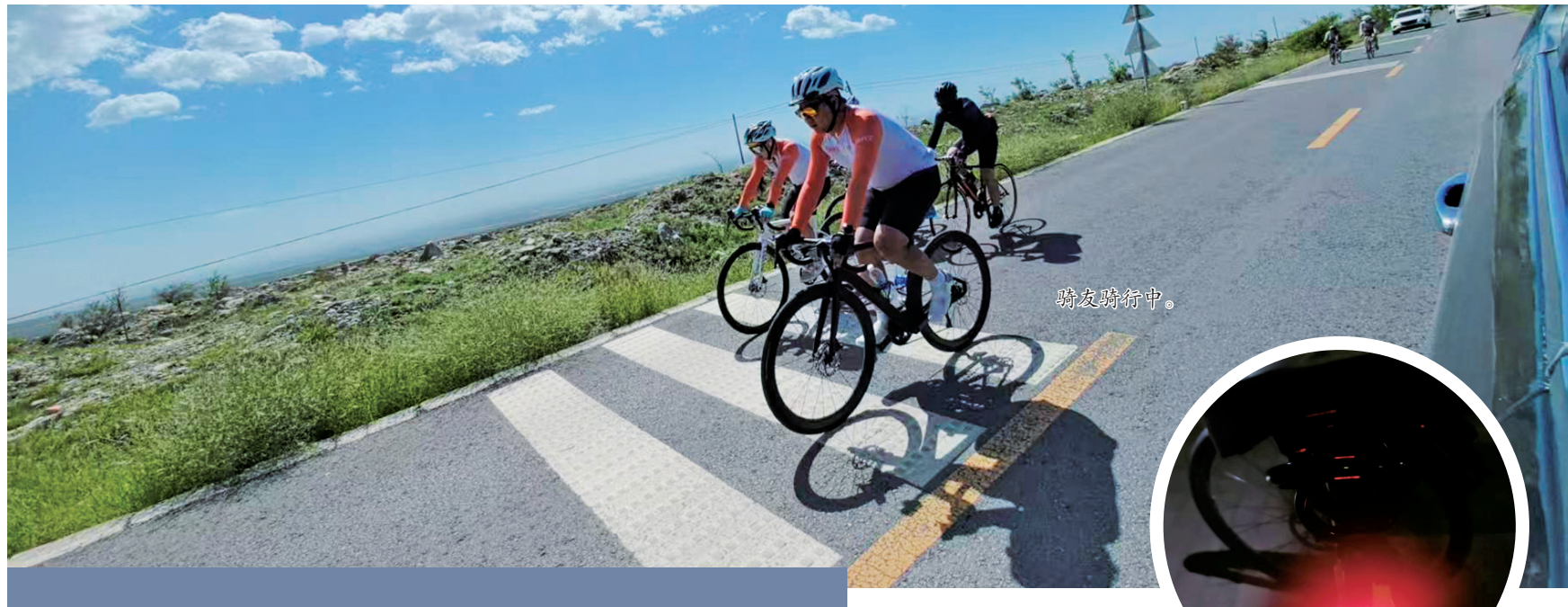




车友骑行中。

有趣的心形尾灯。

买头盔、选骑行服、DIY 单车…… 探索骑行装备的小小门道

记者 冯元春 文/图

“

春暖花开，最近在银川骑行的车友越来越多，他们骑行至滚钟口，领略贺兰山的沿途风光，闻花香、听鸟鸣，或者在阅海湖环湖绿道，感受风的自由与日落的浪漫。

对于现在的很多人来说，骑行不仅是一种交通方式，更是一种生活态度。选择合适的骑行装备，既能够提升骑行体验，也能确保安全舒适。当然，还有骑行者选择DIY单车。那么，让我们跟着他们一起探索一下骑行装备的小小门道，以及自己挑选并组装单车的乐趣吧。

购置入门级装备 享受骑行乐趣

说起骑行，银川车友橙路（昵称）坦言，自己并非一个专业级玩家，但她认为，大多数车友和她一样，可能骑行频率并不高，她推荐的一些入门级的必备装备，让大家既能享受骑行的乐趣，也不会觉得花了太多冤枉钱。

首先，头盔是骑行装备中的重中之重。一个合格的头盔应当符合安全标准，大小合适，佩戴时不应前后晃动。价格从几百元到上千元不等，“现在的头盔款式也有很多，有戴风镜的和不戴风镜的，但千万别为了省钱而购买劣质产品。”橙路说。

其次，选择适合自己的骑行穿搭。“穿搭需根据不同气温、路况来灵活应对。”橙路说，大部分人都建议采用“洋葱式”三层穿衣法：内层贴身排汗，中间层保暖锁温，

外层防风防护，还可以戴一个骑行围脖，把毛巾套在脖子上，留出一部分余量紧贴脖颈下部，再拉上拉链。这样不仅能防止冷空气进入，还能保持颈部温暖。

手套和骑行鞋和骑行眼镜，是橙路的最爱。她笑着说，别看这些小小配件，这也是骑行穿搭的一部分，“不同款式和颜色，会让你骑行时风头十足。”

橙路介绍说，手套能减少震动对手部的冲击，防止长时间握把导致的手部麻木；而专业的骑行鞋则能提高踩踏效率，锁鞋系统更是让骑行者能够实现“提拉”动作，充分利用每一份力量。此外，眼镜戴起来不仅酷炫，还能阻挡风沙和紫外线，特殊镜片还能增强对比度，在复杂光线下提供更好的视野。

DIY 一辆独一无二的单车

对于有预算的骑行者，祁亚杰建议，可以根据个人喜好选择不同品牌的车架，定制涂装，DIY 组装轮组、套件等，自己组装一辆独一无二的单车。前段时间，祁亚杰就开心地拥有了人生第一辆全碳公路车——小粉，每天骑行的心情变得特别愉悦。

“小粉可是我的心头好，它是一辆DIY 组装的公路车。车架用的是复仇者R8（气动架），是国产碳纤维车架，不仅性能卓越，还支持自定义涂装，让我打造出一辆独一无二的骑行伙伴。”祁亚杰说。选择它的原因主要有三点：一是国产碳架的性价比高，在预算有限的情况下也能拥有高品质的骑行体验；二是自定义涂装能够充分展现个性与创意；最后一点很重要，它的性能表现非常出色，无论是加速还是巡航都能游刃有余地应对。

祁亚杰说，骑着自己DIY的爱车，感觉特别不同。“会考虑今年的骑行服、骑行袜和它搭不搭配，好心情就从配好穿搭，骑着它出行的那一刻开始啦。”

照亮骑行之路的装备也可以很可爱

进入春夏，很多骑行者喜欢夜骑。祁亚杰建议，如果夜骑，记得带上尾灯和前灯，照亮自己的骑行之路。

“现在的尾灯做得都特别可爱，超级有趣”祁亚杰推荐了一些品牌，她介绍说，比如kuwayo，这款尾灯有米老鼠、墨镜表情、心动等各种图案，自带很多特别的表情，颜值超高，还可以自己DIY 表情，非常有趣。还有一些品牌，质感非常好，可以自动感应刹车，自动亮灯与休眠。

此外，她建议根据个人情况，无论白天骑行还是夜骑时，可以添置专业的骑行眼镜、手套、骑行服以及心率带等。建议新手在骑行20公里以上时穿上骑行裤，“它能有效保护你的臀部，避免不必要的疼痛。”

根据需求买辆又酷又靓的单车

祁亚杰是银川快乐轮子单车俱乐部的组织者。对于车子的购置，祁亚杰介绍，首先要考虑个人预算，其次要看个人常骑行的路线。如果路况较差的话，建议买山地车或“瓜车”；如果腰疼，平把车是不二之选，正常情况下，公路车是个不错的选择。

说起“瓜车”，祁亚杰解释说，它指的是近年来在全球范围内流行起来的砾石公路车，“‘瓜车’有点像在公路车的基础上改装成的越野车，可以应对碎

石径、森林径、乡间小路等非铺装路面，拥有更好的通过性和舒适性，它成了近年来喜欢骑车露营和自行车长途户外旅行者的利器。”祁亚杰说。

这两年，很多喜欢骑车露营的骑行者都会买辆“瓜车”，看起来胖胖的宽胎能带来减震效果，车架上还预留了很多孔位，便于安装各种水壶架、车包、驼包和挂载结构，提供了非常大的DIY 空间。大家可以根据自己的审美和需求不断改装属于自己的“瓜车”，让车变得又酷又靓。



组装公路车。