



CHALLENGE 2022



Università
della
Svizzera
italiana





CONTENUTO

1

COS'È
bike to work?

2

CIFRE &
DATI

3

COME
FUNZIONA

4

CONDIZIONI DI
PARTERCIPIAZIONE

5

MOTIVI PER
PARTECIPARE

6

ULTERIORI
INFORMAZIONI

7

SCADENZE

8

CONSIGLI



COS'È *bike to work?*





COS'È *bike to work?*



- ✓ La più grande iniziativa di promozione della bicicletta e della salute in Svizzera
- ✓ Bicicletta come mezzo di trasporto per andare al lavoro
- ✓ Maggio e/o giugno
- ✓ Concorso con premi per un valore di oltre CHF 120'000.-
- ✓ Partecipazione tramite le aziende, in squadre da 4 persone

« La sensazione mentre pedali in bicicletta di prima mattina è straordinaria. L'aria fresca ti sveglia per bene e quando arrivi al lavoro hai già alle spalle una buona dose di sport.»

Melanie H. (28) di Berna





CIFRE & DATI 2021



2'150
aziende



16'258
squadre



60'255
partecipanti



15'606'211
totale km



2'247'294
equivalenza kg
CO₂

Una iniziativa di PRO VELO Svizzera

Per la promozione della salute in azienda - dal 2005



PERCHÈ PARTECIPARE?

condizione
fisica



ambiente



arrivare
velocemente



spirito di
squadra



ridurre lo
stress



premi





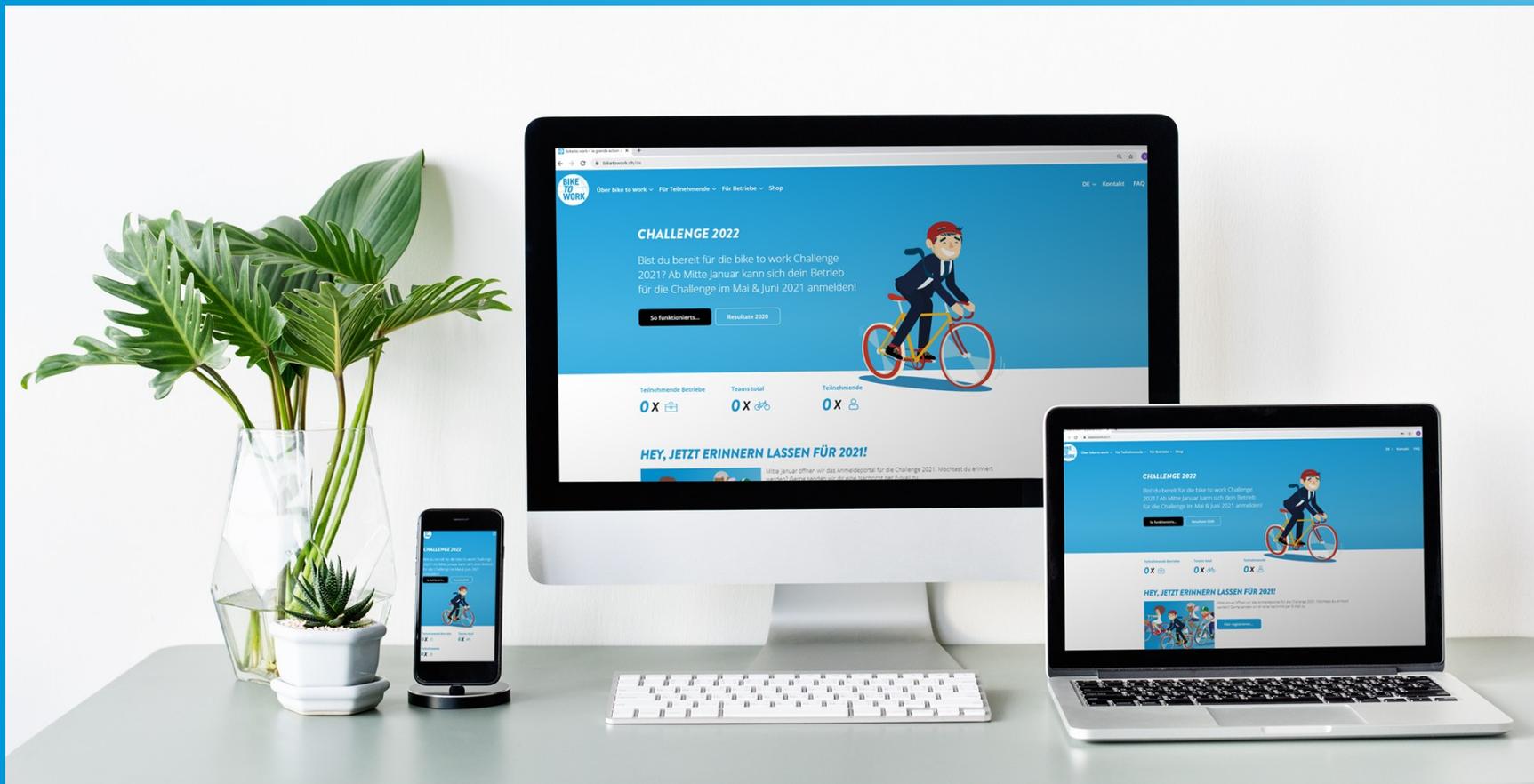
COME FUNZIONA *bike to work?*





ECCO COME FUNZIONA

1. Crea un profilo su biketowork.ch





ECCO COME FUNZIONA

2. Forma una squadra



Invita colleghe e colleghi
a far parte della tua squadra...

...oppure aspetta di ricevere un invito
via mail a entrare in una squadra.



Composizione squadra =
al massimo 4 persone

Le squadre da 1, 2 o 3 persone
partecipano solo all'estrazione
dei premi individuali.



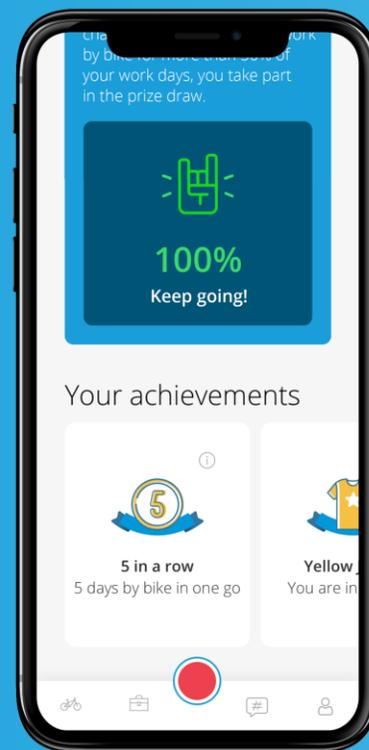
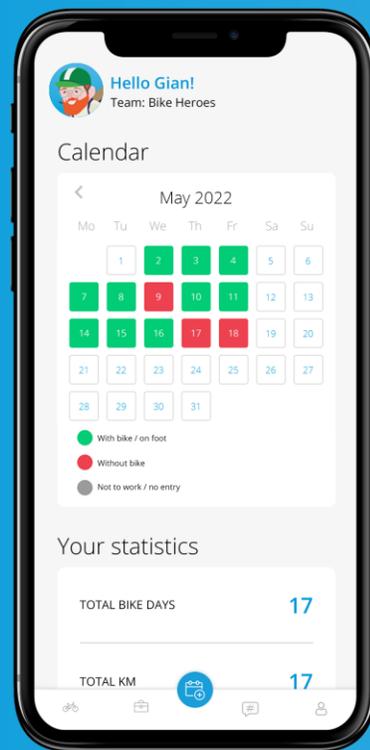
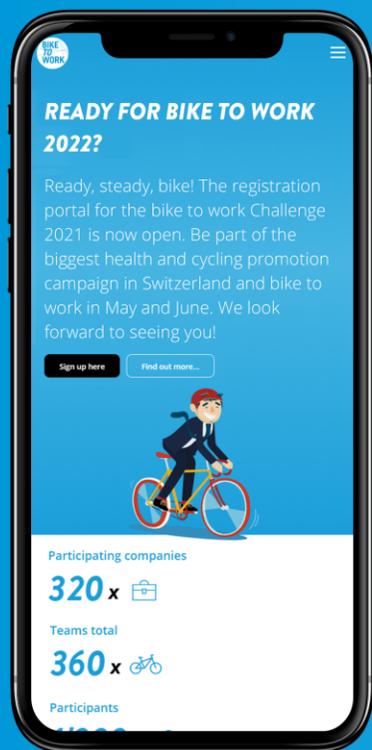
Borsa delle squadre

Nella borsa delle squadre vedi quali
squadre della tua azienda hanno
ancora posti liberi. Qui puoi inserirti
nella squadra che preferisci.



ECCO COME FUNZIONA

3. Vai al lavoro in bicicletta ogni volta che puoi!
Compila il tuo calendario personale – online o con l'apposita app





ECCO COME FUNZIONA

4. Vinci i premi

Premi per un valore complessivo di oltre CHF 120'000.-

Premi individuali e collettivi per squadre da 4 persone

Regola del 50%:
in bicicletta al lavoro almeno un giorno su due

Vincitori pubblicazione
7 Luglio 2022





REGOLE DEL GIOCO





REGOLE DEL GIOCO

1

Lavori da casa? Inserisci nel calendario il tuo tragitto quotidiano in bicicletta.

2

Un componente per squadra può partecipare spostandosi anche a piedi, con il monopattino, lo skateboard o simili.

3

La combinazione fra bicicletta e mezzi di trasporto pubblici è consentita.

4

È ammessa la combinazione bici e auto.



REGOLE DEL GIOCO

5

È consentito l'uso della bicicletta elettrica (e-bike).

6

Se utilizzi la bicicletta per almeno il 50% dei tuoi giorni lavorativi, partecipi automaticamente all'estrazione dei premi.

7

Tutte le squadre da 4 persone, che rispettano appieno la regola del 50%, possono vincere anche i premi collettivi.





ULTERIORI INFORMAZIONI

Periodo di partecipazione: maggio-giugno 2022

In fase di creazione dell'account, selezionare «USI – Università della Svizzera italiana».

Questa iniziativa si accorda perfettamente con il bike sharing Publibike (per coloro che non hanno una propria bicicletta). Presso i principali Park&Ride di Lugano sono presenti svariate stazioni PubliBike dove poter prendere in prestito una bici per recarsi alla proprio sede di lavoro (maggiori informazioni alla seguente [pagina](#)).



Università
della
Svizzera
italiana

biketowork.ch



SCADENZE

01.05.2022 Inizio
bike to work challenge 2022



30 aprile 2022
Iscrizione squadre



5 luglio 2022
Fine registrazione giorni in bici



7 luglio 2022
Vincitori su biketowork.ch



CONDIVI LE TUE ESPERIENZE E IMPRESSIONI

#biketowork



@biketoworkch



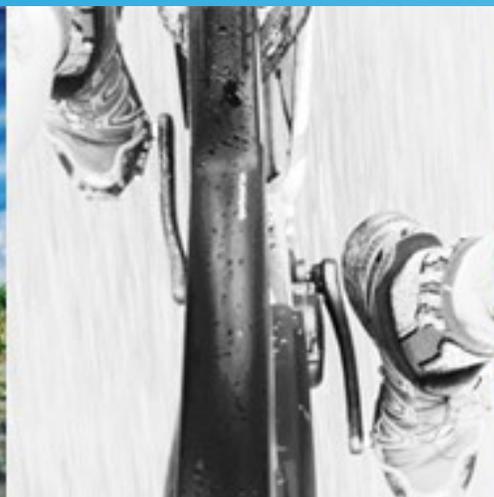
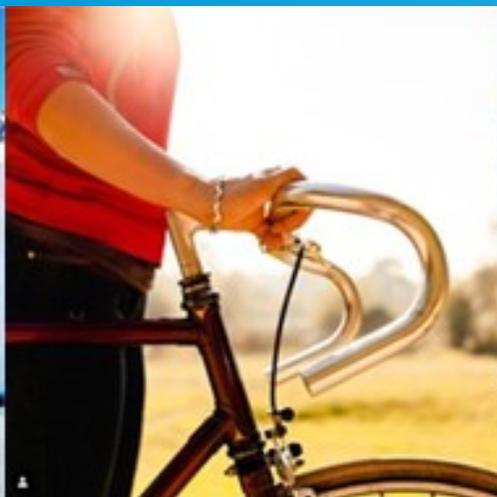
biketoworkch



@biketoworkch



biketowork





Università
della
Svizzera
italiana

MOVE YOUR TEAM! CHALLENGE 2022

RIDE NOW

biketowork.ch

