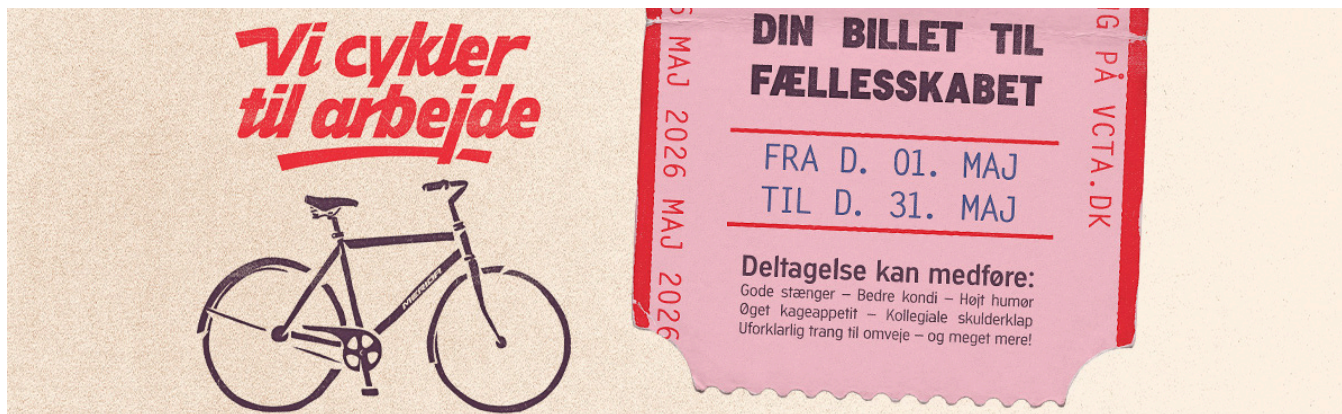




Kør med, når Danmarks største og sjoveste cykelkampagne spreder cykelglæde og fællesskab på arbejdspladser i hele landet 1.-31. maj.

I Vi Cykler til Arbejde er du på hold med dine kollegaer, I hepper på hinanden, og der er præmier på spil. Jo flere dage I cykler, jo større er chancen for at vinde!

Alle kan være med

Har du ikke cyklet før? Så hjælper vi dig i gang. Er du allerede en rutineret cyklist? Så giver vi dig ekstra god grund til at cykle endnu mere – og hjælpe nye cyklister i sadlen.

SÅDAN KØRER VI CYKLER TIL ARBEJDE

1 – I sætter et cykelhold

Find 2-16 kollegaer til dit cykelhold. Spørg både dem, der cykler i forvejen – og dem, der gerne vil i gang. Vælg en holdkaptajn og find på et godt navn til holdet.

2 – I cykler

I maj måned cykler hele holdet til arbejde så mange dage som muligt. Undervejs giver vi jer tips og tricks til hverdagen som cyklist – og vi fejrer jer med motiverende trofæer og sjove konkurrencer.

3 – I tæller points

Hver gang I cykler til arbejde, får jeres hold point. Alle cykeldage tæller – uanset hvor langt eller hurtigt, I cykler. Det tæller også at kombinere med bus eller tog eller bare at cykle den ene vej. Cykeldage og kilometer skal I løbende indtaste på jeres profiler.

4 – I vinder!

Holdets points omregnes til lodder i lodtrækningen om præmier – fx lækre elcykler fra Merida til alle deltagere på vinderholdet.

Tilmeld holdet på www.vcta.dk

I tvivl om noget?

Du kan finde svar på det meste i vores FAQ eller kontakte os på 33 32 31 21 / vcta@cyklistforbundet.dk

Vi fejrer din cykeltur!

I hele maj drysser vi konfetti, trofæer og særkonkurrencer ud over dig og dit cykelhold:

- Få op til ti trofæer, og snup Vandrepokalen
- Kør med i Omvejs-onsdag og Hent en kollega-dag
- Spil med i Pendler-bingo

Sådan kommer du med

- Find 2-16 kollegaer til dit cykelhold
- Meld jer til på vcta.dk senest 30. april
- Pris: 89 kr. pr. deltagere

HUSK!

Cykling giver sunde og glade medarbejdere
- så lad chefen betale

Trofæer

I hele maj er det ekstra motiverende at cykle til arbejde. Du kan nemlig gå på jagt efter seje trofæer:



Første cykeldag

Du får dette trofæ, når du har haft din debut på cyklen i dette års Vi Cykler til Arbejde. Trofæet bliver udløst automatisk, så snart din første cykeldag er registreret på din profil.

Fem dage i streg

Med dette trofæ fejrer vi dine gode cykelvaner. Du får trofæet, når du har kørt og registreret fem flotte cykeldage i træk – naturligvis uden ”hviledage” ind i mellem!



Hele holdet

Dette trofæ kræver teamwork! Du får trofæet helt automatisk, når ALLE på holdet har cyklet og indtastet minimum én cykeldag.

25 kilometer på én dag

Dette trofæ er en hyldest til dig, der cykler langt til arbejde – eller som kører en omvej. Trofæet bliver automatisk låst op, første gang du registrerer en cykeldag på mindst 25 km



40 kilometer på én dag

Er du en ægte kilometersluger? Så kan dette trofæ blive dit! Vi fejrer dig med trofæet, første gang du registrerer en cykeldag på mindst 40 kilometer.

Djævlebakken

Det siges, at Danmark er flad, men hverdagens cykelhelte ved, at der findes masser af stejle bakker! Kør op ad din lokale djævlebakke – og giv dig selv dette djævelske trofæ.



Hent en kollega

Tilbyd at hente én eller flere kollegaer på vej til arbejde. Det er nemlig både stærkt motiverende og super hyggeligt at følges ad. Du må selv låse trofæet op, når turen er forbi.

Regnvej

Regnvejs-trofæet er en hyldest til dig, der siger ”pyt med regnvej, jeg cykler selvfølgelig alligevel!”. Du låser selv trofæet op med dine regnvåde hænder.



Kage

Tag kage – eller en anden lækker snack – med til dit cykelhold. Så må du fejre dig selv med dette trofæ. OBS! Du skal have registreret mindst én cykeldag for at få trofæet.

Teknisk uheld

Cyklen er flad - og kæden falder af! Men du er en ægte fighter, og det lykkes dig alligevel at cykle til arbejde. Vi hylder din ukuelige cykelglæde med dette trofæ, som du selv låser op.

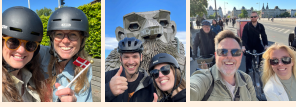


Vandrepokalen

Der er én pokal pr. hold, som løbende kan skifte ejer: Den holdkammerat med flest cykeldage, får automatisk tildelt pokalen i holdoversigten. Læs mere på vcta.dk/pokal

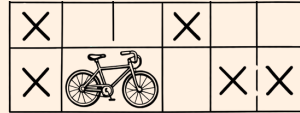
Særkonkurrencer i maj

I Vi Cykler til Arbejde er det cykeldagene, der tæller i lodtrækningen om holdpræmier. Men du kan også være med i særkonkurrencerne, hvor der både er udfordringer og præmier på højkant.



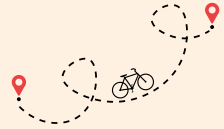
Hent en kollega-dag

Hent en eller flere kollegaer på vej til arbejde tirsdag d. 12. maj og send os et foto og kort beskrivelse af turen senest 15. maj*. Så får I både en hyggelig morgen – og chancen for at vinde en dejlig præmie!



Pendler-Bingo

Deltag i Pendler-Bingo i maj og gør cykelturen sjovere. Oplev nye ruter, læg mærke til detaljerne på din tur, og se om du kan få fuld plade. Send et billede af din udfyldte plade seneste 3. juni* og få chancen for at vinde en præmie.



OmvejsOnsdag

Kør en omvej til eller fra arbejde 20. maj – enten alene eller sammen med dine kollegaer. Send et foto og en kort beskrivelse af din omvej senest 22. maj*. Vi trækker lod om lækre præmier blandt alle indsendelser.



Nominér Årets Cykelpendler

Denne pris går til en særligt sej cykelpendler, der gør noget ekstra for at cykle til arbejde. Nominér din kandidat senest 3. juni ved at sende os navn og begrundelse*. Den heldige vinder får en elcykel fra Merida.



Nominér Årets Debutant

Har du eller din kollega sadlet om fra bil, bus eller tog – og kommet i gang med at cykle til arbejde i maj? Nominér din kandidat senest 3. juni ved at sende os navn og begrundelse*. Vinderen får en sporty hverdagscykel fra Merida.



Årets Holdkaptajn

Er din kaptajn årets bedste? Så nominér din holdkaptajn til denne pris. Skriv en mail senest 3. juni og fortæl os hvorfor netop DIN kaptajn fortjener at vinde både titlen og en lækker præmie



Årets Bedste Holdnavn

Fantasien er altid i top, når der sættes hold i Vi Cykler til Arbejde. Derfor kårer vi igen i år det bedste holdnavn. Det eneste, I skal gøre, er at finde på et godt navn til jeres cykelhold! Vi vælger årets bedste og honoreret holdet med en fed præmie.

Billeder og nomineringer sendes til konkurrence@cyklistforbundet.dk*. Læs mere om særkonkurrencerne, præmier og regler for indsendelse på vcta.dk/særkonkurrencer

*Når du deltager i konkurrencen, giver du os samtidig lov til at dele jeres billeder og historier i Vi Cykler til Arbejde-sammenhæng.