

Un, doi, trei si ... la pedale!

Articol de: Mara Dobrin

...Sau intoarcerea la origini am putea spune...E imposibil sa nu fi observat popularitatea de care se “bucura” bicicleta in ultima perioada. Chiar si in Romania a inceput sa prinda foarte bine acest vechi mijloc de transport, si nici nu e de mirare avand in vedere aglomeratia din trafic, in special in orasele mari ale tarii. Si cum in ultima vreme ne place sa ne intoarcem in timp si sa punem accent pe retro, mersul pe bicicleta e cat se poate de prezent, in special in randul tinerilor care au remarcat ce impact are acest sport in alte tari ale Uniunii Europene, si incearca sa mentina interesul pentru pedalare si in tara.

Totodata, foarte multe fundatii, companii si organizatii de diverse feluri au inteles mesajul statelor vecine si au inceput sa promoveze ideea pedalarii, prin tot felul de campanii interesante menite sa ne reaminteasca importanta sportului si a faptului ca mai sunt si alte mijloace de a ajunge la servicii in afara automobilului personal .. In marile orase exista deja centre specializate (in special in parcuri) de unde poti “imprumuta” o bicileta pentru cateva ore bune. Va pot spune din experienta ca este chiar placut sa ii rezervi o dupa-amiaza pentru o astfel de plimbare pe bicicleta.. In Parcul Herastrau din Bucuresti este un astfel de centru pentru inchirieri ... iar daca vrei o “bicla” (n.n campania se numeste “la-ti o bicla”) trebuie in schimb, sa te inarmezi cu rabdare... Pot spune chiar am fost surprinsa sa vad cati oameni stateau de ore intregi acolo, asteptand sa le vina randul la inchiriatul bicicletei …

Dupa ce te inscrii (este necesara completarea unor date personale) lasi buletinul si astepti pana iti vine randul (cam in jur de o ora-doua in general). Oamenii au fost foarte receptivi la aceste initiative, iar daca alegi sa te plimbi dupa-amiaza prin parc ai grija sa nu stai pe pistele special amenajate pentru ca s-ar putea sa ai o surpriza neplacuta, deoarece, spre surprinderea multora, pistele sunt utilizate de biciclisti in ultima vreme spre deosebire de anii trecuti … Desi inca marea majoritate a

locuitorilor urbani este reticenta si prefera sa-si investeasca banii in masini este totusi un bun inceput. Probabil ca in urmatorii ani foarte multi vor apela la acest mijloc de transport, ideal in conditiile in care este aproape imposibil sa mai mergi cu masina , in special in Capitala. …

Inainte de a merge mai departe, haideti sa vedem o scurta istorie a bicicletei…In primul rand, trebuie sa va spun este o creatie a europenilor secolului XIX si a devenit inca de la aparitie, unul dintre cele mai populare mijloace de transport ale vremii. La inceput, bicicletele si monociclurile erau confectionate din lemn, fapt care a fost mai putin agreat de oamenii de la acea vreme, din cauza lipsei de confort … Primul model cu lant a fost construit in anul 1885 iar de atunci, forma si configuratia de baza nu a suferit transformari majore. Desigur, detaliile importante au fost considerabil imbunatatite, odata cu aparitia materialelor moderne de constructie.

In anii 80’ isi face aparitia si celebra “mountain bike”, special conceputa mai ales pentru cei care au facut din mersul pe bicicleta o adevarata pasiune... Aceasta fiind formata dintr-un cadru rezistent, amortizoare pentru roata din fata si mânerelle ghidonului orientate perpendicular pe axa bicicletei, pentru un plus de confort si siguranta.

Mult mai eficient decat mersul pe jos, acest sport este extrem de mediatizat in tarile dezvoltate si nu numai . Avand in vedere ca absentia efortului fizic este considerat al doilea mare factor de risc, dupa tutun, nici nu e de mirare ca organizatiile mondiale de sanatate sustin si investesc foarte multi bani in promovarea acestui vehicol…

Daca inca nu v-ati convins , ganditi-va cate avantaje aveti daca optati perntru o bicicleta.

- In primul rand este mult mai ieftin sa achizitionezi un astfel de vehicul.
- Apoi, poti sa economisesti banii care in mod normal ii foloseai pentru a cumpara motorina sau benzina.
- Locul de parcare nu va mai fi o problema pentru tine, iar corpul tau va fi mai sanatos ca niciodata.
- Probabil vei pierde cateva kilograme , lucru care este mereu binevenit.
- De asemenea, nu mai poluezi aerul si vei fi mereu relaxata dupa o astfel de plimbare...

E timpul sa invatam sa apreciem mai mult sportul in toata esenta lui. Nu e vorba doar despre traditionalul mers la sala, aerobic etc… Desi sunt

si acestea foarte sanatoase si ne ajuta sa ne mentinem in forma, parca este altfel atunci cand te plimbi in parc cu bicicleta…este ca o intoarcere in timp, pe vremea copilariei...</p>

Cand puteai sa faci asta toata ziua, lipsita de orice griji…Asa ca rezervati-va o zi de relaxare totala ,e mult mai distractiv decat sa stai la o terasa .Va garantez!

Am mentionat ca asa ramai in forma, lucru care va fi mereu la moda?

Nu mai stati pe ganduri...
Pe locuri, fiti gata si..la pedale!

</p>

</p>

Taguri articol: sport, bicicleta, miscare, sanatate, plimbare, pedaleaza,

serviciu oferit de [GWP Entertainment](#)

