



취미건강

김 병 복

◁필자소개

本籍 :

평남 순천군 북창면
북창리 57-1

現住所 :

서울市 성북구 성북동
179-32

電話 : 765-1461

자전거 타기와 건강생활

내가 자전거에 취미를 가지게 된 것은 8살때다.

그때는 지방 면소재지에서 교통수단으로 통용되던 때이다. 그 당시 소학교 통학으로 사용되던 것만으로는 어쩔지 아쉬워서 여가를 선용한 레크레이션으로도 이용했다.

이런 자전거타기는 소학교를 거쳐 고등학교를 마치고 일본에서 지

낸 대학시절까지도 계속되었고 그때 왕복 140 km의 동경 오쿠다마 거리를 틈만 있으면 끌고 다녔다.

졸업후 고국에 돌아와서도 물론이고 해방후 월남(1946년)하여서 부터 오늘에 이르기까지 계속되었다. 그러니까 근한 평생을 자전거와 더불어 일생을 보내다시피 한 것이다.

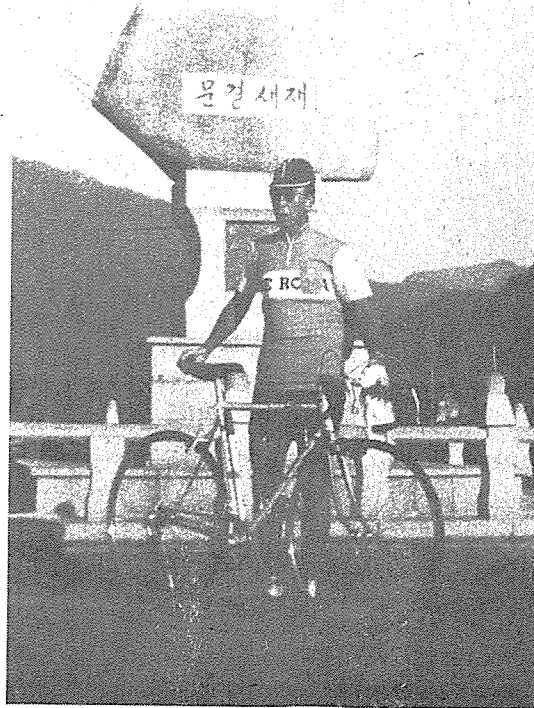
그 기간 중에 에피소드라고 할 수는 없지만 웃지 못할 일이 있었다.

6·25 사변 직후의 일이었다. 의정부와 동두천간의 지방을 지나다 다방에 들어갔다. 지금은 문명이 발달하여 웬만한 것 짬은 다 갖추고 시각적인 면도 넓어져 별로 신기한 것이 없는 세상이지만 그때만해도 내가 가진 자전거는 보통 사람이 가지지 않은 그런 것이었다. 그 보다도 우선 보면 그때 그 시대에 걸맞지 않게 번쩍거리는 것이 타인들의 흥미를 불렀다고나 할까. — 여지없이 거기있던 사람중에서 나의 자전거 가격이 얼마냐고 묻길래 나는 주저없이 팔구만원 정도간다고 했다 (그 당시 보통자전거는 6,000 원 정도였다).

그랬더니 그 쪽은 자기를 놀린다고 생각했는지 시골에서 산다고 사람무시하지 말라면서 화를 내는 일도 있었다.

이렇게 말하고 보니 내 자전거 자랑처럼 되어 버렸는데 이 기회에 자랑해 보는 것도 꽤찮은 듯 싶다. 각설하고 여기다 수많은 에피소드를 전부 낱알이 말할 수는 없고 자전거를 타는 일생동안에 별로 큰 병, 잔병 앓아 본 일이 없다.

환절기에 있어서 걸리기 쉬운 감기도 어쩌다 한번 걸리게 되면 자전거를 타고 땀 한번만 흘리면 낫는 식이다.



선천적인지 어떤지는 몰라도 겨울에는 내복 한번 입지 않는다. 버스이용 대신 시내를 온종일 걸어다녀도 다리가 아프다면가 하는 것은 느껴보지 않았다.

학생시절에는 스케이트, 축구, 수영등 스포츠를 즐겼지만 자전거 만큼 흥미가 있고 나의 운동신경을 자극시킨 것은 없는 것 같다.

자전거 특유의 스피드와 그 스릴감이란.....

특히 운동신경을 발달시키는데는 다른 운동보다 월등히 낫다고 생각한다.