



ಸ್ವಾರಸ್ಯ

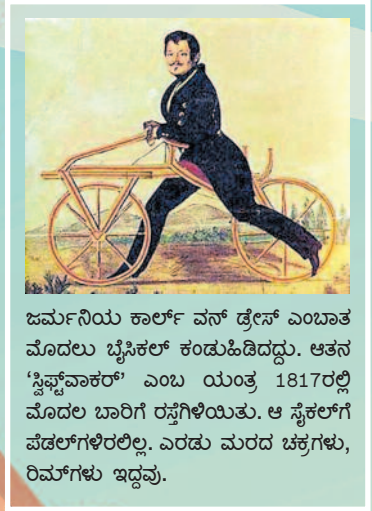
# ಸೈಕಲ್ ಸವಾರಿ ಚೈತನ್ಯಕೆ ಹೊಸ ದಾರಿ

ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ, ಸಂತಸದ ಸಂಕೇತದಂತಿರುವ 'ಸೈಕಲ್ ಸವಾರಿ'ಯು ವ್ಯಾಪ್ತಿ ಈ ಆಧುನಿಕ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಇನ್ನಷ್ಟು ಹಿಗ್ಗಿದೆ. ದೈಹಿಕ-ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಸೈಕಲ್ ತುಳಿಯುವುದು ಜೀವನಶೈಲಿಯ ಭಾಗವೇ ಆಗಿದೆ. ಸೈಕಿಂಗ್ ಬಗೆಗಿನ ಆಸಕ್ತಿಕರ ಸಂಗತಿಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ...



ದಿನಕ್ಕೆ ಕನಿಷ್ಠ 30 ನಿಮಿಷ ಸೈಕಲ್ ಓಡಿಸುವ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ತಗ್ಗುತ್ತದೆ ಎಂದಿವೆ ಅಧ್ಯಯನಗಳು.

ಕಳೆದ **20** ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಸೈಕಲ್ ಬಳಸುವವರ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ **68%** ಹೆಚ್ಚಳ ಆಗಿದೆ



ಜರ್ಮನಿಯ ಕಾರ್ಲ್ ವನ್ ಡೇನ್ ಎಂಬಾತ ಮೊದಲು ಬೈಸಿಕಲ್ ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದ್ದು. ಆತನ 'ಸ್ಟಿಫ್ಟ್‌ವಾಕರ್' ಎಂಬ ಯಂತ್ರ 1817ರಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ರಸ್ತೆಗಿಳಿಯಿತು. ಆ ಸೈಕಲ್‌ಗೆ ಪೆಡಲ್‌ಗಳಿರಲಿಲ್ಲ. ಎರಡು ಮರದ ಚಕ್ರಗಳು, ರಿಮ್‌ಗಳು ಇದ್ದವು.

ಡೆನ್ಮಾರ್ಕ್ ವಿಶ್ವದಲ್ಲೇ 'ಸೈಕಲ್‌ಸ್ಟೇಟ್ ದೇಶ' ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ 10ರಲ್ಲಿ 9 ಜನ ಸೈಕಲ್ ತುಳಿಯುತ್ತಾರೆ.

ಸೈಕಲ್ ತಯಾರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಚೀನಾ ಮೊದಲ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿದೆ.

ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಅಂದಾಜು **47,670** ಬೈಸಿಕಲ್‌ಗಳನ್ನು ಮಾರಾಟ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಚೀನಾ, ಭಾರತ, ಯೂರೋಪಿಯನ್ ಒಕ್ಕೂಟ ರಾಜ್ಯಗಳು, ತೈವಾನ್, ಜಪಾನ್, ಜಾಗತಿಕ ಉತ್ಪಾದನೆಯಲ್ಲಿ **87%** ಹೊಂದಿವೆ.

ವಾರಕ್ಕೆ ನಾಲ್ಕು ದಿನ **8** ಕಿ.ಮೀ. ಅಂತರದಲ್ಲಿನ ಕಚೇರಿಗೆ ಸೈಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೋಗುವ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ, ವಾರ್ಷಿಕ ಸುಮಾರು **750** ಕೆ.ಜಿ. ಇಂಗಾಲದ ಡೈ ಆಕ್ಸೈಡ್ ಹೊರಸೂಸುವಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆಯಬಲ್ಲ.