Účastníci podzimní výzvy nachodili za měsíc přes čtyři miliardy kroků

30.11.2023 - | Krajský úřad Královéhradeckého kraje

„Letos jsme u nás na úřadě postavili pět týmů. Typicky je práce na úřadě spojená se sedavým zaměstnáním, my ale potřebujeme zároveň zdravé a aktivní zaměstnance. Proto jsme výzvu podpořili a rostoucí zájem ukazuje, že řadě lidí není jedno, jakým způsobem žijeme a snažíme se žít," uvedl radní Královéhradeckého kraje Adam Valenta.

Výzva 10 000 kroků je neziskový projekt, který motivuje tisíce lidí k tomu, aby zařadili chůzi do svého života a získali vztah k místu, v němž žijí.

„Mám velkou radost z rostoucího zájmu o chůzi, která je základním způsobem dopravy po městě, s řadou pozitivních aspektů jak pro samotného chodce, tak i pro město. Výzva může být motivací pro urbanisty a plánovače, proč se více orientovat na města krátkých vzdáleností," řekl za pořadatele akce, spolek Partnerství pro městskou mobilitu, její předseda Jaroslav Vymazal. Úkolem spolku je spolupracovat s městy na tvorbě příjemných míst pro život a šířit know-how týkající se kvality veřejného prostranství a udržitelné mobility.

Akce oslovila lidi ve věku od 6 do 88 let, kteří dohromady nachodili více než 3,2 miliony kilometrů, což znamená neuvěřitelných 4,5 miliardy kroků. Výzvu podpořilo 76 měst, v každém z nich pracoval místní koordinátor. Nejlepší hodnocení v jednotlivých kategoriích si nakonec odnesla města Šternberk (nad 10 000 obyvatel), Fulnek (2 500 – 10 000 obyvatel) a obec Pustá Rybná (do 2 500 obyvatel).

Mnohem důležitější než celkový počet kroků bylo ale to, že převážná většina z účastníků chodila během výzvy více nebo pravidelněji než v předchozích měsících. Inspirovala je k tomu nejen soutěž, ale také osobní výzva. V ní si mohli nastavit pravidelnou dávku denních kilometrů, kterou se následně snažili splnit.

Podle náročnosti si účastníci mohli vybrat některou z osmi kategorií; každou z nich přitom představoval symbol určitého zvířete. Nejoblíbenější byla kategorie „žirafa" s denní dávkou pět kilometrů, kterou zvolilo 6 372 lidí, těsně následovaná kategorií kočka se 7,5 kilometry, kam se zapojilo 5 265 účastníků.

Výzva 10 000 kroků je neziskový projekt, který motivuje tisíce lidí k tomu, aby zařadili chůzi do svého života a získali vztah k místu, v němž žijí. Měsíční akce, během které si účastníci zaznamenávají počet denně nachozených kroků či metrů, probíhá vždy na jaře a na podzim.

https://www.khk.cz/cz/kraj-volene-organy/tiskove-centrum/aktuality1/ucastnici-podzimni-vyzvy-nachodili-za-mesic-pres-ctyri-miliardy-kroku-395616