

Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2010.05.08 22:21

" A kerékpár feltalálásakor az ember elérte képességeinek csúcsát. Olyan gépet készített, amely tökéletesen szolgálja kényelmét és ellentétben a többi találmánnyal, minél többet használják, annál egészségesebbé válnak tőle. Talán az egyetlen olyan agyszülemény, amely úgy szolgálja használója javát, hogy közben senkinek sem árt."

Elizabeth West

A biciklizés csekély rázkódással járó aerobik edzésforma, mely egy sor egészségi előnyt kínál ezt a sportot választó számára, ráadásul akár egy egész életen át űzhető jelentősebb időráfordítás nélkül. Számtalan tanulmány bebizonyította, hogy a biciklizés nagyon jót tesz: vannak például kifejezetten olyan betegségek vagy egészségi problémák, melyek kezelésére a biciklizés ajánlott, de vannak ugyanakkor általánosabb előnyei is. Lássunk most néhány példát ezekre.

Tiszta levegő - A biciklizés olyan közlekedési forma, mellyel nem szennyezzük környezetünk levegőjét. A levegőben található szennyeződés és kosz nagy része a kőolaj alapú üzemanyagok elégetéséből származik, és ezek miatt bizony komoly egészségi problémák alakulnak ki: többek között asztma, tüdő irritáció, hörghurut, tüdőgyulladás, csökkent ellenállás a fertőzőbetegségekkel szemben, vagy akár korai halál. Ezek az egészségi kockázatok kiemelt jelentőséggel bírnak a gyerekek esetében! Ha azonban autó helyett inkább biciklit használunk, azzal nem csak magunknak, hanem a környezetünknek is segítünk, hiszen ez egy tiszta közlekedési forma.

Könnyen beépíthetjük életünkbe - Ahhoz, hogy belejőjjünk a biciklizésbe, nem kell sokat gyakorolnunk vagy tanulnunk, ráadásul nem szükséges hozzá semmi méregdrága felszerelés, csak egy egyszerű bicikli (na meg persze a KRESZ által előírt védőfelszerelések). Hacsak nem lakunk hegyek között, vagy igazán hideg területen, a biciklizést ragyogóan beépíthetjük mindennapjainkba: járhatunk két keréken munkába, vagy intézhetjük biciklivel a napi bevásárlásunkat. Ha már csak napi egy utat nem autóval vagy tömegközlekedéssel teszünk meg, hanem biciklivel, már azzal rengeteget tettünk az egészségünkért.

Napfény - Napi 15 perc napsütésen való tartózkodással annyi D-vitamin termelődik szervezetünkben, hogy elegendő lehet a prosztata-, vagy a mellrák, illetve a csontritkulás megelőzésére. (VIGYÁZAT: nyáron azonban fokozottan védjük bőrünket, mintha csak napozni indulnánk!)

Egészségesebb keringési rendszer - A biciklizés erősíti a szívet, javítja a vérkeringést, és csökkenti a vér zsírszintjét, valamint a nyugodt állapotban mért pulzusszámot. Már heti háromszori 30 perces biciklizés elegendő ahhoz, hogy szívünket egészségesen tartsuk.

Rugalmasabb és strapabíróbb ízületek - A biciklizés segít megelőzni az ízületi gyulladást, melyet a porcok kopása eredményez. A futástól eltérő módon (miközben ízületeinkre nagy nyomás helyeződik, és porcaink is erősebben kopnak), a biciklizés kíméletes mozgás, és ahelyett, hogy terhelné, inkább erősíti az ízületeinket. TIPP: ha hidegebb időben is szívesen ülünk biciklire, gondoskodjunk ízületeink megfelelő védelméről, mivel a menetszél könnyen lehűti ezeket a tájékokat, és akkor nehezebben tudnak mozogni. Ezt egyrészt megtehetjük öltözködéssel, másrészt pedig különböző melegítő termékekkel is. Télen, vagy ősszel azonban nem árt, ha ízületerősítő szereket is szedünk kiegészítésként.

Aktívabb életstílus - A biciklizés megvéd bennünket az ülő életmód veszélyeitől, vagyis a rák, a cukorbetegség, a csontritkulás, a szívbetegség, és a fertőző betegségek kialakulásától. Ezek a betegségek mind megakadályozhatók - vagy akár vissza is fordíthatók - rendszeres mozgással.

Kevesebb stressz - Mivel a biciklizés egyenletes és nem túlságosan megerőltető mozgás, ezért kiválóan csökkenti a stresszt. Biciklizés közben legfeljebb a közlekedésre kell magunk körül figyelni, maga a mozgás automatikus, ezért aztán felfogható egyfajta meditációnak is. Amíg a bringán ülünk, addig garantáltan nem tudunk agyalni terhes dolgokon, hiszen lefoglal minket a mozgás.

Erősebb immunrendszer - A kíméletes mozgás erősíti az immunrendszert, mivel elősegíti az olyan sejtek termelődését, melyek a baktériumokat támadják meg. Tehát ha enyhén meg vagyunk fázva, még akár jól is eshet egy rövid biciklizés - feltéve, hogy nincs lázunk!

Izzadás - A legtöbb ember megizzad biciklizés közben, ami ugye jót tesz szervezetünknek, hiszen méreganyagok távoznak így belőlünk. **FONTOS:** ne felejtjük el tiszta, friss vízzel pótolni az izzadság formájában elvesztett folyadékot!

Fogyás és fitness - Biciklizés közben megnő energiafelhasználásunk, és extra kalóriákat égetünk el. Ezzel felgyorsítjuk anyagcserénket, feszesebbé tesszük izmainkat, és még nyugodt állapotban is több kalóriát égetünk el, mint mozgás nélkül. Így a biciklizésről elmondható az is, hogy igen hatásos eszköz az elhízás kezelésére, ragyogóan alkalmas fogyásra, és a jó, fitt közérzet kialakítására.

Biciklizni szinte mindenki megtanul már gyerekkorában, ám mire felnövünk, sajnos elfelejtjük ezt a nagyszerű sport- és közlekedési eszközt. Vegyük elő bátran a sufnyiból biciklinket, hiszen elkezdni sosem késő. Kíméletes mozgásforma, ami egészségesebbé, fittebbé, és boldogabbá tesz bennünket.

Forrás: www.egeszsegguru.hu

Bár a rólam készült képek nem ezt sugallják, két hete elkezdtem komolyabban tekerni. Sajnos, ahogyan kúszik felfelé a benzin ára, elképzelhető, hogy hamarosan kerékpártúrákat fogok tervezgetni. Van esetleg valaki még, aki bringáztat szabadidejében? -

=====

Vá: Kerékpározás - "drót lovagok"

Írta: Bundi - 2010.05.12 16:08

Szóval fiammal elkezdtünk kerékpározni. Kerülve a forgalmas utakat - szerencsére Kecskemétet már szinte minden irányba el lehet hagyni kerékpárúton - inkább a tanyás külterületeken tekerészünk. Nem csak a levegő jó, de rengeteg őzet, nyulat láttunk eddig, Andris nagy öröme.

Bár irány a természet lehetne a felkiáltás, de a telefon (biztonsági okok miatt is) mindig nálunk van.

De! Elfelejtettem feltölteni, így mikor merült le? Bizony, odakint. Szerencsére nem volt semmiféle rendkívüli eseményünk, de elgondolkodtam, hogy mi lenne, ha az a bizonyos ördög nem aludna?

Kutakodva az interneten, találtam egy érdekes kütyüt, mellyel kerékpáron is megoldódnak a különböző elektromos eszközök feltöltései! Ráadásul aki kitalálta, magyar.

Részleteket a honlapról olvashattok:

<http://bike2usb.uw.hu/>

Egy érdekes videó a felhasználásáról!

http://www.youtube.com/watch?v=POyHnuShcAg&feature=player_embedded

Ha valaki úgy, mint én biciklizésre adja a fejét, itt elolvashatja a 2010 januárjában életbelépő, kerékpárosokra vonatkozó KRESZ módosításokat!

http://plasma.szfki.kfki.hu/~csillag/kerekpar_kresz/Kerekpar_KRESZ.pdf (másold be, mert nem nyitja itt meg : ()

Figyelem! Ez nem a teljes anyag, a gépjárművekre vonatkozó részhez mindenki tanulmányozza a teljes KRESZ anyagát!

=====

Vá: Kerékpározás - "drót lovagok"

Írta: Bundi - 2010.06.07 15:54

Kedves Drót Lovagok és LoVaginák!

A benzin sajnos úgy néz ki, hogy továbbra is drága marad, de közlekedni és lehetőleg két keréken továbbra is kell, így kiegészítő sportként és egyre nagyobb élvezettel merülök el a kerékpározás rejtelmeibe.

Megvallom, eddig úgy gondoltam, hogy csak venni kell egy „drótszamarat” és azután hajrá tekerem. Na ez a városban rövid ide-oda tekergetésnél még elmegy, de hosszabb úton már bizony a közlekedésre és főleg túrára alkalmatlan bicikli szó szerint büntet! Ez pedig oda vezet, pl. az én esetemben is, hogy a kerékpár csak a kamrában pihen, akár évekig is. Nagy igazság az is, hogy kerékpárt szaküzletből vegyünk és kerüljük az „olcsó” áruházakat, mert a későbbiek során az a bizonyos olcsó nagyon drága lesz.

Ebben legalább szerencsém volt, mert a gépemet, egy Merida Crossway típust szaküzletben, a kecskeméti Bicishopban vásároltam több mint négy éve. Alapjaiban jó volt az, de akkor még nem tudtam azt az aranyigazságot, hogy úgymint a ruhát, a kerékpárt is a tulajdonoshoz kell szabni.

Na szóval, drága a benzin, de mint tudjuk gurulni kell, így elég hosszú pihenés után, megküzdve a pókok gondos hálójával melyet a drótparipám köré fontak, elővettem Őt és elkezdtem a környező tanyás területeken poroszkálni, melyben egyelőre a kislíam a társam. Röviden, a kerékpár büntetett. Zsibbadt csukló, akadozó váltó, feltört sejjehaj, szóval bosszantó volt ez az egész.

És miért jó szaküzletben vásárolni? Mert visszatoltam a paripát, mondtam, hogy ez az egész úgy rossz, ahogyan van, segítsenek. Mivel szerencsére a tulajdonos egy igen rendes ember (ez most nekem 20 % kedvezményt jelentett a jövőben), így ott rögtön elvégeztek egy alapbeállítást.

Tudtad, hogy a nyeret nem csak fel és le lehet állítani? És azt, hogy egyből komfortosabbá válik az ülés, ha előre (nálam hátra) hozzád igazítják? De egy helyes kormánymagasság és egy új kormánycsutka (a szakszavakat majd megtanulom) valamint egy kényelmes markolat rögtön kellemes társsá változtatja szamaradat? Ismét neki a világnak, és kezdem nagyon élvezni ezeket a kirándulásokat.

Persze ezalatt belevetettem magam az Internet világába, és egyre több hasznos dologról, számomra új információkról olvastam. A kerékpárommal nem voltam még tökéletesen megelégedve, bosszantott a váltó, melyet hiába állítottak be nekem folyamatosan, az a legkisebb ütéstől is elállítódott, pont akkor nem akart rendesen váltani mikor kellett és sorolhatnám. Na ezt a részét kezdtem megutálni.

Miután fórumokban kerékpáros futárok (akik számomra hitelesek kerékpározás terén úgy, mint a motoros rendőrök a motorozás terén) is az egekbe dicsérték az agyváltót, hát egyre inkább megfogalmazódott bennem, hogy váltok, és én is „agyas” leszek.

Kicsi kutakodás után a Shimano Nexus 8 agyváltó mellett döntöttem. Persze, hogy ne legyen egyszerű az élet, az én vázámhoz, mivel nem csúszó papucsos (eddig erről sem tudtam) kellett egy láncfeszítő, melyet egyáltalán nem bánok, mert szerintem dögösebben néz így ki a gép.

Miután megtörtént az átszerelés, belőttük a nekem megfelelő fogaskerekeket, kíváncsian indultam el először egy városi, majd egy tanyás körre, és engem a rendszer meggyőzött! Tökéletes, akár állóhelyben történő váltás, hangtalan üzemmód, nem kell állítani, nem is értem miért nem agyváltóval szerelik a kerékpárokat. Állítólag nehezebb, de aki személyesen ismer az tudja, hogy az én adott súlyom mellett finoman fogalmazva is, elenyésző többletet jelent.

Ja, és már fertőződik Nyúl, SzaJa és Andi, így lassan a JLEMC szamaras szárnyát is létrehozhatjuk, Drót Lovagok Baráti Társasága néven. Persze ez most nem egy hivatalos bejelentés volt. :woohoo:

Következőleg rakok fel pár képet a számaramról is.

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2010.06.10 09:21

Tegnap túra a szabadban. A kép telefonnal készült, így nem lett éppen a legjobb.

<http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/bicikli.jpg>

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2010.06.10 09:27

Gyönyörű idő volt, őzeket is láttunk, de bizonyítani nem tudom, gyorsabbak voltak mint én.

http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/t__j.jpg

Ha szeretnél egészségesebben élni, és úgy gondolod, hogy bringázni is kellene a motorozás mellett akkor javaslom, hogy rágd át magad az alábbi íráson, sok hasznos dolog került itt összegyűjtésre.

<http://www.tarkaret.hu/iras.pdf>

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2010.07.11 22:50

Bár most még irgalmatlanul meleg van, de előre gondolván a téli hidegekre, "vettem" egy fűthető nyeret a kerékpáromra. :woohoo:

http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/F__thet__nyereg.jpg

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2010.09.20 13:23

Bár egyelőre ez a fórum nem pörög annyira mint szeretném, de majd a további benzinár emelés után itt is nyüzsgögni fogtok :woohoo:

Mivel a rendszeres kerékpározásomnak már számomra is látható jelei vannak, történetesen - 12 kg (!) egyre jobban foglalkoztat egy nyári nagyobb túra biciklivel. Eddig én nem is tudtam, de Európát behálózza egy kerékpárút hálózat - EuroVelo - Európai Kerékpárút Hálózat - mely a tervek szerint a jövőben kb. 60.000 km. hosszú lesz, melyből eddig 20.000 kilométert már megépítettek.

Magyarországon két EuroVelo útvonal halad át, az Atlanti-óceántól a Fekete-tengerig futó EV6, illetve az EV11.

Az úthálózat ötlete, és kiépítése az Európai kerékpárszövetségnek köszönhető. (forrás: wikipédia)

<http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/EuroVelo.png>

Bár elég kicsi lett a térkép, jól látható, hogy a kerékpárutak miként hálózzák be Európát!

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2010.09.20 13:57

Hazánkon áthaladó EuroVelo útvonalak (forrás:wikipédia)

EuroVelo 6.

Ezt a szakaszt a Folyók útvonalának nevezik. Nantes-tól indul a Loire mentén, és kelet felé átszeli Franciaországot. Tovább fut a Bodeni-tóig Svájcban, majd elindul a Dunát követve, Németország, Ausztria, Szlovákia, Magyarország, Szerbia, Bulgária érintésével, és megérkezik Romániába.

A Duna torkolatánál Konstancában éri el a Fekete-tengert. Az EV6 legnépszerűbb része a Donauradweg

(Duna menti kerékpárút).

EuroVelo 11.

A Magyarországon áthaladó EuroVelo útvonalak egyike. Míg hazánkban az EuroVelo 6 a Duna, addig az EuroVelo 11 a Tisza mentén halad. Magyarországi szakasza 300 km-nél is hosszabb, Sátoraljaújhelyt és Szegedet köti össze.

Duna menti kerékpárút - Donauradweg

Több helyen is olvastam már a fent említett Duna menti kerékpárútról, így pár sort röviden ennek is szentelnék. A fórumokban mindenki csak dicséri ennek a szakasznak a szépségét, kiépítettségét, valamint megemlítik, hogy kb. 20 kilométerenként kempingek várják a pihenni vágyókat (de ugye mi edzettek vagyunk, így egy szuszra tekernénk le :unsure:).

A kerékpárút Donaueschingen városában a Fekete-erdőben kezdődik és Budapesten keresztül egészen Konstancáig tart. Európa egyik legnépszerűbb kerékpáros túraútvonala. Különösen a Passau és Bécs közötti szakasz igen közkedvelt, de köszönhetően a fejlődő kerékpáros infrastruktúrának, a Pozsony–Budapest szakaszt is egyre több kerékpáros turista keresi fel.

A kerékpárutat a következő szakaszokra osztották fel:

I. szakasz: Donaueschingen–Passau (550 km),

II. szakasz: Passau–Bécs (320 km),

<http://www.youtube.com/watch?v=V2hJjb9DP54&feature=related>

III. szakasz: Bécs–Budapest (330 km),

IV. szakasz: Budapest–Fekete-tenger (1670 km).

Egy nagyon jó útleírás, képekkel, és kisfilmekkel! Profi lap, érdemes az érdeklődőknek időt szánni rá.

<http://kerekparturak.hu/donauradweg2008/donauradweg2008.htm>

Csak érdekességként egy képet linkelek be erről az útvonalról, melyet a google segítségével találtam meg. Érdemes a szakasról készült többi fényképet is megnézni :)

http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/Duna_menti.jpg

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: suggi - 2010.09.20 17:50

Kedves Bundi.

Mi is szeretünk bicózni a párommal, jövő nyáron lehet szó hosszabb túráról.

üdv, suggi

=====

Vá: Kerékpározás -

Írta: Bundi - 2010.09.20 18:55

suggi írta::

Kedves Bundi.

Mi is szeretünk bicózni a párommal, jövő nyáron lehet szó hosszabb túráról.

üdv, suggi

Ezt örömmel olvasom :) Van egy telem, hogy még lenyomjak legalább 15 kg-ot, és a következő nyáron már repül alattam is a bicaj :woohoo:

Bemelegítésként gondolkodom, hogy körbe tekerem a Balatont, elképzelésem szerint 2-3 nap alatt.

<http://balatonikorut.hu/>

http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/balaton_kerekparut.jpg

=====

Vá: Kerékpározás -

Írta: suggi - 2010.09.21 09:46

három. és akkor nem kell rohamtempóban tekerni. málhával, kerékpárúton nem lehet nagy tempót diktálni. meg, ha már ott vagyunk élvezzük ki a helyet is ;) egyébként tetszik az ötlet, szeretem a balatont. B)

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2010.09.27 15:32

Nem csak az informatikában (leonar3do) hanem a kerékpár fejlesztésében is nagyot alkottak honfitársaink. Talán ez lesz a jövő kerékpárja? :woohoo:

Forrás: kerekagy.blog.hu

Szakít a láncsal a magyar Stringbike.

www.stringbike.com

Olaszországban volt a magyar láncnélküli kerékpár világpremierje a hétvégén. A Schwinn-Csepel a padovai bringavásáron mutatta be a Stringbike-ot, és az azonnal bekerült a világ műszaki sajtójába. A magyar találmány a merevlemez-meghajtók mechanikájától kölcsönözte az alapötletet.

A Schwinn-Csepel menedzsmentje a napokban teljes létszámban kitelepült Padovában. A csepeli kerékpárgyártó cég tíz mintadarabot vitt a magyar fejlesztésű, lánc nélküli Stringbike-ból.

A nemzetközi kerékpár-kiállításon, az Expobicin be is jött a nemzetközi figyelem: számos fontos technológiai és ismeretterjesztő szájt emlékezett meg külön cikkben a magyar találmányról. Írt róla többek között a gizmodo.com, a crunchgear.com és a wired.com is. Több cikkben azt is kiemelték, hogy a magyarok ambiciózus terveket fűznek a géphez, és azt remélik, hogy a Stringbike lehet az az új generációs kerékpár, ami a közeljövőben leváltja a hagyományos, fogaskerekekkel és láncsal hajtott bicikliket.

Abban a szaksajtó is egyetért, hogy akár Európában, akár az Egyesült Államokban népszerű és üzleti siker lehet a teljesen más mechanikán alapuló, de a láncos megoldással versenyképes és legalább olyan tartós szerkezet.

<http://www.youtube.com/watch?v=B3QrHgwI57M&feature=related>

<http://www.youtube.com/watch?v=z4PAzalfpww>

Paróczai Iván, a Schwinn-Csepel kereskedelmi igazgatója a kerékgagnak azt mondta, komoly érdeklődés vette körül a biciklit, de majd a következő napok mutatják meg, hogy ebből mi válik valóra.

Az újítást a padovai fellépés előtt itthon sem verték nagydobra, a cég hivatalos ismertető anyagát a vásárral egy időben adták ki, pedig a találmány évtizedes csiszolgatás után került a piacra.

A láncnélküli meghajtás már a 1990-es évek elején foglalkoztatta a fejlesztőt, Rácz Gábort. A Budapesti Műszaki Egyetem közlekedésautomatika tanszékének diákjai már akkor hallhattak az oktató forradalmi elképzeléséről, amivel a számítógépek merevlemez-meghatóiban található elnyúlhetetlen mechanikát akarta adaptálni a kerékpárokra. Ez a mechanika a jelek szerint tartós benyomást tett Ráczra és két fejlesztőtársára. Az ötlet egyébként már a tervezés korai szakaszában is élénk érdeklődést váltott ki a kerékpárgyártók körében.

Húrok húzzák

A lánc nélküli kerékpár újításának lényege leegyszerűsítve az, hogy a pedálok fogaskerek helyett egy-egy lengőkar szárán kialakított íves hajtópályát mozgatnak előre-hátra egy gördülő csapágyon át, és a lengőkar egy állandóan feszített állapotban lévő erős műanyag huzallal forgatja a hátsó kereket.

A karok felváltva mozgatják a jobb és a bal oldali drótokat, amelyek egy-egy racsnis dobon tekerednek fel-le, attól függően, hogy a pedál éppen húzza vagy visszaengedi őket.

A sebességváltás a lengőkar és a drót kapcsolódásának pozícióváltásával jön létre.

A tervezők szerint a konstrukciónak számos előnye van az évszázados láncos megoldáshoz képest.

Álló helyzetben és terhelés alatt is lehet sebességet váltani, ami a recsegő és melléváltó fogaskerekes váltók használóinak tényleg érdekes lehet. Ráadásul szinte folyamatosan lehet váltogatni és az igényelt erő kifejtéshez igazítani az áttételt.

Az egész szerkezet tiszta, nincsenek olajos alkatrészek, így nem lesz koszcslk a nadrágszáron.

Érdekes érv az új szerkezet mellett az is, hogy a hátsó kereket gyakorlatilag ugyanúgy, pillanatok alatt ki

lehet szerelni, mint az elsőt, mert a hátsó kereket függetlenítették a meghajtást végző drótdoboktól, így könnyebbé válik a tárolás és a szállítás is.

A tervezők szerint a szerkezeti elemeknél hosszabb élettartamra lehet számítani, mint a hagyományos alkatrészeknél. A műanyag drót lassabban használódik el, mint a lánc, és összességében – a látszat ellenére – a szerkezet kevesebb alkatrészből áll, mint a bonyolult első-hátsó váltó a rengeteg fogaskerékkel.

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2011.11.01 08:54

Az "új" drótparipám :) Minden maradt a régiben, csak kapott egy sokkal kényelmesebb vázat. Nagyon imádom!

http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/tunturi_rx800.JPG

Sajnos idén nem jött össze a Balaton körbegurulása, de jövőre mindenképpen megcsinálom, remélem nem egyedül. Van egy telem, hogy jobban felkészüljek rá.

Mivel az egész évet áttekertem és télen az útviszonyoktól függően sem kívánok leállni, bízom benne, hogy Sugi által is javasolt három nap alatt kényelmesen megfordulok. A napi edzési adagom 30-50 km, jó lenne valahogyan ebben az évben a 100 km-es határt átlépni.

Jön a tél, kérdés, hogy lehet-e télen is kerékpározni?

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Ikarusz - 2011.11.02 09:34

Kedves Bundi!

Lehet télen is kerékpározni!

Itt felénk azért cudar a tél, de nap mint nap látom, hogy nénikék, bácsikák a hóban, jégen is nyomják. Tehát a te szupi bringád és korod bőven lehetővé teszi, szerintem!

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: ivecoco - 2011.11.11 06:08

szerintem is..de intézek neked hóláncot..ha megnyugtat :P

=====

Vá: Kerékpározás -

Írta: Bundi - 2011.11.14 21:57

ivecoco írta::

szerintem is..de intézek neked hóláncot..ha megnyugtat :P

Le vagy maradva! Már rég nem használnak hóláncot :P

Ez a megoldás.

http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/spike_claw_uv_property_original.png

Egyébként a kérdés költői volt, hisz tekerek én is, majd folytatom milyen jó dolgokat is találtam a téli kerékpározással kapcsolatosan.

Rögtön kezdeném is egy linkkel:

<http://mno.hu/szines/a-teli-biciklizes-nyolcparancsolata-1030890>

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2012.06.29 15:14

Százas vagyok?

Most, hogy kint tombol a kánikula, kissé megkésve írom le, valóban lehetett télen is bringázni :silly: Kivéve, ha a leesett hó megfagyott, mert akkor bizony nagy esés lett a következménye, legalábbis részemről.

Na, de nem is a téli kerékpározásról írnék, hanem az első 100 km-es utamról, amit tegnap ejtettem meg! Régóta birizgált már a gondolat, hogy ezt a számomra lélektani határt átlépjem, és a tegnapi viszonylag borongós (???) időt alkalmasnak találtam arra, hogy elinduljak. Ekkor még útitársam is lett volna, de ő később lemondta, így egyedül vágtam neki.

A cél Pusztavacs, Magyarország közepe! Előzőleg a google térképen már kinéztem és elterveztem az útvonalat, de ennek ellenére sikerült eltévednem és plusz kilométerekkel büntetnem magam :blush: Így az összes táv 116 km. lett! (Menetidőt nem írok, mert az utolsó kb. 20 km. nagyon lerontotta, mivel akkor már igen sajgott az alsó felem, és bizony volt mikor tolnom kellett a drótszamarat. Sziszegtem mint egy kígyó :S)

Az útvonalam: Kecskemét - Ladánybene - Tatárszentgyörgy - Örkény - Pusztavacs - Dánszentmiklós - Albertirsa - Mikebuda - Hantháza - Nagykőrös - Kecskemét.

Bár hirtelen jött az ötlet, azért készültem kulaccsal, 2 liter plusz vízzel a táskámban, és az egyéb apróságok mellett összekészítettem egy kis elemózsiát, csokiból müzli szeletekből, mert az olvastam, hogy ezek nagyban javítják a teljesítőképességet. Irány le a tárolóba, táskákat fel, majd indultam is!

http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/t__rk__p.JPG

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2012.06.29 15:24

Az időjárásra panaszom nem lehetett, még a szél is néha segített, de legalább nem akadályozott. Ladánybenéig és a megyehatárig gyorsan elértem és élvezetes volt az út is. Forgalom szinte nem is volt.

<http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/DSCF8785.JPG>

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2012.06.29 15:42

Igazi alföldi út. Jóóóóóó messzire el lehet látni :woohoo:

<http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/DSCF8787.JPG>

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2012.06.29 15:48

Örkény után eltekertem az Euro-ring mellett, ahová nem sikerült bekukucskálnom, mert gondosan körbekerítették. Pedig valaki nagyon húzta egy moci szarvát :) Így azért ennek a kis túrának motoros behatása is lett.

A ring honlapja: <http://www.euroring.hu/index.php?content=5>

Ha már nem láttam semmit, akkor nézzünk meg itt egy kis ízelítőt!

<http://www.youtube.com/watch?v=yWeHQdQ7iOs>

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2012.06.29 15:52

És ekkor Pusztavacs közelében az utam talán egyik legkanyargósabb részéhez érkeztem! Tekertem,

döntöttem, koptattam a gumit, hogy csökkenjen rajta az a bizonyos majrécsík! :P

<http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/DSCF8788.JPG>

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2012.06.29 15:58

Megérkeztem Pusztavacsra.

http://hu.wikipedia.org/wiki/Pusztavacs#L.C3.A1tnival.C3.B3k.2C_.C3.A9rdekess.C3.A9gek

Az Árpád-kori templom romjánál álltam meg a Hunyadi téren.

<http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/DSCF8791.JPG>

Itt a téren lévő kerti csapból ivóvizet vételeztem, majd úgy gondoltam, hogy a Jeltoronynál eszem. Ekkor még így gondoltam :blush:

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2012.06.29 16:05

Áttekertem a toronyhoz, ahol csak én voltam. Valami rendezvény lehetett korábban, mert milliónyi törött sörösüveg között kellett a bringát tolnom, közben arra figyeltem, nehogy defektet kapjak.

Itt saját szememmel láthattam Magyarország közepén pihenő madarat! Nem tudtam megállapítani a "típusát". valamivel nagyobb volt mint egy veréb B)

<http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/DSCF8793.JPG>

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2012.06.29 16:09

A jeltoronynál megejtettem a "kötelező" fotózást, majd gondoltam egy kis élelemmel megtankolom magam, és folytatom az utam.

<http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/DSCF8795.JPG>

Na, itt ért az egyetlen nagy csalódás, mert ekkor vettem észre, hogy a gondosan összekészített elemőzsiám, igazolványaim mind otthon maradtak, a kerékpártárolóban! Szerintem e miatt (na és az eltévedés, mert Albertirsa nem volt betervezve) vált pokollá az utolsó kb. 20 km.

Tök hülyén hangzik, de nekem sikerült a kerékpárral túlszaladnom azon a kereszteződésen, ahol jobbra kellett volna fordulni.

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2012.06.29 16:17

Tulajdonképpen az út hátralévő részéről sokat írni nem lehet, élveztem az utat ameddig lehetett, talán még annyit, hogy láttam "elektromos" teheneket!

<http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/DSCF8802.JPG>

Bár a nagyfeszültség rendesen pattogott felettük, ez láthatóan nem zavarta az asszonyságokat, kényelmesen legelésztek, pihentek, kérődztek.

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2012.06.29 16:20

Nagykőrös után mondhattam el magamról, hogy százás vagyok!

<http://www.jlemc.hu/images/fbfiles/images/DSCF8804.JPG>

Bár akkor este itthon azt mondtam magamnak, hogy nem vagyok százás! :blink:

Így utólag jó kis buli volt, ami gondom akadt azt magamnak köszönhettem. Egy társsal, társasággal biztosan jobb és élvezetesebb lett volna ez a kis túra, de bele sem merek gondolni, hogy milyen lehet egy százás mondjuk a Börzsönyben :dry:

Lesz-e folytatás? Biztosan, rápihenek és ha valaki százás akar lenni csak szóljon és már indulhatunk is :)

ui.: Ha megtisztelsz és elolvasod e kis szösszenetet, lapozz vissza a Százás vagyok? címig. Köszí :)

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Ikarusz - 2012.06.30 06:24

Gratula Andris! Étlen a nagyvilágban az azért nem semmi! :) A fiammal szoktunk rendszeresen 15-18

km tekerni, de utána mindig megerősödik a gondolat, hogy a motor az motor! :laugh:

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Kawics - 2012.06.30 09:58

Ügyi vagy Bandi!

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Bundi - 2012.07.01 08:51

Köszönöm a gratulációkat! :)

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: suggi - 2012.07.02 08:26

Csak gratulálni tudok én is. Csak az tudja milyen 100 kilométert menni biciklivel, aki már átélte. Szép volt Bundi. Ezek után, ha kipihented magad, itt a Börzsönyben van lehetőség tovább fejleszteni az izmokat. ;) 122 km, Vác-Vác a Börzsönyt megkerülve. Jó kis hegyi szakaszok vannak. Szívesen megyek együtt Veled. A Balcsit idén is sajnós kihagyom. :(Minden jót. :)

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Ikarusz - 2012.07.02 18:31

A Börzsönybe viszek nektek hideg vizet, motorral! :)

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: Diesel - 2012.07.03 07:28

Minden elismerésem! :)

=====

Vá: Kerékpározás - "Drót Lovagok"

Írta: suggi - 2012.09.04 07:14

Fertrő tó, két nap alatt körbe, jó idő, jó hajtás, szép környék. Ajánlani tudom mindenkinek aki szeret biciklizni. :)

=====