



车 同 寿

自 行 车 旅 游

山西人民出版社

121
2
F3

江海(又名江海)

自行車旅遊

馮杰

我走到天涯海角，
也會牢記母校的培養。

1963年級系畢業生

江海 敬啟



1990.10.14



21490151



自行车旅游

车同寿

*

山西人民出版社出版 (太原并州北路十一号)

山西省新华书店发行 山西省七二五厂印刷

*

开本: 787×960 1/32 印张: 4.75 字数: 76千字

1986年12月第1版 1986年12月太原第1次印刷

印数: 1—4,100册

*

书号: 12088·20 定价: 1.10元

序

在我国群众性体育活动的丰富多采的项目中，自行车运动以其特有的魅力吸引着越来越多的体育爱好者。自行车运动在我国有着广泛的群众基础，它可以锻炼身体，预防疾病，使人们保持健康的体魄和旺盛的精力。自行车旅游溶体育、旅游于一体，赋予体育旅游以新的活力。骑自行车旅游可以畅游祖国的秀丽山川，领略各地的风情习俗，观赏城乡建设新貌，既能培养人们不畏困难、勇于进取的精神，又可陶冶情操，开阔眼界，增长学识，是培养人们爱国主义精神、丰富人民文化生活的有益的活动。

随着人民物质文化生活水平的提高，国内旅游事业正方兴未艾，骑自行车旅游经济、方便，别有一番情趣，深受广大群众特别是青年人的欢迎，这种旅游形式符合中国国情，是探索走中国式旅游道路、开发旅游项目的不可忽视的方面，值得提倡。

车同寿同志的《自行车旅游》是在群众性旅游兴起的形势下与读者见面的，这本书题材新颖，内容丰富，雅俗共赏，值得旅游爱好者一读。

中国旅行总社社长 庄炎林

一九八四年十二月三日

前 言

一九三〇年至一九三七年，上海青年潘德明骑车、徒步环球旅行的壮举，曾震惊世界。他雪了“东亚病夫”之耻，争了中华民族之光。一九七九年报纸发表这一“消息”后，一个以“热爱祖国”为主题的自行车旅游热逐渐兴起，现已蔚为大观。

中国是一个拥有二亿多辆车的“自行车大国”，骑自行车旅游，最合中国的国情。节假日，或同师友，或偕眷属，浪迹江湖，纵情山水，搏击风雨，真乐陶陶哉！骑车旅游，还可以培养人们的爱国主义精神，陶冶高尚出俗的情操，开阔眼界，增长知识，锻炼身体，延年益寿。它是一种极为有趣的积极性休息，有着方便、经济的优点，它还可以节省能源、减少污染、减轻对城市交通的压力。对于有较长寒暑假期的广大师生来说，更具有特殊实用的价值。

笔者曾七次长途旅游，行程二万二千里，特别是近三年来，带着八岁的儿子，四次骑车壮游神州，多少积蓄了些经验。再加长期留意报章杂

志，多方调查收集资料，遂写成这本《自行车旅游》，多想把丰富充实的自行车旅游知识，高尚典雅的情趣，经济实用的经验，奉献给敬爱的读者。

祝愿《自行车旅游》能为广大旅游爱好者开辟一个新天地，让它把您带入自行车圆舞曲的欢乐之中。

车同寿

一九八五年七月

于北京狮子府

目 录

一、自行车史话

- 谁最先发明自行车…………… (3)
- 自行车发展简表…………… (7)

二、自行车旅游热

- 骑车旅游的先行者…………… (11)
- 热爱骑车旅游的中外名人…………… (13)
- 世界骑车旅游热…………… (23)
- 中国的自行车旅游热…………… (46)

三、自行车旅游的优点

- 培养爱国主义精神…………… (63)
- 培养百折不挠的坚强意志…………… (66)
- 陶冶高尚的情操…………… (69)
- 开阔眼界 增长才干…………… (72)
- 锻炼身体防病治病益寿延年…………… (76)
- 极为有趣的积极性休息…………… (80)
- 方便、经济…………… (82)
- 节约能源减少污染减轻城市交

通压力…………… (84)

四、怎样进行自行车旅游

思想准备…………… (87)

制定计划…………… (92)

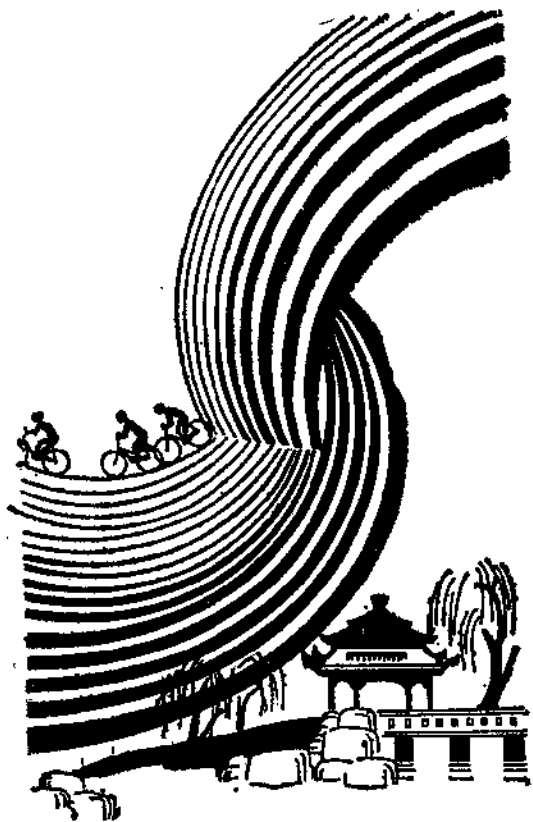
物质准备…………… (101)

体力准备…………… (104)

注意事项…………… (106)

五、附录

一、自行车史话





谁最先发明自行车

我国清朝有位能工巧匠黄履庄，幼时聪明过人，七、八岁就能凿制出手足可自动的木质机器人。他刻苦钻研机械制造，发明有自行车、机器狗、千里镜、太阳取暖镜、自动驱暑扇等多种奇妙器械。

黄履庄创造的自行车，前后各有一轮，长三尺多，可坐一人，不须别人推拉，能够自行。骑车人手摇“轴旁曲拐”，车即前进。随停随摇，一日可行八十里之遥。

根据历史学家的考证，黄履庄大约是康熙年间（1654年——1722年）的人。

几十年后的1790年，法国人西夫拉克才制造出一条木马，前后纵向安装了两个木头轮子，人骑坐在木马上，两手扶住木马的头，用两脚蹬地，靠蹬地的反作用力，使木马的轮子转动。这种木

马，当时被称为“塞列利菲尔”，意思是“快运”。虽然，这种被很多人认为是最初出现的自行车，不仅比我国黄履庄发明的自行车要晚，而且还缺少黄氏自行车上的一个重要部件——“轴旁曲拐”。

外国的自行车上出现“轴旁曲拐”，那已是1800年，是俄国人叶·米·阿尔塔蒙诺夫制造的，比我国晚了一百年。

阿尔塔蒙诺夫是乌拉尔维利赫杜耶城的一位农奴工匠。他所制作的自行车，全都是用铁打成的，前轮比后轮大些，使车子运转的传动装置，是装在前轮上的连接杆和踏板，就象现在小孩骑的三轮脚踏车的前轮一样。

这一年，在维利赫杜耶城到莫斯科的公路上，阿尔塔蒙诺夫骑着自己设计、制造的新奇的两轮自行车，以坚毅、勇敢和超人的顽强精神，进行了五千俄里（合5335公里）的长途旅行，成为轰动一时的新闻。

1817年，德国的机械师特拉依斯，把法国人发明的木马式自行车的头，改革为能转动方向的手柄（车把）；他用手柄转动，改变木马式自行车的行进方向。这时还是用两只脚蹬地的老办法，而车轮则是前小后大。

1839年，英国的麦克米伦发明了曲柄脚踏板，安装在后轮上，用两只脚踏动，使木马的后轮转动，向前行驶。这样骑乘者就不再用脚踏

地，速度也大大加快。

1842年，前轮极大、后轮极小的自行车在欧洲问世，提高了车的速度，但是，稳定性差，很不安全。

1865年，法国的马车制造工匠米修和他的助手拉尔曼，在自行车的前轮上安上了脚蹬。但是，车身笨重，座位有一人高，上下车很不方便。车把不灵活，也没有车闸，快速行驶时要费很大劲才能将车子停住；遇到上坡，前轮就不会转动。然而，这种以车代步的简单交通工具，却颇为群众喜爱，曾在欧洲流行一时。发明家根据拉丁文“快”和“步行者”两字的意思，给这种车子取名为“自行车”。

1867年，英国人马利卓和美国人卡涅尔斯发明了细金属条制成的轮辐，大大减轻了车子的重量。

1868年，开始出现实心的橡胶轮胎。

1869年，法国的基鲁美和梅耶，1879年英国的罗逊，先后发明了用链条驱动后轮的自行车，对原始自行车作了有决定意义的技术革新。这一革新，大大提高了自行车的行驶速度和稳定性。

1871年，自行车车架改用钢管，提高了车的坚固程度。

1880年，自行车上广泛地使用了滚珠轴承，大大提高了车速，骑起来轻便多了。

1885年，英国人斯塔利，把前后轮改为一样

大小的轮子，这样骑起来安全多了，从外形看已很象今天的自行车。

1886年，英国的兽医邓洛普发明了充气的空心轮胎，把内胎打上气，使自行车骑起来，既舒服、省力，速度又快。这样一来，就和今天的自行车，几乎一模一样了。

当今世界上自行车品种繁多、款式新颖、结构牢固、骑行轻便，为越来越多的人所喜爱。但追溯它的首创者，不能不归功于我国的黄履庄。



自行车发展简表

年 代	国 别	姓 名	结 构	性能、特点
约1700	中	黄履庄	长三尺多，有轴旁曲拐	日行八十里
1790	法	西夫拉克	木马式，缺轴旁曲拐	
1800	俄	叶·米·阿尔塔蒙诺夫	铁制，有轴旁曲拐	速度提高
1817	德	特拉依斯	木马式，有车把，前轮小，后轮大	可转弯
1839	英	麦克米伦	后轮安有轴旁曲拐	
1842			前轮极大，后轮很小	速度快，但不稳
1865	法	米修，拉尔曼	轴旁曲拐安在前轮上	

续表

年代	国别	姓名	结构	性能、特点
1867	英美	马利卓 卡涅尔斯	细金属条制成的轮辐	减轻车重
1868			出现实心的橡胶轮胎	
1869	法	基鲁美, 梅耶	链条驱动后轮	自行车技术的重大改革
1879	英	罗逊		
1871			自行车车架改用钢管	坚固
1800			加装滚珠轴承	轻便
1885	英	斯塔利	前后轮直径改为一样大小	安全
1886	英	邓洛普	橡胶内外胎、充气	舒、轻、快