



Presseinformasjon:

66 år med trening i Sykle til Jobben

(Oslo, 6. juli 2010) Sykle til Jobben har gitt 14.000 arbeidstakere en svett opptakt til ferien. Fra mai har deltakerne registrert over 66 år med sammenhengende fysisk aktivitet!

Bedriftsidrettens aktivetskampanje Sykle til Jobben setter nye rekorder. På to år har antall deltakere økt med 60 prosent.

Rallarvegen kaller

Rica Ishavs Suite i Troms har i løpet av Sykle til Jobben vært aktive hele 230 minutter i snitt per dag. Men for vinnerne av hovedpremien holdt det med 31 minutter! Holla Metall 1 fra Kyrksæterøra får sykkelturn langs Rallarvegen, med overnatting i flotte hytter, middag og en opplevelse i høydeparken på Geilo.

-Vi trekker premiene blant alle lag som holder et snitt på 30 minutter om dagen. Det er mye god helse i den daglige halvtimen. Sykle til Jobben setter aktiviteten i system og motiverer til en aktiv livsstil, sier Ingunn Finstad, kommunikasjonsrådgiver i Bedriftsidretten.

60 prosent vekst på to år

Årets Sykle til Jobben er den 37. i rekken. I løpet av de siste to år har kampanjen hatt en vekst på 60 prosent flere deltakere.

-Årets deltakerundersøkelse viser at blant de som var inaktive før aksjonsstart, er over 40 prosent blitt aktive fem dager i uken i Sykle til Jobben. Kampanjer er en effektiv start på en mer aktiv livsstil, sier Finstad.

Bedriftsidrett skaper en sosial ramme rundt aktiviteten. Kolleger er gode treningskamerater, og bidrar til at det blir litt enklere å holde på de aktive vanene.

Ny kampanje til høsten

Bedriftsidretten har aktivitet over hele landet, året rundt, med ansatte i nesten alle fylker. I tillegg engasjerer Bedriftsidretten tusenvis av frivillige, som legger ned mye dugnadsinnsats for å skape gode aktivitetstilbud i lokalmiljøet.

Gjennom Bedriftsidretten kan arbeidsplassene være med på alt fra skikaruseller, sandvolleyball, orienteringsløp, actionball, gokart, stavgang og dans.

- Til høsten er det igjen klart for skrittkonkurransen Aktiv med Jobben, og vi har flere nyheter på lager i årets kampanje. Påmeldingen er allerede åpen, oppfordrer Finstad.

Kontaktpersoner

Ingunn Finstad, Kommunikasjonsrådgiver i NBIF, tlf. 922 01 843

Siri Meland, Avd.sjef Kommunikasjon og samfunnskontakt i NBIF, tlf. 952 40 336



Fakta om Sykle til Jobben

- Aksjonsperioden er 4. mai til 30. juni.
- Aksjonen arrangeres i 2010 for 37. gang
- 1643 lag deltok i årets aksjon, mot 1192 lag i 2009 og 590 lag i 2008
- I år er det registrert 34 572 887 aktive minutter, noe som utgjør hele **66 år** med sammenhengende fysisk aktivitet. I 2009 ble det totalt utført 54 år med aktivitet, mot 37 år i 2008.
- Sykle til Jobben arrangeres av Bedriftsidretten, i samarbeid med Helsedirektoratet, Statens vegvesen, Trygg Trafikk, Syklistenes landsforening, Dagens Næringsliv, P4, Grete Roede AS, Geilolia Hyttetun, Merida, sportskjeden Stadion AS og Rica Hotels
- Aksjonens ambassadører er
 - Statsminister Jens Stoltenberg, Idrettsminister Anniken Huitfeldt, Samferdselsminister Magnhild Meltveit Kleppa, NHO-sjef John G. Bernander, LO-sekretær Trine Lise Sundnes, Unio-leder Anders Folkestad, Årets ildsjel Vidar Bøe, Kostholdseksperter Jeanette Roede, Toppsyklistene Thor Hushovd og Gunn-Rita Dahle, og kommentator og tidligere toppsyklist Dag Otto Lauritzen
- Sykle til Jobben har i løpet av de siste to år, hatt en økning på 60 prosent flere deltakere
- Alle virksomheter kan delta, og hver virksomhet kan melde på flere lag
- All aktivitet, ikke bare sykling, kan registreres. Aktiviteten kan utføres til og fra jobb eller når det passer deg best. 30 minutter om dagen er nøkkelen!
- Deltakerne registrerer aktivitet på www.sykletiljobben.no. Registreringsløsningen viser hvordan ulike bransjer, fylker, lag, og enkeltpersoner ligger an i forhold til hverandre, og kan også brukes som en personlig treningsdagbok. Ved å registrere laget i et av de 20 bransjevalgene, kan deltakerne utfordre bransjekolleger til duell!
- **Nytt i 2010!** 'Min målsetning', linket opp mot Google Maps!
 - Hver enkelt deltaker bestemmer selv startsted og mål, og kan hele tiden følge med på hvor langt de er kommet, og hvordan lagkameratene henger på.
- Arbeidsmiljølovens § 3-4 pålegger arbeidsgiver å vurdere tiltak for mer fysisk aktivitet blant de ansatte. Sykle til Jobben setter aktiviteten i system, og er et ferdig aktivitetstilbud til bedriftsledere som vil investere i sine ansatte.
- **Husk Aktiv med Jobben, 1.-31. oktober!** Mer informasjon og påmelding på www.aktivmedjobben.no

Om Norges Bedriftsidrettsforbund (NBIF)

Norges bedriftsidrettsforbund er et av de største særforbund i norsk idrett, med om lag 300.000 medlemmer fordelt på rundt 4.250 bedriftsidrettslag. Forbundet fremmer en aktiv livsstil og trivsel gjennom holdningsskapende arbeid samt tilbud om aktiviteter, tjenester og produkter. I tillegg til den tradisjonsrike bedriftsidretten står NBF bak aksjoner og aktiviteter som "Sykle til Jobben", "Aktiv med Jobben" og "Aktiv Bedrift". For mer informasjon, se www.bedriftsidrett.no, www.aktivbedrift.no, www.sykletiljobben.no, www.aktivmedjobben.no og www.aktivlivsstil.no.