

3 trin til at få flere til at cykle – erfaringer fra Supercykelstisamarbejdet i hovedstadsområdet



6. December 2023

Mikkel de Vries Bækgaard

Projektleder

Supercykelstisamarbejdet i hovedstadsområdet

cu8b@kk.dk, 20258051

Dagsorden

1. Infrastruktur



2. Branding

3. Kampagner



Signe Helledi
Sekretariatsleder



Diana Skyum
Kommunikations- og presseansvarlig



David Gaarsdal Rønnov
Rute- og kommuneansvarlig



Laura Lafrenz
Studentermehjælper



Boran Yasar
Studentermehjælper



Andreas Skovby Ørbæk
Studentermehjælper



Ida Nygaard
Rute- og kommuneansvarlig



Mikkel de Vries Bækgaard
Rute- og kommuneansvarlig

Trafiksikkerhed
Busdrift
Lokalplaner
Klimatilpasning
Sikre Skoleveje
Gravetilladelser
Vejanlæg
Asfaltprogrammer
Mobilitetsplanlægning
Drift og vedligehold

Sekretariatet for Supercykelstier

Fælles koncept

- **Fælles vision**
- Ensartede anlægs løsninger på tværs af kommunegrænser.
- Fælles servicetiltag.
- Fælles driftsstandarder og vedligeholdelsesaftaler.
- Fælles trafik-, anlægs- og brugerkommunikation.

Fremdrift og fælles fodslag

- **Koordinering mellem kommunerne** og regionen og tovholder på rute-, projekt-, arbejds- drifts- og styregruppemøder mv.
- Samarbejde med vigtige aktører som **Vejdirektoratet, DSB, Movia, Cyklistforbundet** m.fl.

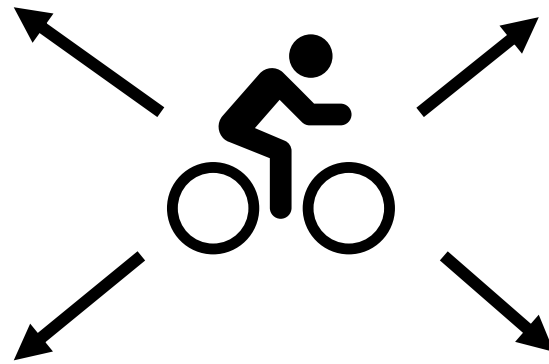
Fundraising og forankring

- Fælles ansøgninger til de statslige **cykelpuljer**.
- Forankring kommunalt, regionalt, nationalt og internationalt.

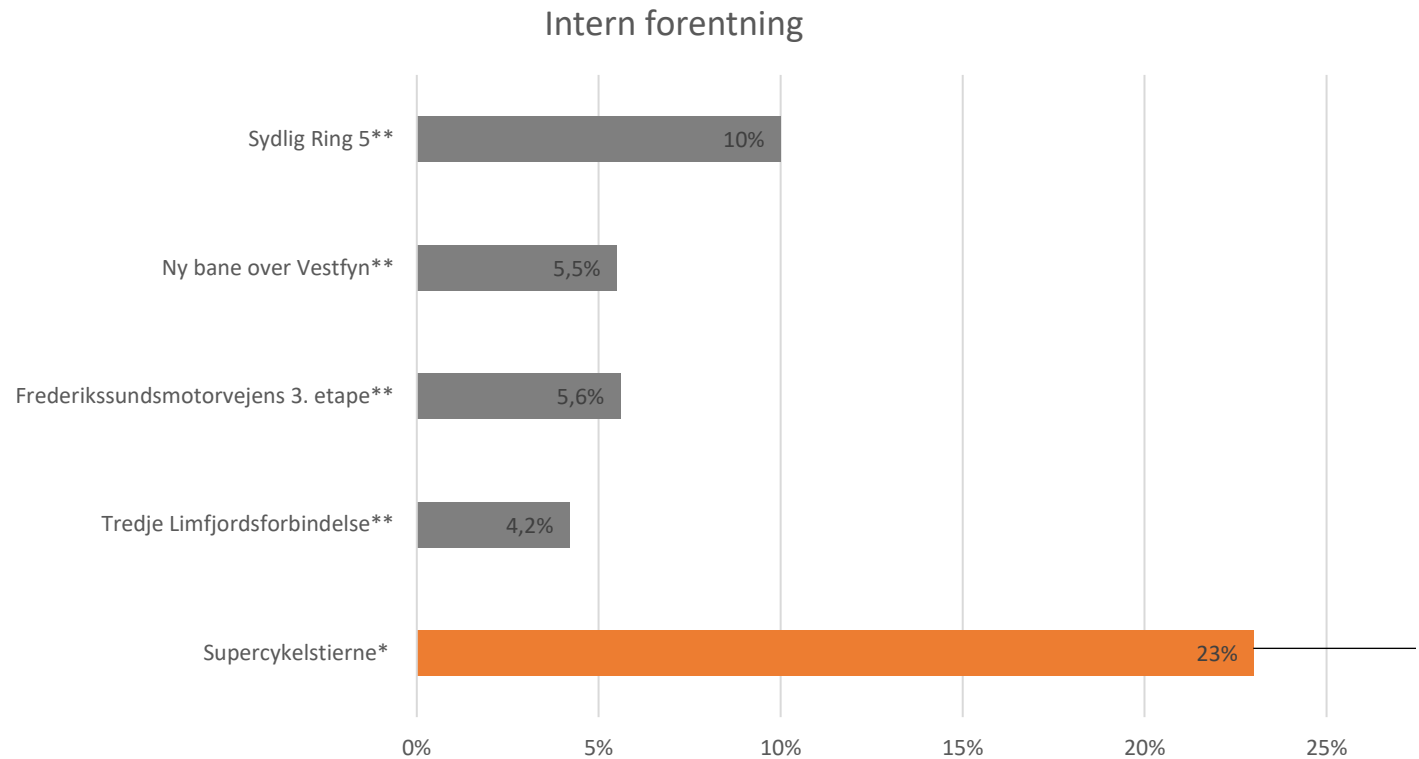
Effekt

- Fælles **effektmålinger** af ruterne; cykeltrafikmålinger, trængsel- og sundhedseffektmålinger, samt samfundsøkonomiske analyser.

Hvorfor skal vi have flere til at cykle?



SAMFUNDSØKONOMISKE GEVINSTER



**77% AF GEVINSTERNE ER
SUNDHEDSGEVINSTER**

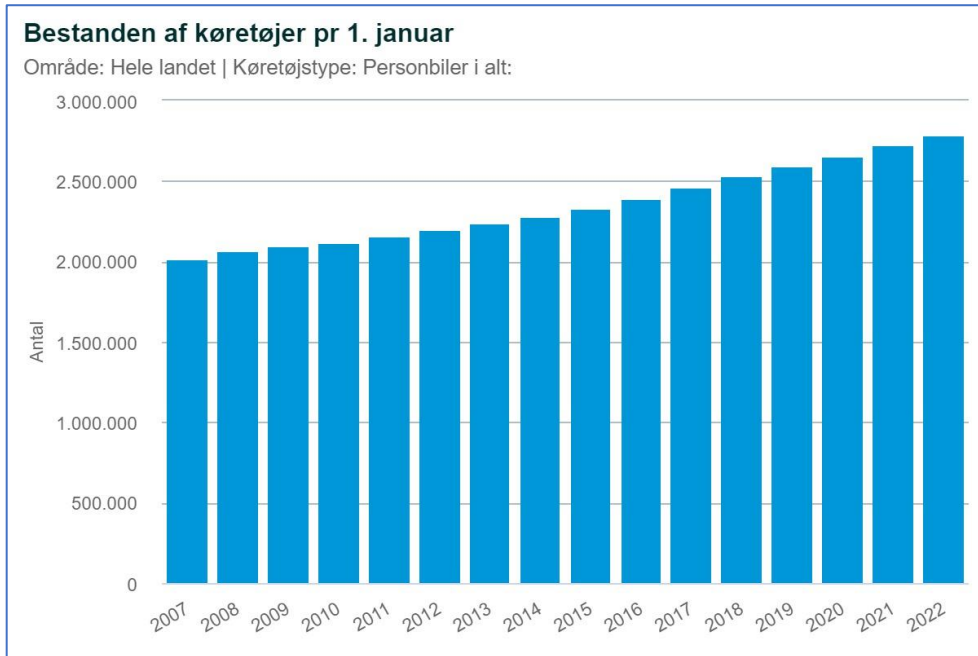
*Baseret på [DTU's beregninger af Supercykelsiernes visionsnet på 750 km supercykelsti](#) (tidligere visionsnet fra før 2019) fra 2021

** Baseret på [Krakas analyse 'Investeringsplan 2030 – en god investering?'](#) fra 2019

1. Infrastruktur

1. Infrastruktur

Hvis vi vil have flere til at cykle, skal vi behandle cyklisterne, som vi behandler bilisterne.



+ 37,9 % flere personbiler 2007-2022

Kilde: [Danmarks Statistik](https://www.danmarksstatistik.dk)



Særlige fradrag for elbiler

Når beregningen for registreringsafgiften er klar, fratrækker man bundfradraget, som gælder for alle drivmidler på 21.900 kr., fra. Den værdi man får, er registreringsafgiften man skulle betale, hvis der var 100% afgift. Bundfradraget indeksreguleres fra 2022 med en årlig stigning på 2-3 procent. Elbiler og plugin-hybridbiler får desuden en særlig rabat på registreringsafgiften over en længere årrække, hvor ejerne af bilerne altså ikke skal betale fuld registreringsafgift. Registreringsafgiften stiger fra 2026 frem mod 2030 med 8 procentpoint hvert år. Fra 2031 stiger registreringsafgiften med 4 procentpoint hvert år frem mod 2035, hvor afgiften er 100 procent indfaset. Rabatten daler dog gradvist:

- I 2022 er rabatten for elbiler 60 procent
- I 2025 er rabatten for elbiler 60 procent
- I 2026 er rabatten for elbiler 52 procent
- I 2027 er rabatten for elbiler 44 procent
- I 2028 er rabatten for elbiler 36 procent
- I 2029 er rabatten for elbiler 28 procent
- I 2030 er rabatten for elbiler 20 procent
- I 2031 er rabatten for elbiler 16 procent
- I 2032 er rabatten for elbiler 12 procent
- I 2033 er rabatten for elbiler 8 procent
- I 2034 er rabatten for elbiler 4 procent
- I 2035 er rabatten for elbiler 0 procent

Ekstra rabat på registreringsafgiften for elbiler

Derudover fratrækker man et bundfradrag, som også skal trækkes fra elbilens afgift. Bundfradraget er højt for elbiler

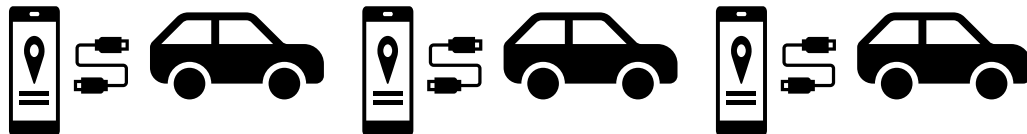


FOLKETINGET

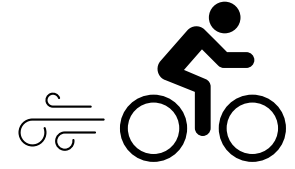


[Dokumenter](#) > [Samling 2022-23 \(2. samling\)](#) [beslutningsforslag](#) > B 104

B 104 Forslag til folketingsbeslutning om et øget kørselsfradrag i yderkommuner og på visse øer.



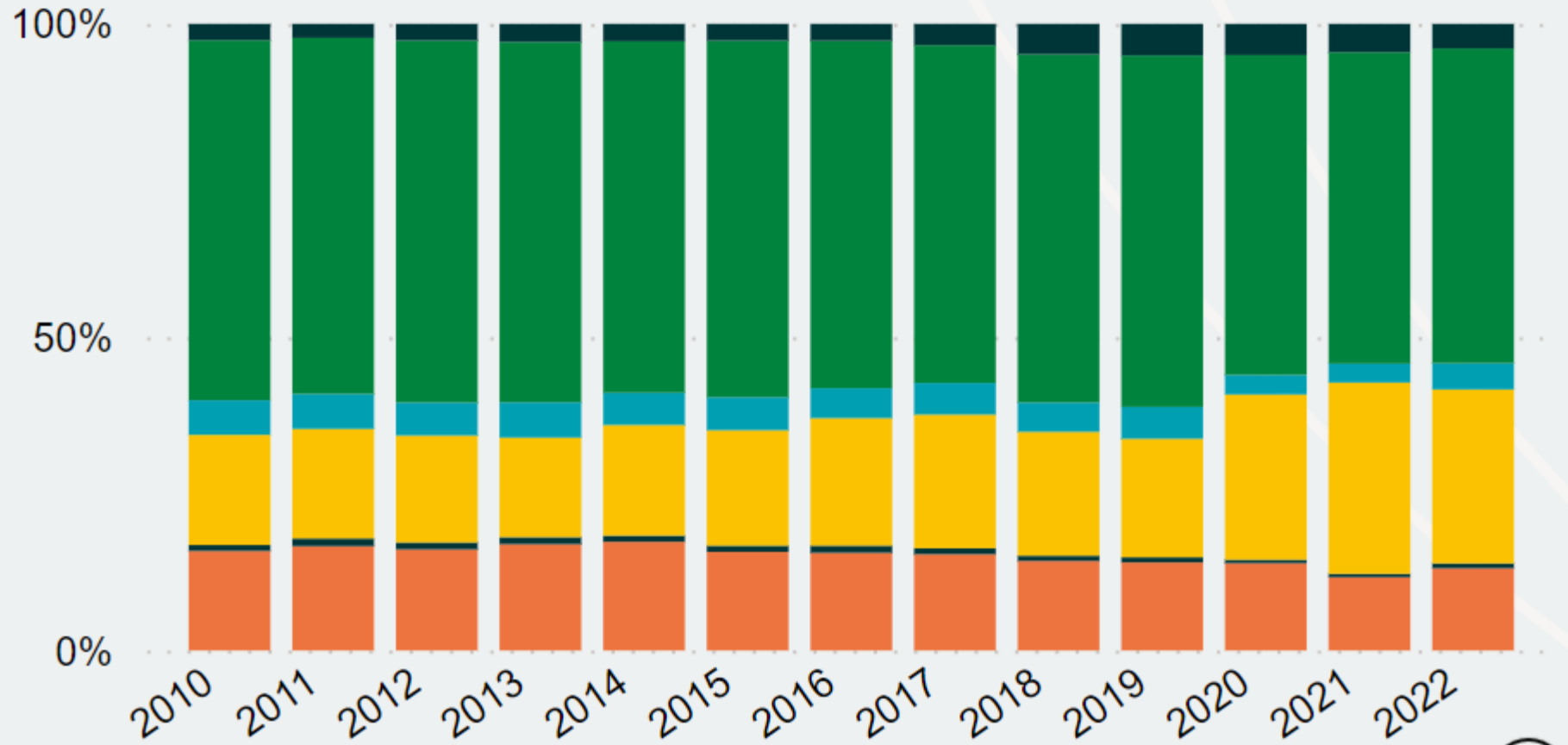




Andel ture fordelt på transportmiddel



Cykel Kombi Gang Kollektiv Personbil Andet



2010-2022



13 % cykel

Aftale om Infrastrukturplan 2035

Aftale mellem regeringen (Socialdemokratiet), Venstre, Dansk Folkeparti, Socialistisk Folkeparti, Radikale Venstre, Enhedslisten, Det Konservative Folkeparti, Nye Borgerlige, Liberal Alliance, Alternativet og Kristendemokraterne om Infrastrukturplan 2035.

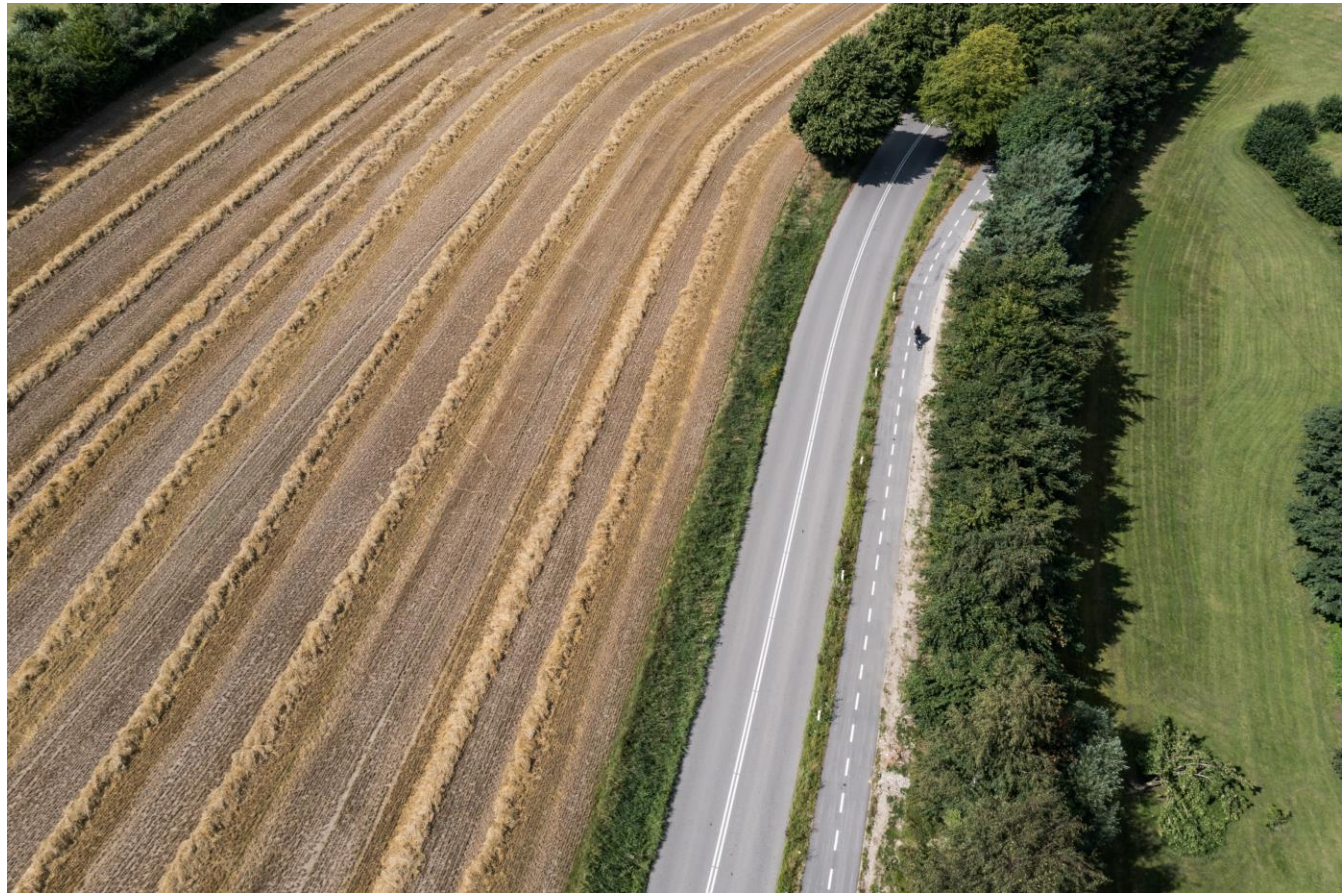
- 161 mia. → 3 mia. (1,86 %)

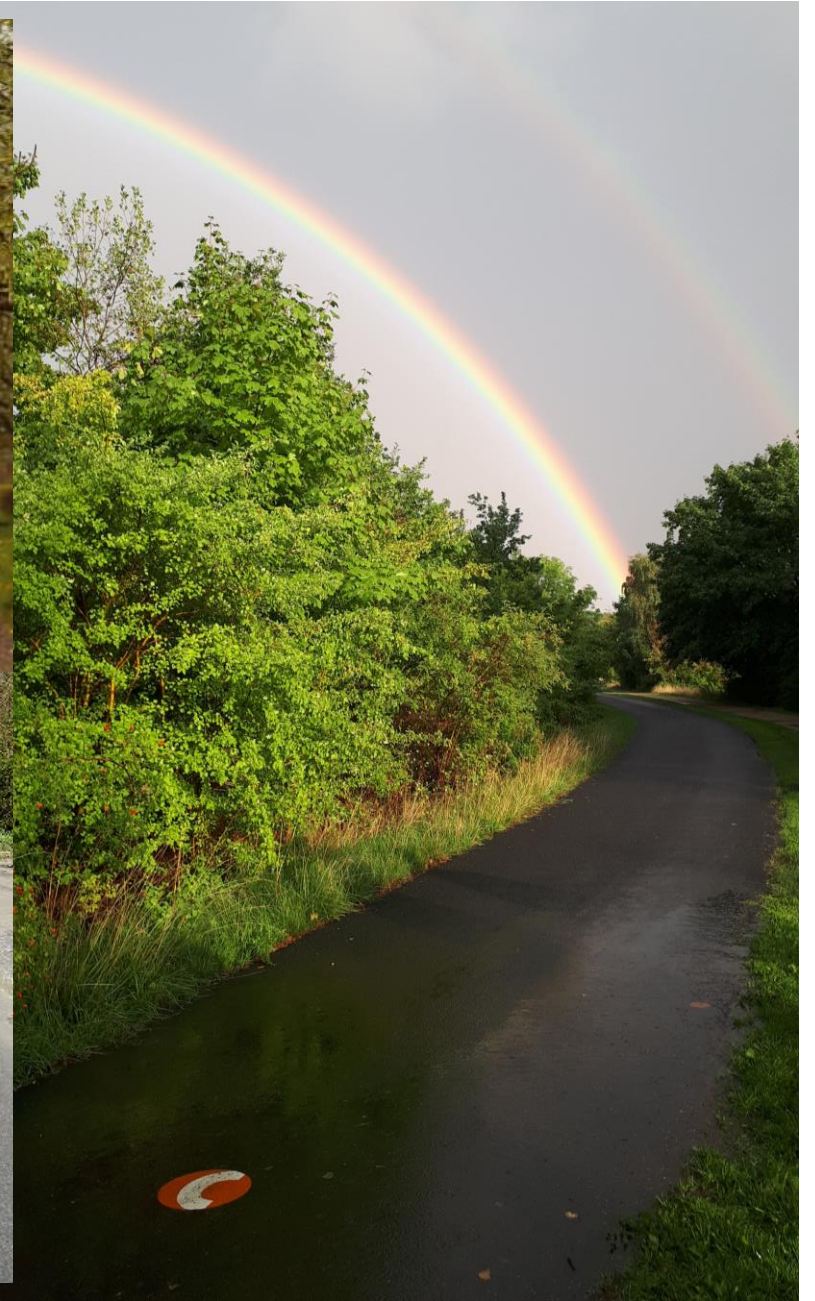
Aftale om Infrastrukturplan 2035

Aftale mellem regeringen (Socialdemokratiet), Venstre, Dansk Folkeparti, Socialistisk Folkeparti, Radikale Venstre, Enhedslisten, Det Konservative Folkeparti, Nye Borgerlige, Liberal Alliance, Alternativet og Kristendemokraterne om Infrastrukturplan 2035.

- 161 mia. → 3 mia. (1,86 %)
- Samfundsøkonomi?

SUPER CYKELSTIER



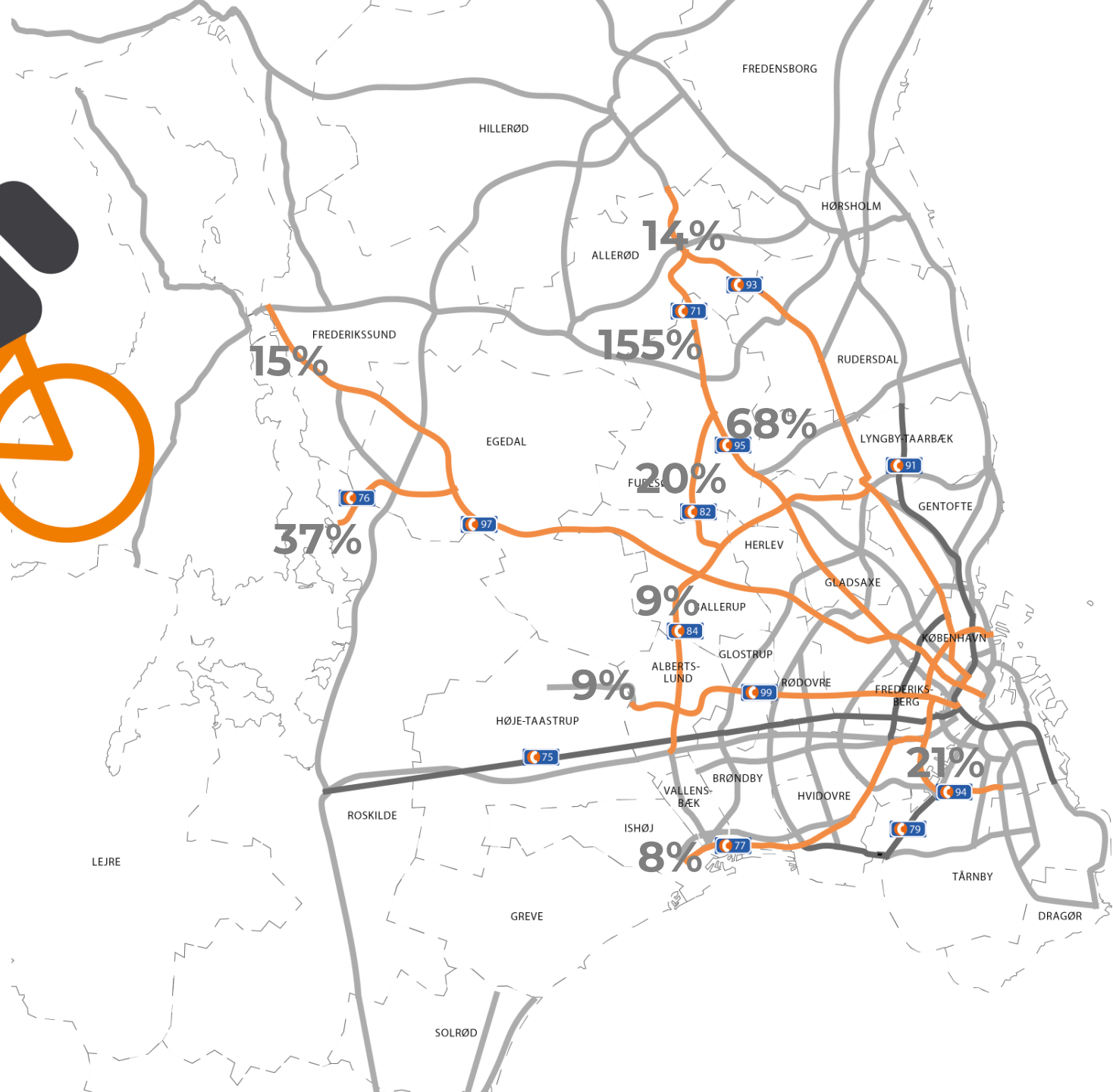






FØR VS. EFTER

36%



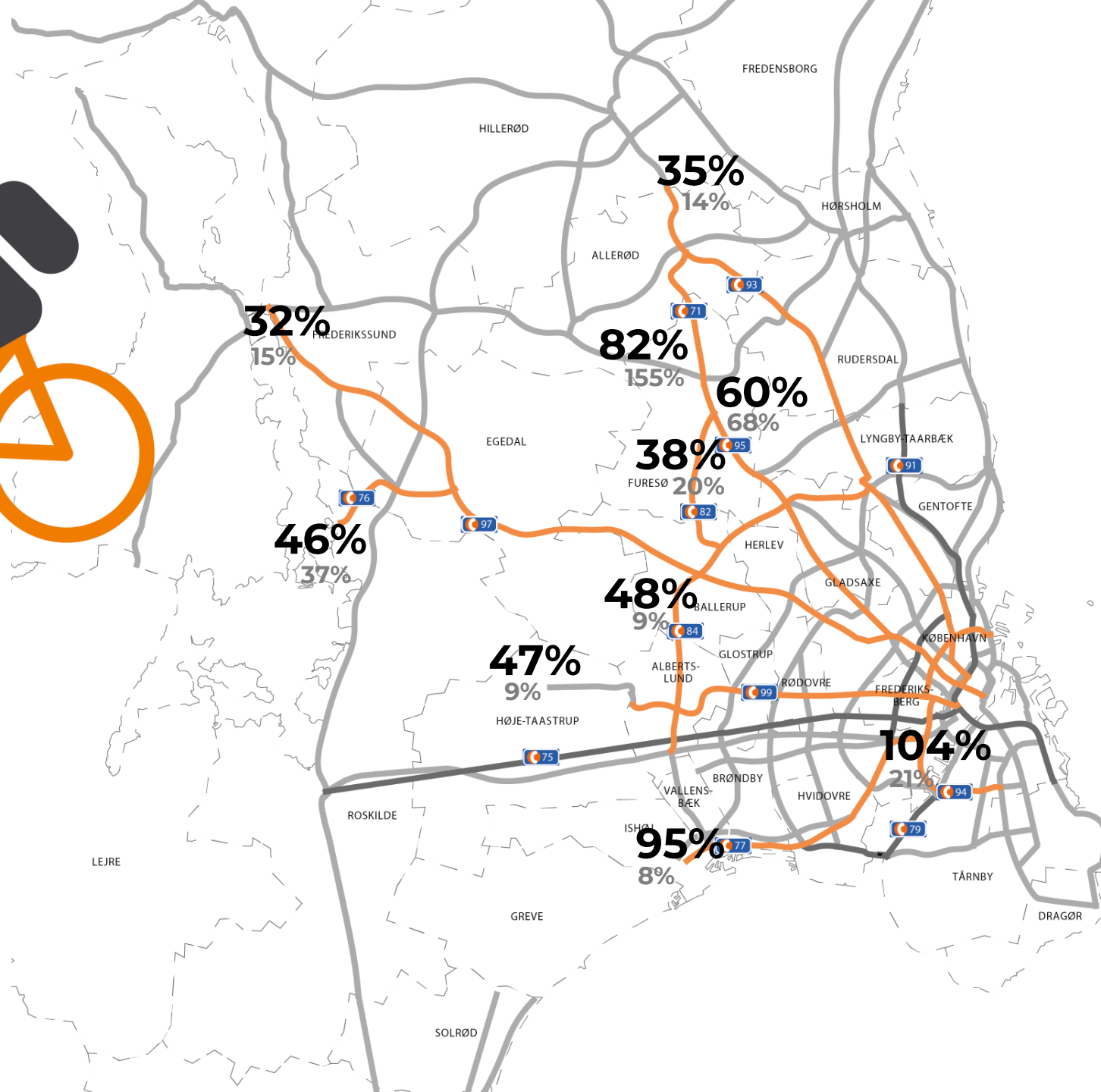


FØR VS. 2022

59%

FØR VS. EFTER

36%



1. Infrastruktur

Hvis vi vil have flere til at cykle, skal vi behandle cyklisterne, som vi behandler bilisterne.

2. Branding

2. Branding

Hvis vi vil have flere til at cykle, skal vi synliggøre cyklen og fortælle folk, at det er muligt at cykle.

Branding

Unge punkterer myten om Danmark som cykelland

Andelen af 10-20-årige, som cykler uden for de største byer, styrtdykker. Det truer Danmarks position som cykelland.

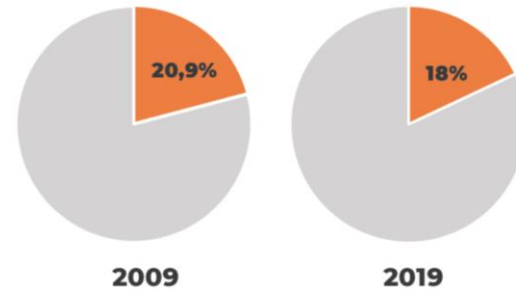
AUTOMATISK OPLÆSNING



Cykelpendingling



På landsplan ↓



Om Bliv partner

Du er her: Børnecykling i tal

Børnecykling i tal

Vi er vant til at se Danmark som et cykelland, hvor børn og unge har cyklen som fast følgesvend. Men børn og unges cykling er faldet markant over de sidste 30 år. Samtidig ser flere og flere unge sig som bilister frem for cyklister.

At børn og unge cykler stadig mindre, og unge i stigende grad fravælger cyklen til fordel for bilen er en dybt uheldig udvikling, som påvirker folkesundheden herunder børns sundhed og trivsel, klimaet og trængslen på vejen i en negativ retning.

Hvis udviklingen skal vende, har Danmark som samfund brug for viden om, hvorfor og hvor meget børn (ikke) cykler. Alle Børn Cykler Alliancen har det som et af sine formål at indsamle og dele ny viden og offentliggjorde i 2022 en ny rapport om børns cykelvaner.





 **movieia**
Lokaltog



Farumruten

The screenshot shows the website for SUPER CYKELSTIER. The header includes the logo and navigation links: RUTER, NYHEDER, PRESSE, DOKUMENTER, OM OS, and KONTAKT. A search icon and language selector (EN) are also present. The main image features a cyclist on a path with the text 'Farumruten' and a 'C95' icon. Below the image, key statistics are displayed: 20,7 km, 4 vejmyndigheder, and 2013 lanceringsår. A sidebar on the left provides details for 'C95 Farumruten', including 'Eksisterende ruter', 'Rutens længde' (20,7 km), and 'Kommuner og vejmyndigheder' (Furesø, Gladsaxe, København, Vejdirektoratet). A 'Download GPX route' button is also visible. The main content area shows a map of the route around Furesø and the northern part of Copenhagen.

SUPER CYKELSTIER

RUTER NYHEDER PRESSE DOKUMENTER OM OS **KONTAKT** SØG EN

Farumruten

20,7 km **4 vejmyndigheder** **2013 lanceringsår**

C95 Farumruten

Eksisterende ruter

Rutens længde 20,7 km

Kommuner og vejmyndigheder
Furesø, Gladsaxe, København, Vejdirektoratet

Download GPX route

Kort Satellit

København

Farumruten

- Løber langs Hillerødmotorvejen, anlagt i 1966
- Kun to lyskryds fra Farum til Utterslev Mose (14 km)
- Åbnede som supercykelsti i 2013

→ Belysning i tunneller

→ Ny asfalt

→ Skiltning og afmærkning

The screenshot shows the website for SUPER CYKELSTIER. The navigation bar includes links for RUTER, NYHEDER, PRESSE, DOKUMENTER, OM OS, and KONTAKT, along with a search icon and language options (SØG and EN). The main header features a photograph of a cyclist on a paved path through a wooded area, with a blue bicycle icon and the text 'Farumruten' overlaid. Below the header, the route details are displayed: '20,7 km', '4 vejmyndigheder', and '2013 lanceringsår'. A map on the right shows the route in orange, starting from Farum and ending near København. The left sidebar contains the following information:

- C95 Farumruten**
- Eksisterende ruter
- Rutens længde: 20,7 km
- Kommuner og vejmyndigheder: Furesø, Gladsaxe, København, Vejdirektoratet
- Download GPX route

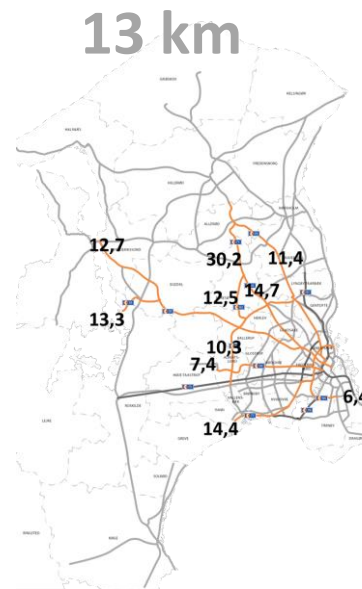
Farumruten

- Løber langs Hillerødmotorvejen, anlagt i 1966
- Åbnede i 2013
- Kun to lyskryds fra Farum til Utterslev Mose (14 km)
 - Belysning i tunneller
 - Ny asfalt
 - Skiltning og afmærkning
 - +68 % fra før til efter
 - 29 % af nye cyklister kørte før i bil
 - +60 % fra før til 2022

The screenshot shows the website for 'SUPER CYKELSTIER'. The navigation bar includes 'RUTER', 'NYHEDER', 'PRESSE', 'DOKUMENTER', 'OM OS', 'KONTAKT', 'SØG', and 'EN'. The main image features a cyclist on a road bike on a tree-lined path, with a blue bicycle icon and the text 'Farumruten'. Below the image, the route details are displayed: '20,7 km', '4 vejmyndigheder', and '2013 lanceringsår'. A map on the right shows the route from Farum to København. The left sidebar contains the following information:

- C95 Farumruten**
- Eksisterende ruter:
- Rutens længde: 20,7 km
- Kommuner og vejmyndigheder: Furesø, Gladsaxe, København, Vejdirektoratet
- [Download GPX route](#)

13 KM



A **TRANSPORT** B

Sundhed
'Sig-selv-tid'

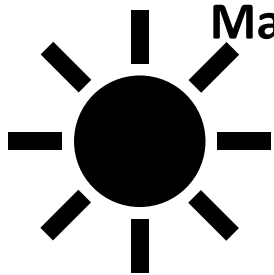
ARBEJDE

B **TRANSPORT** A

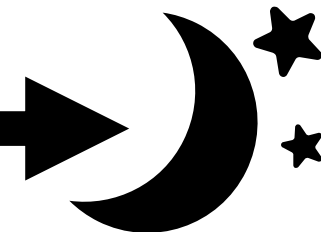
Sundhed
'Sig-selv-tid'

Indkøb
Ulvetime
Husholdning
Fritidsinteresse
Madlavning
Børnehentning

Aftennyheder



Bad
Madpakker
Børneaflevering



Gennemsnitslængden på pendlernes ture på supercykelstierne er 13 km per vej.
Den gennemsnitlige turlængde på s-tognettet er 12 km.
Pendlerne betragter cykling som en tidseffektiv måde at få lagt motion ind som en fast rutine i en ellers travl hverdag

MØD CYKEL- PENDLERNE

Mie har valgt at bosætte sig efter, hvor det var let og trygt at tage cyklen til og fra arbejde. Hun **cykler 22 km hver vej** til og fra arbejde hver dag.



” Jeg har cyklet til arbejde hver dag. Det er hyggeligt, man ser tingene fra en anden vinkel. Det er en anden form for frihed du har, end når du kører bil.

- Bent har **7 kilometer** til arbejde.



Holger og Mette har begge deltaget i supercykelstiernes cykeludfordring. De skiftede tog og bil ud med cykel, og cyklede til og fra arbejde i en måned. Før og efter gennemførte de en sundhedstest, som kunne måle effekterne af blot én måned som cykelpendler.



” Hvis man cykler til arbejde, kombinerer man både motion og transporten. Det er ren win-win.

- Holger har **13 kilometer** til arbejde

🕒 1 måned com cykelpendler på almindelig cykel

👉 4 års reduceret kropsalder

” Min krop er blevet fem år yngre, og mit kondital er steget helt vildt. At cykle til arbejde er den mest oplagte måde at få motion på.

- Mette har **27 kilometer** til arbejde

🕒 1 måned com cykelpendler på elcykel

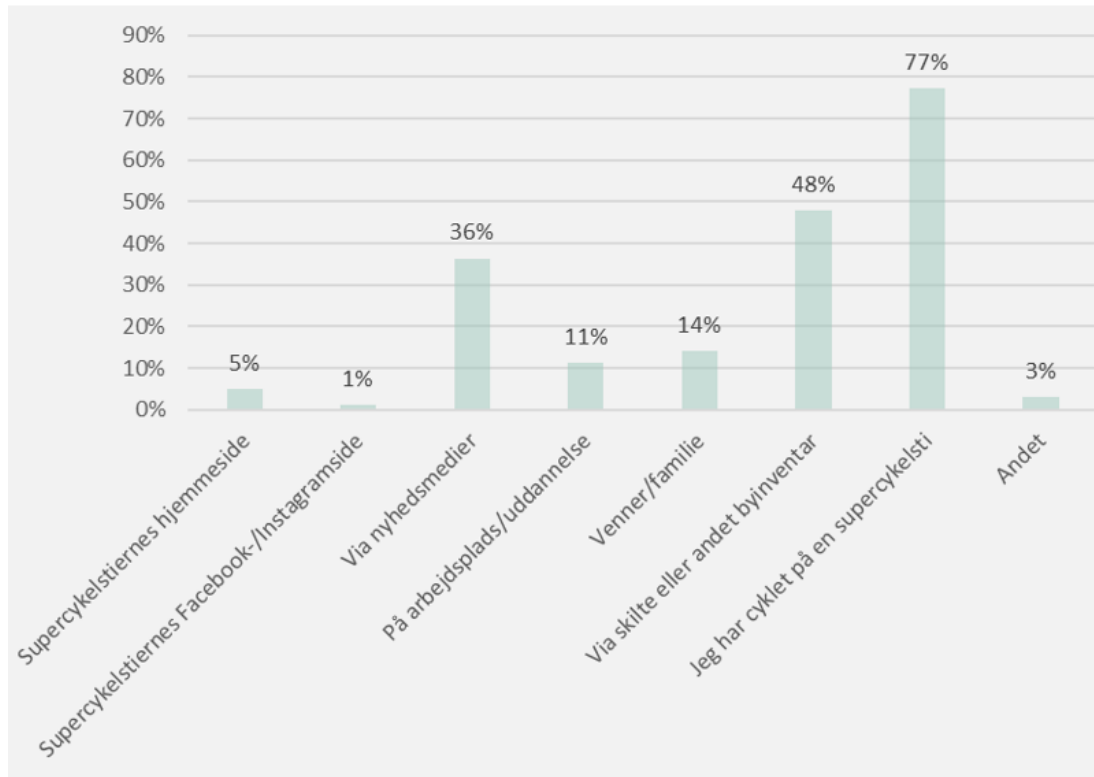
👉 5 års reduceret kropsalder



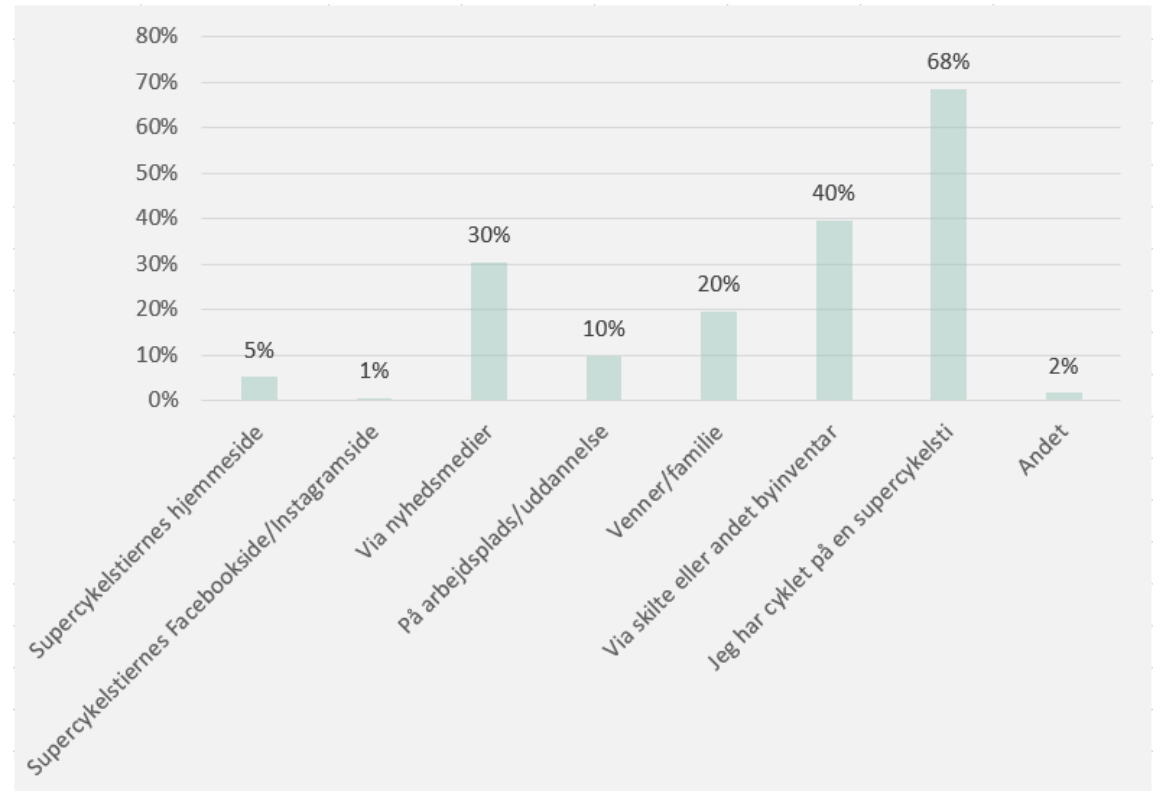
Kendskab



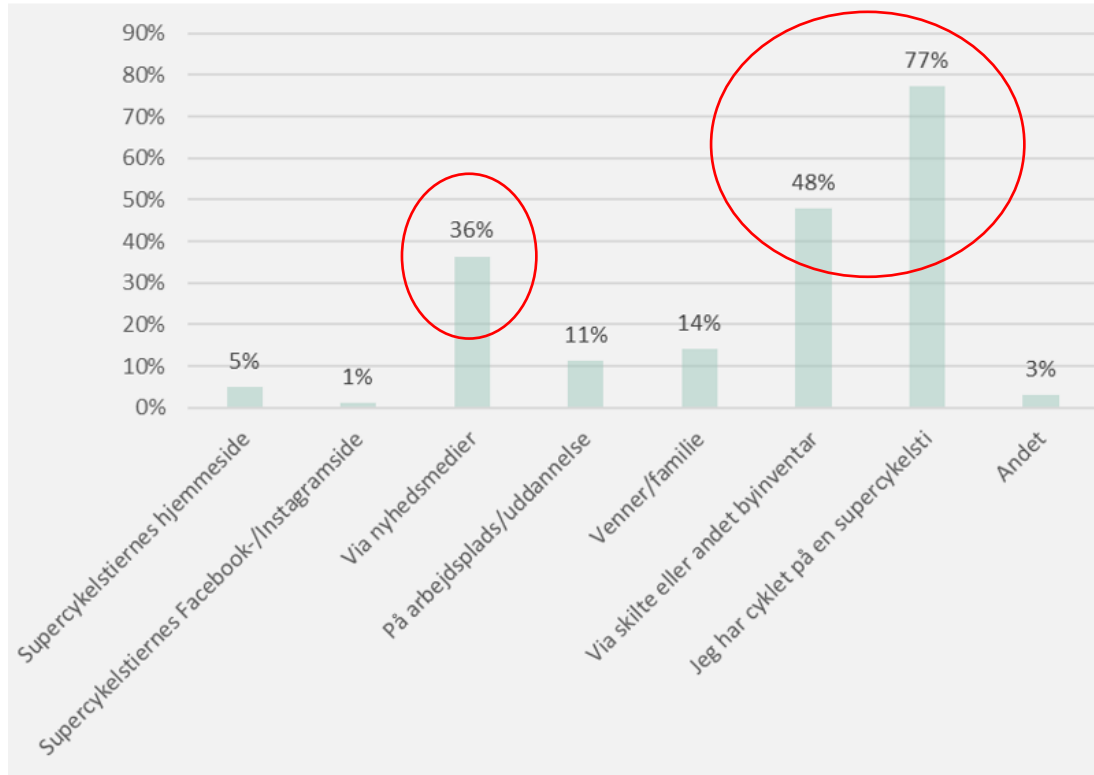
Ørestadsruten



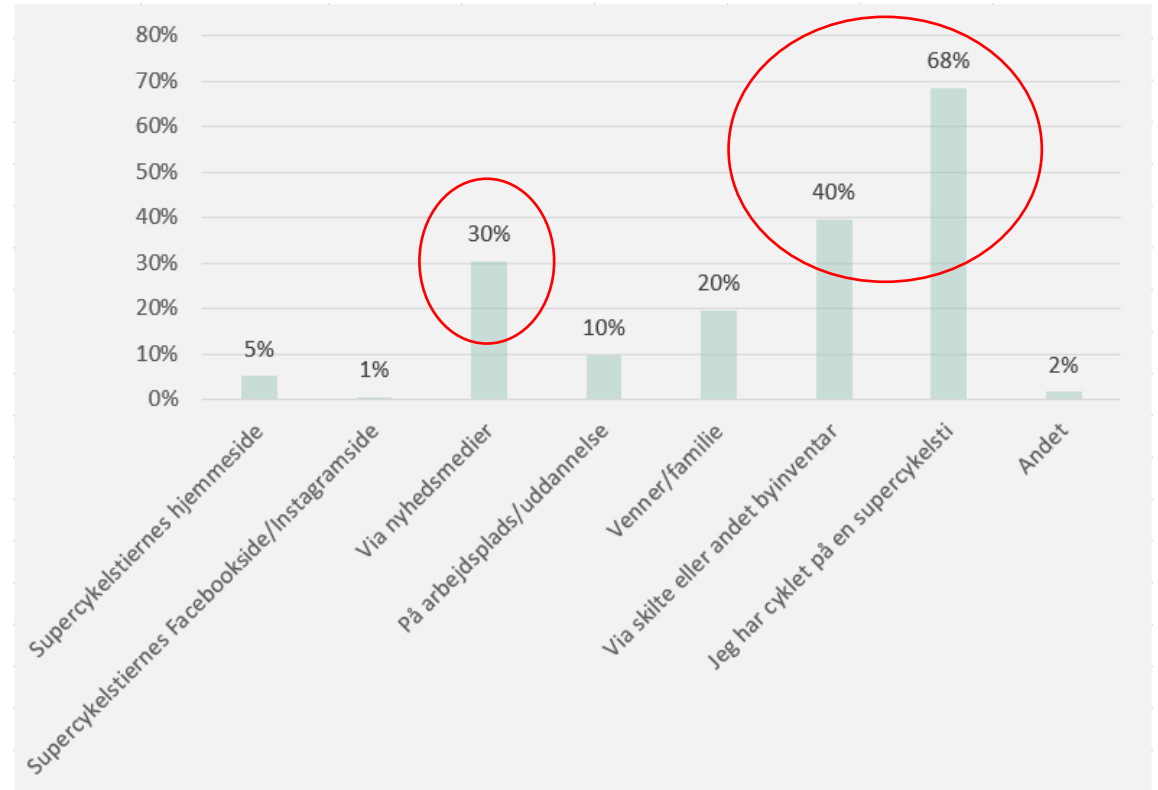
Espergærde-Holteruten



Ørestadsruten



Espergærde-Holteruten





2. Branding

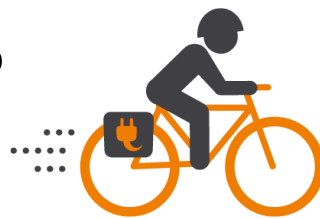
Hvis vi vil have flere til at cykle, skal vi synliggøre cyklen og fortælle folk, at det er muligt at cykle.

3. Kampagner

3. Kampagner

Hvis vi vil have flere til at cykle, skal vi have flere til at prøve at cykle.

Supercykelstiernes elcykeludfordring



Lancering af Farum-Allerød-ruten

- 🔦 Skubbet til at gøre det NU
- 🔦 Elcykel til at gøre skiftet mere overskueligt
- 🔦 Testforløbet til at se, om cykelpendling kan hænge sammen i hverdagen
- 🔦 Sundhedstjek til at give en status og følge effekten

Supercykelstier
Offentliggjort af Diana Skyum [?] · 28. juli · 🌐

Bor eller arbejder du i Allerød Kommune eller Furesø Kommune? 🚲

Supercykelstierne søger i forbindelse med lanceringen af Farum-Allerødruten cykelambassadører, der i september er villige til at skifte bilen ud med cyklen, når de skal til og fra arbejde! 😊

Som en del af forsøget kan du få stillet en elcykel til rådighed og foretaget sundhedstest før og efter forsøget, så du kan få målt de sundhedsmæssige effekter, det har for dig at pendle på to hjul. 🚲

Du kan læse mere og tilmelde dig her:
<https://supercykelstier.dk/vil-du-proeve-en-maaned-som-cyk.../>

Bent Jensen
Junkbusters
7 km til arbejde
- om der skulle være nogen forskel.

SUPERCYKELSTIER.DK
Cykelambassadør i en måned

Læs mere



Lars Finn Hansen

1. september · 🧑



Skift pendlerbilen ud med en elcykel i september...

Sådan lød udfordringen fra Furesø kommune i samarbejde med Supercykelstier.dk.

Samtidig er det inkl. et sundhedstjek før og efter.

Jeg er selv skeptisk i forhold til El-cykel vs. sundhed. "Et det ikke lidt det samme som at køre knallert" Det må sundhedstjekket vise efter endt udfordring.

Jeg var til sundhedstjek i onsdags 😬 det var ikke så godt. Det eneste der ikke var for højt var mit blodsukker. Så jeg håber en måned på cykel kan gøre bare lidt... hvis tallene efter denne udfordring ikke er i bedring ser det skidt ud. 🙏



I går aften fik jeg så min låne Elcykel. En Highspeed fra Two wheel company. Den er super fed og kan køre op mod de 45 km/t.

I dag var første dag på El-cykel til og fra arbejde.

kl. 06:00 Startede turen fra Farum og kørte den direkte vej 30 km mod Københavns Lufthavn og retur. Super heldig med vejret, vindstille og solskin.

Første del af turen: Farum til Brønshøj var af supercykelstien "farumruten" her gik det stærkt gennemsnits fart på 42 km/t. Jeg fik stiftet bekendtskab til en garvet cykelrytter, der efter et kort stykke tid spurgte "om det var ok han lå på hjul"?

Vi fulgtes ad en 12 km indtil han skulle dreje af.

Min læring kl. 06:00 er det for koldt til kun en trænings trøje 😊.

Anden del af turen: Brønshøj til Lufthavnen over Rådhuspladsen, ind over Langebro og ud af Amagerbrogade. Her gik knap så stærkt, da der en del lyskryds og mere trafik. Men hele turen tog lige under en time. 32 km/t i snit.

Turen hjem blev delt i 2.

Fra Lufthavnen til Islev, her mødes jeg med Betina Maria Hansen til en sen frokost. Herefter turen gik hjem til Farum.

Konklusion på dag 1.

Super god dag med godt vejr og hurtigt frem og tilbage til jobbet.

Glæder mig allerede til turen på den nye cykel i morgen tidlig. 😊

FARUM



30 km per vej
1 måned
på speed pedelec (45 km/t)

=

⬇️ 6 kilo (+💪)

⬇️ Fedtprocent

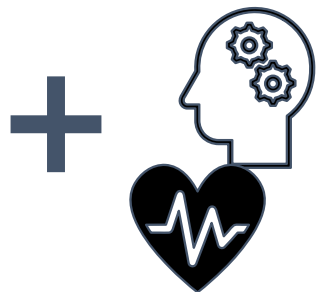
⬇️ BMI

⬇️ Kolesterol



CPH LUFTHAVN

Ørestadsruten, elcykel-kampagne



8 ud af 12 deltagere vurderer deres overordnede helbred til at være blevet forbedret gennem testforløbet



11 ud af 12 deltagere vurderer, at deres kondition er blevet forbedret gennem forløbet



8 ud af 12 deltagere vurderer, at cykling har haft positive effekter på eksisterende/kroniske smerter

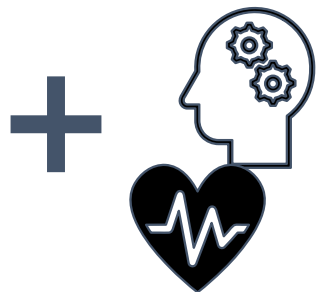


8 ud af 12 deltagere vurderer, at de har sovet bedre om natten under testforløbet



11 ud af 12 deltagere har oplevet at have mere overskud i den periode, hvor de har cyklet

Ørestadsruten, elcykel-kampagne



8 ud af 12 deltagere vurderer deres overordnede helbred til at være blevet forbedret gennem testforløbet



11 ud af 12 deltagere vurderer, at deres kondition er blevet forbedret gennem forløbet



8 ud af 12 deltagere vurderer, at cykling har haft positive effekter på eksisterende/kroniske smerter



8 ud af 12 deltagere vurderer, at de har sovet bedre om natten under testforløbet



11 ud af 12 deltagere har oplevet at have mere overskud i den periode, hvor de har cyklet

12 generelle tendenser

De tendenser, der er identificeret, er følgende:

1. Testforløbet har været en stor succes blandt deltagerne
2. Elcyklen tilbyder en ny form for pendling
3. Elcyklen er et startskud til nye vaner
4. Lettere at hoppe på elcyklen end den almindelige cykel
5. Alt det hårde ved en cykeltur forsvinder
6. Behøver ikke skiftetøj og bad
7. En tur på cyklen giver god energi og gode oplevelser
8. Bedre at køre på elcykel på lange strækninger uden for byen
9. Får gratis motion og sparer tid på træning
10. Parkering med elcykel er svær
11. Utryghed forbundet med at efterlade cyklen
12. Elsker elcyklen, men bekymrer sig om prisen

Ørestadsruten, elcykel-kampagne



8 ud af 12 deltagere vurderer deres overordnede helbred til at være blevet forbedret gennem testforløbet



11 ud af 12 deltagere vurderer, at deres kondition er blevet forbedret gennem forløbet



8 ud af 12 deltagere vurderer, at cykling har haft positive effekter på eksisterende/kroniske smerter



8 ud af 12 deltagere vurderer, at de har sovet bedre om natten under testforløbet



11 ud af 12 deltagere har oplevet at have mere overskud i den periode, hvor de har cyklet

12 generelle tendenser

De tendenser, der er identificeret, er følgende:

1. Testforløbet har været en stor succes blandt deltagerne
2. Elcyklen tilbyder en ny form for pendling
3. Elcyklen er et startskud til nye vaner
4. Lettere at hoppe på elcyklen end den almindelige cykel
5. Alt det hårde ved en cykeltur forsvinder
6. Behøver ikke skiftetøj og bad
7. En tur på cyklen giver god energi og gode oplevelser
8. Bedre at køre på elcykel på lange strækninger uden for byen
9. Får gratis motion og sparer tid på træning
10. Parkering med elcykel er svær
11. Utryghed forbundet med at efterlade cyklen
12. Elsker elcyklen, men bekymrer sig om prisen

3. Kampagner

Hvis vi vil have flere til at cykle, skal vi have flere til at prøve at cykle.

1. Infrastruktur



2. Branding

3. Kampagner



TAK!

Projektleder
Mikkel de Vries Bækgaard

cu8b@kk.dk
+45 20258051

SUPERCYKELSTIER.DK