



Nyhetsbrev nr 1, april 2010

SydostTrampar 2010

Välkommen till världens första SydostTrampar

Nu har världens första SydostTrampar startat och vi ser verkligen framemot att ha med din arbetsplats och dig som deltagare. Tanken med SydostTrampar är att få fler att uppskatta och använda cykeln som ett naturligt transportmedel, i de fall det är möjligt. Självfallet behöver de flesta av oss använda bilen i vissa fall men det är de korta bilresorna, de som kostar mest för både klimatet och plånboken som vi vill försöka påverka genom SydostTrampar.



Egentligen

SydostTrampar handlar inte endast om klimatet. Att cykla berör ju även din ekonomi och hälsa, faktorer som tillsammans med ökad trivsel och samhörighet vilket skapas genom lagtävlingen, är viktiga även ur ett arbetsgivarperspektiv.

Bra att veta

- Det finns ingen sista anmälningsdag. Såväl företag som deltagare kan anmäla sig när som helst, även under och mellan pågående perioder, utan någon extra kostnad. Det är alltså inte för sent att utmana kolleger, konkurrenter, vänner, make/makas arbetsplatser att också vara med i SydostTrampar, redan nu i vår.

- Tänk på att ni måste vara minst 4 personer i laget för att vara med i utlottningen av priser och att varje deltagare ska registrera minst 10 cykeltillfällen under perioden. För att topplistorna ska vara så aktuella som möjligt vill vi be dig att registrera dina cyklade kilometer regelbundet, åtminstone en gång i veckan och helst varje dag.

- Att byta lag inom företaget går att göra före den 30 april och mellan den 7 juni – 27 augusti. Men det gäller att först försäkra sig om plats i annat lag och därefter via sin lagledare lämna

besked om önskad lagtillhörighet till info@sydosttrampar.se.

Vad är en resa?

Det är ju ganska klart vad som är en arbetsresa och en tjänsteres, men vad är en fritidsresa? Med en resa menar vi en förflyttning som har gjorts från en plats till en annan för att göra ett ärende vid målet. Registreras ska alltså inte rent sportcyklande, motionscykling eller spinning.

Vi utser "Veckans lag"

Under såväl vår- som höstperioden kommer vi att varje måndag utse "Veckans lag" och belöna dem med ett lagpris samt presentera både laget och deras företag på www.sydosttrampar.se. På den sidan kan ni även läsa mer om "Veckans lag".

Cykeldator ...

är inget man måste ha för att vara med i SydostTrampar, men med en cykeldator förhöjer man cykelglädjen ytterligare några snäpp. Med funktioner som aktuell hastighet, medelhastighet, avstånd, tidtagning och kaloriförbrukning är det lätt att bli både stimulerad och motiverad på en och samma gång. Har man lite tävlingsmänniska i sig är cykeldatorn nästan ett måste.

Läs mer om våra erbjudanden på www.sydosttrampar.se

- ♥ Att cykla tillsammans är skoj
- ♥ Registrera regelbundet, minst en gång i veckan
- ♥ Det finns inget dåligt väder bara fel kläder
- ♥ Få fler att anmäla sig till SydostTrampar
- ♥ Peppa dina lagkamrater!
- ♥ Njut av varje pedaltag
- ♥ Använd hjälm

Lycka till!

www.sydosttrampar.se

Mats Persson
info@sydosttrampar.se
0733-12 24 00



SydostTrampar arrangeras av Energikontor Sydost genom mobilitetskontoren i Blekinge, Kalmar och Kronoberg samt i samarbete med Korpen Smålands Motionsidrottsförbund.