ist der Fahrrad-Club gerne behilflich.

Weitere Informationen über die Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ finden sich auf der Internetseite „www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de“.