

Für die Teilnahme an einem Gesundheitstag stellen wir Ihnen 300 Euro in Rechnung, mit Fahrradcodierung 500 Euro.

Da alle ADFC-Aktive ehrenamtlich arbeiten, können wir nicht bei jedem Termin unbedingt das gesamte Programm anbieten.

Eine Teilnahme an einem Gesundheitstag an einem Dienstag ist nicht möglich.

Haben Sie Interesse, Ihren Betriebsausflug durch eine Radtour auf historischen Spuren in Bonn zu bereichern, lassen Sie sich bitte auch hierzu ein Angebot machen.

## Gesundheitstage in Betrieben

Ein Angebot des  
ADFC Bonn/Rhein-Sieg



### Das bieten wir:

- Beratung zu den Themen:
  - Diebstahlschutz
  - Radreisen/Touren in der Region
  - Fahrrad-Ergonomie
  - Fahrradkauf
  - Arbeitswegplanung
  - Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“
- Fahrradcodierung
- Fahrradcheck

Ihre Anfrage richten Sie bitte an:

ADFC Bonn/Rhein-Sieg

Gabriele Heix

Endenicher Allee 12

53115 Bonn

Telefon: 02 28 – 63 07 18

E-Mail: [Gabriele.Heix@adfc-bonn.de](mailto:Gabriele.Heix@adfc-bonn.de)



## Planen Sie in Ihrem Betrieb einen Gesundheitstag?

**Dann sichern Sie sich die Unterstützung des ADFC. Wir informieren und beraten Ihre Mitarbeiter/Innen in allen Fragen rund ums Radfahren.**

Fahrrad fahren ist gesund, aber mit einer falschen Einstellung von Lenker und Sattel kann es auch zur Qual werden. Wir helfen dabei, das Rad ergonomisch richtig einzustellen.

Der Weg zur Arbeit soll nicht im Stau den ersten Stress des Tages, sondern Freude machen. Doch der direkte Weg ist nicht unbedingt der angenehmste oder sicherste. Wir geben Hilfe dabei, den besten Weg zur Arbeit zu finden – und haben natürlich auch viele Tipps für Touren in der Freizeit.

Bonn beteiligt sich an der bundesweiten Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“. Damit sollen noch mehr Arbeitnehmer motiviert werden, den Weg zur Arbeit mit dem Rad zurückzulegen. Wir informieren, wie diese Aktion abläuft und was der einzelne Mitarbeiter von dieser Aktion hat.

Wir geben Hinweise zur Verkehrssicherheit eines Fahrrads, empfehlen nützliches Zubehör und führen auf Wunsch auch eine Fahrradcodierung durch.