

PRESSEMITTEILUNG

Itzehoe, 14. Juli 2020

Aktion Stadtradeln 2020:

Steinburg radelt für den Klimaschutz

„Zusammen mit den Städten Itzehoe, Glückstadt und Kellinghusen lädt der Kreis Steinburg Sie herzlich dazu ein, beim diesjährigen STADTRADELN in die Pedale zu treten, um gemeinsam mit vielen anderen Aktiven vom 15. August bis zum 04. September 2020 Fahrradkilometer zu sammeln“, appelliert Peter Labendowicz, Kreispräsident und Schirmherr der Aktion.

Das diesjährige Stadtradeln steht ganz im Zeichen der Alltagsbewegung. Wer zum Beispiel täglich 30 bis 40 Minuten zur Arbeit oder zu Alltagsterminen radelt, tut viel für seine Ausdauer – ein optimales Fitnesstraining. Wer öfter mal das Auto stehen lässt, und statt dessen zu Fuß geht oder mit dem Rad fährt, tut nicht nur etwas Gutes für die Umwelt, sondern auch für seine eigene Gesundheit, denn:

RAD FAHREN MACHT GLÜCKLICH! Durch die gleichmäßige sportliche Betätigung wird unter anderem das Glückshormon Serotonin frei gesetzt. Das sorgt für positive Stimmung und ist eigentlich immer der Grund dafür, dass wir uns, nachdem wir mit dem Fahrrad unterwegs waren, gut fühlen.

RAD FAHREN SCHENKT EIN GEFÜHL DER FREIHEIT! Ob man ein Ziel hat, ist eigentlich egal. Einfach in die Pedale treten, die frische Luft genießen, den Alltag und seine kleinen oder großen Sorgen und Probleme hinter sich lassen und mit roten Wangen, einem Lächeln auf den Lippen und einem guten Gefühl im Bauch wieder zu Hause ankommen.

RAD FAHREN IST GUT FÜR DEN KOPF! Nach einem anstrengenden Tag kräftig in die Pedale zu treten hilft, den Kopf frei zu bekommen.

RAD FAHREN BRINGT MEHR BEWEGUNG IN DEN ALLTAG! Auch wer kurze Strecken fährt, regt regelmäßig den Stoffwechsel und die Herzaktivität an. Langfristig wirkt sich das positiv auf den Gesundheitszustand aus - und das ohne viel zusätzlichen Aufwand: Man braucht nur ein Fahrrad!

Amt
Büro des Landrats

Dienstgebäude
Viktoriastr. 16-18

Ansprechpartnerin
Britta Glatki

Zimmer
231

Kontakt
Telefon: 04821/69 487
04821/69 0 (Zentrale)

Fax: 04821/699 487

E-Mail:
b.glatki@steinburg.de

Anschrift
Kreis Steinburg – Der Landrat
Viktoriastr. 16-18
D – 25524 Itzehoe

www.steinburg.de



„Testen Sie sich selbst und registrieren Sie sich. Mit der Stadtradeln-App können Sie ganz einfach Ihre gefahrenen Kilometer tracken“, so Peter Labendowicz.

Mitmachen und tolle Preise gewinnen können Vereine, Unternehmen und andere Institutionen, KommunalpolitikerInnen, Schulklassen und selbstverständlich Privatpersonen – alle, die im Kreis Steinburg wohnen, arbeiten, zur Schule gehen oder in einem Verein aktiv sind. Sie können eigene Teams anmelden oder sich einem Team anschließen. „Teamlos“ radeln geht nicht, denn Klimaschutz und Radförderung sind Teamarbeit – aber schon zwei Personen sind ein Team!

Sich zum Steinburger Stadtradeln anzumelden, ist ganz einfach.
Registrieren Sie sich unter:

<https://www.stadtradeln.de/registrieren/>

Bundesland: Schleswig-Holstein

Kommune: Steinburg, Glückstadt, Kellinghusen oder Itzehoe

Wählen sie ein vorhandenes Team oder - besser noch - gründen Sie Ihr eigenen Team.

Spielregeln finden Sie unter:

<https://www.stadtradeln.de/spielregeln/>

Anlage: Foto



Peter Labendowicz und Steinburgs Klimaschutzbeauftragte Sandra Ludwig sind beim Stadtradeln dabei!

(Foto: Britta Glatki)