



Hvordan kom du deg til trening i dag?

Idretten og kommunen starter en kampanje for å få oppmerksomhet om reisevaner til ungdommen. Målet med U-Go til trening er å bidra til at flere kommer seg til og fra trening uten å bruke bil. Vi ønsker å bidra til at ungdom får reisevaner de kan ta med seg videre i livet.

Mange barn og unge kjøres til trening. Selv om vi får stadig flere el-biler på veiene er utslipp fra lette kjøretøy en stor kilde til direkte klimagassutslipp i Bærum.

Konkurransen er GRATIS for alle idrettslag i Bærum. Alle utøvere mellom 13 og 18 år kan være med. For mer informasjon og påmelding, sjekk hjemmesiden [her](#). De ti idrettslagene i Bærum som klarer å samle flest poeng vinner fine premier!

Det er enkelt for utøvere å være med:

1. Registrere seg på www.ugotiltrening.no
2. Velg klubb, for eksempel Høvik Fotball
3. Opprett profil
4. Velg kjønn og år, for eksempel G2004

Utøvere registrerer deretter sin aktivitet løpende i kampanjeperioden og dette gir poeng til laget.

#bareiBærum

Kampanjen er unik for Bærum. Idretten i Bærum ønsker å gå foran og få aktive ungdom som kommer seg til trening selv. Treningen kan starte hjemme!

Piloten blir gjennomført i Bærum kommune og driftes av Norges Bedriftsidrettsforbund, som også står bak «Sykle til jobben-aksjonen».

Mer informasjon

Ta kontakt på lotte.frost@bedriftsidrett.no eller livea.wiedswang@baerum.kommune.no hvis du har spørsmål, eller vil høre mer om kampanjen!