

Firmenchallenge

TEXTBAUSTEINE

Wir sind dieses Jahr bei der Firmenchallenge mit dabei und wollen ganz Österreich zeigen, dass wir die aktivste Firma des Landes sind!

Worum geht's?

Ab 1. Oktober sammeln wir als Firma gemeinsam Bewegungsminuten und treten dabei 50 Tage lang (bis zum 19. November) gegen zahlreiche andere österreichische Betriebe an. Für die drei aktivsten Unternehmen jeder Kategorie gibt es tolle Preise für die ganze Firma zu gewinnen.

Was wird gewertet?

Wir sammeln 50 Tage lang Bewegungsminuten und nicht Schritte oder Kilometer. Dadurch zählen alle Bewegungsaktivitäten und niemand wird durch zu hohe sportliche Herausforderungen ausgeschlossen.

Wie funktioniert's?

Über die App STRAIDE werden die Bewegungsminuten während der Firmenchallenge erfasst. Das Tracking kann unterschiedlich erfolgen, damit niemand ausgeschlossen wird:

1. Live-Tracking durch die App (funktioniert wie bspw. Adidas Running)
2. Tracking via Sportuhren (Polar, Gamin, etc.)
3. Manuelle Eingabe der Bewegungseinheiten

Was habe ich persönlich von der Firmenchallenge?

Du schaust auf deine Gesundheit und hast gleichzeitig Spaß mit deinen Arbeitskolleg:innen. Jeder in unserem Team leistet einen wertvollen Beitrag, damit wir am Ende ganz oben auf dem Podest stehen.

Thema Umweltschutz

Bei der Firmenchallenge achten wir nicht nur auf unsere Gesundheit, sondern auch auf den Umweltschutz. Weniger Wege mit dem Auto und regionalere Lebensmittel haben bereits eine positive Wirkung auf unseren CO₂-Fußabdruck, doch wir können noch mehr tun! Für jede tausendste Bewegungsminute wird ein Baum gepflanzt – je mehr wir uns also als Firma bewegen, desto größer ist unser Beitrag.

Alle, die mind. 1.000 Minuten während der Firmenchallenge sammeln, erhalten außerdem ihr persönliches Zertifikat über die von ihnen "erbewegten" Bäume.

Was brauche ich, um itzumachen?

Für die Teilnahme an der Firmenchallenge Österreich brauchst du genau eine Sache: ein Handy, um deine Bewegungsminuten zu sammeln.



Firmenchallenge

TEXTBAUSTEINE

Kann ich auch anonym teilnehmen?

Wenn du zwar bei der Firmenchallenge dabei sein, aber nicht öffentlich aufscheinen willst, ist das kein Problem. Du hast in der App die Möglichkeit, einen beliebigen Usernamen anzugeben, damit dich auch niemand im Ranking identifizieren kann.

Warum 50 Tage?

Laut wissenschaftlichen Erkenntnissen werden Verhaltensänderungen, die über den Zeitraum von 50 Tagen eingeübt werden, mit größerer Wahrscheinlichkeit beibehalten. Du hast also die Möglichkeit, deine Gewohnheiten nachhaltig zum Besseren zu ändern.

