

通關越來越絲滑，港人的北上清單裏，多了一個超火選項：到深圳騎行。這一潮流得益於蓮塘口岸成為深港首個支持騎行者直接推車通關的口岸，更因深圳完善的騎行環境與豐富資源的吸引力，也與兩地市民對健康生活方式的共同追求密不可分。清晨的陽光灑在蓮塘口岸，一輛輛自行車緩緩駛過，車輪碾過邊境線的瞬間，不僅跨越了地理的分界，更開啟了一場關於規則、速度與城市生活哲學的有趣對話。

●文/圖：香港文匯報記者 石華、郭若溪



●波記俱樂部組織深港騎友在大鵬騎行。圖為騎友在大鵬所城合影留念。受訪者供圖



●Ben哥（左下角）在深圳帶車坐公交。受訪者供圖

車輪「騎」遇記：資深騎友見證兩地騎行文化交織

學包容識交規

港深騎行尋新平衡點



一程公交接駁 拉近兩地人心

港人蔡友翔是一位資深騎行愛好者，騎遍香港大街小巷後，近年，他熱衷於到深圳體驗不一樣的騎行環境。位於深圳皇崗村的波記騎行俱樂部，是蔡友翔和騎友的「大本營」。在這裏，他們不僅分享各自的騎行裝備心得、精選路線攻略，還時常組織騎行活動，成為深港騎友聯合活動的起點。深圳平坦開闊的路網與便捷的共享單車，香港陡峭起伏的山道與嚴謹的規則意識，在一次次騎行中交織碰撞、彼此滲透。

蔡友翔在內地用共享單車騎行已突破2,500公里，足跡遍布山東、廣西、成都、上海、北京等全國多個城市。「騎行是了解城市最好的方式——跑步太短，開車太快，只有騎行才能真正融入街巷。」蔡友翔說。

香港：騎行是一場精密計算

騎行過程中，蔡友翔不自覺地開始對比兩地騎行文化的差異。對香港騎友來說，騎行從來不是「說走就走」的隨意運動，而是一場精密計算的城市遊戲。

「在香港騎行，必須考慮開車人的感受，互相體諒。」蔡友翔說，香港騎行者從小接受交通教育，「大家默認遵守規則，否則容易引發衝突。」這種嚴謹的規則意識，塑造了香港獨特的騎行文化——有序，但有時也顯得「束縛」。香港的路網陡峭起伏，騎行道狹窄，騎友們必須時刻注意行人、車輛，甚至地鐵安检對單車攜帶的限制。但正是這種嚴格的管理，讓香港的街道即使車流密集，騎行依然相對安全。

深圳：像一杯「自由調配」的飲品

相比之下，深圳的騎行文化更像是一杯「自由調

配」的飲品：共享單車隨停隨走，地鐵攜車可以商量，甚至部分路段還能看到騎行者「佔道」現象。這種管理方式，體現出城市對新興生活方式的接納，但也帶來安全隱患。蔡友翔注意到，深圳部分騎友與機動車爭道，「像在用生命騎車」。

「在深圳，真是被寵壞了。」蔡友翔笑着說，他的自行車稍有「不適」，就去波記騎行俱樂部找「波哥」修理，而在香港，他只能自己動手。

「破風」與「隨性」體驗大不同

在深圳的騎行道上，年輕騎友的「速度競賽」屢見不鮮。蔡友翔發現，內地「00後」「95後」騎友常藉助智能碼錶、功率計等設備，追求「破風」快感。「這或許與內地文化有關——從讀書到工作，競爭無處不在，騎行也成了另一條賽道。」

而香港騎友更傾向於「隨性騎」，甚至為一片好風景臨時改道。內地騎友這種對速度的癡迷，為騎行文化注入了競技激情，但有時也被港人視為「忽視了騎行體驗」。

港設「臨時騎行道」借鑒柔性管理

隨着北上騎行的港人增多，規則碰撞催生出新共識。深圳騎友開始學習「規則意識」：波記俱樂部會提醒成員靠邊騎行、避免與機動車爭道；香港騎友也逐漸適應內地的「溝通文化」，如在非高峰時段協商攜車進地鐵。

更有趣的是，規則正在雙向流動，香港部分區域探索「臨時騎行道」，借鑒深圳的柔性管理；深圳在新騎行道規劃中，參考香港的精細化管理，如設置清晰標識、優化轉彎半徑。規則的碰撞，推動兩座城市在騎行安全中尋找更合理的平衡點。



●家庭騎行場景在深圳更常見。受訪者供圖



●波記騎行俱樂部負責人波哥（左）、Ben哥（中）和蔡友翔在俱樂部合影。香港文匯報記者石華 攝

對於熱愛騎行的港人來說，以往北上騎行可能會受到交通接駁的限制。當騎行距離較遠，或者遇到體力不支、天氣突變等情況時，如何繼續完成行程或者順利返程成了讓人頭疼的問題。而現在，允許攜帶單車乘坐公交的政策，無疑為港人騎手們解決了這一難題。

蔡友翔分享了他的親身經歷，在公交車上，騎友都會主動詢問關於騎行的情況，從而引發一場關於生活方式、城市特色的討論。這種日常生活中的交流，看似微不足道，但卻在潛移默化中拉近了港人與內地居民之間的距離。

深圳在推動港人北上騎行便利化的過程中，也不斷優化相關政策和服務。一方面，加強了對公交車司機的培訓，讓他們能夠更好地應對攜帶單車的乘客；另一方面，在公交站點和車輛上設置了明顯的提示標識，引導騎手們正確放置單車。這種規則與包容並存的做法，為港人北上騎行營造了一個良好的生態環境。

蔡友翔對未來充滿了期待：「我希望能夠看到更多針對港人北上騎行的優惠政策和服務，

比如建設更多專門的騎行道、提供更加便捷的單車租賃和維修服務等。同時，也希望能夠組織更多跨地區的騎行活動，讓香港和內地的騎手們能夠一起交流、競技。」



平和心態是騎行帶來的禮物

與蔡友翔在俱樂部相識的港人Ben哥，自中學起便與騎行結緣。退休四年來，他只要有空就會來深圳騎行。Ben哥說自己騎行近30年，經歷了從追求「速度」到注重「舒適」的轉變。「年輕時熱衷爬坡競速，現在更享受風景與體力的合理分配。心態變得平和，也是騎行帶來的禮物。」

Ben哥最常騎的路線是從福田口岸到深圳灣，「半天輕鬆騎完50公里，路線熟悉，無需費神規劃。但深圳東部路況仍有限制，騎到鹽田尚可，再往回路況變差，一般只有在活動時才去。」

串聯挑戰旅遊美食與風景

除了在深圳騎行，Ben哥也經常去惠



州、中山等灣區城市騎行，他也曾挑戰台中武嶺50公里爬坡。「這些挑戰多通過騎行群發布，有興趣就可報名。若非活動組織，我一般不會獨自前往這些城市。騎行把挑戰、旅遊、美食與風景全都串聯起來。」

在深港聯合騎行中，速度與舒適的碰撞常引發討論，兩種理念正相互滲透：內地騎友開始學習香港的「體力分配」技巧，避免過度衝刺導致後繼乏力；香港騎友也嘗試「數據化訓練」，借助功率計提升爬坡效率。

速度與舒適的融合，最終讓兩座城市的騎行者找到更自由的表達——既不盲目追求速度，也不完全放任自流，而是尋找到真正屬於自己的節奏。

「小圈」嚴謹深耕 「大群」熱情破界

香港騎行文化長期以「小圈子」形式存在，騎友通過固定俱樂部或賽事結識，社交關係緊密但輻射範圍有限。蔡友翔回憶，每年香港的單車節，最大的亮點就是在青馬大橋騎行，是少見的大規模活動，「一個人騎是運動，一堆人騎是樂趣，但平時大家各自訓練。」

這種「小圈子」文化，讓香港騎友的社交更注重深度與專業性，但也限制了騎行文化的普及與多元化。例如，香港騎友的裝備討論常聚焦於「輕量化」「氣動性」等專業細節，而較少涉及更多的交流。

深圳的騎行社群則更具開放性。波記俱樂部不僅吸引港人，也匯聚內地騎友，甚至外籍人士。蔡友翔曾在深圳倒時差時結識巴西騎友，兩人因

共同愛好成為朋友；俱樂部活動中，也不乏因騎行結緣的夫妻或跨城騎友。

「內地社交更直接，騎行成了打破隔閡的媒介。」蔡友翔說，內地家庭騎行場景更常見，「有騎友帶13歲孩子騎青海湖100公里，雖然辛苦，但比在家玩iPad有意義」。這種開放與包容，讓深圳騎行文化多了幾分溫暖與活力。

波記俱樂部曾組織深港騎友環大鵬半島騎行，途中大家用粵語、普通話交替交流，分享不同的騎行感受。「騎行社群像一面鏡子，照出兩座城市的性格。」波記俱樂部負責人波哥認為，「香港騎友嚴謹、有規劃，內地騎友熱情、敢嘗試——碰撞中，大家都在學習包容。」

深鐵推「軌道+騎行」服務 「人車同乘」35元一票通



●騎行愛好者登上首班騎行友好服務「專列」。香港文匯報深圳傳真

周六上午10時許，地鐵6號線光明地鐵站外，不少整裝待發的騎友對深圳地鐵新推出的「軌道+騎行」服務讚不絕口。騎行愛好者李先生表示，開車出行不僅停車難、易堵車，攜帶自行車也十分不便，自行車能上地鐵的服務解決了騎友們長久以來的困擾，一個電話就能預約，讓周末的騎行休閒更加方便。

11月中旬，深圳地鐵開通軌道騎行友好服務，在4條地鐵線上試點「軌道+騎行」，100名參加光明區「山海連城·軌道騎行·活力啟程」活動的騎行愛好者搭乘了首班專列。

設車輛打包區與應急物品

地鐵車站工作人員分別對車輛進行裝袋打包，還提供了專門打包區，同時還備有急救包等應急物品，方便有需要的騎友使用。騎友們分別前往歡樂田園、科學城、左岸科技公園、明湖城市公園環線等處享受騎行樂趣。

香港文匯報記者了解到，11月15日，深圳地鐵在2&8號線、6號線、6號線支線試點上線了

周末騎行友好服務，通過「專用包裝、人車同票、預約管理、指定區域」模式，為騎行愛好者提供更輕鬆的跨區騎行服務，解決了長期困擾騎友群體們的「人車同行」難題。

4條試點線路 提前1-3日預約

試點期間，4條試點線路開放「軌道+騎行」服務時間為周末運營時段，票價實行一票制35元（人民幣，下同），乘客需提前一個工作日撥打深圳地鐵客服熱線88960600進行預約，團體預約則需提前3個工作日。後續會根據線路的實際運營情況及市民騎友的反饋，適時優化調整服務。

據了解，此次試點開放的4條線路擁有一些風景優美的騎行線道，同時，在周末地鐵車廂空間相對寬敞，可以很好滿足騎友「人車同行」的需求，解決了從家到線道起終點的接駁問題。

以6號線為例，開放「軌道+騎行」服務的站點有：光明站、紅花山站、紅山站、體育中心站、科學館站，途經歡樂田園、茅洲河碧道、左岸科技公園多個熱門騎行線道，為深圳騎行愛好

地鐵騎行服務貼士

試點線路	地鐵2&8號線、6號線、6號線支線。
開放站點	6號線：光明站、紅花山站、紅山站、體育中心站、科學館站，途經歡樂田園、茅洲河碧道、左岸科技公園多個熱門騎行線道；2&8號線：後海站、福田站、梧桐山南站、大梅沙站，便利海濱棧道騎行。
服務時間	周末運營時段，票價一票制35元，乘客提前一個工作日致電88960600預約，團體提前3日。

整理：香港文匯報記者 郭若溪

者前往光明騎行休閒提供了極大便利。2&8號線開放服務的站點為後海站、福田站、梧桐山南站、大梅沙站，極大方便了騎友前往海濱棧道騎行，將深圳山海盡收眼底。