



Zpravodaj pro účastníky výzvy

KROKOfest | Zpětná vazba | Čas ZVOLNIT | Poděkování partnerům

Milli chodci a chodkyně,

děkujeme za krásnou podzimní Výzvu i za společné setkání na KROKOfestu v Kutné Hoře. Vaše nadšení, příběhy a úsměvy nám znovu připomněly, proč má tahle akce a celá Výzva smysl.

Teď můžete trochu ZVOLNIT a odpočinout si. Ve volném čase si klidně projdete články, které vám mohly uniknout, a díky fotkám zavzpomínáte, jaký byl KROKOfest krásný den.

A hlavně: načerpejte síly, protože v dubnu začínáme znovu!
Těšíme se ❤️

PS: Hledáte ideální dárek pod stromček pro sebe nebo své blízké? 🛍️ V KROKOshopu můžete pořídit **voucher na premium účet Standard nebo VIP pro další Výzvu.**

– Váš tým 10 000 kroků

Newsletter si můžete přečíst také v [online verzi](#).



Nasajte atmosféru KROKOfestu 🎉

Najdete se ve videu? Jak se vám KROKOfest líbil? Napište nám vaše dojmy a buďte s námi mezi Výzvami ve spojení na našich sociálních sítích – [Facebook](#) a [Instagram](#).

A pokud jste nemohli dorazit nezužefte, další **KROKOfest bude 23. května 2026 v Chocni**, tak si to zapište do kalendářů a uvidíme se tam! 🗓️ Pokud budete chtít, můžeme se potkat už den předtím na speciálním KROKOdatingu. 🗨️

PS:
Ti z vás, kteří si pořídili premium účet STANDARD, by už měli mít svoje **ponožky doma**. Pokud vám ještě nedorazily, zkuste prosím nejdřív zkontrolovat, jestli máte jmenovku na schránce a správně vyplněné údaje ve svém profilu na portále.
A pokud je vše v pořádku a zásilka stále nikde, napište nám prosím na info@desettisickroku.cz. ❤️



Co nám prozradili vítězové? 🏆

„Tak jsem tady zase, i když jsem říkala, že v devadesátí skončím!“

Program KROKOfestu byl nabitý od rána do večera – od komentované prohlídky historické Kutné Hory 🏰 přes přednášky o hiporehabilitaci a poutnictví až po motokáry, tvoření, měření InBody nebo návštěvu místního „pekla“ 🗑️

A finále neboli vyhlášení těch nejlepších? Silné příběhy lidí, kteří denně nachodili desítky kilometrů, dojemná chvíle, když na pódium vystoupala devadesátiletá vítězka i energické výkony nejmenších chodců. Zaznělo i mnoho úsměvných momentů: **„Nebylo to dramatické, celkem jsem se flákal“**, smál se vítěz Drtíkol. 🤪

Co se dělo dalšího? Kdo koho pobavil, přiměl k sázám a jaké výkony braly dech?
A najdete se na fotkách?



[Chci si přečíst článek s fotogalerií](#)



Pomozte nám vylepšit Výzvu! 🧐

Díky vám měla podzimní Výzva znamenitou energii a právě teď můžete ovlivnit, jak bude **vypadat ta příští**. Vaše zkušenosti, nápady i připomínky jsou pro nás opravdu zásadní. Každý rok děláme **změny přímo podle vašich odpovědí** a i letos chceme stavět na tom, co fungovalo... a vylepšit to, co vás nebavilo.

📝 Zabere to **jen 10 minut**, ale pro nás má každá odpověď obrovskou váhu. Díky vám víme, které články mají smysl, jak vyladit aplikaci, co přidat na KROKOfest, a kam celou Výzvu posouvat.

A jako poděkování vylosujeme 10 z vás, kteří **získají poukaz na premium účet STANDARD pro dubnovou Výzvu**. ❤️

Dotazník můžete vyplnit do 14. 12. Děkujeme.

[Chci vyplnit dotazník a soutěžit o premium účet](#)



Bez vás by to nešlo 🙌

Naše Výzva by nemohla probíhat bez vás **účastníků**, ale také bez řady **partnerů**, kteří nás podporují.

Za veškerou podporu děkujeme všem partnerům. ❤️

Generální partneři: **Česká kancelář pojistitelů**, **Ministerstvo pro místní rozvoj ČR**.

Hlavní partneři: **UAX**, **VoXX**

Partneři: **HAAKON**, **Zuzana Ježková**, **Audiotéka**, **Kofola**, **Sonnentor**, **STOB**.



Ideální čas ZVOLNIT 🐢

Podzimní Výzva 10 000 kroků je za námi. Přesto však všechno důležité běží dál. Výzva je součástí projektu **ZVOLNI**, který pomáhá vytvářet klidnější, bezpečnější a příjemnější města pro všechny.

A právě teď mezi Výzvami je ideální chvíle zvolnit.

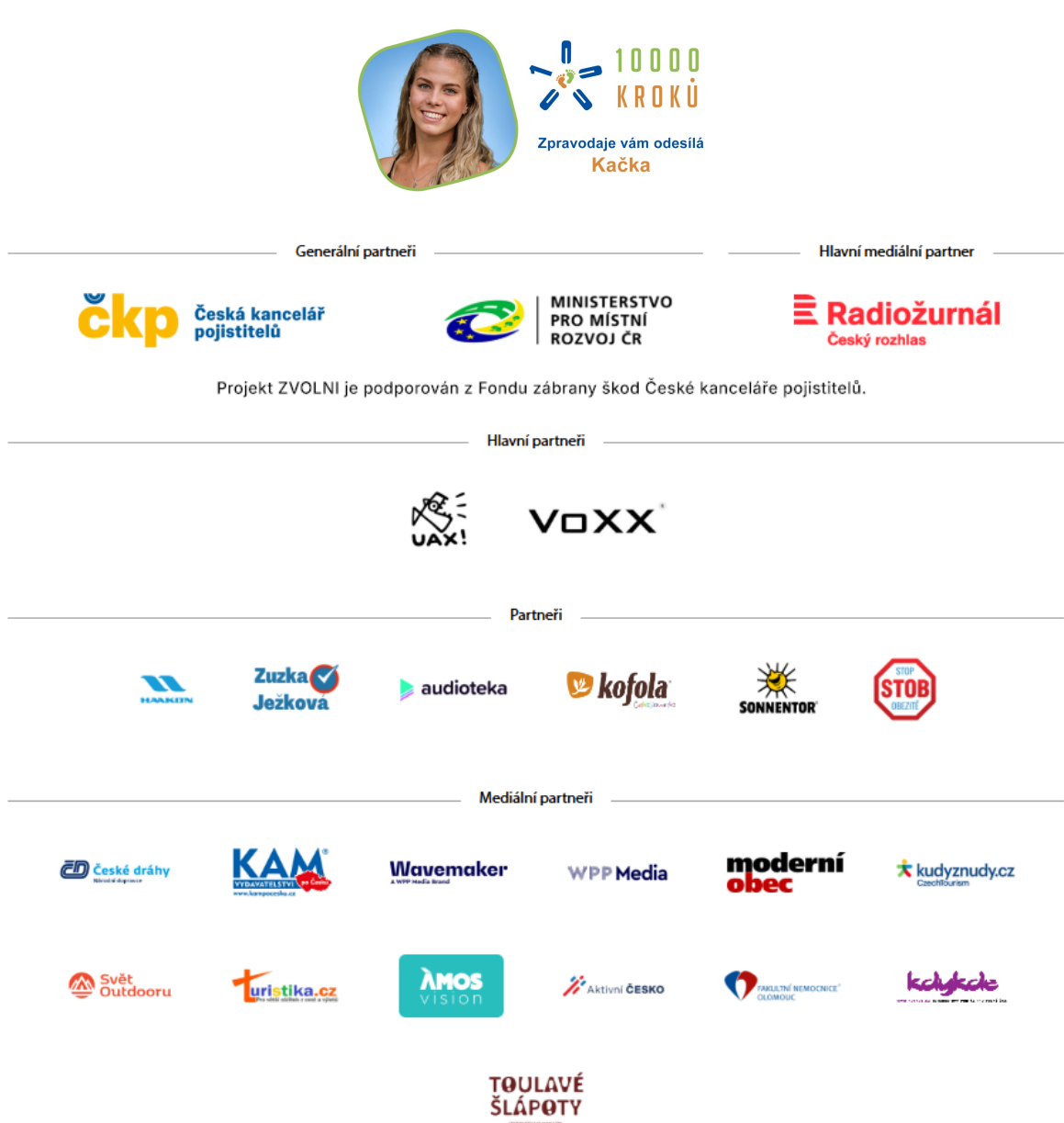
Jak na to?

- 📍 Pokračujte v chůzi bez tlaku na čísla.
- 👣 Stačí pravidelné malé procházky – do práce, do školy, na nákup nebo jen tak.
- 🌿 Všimněte si svého okolí.
- 👀 Zkuste si cestu zpomalit a pozorovat, jak se mění vaše město, příroda i lidé kolem.
- 👣 Zkuste jednu změnu pro klidnější město.

Třeba dojit pěšky tam, kam běžně jezdíte autem.



[Kdo je Želvák ZVOLNI?](#)



Stáhněte si aplikaci:



Už vám nic neunikne:



Organizátor výzvy:
Partnerství pro městskou mobilitu, z.s.
Chomutov 388 783 35 Olomouc
www.dobramesta.cz



Pokud už nechcete dostávat tyto zpravodaje, odhlásit se můžete [ZDE](#).