

100 km. om ugen

Mona Knudsen ønskede at fremme sundheden og dyrke mere motion i hverdagen. Det havde længe været et mål. En cykeltur i ny og næ eller endda dagligt er en god måde at opnå det mål, men Mona Knudsen manglede motivationen.

Ofte fik cyklen lov til at stå, men det har for nyligt ændret sig. For nu står der en 6 uger gammel el-cykel hos Mona Knudsen, og den bliver til gengæld brugt flittigt.

500 km på svigerfars elcykel

De første overvejelser om en el-cykel begyndte, da Mona Knudsen i sensommeren 2014 kunne låne sin svigerfars el-cykel, og hun fik hurtigt tilbagelagt 500 km i det gode sommervejr. Tankerne om at have sin egen opstod og slog rod, men Mona Knudsen holdt sig tilbage, fordi hun følte, at hun var for ung til en el-cykel med det store, tunge batteri på bagagebæreren.

Så viste en langt smartere smart el-cykel model sig – og efter en prøvetur var der ingen tvivl, Mona Knudsen købte sin egen el-cykel. Hun fastsatte en ambition fra starten; at køre 100 km hver uge – en ambition, hun siden har levet op til.





Alle kilometer tæller

Når vejret er til det, bruges den til at tilbagelægge de 14 km fra Mona Knudsens bopæl til sit arbejde på Guderup Plejecenter, hvor hun er daglig leder. Ellers bliver den brugt til en tur efter fyraften eller i weekenden. Alle kilometer tæller for at nå de 100 km. Den længste tur har indtil nu været 50 km rundt på Als, som gav Mona Knudsen to timers motion og en skøn tur rundt på øen.

Overhalede en traktor

På cyklen kan hun nyde naturen og det gode forårsvejr, og det var også på cyklen, at hun overhalede en traktor. Hun kom fræsende forbi, og traktorføreren gjorde store øjne. Han prøvede at følge med, men måtte i sidste ende give fortabt for el-cyklen og Mona Knudsens formåen.

Med el-cyklen kommer Mona Knudsen nu tættere på sit mål om mere motion og ved at bruge cyklen – når vejret er til det – i stedet for bilen, er hun også med til at gøre sin motion grøn.

19. maj 2015

Louise Johnsen
louise.johnsen@projectzero.dk (mailto:louise.johnsen@projectzero.dk)

Du kan også teste en elcykel i en måned! Læs mere på www.testenelcykel.nu (<http://www.testenelcykel.nu>)

VI CYKKLER I DAG



SØNDAG D. 7. JUNI 2015





TemplateTags() in code (Designs/ProjectZero/_parsed/pdf.parsed.cshhtml). Remove before going live...

ProjectZero | Alston 2 | 6400 Sønderborg | tf. 31 68 30 90 | post@projectzero.dk (mailto:post@projectzero.dk) | CVR 29 21 56 42