



# SPORTLICH ENERGIESPAREN!

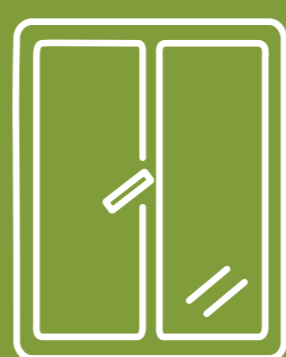
## Energieeffizient anreisen!

Wenn möglich mit dem Rad oder öffentlichen Verkehrsmitteln anreisen bzw. Fahrgemeinschaften bilden



## Frische Luft durch Stoßlüften!

Auf Lüftungsanlage verzichten und dauerhaft gekippte Fenster vermeiden



## Bewusst Strom sparen!

- Licht nur einschalten, wenn nötig
- Flutlicht bedarfsgerecht verwenden
- Nutzung von Elektrogeräten verringern



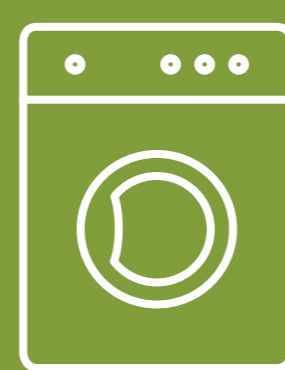
## Warmwasser sparen!

Duschzeit verkürzen: 1 Minute kürzer Duschen spart 20% der Energie für die Warmwasserzubereitung



## Schwitzen bei kühleren Temperaturen!

Auch wenn es in der Halle etwas kälter ist, kannst du dich beim Sport voll auspowern



## Richtig Waschen!

- Verwendung des Ecoprogramms
- Auf Trockner verzichten, stattdessen die Kleidung an der Luft trocknen lassen