**Tirol radelt und wir radeln mit**Jetzt anmelden und großartige Preise gewinnen! 

**Ab 20. März ist es wieder so weit. “Tirol radelt startet mit Frühlingsbeginn in die 15 Auflage. Auch unsere Gemeinde ist 2025 [wieder/erstmals] bei der beliebten Mitmachaktion von Land Tirol und Klimabündnis Tirol mit dabei. Zur Förderung der eigenen Gesundheit und für eine lebenswerte Zukunft unserer jüngsten Gemeindemitglieder rufen wir alle Bürgerinnen und Bürger dazu auf, in die Pedale zu treten. Radbegeisterten, die ihre Kilometer online oder mit der „Österreich radelt“-App eintragen, winken attraktive Preise vom E-Bike bis zum Hotelgutschein.**

**Anmelden…**

Wer mitmachen will, kann sich ganz einfach unter [tirol.radelt.at](file:///C:\Users\MichaelSteger\Downloads\tirol.radelt.at) anmelden und nach jeder gefahrenen Strecke seine geradelten Kilometer eintragen. Dabei können die Kilometer nicht nur einem persönlich, sondern auch unserer Gemeinde und zusätzlich einem Betrieb und/oder einem Verein gutgeschrieben werden. Am Ende werden die besten Gemeinden aus ganz Tirol ausgezeichnet, daher freuen wir uns, wenn auch du unsere Gemeinde dabei unterstützt, heuer ganz vorne mit dabei zu sein.

**…Kilometer sammeln…**

Die gefahrenen Kilometer können auf [tirol.radelt.at](file:///C:\Users\MichaelSteger\Downloads\tirol.radelt.at) oder mit der neuen Österreich radelt-App aufgezeichnet werden. Das kann täglich, wöchentlich oder zur Gänze vor dem Schluss jeder einzelnen Aktion geschehen. Mit der App werden die Daten mittels GPS aufgezeichnet, dazu darfst du nur nicht vergessen, nach dem Start der App auch den Startknopf der App zu drücken. Sollte Hilfe benötigt werden, hilft das Team von Klimabündnis Tirol unter [tirol@radelt.at](mailto:tirol@radelt.at) gerne weiter.

**…und gewinnen…**

Bei „Tirol radelt“ geht es nicht darum, Rekorde zu brechen und der oder die Schnellste zu sein. Im Rahmen von „Tirol radelt“ steht der Spaß im Vordergrund. Wer zumindest 100 Kilometer im Zeitraum von 20. März bis 30. September gesammelt hat, landet im Lostopf. Mit Unterstützung der Tiroler Tageszeitung und der Tiroler Raiffeisenbanken gibt es auch heuer wieder unter anderem Fahrradhelme, Trinkflaschen oder Hauptpreise zu denen Hotelgutscheine und Fahrräder zählen, zu gewinnen. **[optional: Zusätzlich hat sich auch unsere Gemeinde dazu entschieden folgende Preise unter alle Mitradelnden zu verlosen.]**

**Radle für deine eigene Gesundheit**

Durch regelmäßige Bewegung wird nicht nur das Immunsystem gestärkt, auch das Risiko von Herz- Kreislauf- Erkrankungen kann durch Radfahren reduziert werden.

**Vier gute Gründe, um auf das Fahrrad zu setzen**

**Schnell:** besonders Kurzstrecken sind mit dem Fahrrad schneller zurückzulegen als mit anderen Verkehrsmitteln, da eine lange Parkplatzsuche meist entfällt.

**Kosten:** weder Parkgebühren noch Treibstoffkosten fallen an.

**Gesünder:** Bewegung ist gesund, hält fit und schütz vor Herz- Kreislauf- Erkrankungen.

**Klimafreundlich:** Durch fünf gefahrene Fahrradkilometer kann im Vergleich zur

Autonutzung 1 kg CO² eingespart werden.

**Mach dein Fahrrad fit für den Frühling!**

**1. Reifen checken:**

Der richtige Reifendruck ist meist an der Reifenflanke zu lesen. Mit einem Druck von rund 3,5 bar liegt man im richtigen Bereich. Verliert der Reifen auch nach dem Aufpumpen Luft, so ist entweder

das Ventil kaputt oder der Schlauch weist ein Loch auf und muss geflickt bzw. ausgetauscht werden.

**2. Bremsen einstellen:**

Das Nachstellen der Bremszüge geht dank Stellschrauben an den Bremshebeln

ganz einfach: Zuerst die Kontermutter lösen, dann die Stellschraube so weit herausdrehen, bis die Bremsen wieder gut funktionieren. Abschließend Kontermutter wieder festschrauben.

**3. Putzen und Schmieren:**

Am besten putzt man das Fahrrad mit einem Spezialreiniger und einem weichen Tuch. Anschließend Kette, Gangschaltungsteile und Zahnräder einölen. Gut funktioniert das mit einem Pinsel. Den Pinsel an die Kette halten und diese im Leerlauf durchlaufen lassen.

*Mit freundlicher Unterstützung der Tiroler Tageszeitung und der Tiroler Raiffeisenbanken.*

**Pressekontakt:** Michael Steger| 0512 583558 - 18 | michael.steger[@klimabuendnis.at](mailto:lisa.prazeller@klimabuendnis.at)

**Fotos für Gemeindezeitungsartikel: (um Foto herunterzuladen auf Link klicken.)**

**Foto 1 (**[Link](https://tirol.radelt.at/storage/app/media/TIROL/Downloads/2025/Foto_Radparade_07042018_florianlechner.com_324A0012.jpg)**): Bildunterschrift: Ab 20. März heißt es wieder ganz „Tirol radelt“ und auch [Name der Gemeinde] ist mit dabei. ©KBT/Lechner**

**Foto 2: (**[Link](https://tirol.radelt.at/storage/app/media/TIROL/Downloads/2025/Foto%20Fahrradcheck%20f%C3%BCr%20Gemeindezeitungsartikel%20zum%20Aktionsstart_c_Beck.jpg)**) Bildunterschrift Spaß und Sicherheit stehen beim Radfahren an erster Stelle, daher mach dein Rad fit für den Frühling. ©KBT/Beck**

**Foto 3: (**[Link](https://tirol.radelt.at/storage/app/media/TIROL/Downloads/2025/Foto%20Fahrradcheck%20f%C3%BCr%20Gemeindezeitungsartikel%20zum%20Aktionsstart2_c_Beck.jpg)**) Bildunterschrift wie bei Bild 2 ©KBT/Beck**