

自行車培訓班風行法國

駐法國代表處教育組

自行車近來大受歡迎。不過，法國的自行車通勤比例目前僅有 3%，政府因此於 9 月 14 日宣布一項包括 25 條措施、3.5 億歐元預算的計畫，推動此種零污染交通方式，以期將自行車通勤率於 2024 年提升至 9%。措施之一乃是將自行車納入小學必修課程。這不但有助於培養自行車風氣，也能讓所有人儘早學會，畢竟多數孩童跟家人學騎車，但有一部份人卻根本無此機會。

根據一項由地區與城市自行車道俱樂部（Club des territoires et villes cyclables）委託進行的研究，2.1% 的法國人不會騎自行車，而 20% 的人則表示騎車讓他們感到不自在。

女性佔多數

自行車騎士協會（Fédération des usagers de la bicyclette - FUB）指出，「很少有人敢大方承認不會騎自行車。家庭在這方面扮演的角色很重要，有 69% 的人跟父母學，10% 的人跟祖父母學，另外 12% 的人則是跟朋友學騎車。」

童年時期沒有學會騎自行車的多半是女孩。DAVS 自行車協會的教練 Frédéric Vitry 指出，「全國大約有 15% 的女性不會騎自行車，報名我們課程的成人更有 90% 是女性。其中很多人有移民背景，在不教女孩騎腳踏車的家庭中長大。」當然，也有部分男性在童年時期並未學會騎自行車。「一開始他們羞於承認，但現在有越來越多的男性學員，」 Vitry 欣喜地表示。

成人自行車課程蓬勃發展

長期以來，大家都赧於承認不會騎自行車。不過，這種心態已不復見，許多成年人目前都躍躍欲試。這項活動越來越受歡迎的同時，學員自然是蜂擁而至。根據自行車騎士協會副會長的觀察，「成人自行車課程如雨後春筍般興起。我們協會中的自行車學校在短短 4 年內就由 60 成長到 107 所。」

巴黎及其近郊即日起有 6 所專門機構提供成年人學習自行車，每年有數百人因此受益。Vitry 列舉了自行車的各種優點：「令人愉快、花費低廉且移動迅速。自行車道政策最近越來越受到重視，而自行車也越來越風行。這項運動令人耳目一新，沒騎過自行車的人也受到鼓舞願意嘗試。」

十餘小時即能自在騎車

40 歲的 Lina 就在今年夏天給自己一個學習的機會，報名了馬恩河谷地區某所機構的課程。這位 3 名子女之母向《巴黎人報》坦承：「我 11 歲的女兒很會騎腳踏車，她是在學校學的。雖然她曾試著教我，但我就是學不會。」Lina 希望將來能全家一起騎車出遊。

對於初學者而言，大約需要 6 小時來培養平衡、變速、煞車等基本能力。Vitry 指出，「成人最大的障礙在於害怕跌倒，因此我們的第一課就是平衡感。」基本能力一旦上手，就要開始學習如何上路。「首先我們會在安全的環境下騎上教學道，練習動作以及如何在自行車道上行進。接著，我們會到真實車道上團體行動，讓學員在獨自上路前感到安心。」

經過十餘小時的學習，奇蹟產生，40 歲以上的學員也能駕馭腳踏車。Vitry 很高興地表示，「學員帶著他們為了通勤或跟孩子出遊而買的自行車來尋求幫助，而我們每天都看到成功的例子。」只要有心學習，年齡不是限制。

譯稿人：駐法國代表處教育組

資料來源：2018 年 9 月 15 日，《巴黎人報》