

Gjaldgengir þátttakendur

4. – 24. maí 2011

Það er einlæg von þeirra sem standa að Hjólaláð í vinnuna að verkefnið ýti við sem flestum af stað í reglulega hreyfingu og hvetji fólk til að taka upp heilsusamlegri og umverfisvænni ferðamáta. Til þess að fyrirbyggja misskilning höfum við sett fram þessar reglur.

Hverjir eru gjaldgengir þátttakendur?

Allir geta tekið þátt í Hjólaláð í vinnuna svo framarlega sem þeir nýta eigin orku til að koma sér til og frá vinnu þ.e. hjóla, skokka, ganga, nota línuskauta o.s.frv. Þeir sem nýta almenningsamgöngur geta einnig tekið þátt en þá er skráð sú vegalengd sem gengin eða hjóluð er til og frá stoppistöð.

Eftirfarandi regla er sett inn til að koma á móts við einstaklinga sem búa í öðru sveitarfélagi en þeir starfa og hafa ekki aðgang að almenningsamgöngum. Þeir geta notast við einkabíl hluta af leiðinni en þá þurfa þeir einstaklingar að *ganga minnst 1,5 km (~15 mín) eða hjóli minnst 3 km (~15 mín) hvora leið og uppfylli þannig ráðleggingar Lýðheilsustöðvar um daglega hreyfingu.*

Aukin orka – meiri kraftur – minni eyðsla



Nánari upplýsingar eru á www.hjoladivinnuna.is