

Pressemitteilung

Aktionstag in Gießen mit Power und Puste: E-Bikes liegen voll im Trend

Gießen, 26. Juli 2018 - Cityradler, Tourenfahrer und Mountainbiker - das E-Bike hat mittlerweile alle Sparten erobert. Anfangs noch als „Seniorenrad“ belächelt, schätzen mittlerweile immer mehr die elektrische Unterstützung. „Mit wenig Kraffteinsatz erreicht man eine hohe Trittfrequenz“, weiß Michael Jäger, Regionalgeschäftsführer der BARMER in Gießen. „Damit wird das Radeln gleichmäßiger und ökonomischer.“ Der gesundheitliche Effekt bleibt auf jeden Fall: Fahrradfahren stärkt das Immunsystem, unterstützt die Koordination und das Gleichgewicht, Fett wird abgebaut und im Gegenzug werden Muskeln aufgebaut.

Ein E-Bike kann sogar eine Familie oder einen Freundeskreis freizeitmäßig wieder zusammenbringen. Denn die gemeinsame Radtour muss nicht mehr am Alter, Trainingsstand oder an der Motivation scheitern. Ein wenig E-Bike schnuppern können Interessierte am Freitag, 3. August von 10 bis 18:30 Uhr bei der Delta Bike Sports GmbH in Gießen, Wingert 17. „Probieren ist besser als studieren. Darum laden wir zum E-Bike-Aktionstag ein“, so Michael Jäger. Zur Überprüfung der körperliche Fitness bietet er mit seinem Team verschiedene Vitalchecks an: Lungenvolumen, Körperanalyse und Handkraftmessung. Und noch ein ganz besonderes Angebot hat er nur an diesem Tag im Gepäck: den Notfall ID-Chip. „Radfahren ist zwar sehr gesundheitsförderlich, trotzdem dürfen wir nicht die Augen verschließen vor mehr als 125.000 Fahrradunfällen jährlich“, so Jäger. Als Radfahrer ist man aktiver Teil eines risikoreichen Straßenverkehrs. Das „Unfassbare“ passiert schneller als man denkt. Ein Autofahrer übersieht die Vorfahrtsregelung, es kommt zum Unfall. Die Rettung trifft nach wenigen Minuten ein und leistet erste Hilfe. Und genau in dieser Situation kann der Notfall-ID-Chip Hilfe leisten. Auf dem Chip können eigenständig und freiwillig alle wichtigen medizinischen Notfalldaten und Kontaktpersonen hinterlegt werden. Sofern man beim Sport oder im (Berufs-) Alltag verunglückt, können die Ersthelfer der Rettungsdienste den QR-Code einscannen und erhalten die vom Verunglückten freigegebenen Notfalldaten angezeigt. Interessenten können sich diesen Chip, solange der Vorrat reicht, am Infostand kostenlos abholen.

**Landesvertretung
Hessen**

Erlenstraße 2
60325 Frankfurt/M.

www.barmer.de/presse-hessen
www.twitter.com/BARMER_HE
presse.hessen@barmer.de

Brigitte Schlöter
Tel.: 0800 333004352230
brigitte.schloeter@barmer.de