

**WUSSTEN SIE, DASS...**

- ... 43% aller Autofahrten in Vorarlberg kürzer als 5 km sind?
- ... das Risiko, vom Regen überrascht zu werden, gerade mal bei 4% liegt?
- ... das Rad innerorts oft das schnellste und billigste Verkehrsmittel ist?
- ... regelmäßiges Fahrradfahren das Herzinfarkttrisiko um 50% reduziert?

Senden Sie den ausgefüllten Teilnahmechein einfach an Ihre Gemeinde oder geben Sie ihn bei Ihrem Unternehmen ab.

(Anschritt Ihrer Gemeinde/Unternehmen)

Diese Gemeinden, Unternehmen und Institutionen bieten ihren Bürger/Innen und Mitarbeiter/Innen eine Beteiligung am FAHR RAD WETTBEWERB 10 an. Mitgemacht werden kann sowohl bei einer Gemeinde, als auch im Betrieb!

- |                |  |                   |
|----------------|--|-------------------|
| Altach         | a rovermenproduction - kultur- & freizeit verein wolfurt | amKumma MOBIL     |
| Bezau          | aha Tipps & Infos für junge Leute                        | Feldkirch MOBIL   |
| Bregenz        | ALPLA Hard   | land MOBIL        |
| Dornbirn       | Amt der Vlbg. Landesregierung                            | Lustenau MOBIL    |
| Feldkirch      | Besch & Partner  | plan b MOBIL      |
| Fußbach        | Blum GmbH  | Rankweil MOBIL    |
| Gaißau         | Feuerwehr Rankweil                                       | Rheindeltau MOBIL |
| Götzis         | Gantner Instruments GmbH                                 |                   |
| Hard           | Gaulhofer GmbH   |                   |
| Höchst         | Gemeinde Schwarzach                                      |                   |
| Hohenems       | Gemeinde Rankweil  |                   |
| Hohenweiler    | Haberkorn Ulmer  |                   |
| Hörbranz       | Heinzelmänner Elektroinstallationen                      |                   |
| Kennelbach     | KneippAktiv Club Schwarzach                              |                   |
| Koblach        | Kraft Foods  |                   |
| Krumbach       | Künz Hans GmbH   |                   |
| Lauterach      | LOGWIN Logistics   |                   |
| Lingenau       | Mekmotion  |                   |
| Lochau         | Messe Dornbirn   |                   |
| Ludesch        | Monacor Electronic                                       |                   |
| Lustenau       | Offsetdruckerei Schwarzach                               |                   |
| Mäder          | Peter GmbH Dach, Fassade, Spengler                       |                   |
| Nüziders       | Polizeisportverein Vorarlberg                            |                   |
| Rankweil       | Rhomberg Bau   |                   |
| Reuthe         | Stadtkapelle Dornbirn Haselstauden                       |                   |
| Schnifis       | UCJ Schwarzach   |                   |
| Schwarzach     | Weltladen Wolfurt  |                   |
| Tschagguns     |  |                   |
| Wolfurt        |  |                   |
| Zwischenwasser |  |                   |

WWW.SAEGENVIER.AT

# FAHR RAD ALL TAG



## MACH MIT! WWW.FAHRADWETTBEWERB.AT

Wer im Alltag in die Pedale tritt, kommt besser an. Auf dem Weg zur Arbeit. Beim Einkaufen. Am Spielplatz. Radfahren bringt gute Laune, hält jung und macht fit. Jetzt 100 Kilometer oder mehr radeln und tolle Preise gewinnen.



Mit freundlicher Unterstützung durch die



VORARLBERG  
**MOBIL**   
FAHR RAD WETTBEWERB 10



Ihr Rad ist, wo Sie sind. Und begleitet Sie auf allen Wegen.

### FAHR RAD WETTBEWERB: AUCH IM ALLTAG AUFS RAD SETZEN!

Die umseitig angeführten Gemeinden und Unternehmen wollen mit dem FAHR RAD Wettbewerb Lust aufs Alltags-Radfahren machen.

Wer vom April bis zum Stichtag am 12. September 2010 zumindest 100 km auf dem Fahrrad zurückgelegt hat, nimmt an der Verlosung von attraktiven Preisen teil.

WAS TEILNEHMER IMMER GEWINNEN ...

- :: Mehr Gesundheit und Fitness!
- :: Mehr Lebensqualität im Wohnort!
- :: Unabhängigkeit von steigenden Benzinpreisen!
- :: Klimaschutz durch geringeren CO<sub>2</sub>-Ausstoß!

#### TÄGLICHES RADFAHREN

#### HAUPTEFFEKTE

- |          |    |                                   |
|----------|----|-----------------------------------|
| 10 min   | :: | Muskulatur, Durchblutung, Gelenke |
| 20 min   | :: | Immunsystem                       |
| 30 min   | :: | Herzfunktionen                    |
| 40 min   | :: | Ausdauerleistungsfähigkeit        |
| 50 min   | :: | (Fett-)Stoffwechsel               |
| 60 min   | :: | Körpergewicht, Attraktivität      |
| > 60 min | :: | Anti-Stress, Wohlbefinden         |

### JEDE/R KANN GEWINNEN! TEILNEHMEN IST GANZ EINFACH:

1. ANMELDEN
  - :: im Internet: [www.fahrradwettbewerb.at](http://www.fahrradwettbewerb.at)
  - :: mit dem Teilnahmechein
  - :: direkt im Gemeindeamt | Unternehmen
2. RADELN & KILOMETERSTAND ERFASSEN
  - :: über den Fahrradcomputer, im Internet oder mit Fahrtenbuch
  - :: täglich, monatlich oder am Schluss der Aktion
3. SCHLUSSTAND BEKANNT GEBEN
  - :: Stichtag ist der 12. September 2010
  - :: via Internet, telefonisch oder per Email
4. GEWINNEN
  - :: es werden attraktive Preise verlost
  - :: Bedingung: mehr als 100 km geradelt

Informationen und Auskunft zum Wettbewerb:  
Energieinstitut Vorarlberg, T 05572/31202-81 oder -79  
E [yvonne.antretter-wiedl@energieinstitut.at](mailto:yvonne.antretter-wiedl@energieinstitut.at)  
[www.fahrradwettbewerb.at](http://www.fahrradwettbewerb.at)

### ANMELDUNG ZUM FAHR RAD WETTBEWERB 2010

NAME

---



---

ADRESSE

---



---



---

EMAIL

---

TELEFON

---

TEILNAHME BEI GEMEINDE

(siehe Auflistung auf der Rückseite)

---



---

TEILNAHME BEI BETRIEB/INSTITUTION

(siehe Auflistung auf der Rückseite)

---



---

Die Daten werden ausschließlich für die Organisation des FAHR RAD Wettbewerbs verwendet und nicht an Dritte weitergegeben.