
Ročník 2025

Týmová výzva pro udržitelnou mobilitu

Jak spojit udržitelnou dopravu do práce a posílení týmového ducha? Přeci Květnovou výzvou Do práce na kole, kterou pořádá spolek AutoMat, a Univerzita Karlova ji přijímá v celouniverzitním měřítku!

Zveme tedy všechny zaměstnance a zaměstnankyně k této týmové výzvě, která slouží nejen ke zlepšení životního prostředí ve městech přechodem na nízkoemisní dopravu (kolo, koloběžka, chůze, vozíček, skateboard aj.), ale také ke zlepšení osobní kondice a posílení týmového ducha v rámci kolektivu na vaší fakultě či součásti.

Zapojte se do týmové výzvy pro nadšence a nadšenkyne do cyklistiky, koloběžek, chůze i běhu!

Do práce na kole, pěšky či poklusem

1.-31. 5. 2025

Sestavte tým v rámci fakulty či součásti univerzity. Registrujte se do 30. 04. 2025 za UK. Startovné pro prvních 17 týmů zdarma!

DO PRÁCE NA KOLE AUTOMAT

Univerzita Karlova

Jak se zapojit?

Květnová výzva je zaměřena na **týmy o 2–5 členech a členkách**, kteří se společně během celého měsíce snaží nejen o co nejvyšší počet naježděných či nachozených kilometrů, ale především o co **největší pravidelnost!** Udržitelnost je totiž o dlouhodobých cílech.

S registrací však šlápněte do pedálů: **Prvních 17 týmů má od nás startovné gratis!** Rychle proto sestavte svůj tým a každý zvlášť při své registraci zaškrtněte možnost „Účastnický poplatek mi platí zaměstnavatel/škola“. **Buďte mezi prvními a využijte tohoto skvělého benefitu.**

(Pokud byste se v rámci své registrace nevešli mezi prvních 17 týmů, budeme Vás informovat a doladíme s Vámi další postup.)

Kapacita proplacených týmů je vyčerpána, můžete se však nadále registrovat a zapojit se do celouniverzitní výzvy. Prosíme však o uhrazení startovného z vlastních zdrojů.

V průběhu května si pak každý z účastníků a účastnic **zapisuje své jízdy** do portálu Do práce na kole. V rámci UK pak provedeme vyhodnocení a vyhlášení vítězných týmů - akce, na které nesmíte chybět!

Proč se zapojit?

Důvodů je celá řada: Od zlepšení kondice, dobré nálady po ranní aktivitě a psychické pohody díky pravidelnému pohybu, až po podporu udržitelné mobility, ochraně životního prostředí a příspěvku k bezemisní dopravní infrastruktuře. Anonymizovaná data zapsaných tras jsou spolkem Automat totiž sbírána a pomáhají městům budovat **cyklistickou i chodeckou infrastrukturu** tam, kde je potřeba a vylepšovat místa problematická.

Všichni účastníci a účastnice po úspěšné registraci obdrží **trička z biobavlny**, nebo praktické nákrčníky – obojí s originálním potiskem Do práce na kole. Na vylosované účastnice a účastníky s vyšší než 66% pravidelností pak čekají skvělé odměny jako kola, koloběžky, zájezdy nebo vstupenky na různé sportovní a kulturní akce. Nezapomeňte se proto přihlásit k odběru newsletteru.

Tématem letošní Květnové výzvy je Cesta k rovnováze

Work life balance a wellbeing jsou v dnešní době často skoloňovanými pojmy, které však v praktickém životě nezřídka přicházejí zkrátka.

Květnová výzva vám však dává příležitost skloubit aktivity prospěšné vašemu fyzickému a duševnímu zdraví, snižující stres a přispívající ke zdravým a udržitelným městům zároveň. Nechat auto v garáži je snazší než si myslíte a my věříme, že vám skvělý týmový duch a radost ze společné výzvy každý den vykouzlí úsměv na tváři! Zdravý životní styl je totiž o rovnováze.



Těšíme se na četné přihlášky a zdravou konkurenci mezi univerzitními týmy!

V případě otázek se neváhejte obrátit na koordinátora za UK, Samuela Sámela MA.

Co při jízdě ve vozovce zohlednit?

Ačkoliv se dopravní infrastruktura pro chodce a cyklisty stále zlepšuje, je nutné být při jízdě ve městě ostražitý a znát platná dopravní pravidla. Než nasednete na kolo, osvěžte svou paměť a zopakujte si nejdůležitější pravidla ZDE.