

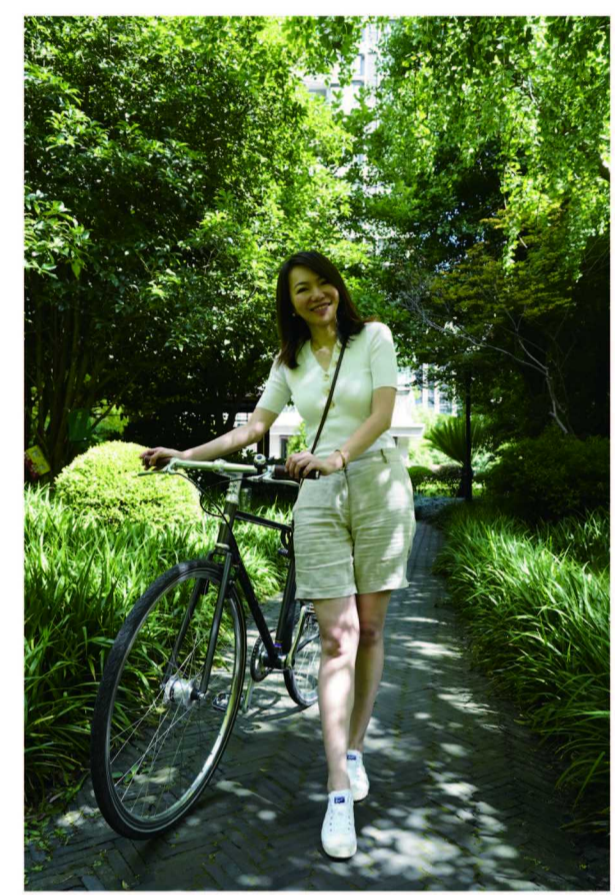
# 上海街头，脚踏车回来了

文 / 刘立言 图 / 受访者提供 采访支持、地图插画 / 夏曾珍

上世纪八九十年代的上海，脚踏车曾是家家户户的出行方式。此起彼伏的嘎吱声响划破清晨，人们骑车鱼贯而出，元气满满奔赴生活。随着电动车、汽车、地铁打通城市交通的任督二脉，脚踏车一度成了阿姨爷叔的老派头，和年轻人临时起意的共享单车。

今年很特殊，上海街头重新刮起两轮脚踏车驶过的风！也许经历数月的居家生活，很难让人不爱上骑车出行的透气自由，吹着风穿梭于熟悉而又久违了的城市，视野开阔速度宜人。或长或短的一段骑行路，只要双手紧握车摆龙头，就能把大脑从手机的碎片信息中彻底抽离开来，好好放松！旧时的单车复古回潮，重生了一种更轻盈自在的城市生活体验。

本期邀请四位热爱骑行的朋友分享经验。骑行对他们来说，是一种运动方式，是一次以车代步的散步，是自由迎风的游车河之旅。他们无私献出了详细的私藏骑行路线，也邀请更多伙伴加入骑行队伍！趁盛夏来临，热烈看一遍这座城市，骑着车，从南到北。



## City girl 的小众指南

Lucienne 陆喜安

Lucienne 之前从事咨询和市场，现在是一位美丽酷辣的全职博主。

她家住巨鹿路，街边开满了网红餐厅和店铺，高峰时两个红灯的路口可以堵半小时，导致她基本只能选择单车出行。不过当骑行变成习惯，她发现自己的出行变得更便捷了。

骑车还能带来更多惊喜，比如可以随时随地去探索意料之外的美食店和咖啡馆！这个月来，Lucienne 和男友一起骑上车，重新探索了这座城市。她说，似乎什么都没变，却又什么都变了，是很奇妙的感受。

对于标准的 City girl 来说，Lucienne 喜爱尝新。除了骑行，她的夏日计划里还有 lacrosse 棍网球。“太好玩了”，这是她对生活的关键词。

### 骑行装备 /

一开始租车骑，后来发现拥有一台自己的自行车在拥挤的市中心更方便！Lucienne 入手了一辆奶白色 Electra loft，很大很稳，外形是欧洲复古风，还配了个超可爱的牛油果铃铛。这辆车非常适合在城市中轻快骑行，还可以带狗狗一起去。此外 Lucienne 还有一台竞速车，可约朋友们一起去滨江大道骑行 10 公里。



### 骑行路线 /

Lucienne 的骑行路线集中于浪漫的法租界。入夏后，喜欢在上海骑车轧马路，骑去喝个咖啡，看看路上奇怪的小店，再去东湖路和姐妹吃个 brunch。相比网红街道，Lucienne 更爱闹中取静小街，比如上海戏剧学院所坐落的华山路，人少而惬意。



### 新手上路 tips /

不要在城市路况不好的情况下选择竞速车，一般这类车比较轻，轮胎细，用来城市骑行还是很危险的。

## 如同巴黎

薇薇安

“我叫薇薇安，出生在一年之中黑夜最长的那一天，来自中国最炎热的岛屿。”透过薇薇安的自我介绍，便能窥探出本人静而文艺的气息。她是哲学硕士，外企打工一枚，游历丰富，去过一些国家，开过一家咖啡店，还做过自己的品牌，梦想是潜水和骑行游遍世界。

薇薇安爱好接近自然。如果旅行，她喜爱潜水和冲浪，尤其是自由潜，找一个浪漫的小岛，不负重下潜，把烦恼和喧嚣沉入海底。如果是城市日常，她偏爱骑行带来的自由。

从大学时代开始偏爱骑行，她说，骑行比步行更不受限，与自驾汽车相比，又更能接触城市自然。上海解封后，她立刻出发骑车去梧桐区，看到大朋友小朋友结伴骑车同行，咖啡、音乐、理发、按摩等在街头随处可见，“感觉大家还是一如既往地热爱生活呢！”

### 骑行装备 /

薇薇安骑的是 700bike 后街，一辆漂亮、适合轻骑行的城市自行车，已经停产了。她说自己会根据不同的骑行路线及时间、气候、建筑和文化风格，来选择不同的骑行装备及穿着。不仅仅只是关注骑行本身，更多的是关注路上看到的风景。



## 塞纳河畔的风景

Mattie

### 骑行路线 /

“推荐苏州河畔骑行！”在薇薇安的眼中，阳光下的苏州河如同法国巴黎塞纳河，在河边晒晒太阳、吹吹小风、看看鸟儿飞过，再舒服不过了。旁边的小街小巷里还藏着许多百年历史建筑，让人仿佛来到了欧洲小镇的街头。”



### 新手上路 tips /

出门前研究好骑行路线，上海有很多自行车禁行的道路，警察叔叔会罚款的哦。另外骑行不一定要有专业的车辆和服装，只要想出门，共享单车也是很好的选择。

## 在 24 公里骑行道上，追黄昏日落

Mattie

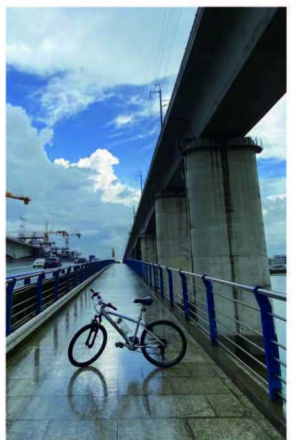
“我叫 Mattie，26 岁，全职是活动策划，兼职咖啡师。”Mattie 是一个充满劲道的女孩，平时非常喜欢户外活动，尤其是徒步登山与骑行。在她的夏日计划里，除了骑行，就是溯溪和野攀！

问及开始骑行的契机，她直言有好多，“彭于晏的电影《破风》、石田裕辅的《一路吃下去》，还有在徒搭 318 国道时，看见骑行进藏的车队……”和其他运动相比，骑行速度与力量并存，能感受风一般的自由，让她感到完美契合了自己“说走就走”的性格。

她分享最近有趣的骑行经历，是在深圳湾附近和骑友们组队骑车去咖啡店打卡，顺便回收燕麦奶的空盒子，把骑行与环保结合起来。恰好那天也是 520，满满的愛！

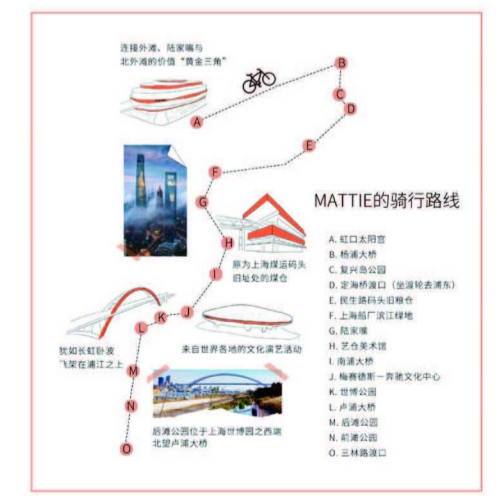
### 骑行装备 /

骑行装备以实用、功能性为主，穿着舒适透气最重要。作为爱美的女孩子，Mattie 在千篇一律的黑色骑行头盔里选了像草莓牛奶棒棒糖的粉白色。



### 骑行路线 /

“黄昏时追赶一场日落，看着天空从湛蓝变成橙色到火红。阳光落在黄浦江面上如金沙般闪闪烁烁。风是清新的干爽，独自在江边骑行顺路欣赏风景，是发现、探索上海更独特的方式。”Mattie 推荐的骑行路线，位于浦东滨江段，这里的自行车道修缮得非常完善，基本全程塑胶骑行道，路线不会断也不容易遇到机动车和交通等。



### 新手上路 tips /

一定要注意安全！把头盔戴在头上，骑帅不骑快。在没有自行车专用道时，切勿贪快乱切道，记得遵守交通规则。