

## #1kmzufuss – Die „Zu Fuß geh Challenge“ in der Fastenzeit 2026

### Challenge-Alarm: #1kmzufuss – Mach mit und pflanz Bäume in Österreich!

Wir starten eine Bewegung, die nicht nur dir guttut, sondern auch unserem Klima!  
Die Regeln sind ganz einfach:

1. **Geh los:** Leg den ersten Kilometer zu Fuß zurück (ob zur Arbeit, zum Bäcker oder einfach nur um den Block – egal wie schnell, Hauptsache gehend!).
2. **Film dich:** Nimm ein kurzes, kreatives Video von dir, deinen Füßen oder einem Teil deines Weges auf, während du gehst. **Ganz wichtig:** Erzähl uns kurz, warum DU bei der Aktion dabei bist (z.B. „Ich gehe für mehr Schatten in der Stadt“ oder „...weil es gesund ist“).
3. **Teilen:** Poste das Video in deiner Instagram Story oder deinem Feed mit dem Hashtag **#1kmzufuss**.

**Das Beste daran?** Für jedes hochgeladene Video spenden wir **1 € für einen Baum**, der in einer von Österreichs Städten gepflanzt wird! Deine Schritte für mehr Grün in unseren Städten!

#### JETZT bist du dran:

Nominiere 3 Freunde @user1, @user2 und @user3! Habt ihr den Mut, den ersten Kilometer zu gehen und etwas Gutes zu tun? Ihr habt 24 Stunden Zeit, die Challenge anzunehmen!

**Teile unser Startvideo  
und schon nimmst du an der Verlosung eines regionalen Klimatickets teil.**

Das Gewinnspiel steht nicht im Zusammenhang mit Instagram!  
**Start: 18.2.2026 Ende: 4.4.2026, bis max. 5.000 Euro für die Bäume**