

文章内容半虚半实，请自行辨析

## 导语

7.22日清晨，我与教练开启了长达40公里的骑行，小有此记。  
现实与想象交织，把小作文编织成了小小说。

## 前一天晚上

### 序章

“教练，明天几点？”

“明天骑车不？😄 要么早点过来练车，练完一起去骑车；要么早点去骑，骑完回来练车。”

“早点去骑吧，练完再骑太热了。您早上有别的学员吗？”

“就你一个人！[偷笑] vip！你明天最早能几点过来？”

“好，六七点吧。我骑的比较菜，教练让让我。”

.....

## 第二天

### 启程

清晨的第一缕阳光透过窗帘，唤醒了沉睡的大地。六点左右，我起床洗漱，站在窗台上凝视着那抹温暖但不刺眼的橙黄，心中涌起一股莫名的冲动。今天，我将和教练踏上一段长达40公里的骑行之旅，去感受风的温柔，去追逐自由的翅膀。

“老弟，起床没？驾校等你！”

“刚洗漱完，准备出发！”

我整装启程，踏上了去往驾校的道路。

车轮缓缓转动，带动着心跳的节奏。初夏的微风拂过脸颊，带来一丝清凉。

道路两旁的绿树在晨光中摇曳生姿，仿佛在祝福我一路顺风。

当我踏入驾校大门时，教练已经大树下等候。随即他递给了我一杯水，接过水之后，教练跟我说了一下今天的两条路线，我选择了爬坡但风景美的那条路线。我调试好骑行设备，打开手机记录app，

耳机放着喜欢的音乐，感到轻松惬意。在教练一句“那你跟着我骑，跟不上的时候打三下车铃”之后，我们就此出发，在清晨微抚的夏风中，开启了我们今日的40公里骑行。

晨光微露，我们轻骑而出，仿佛跃入了一幅未完的水墨画卷，墨色与光影交织，勾勒出世界最初的温柔。车轮轻转，带走了城市的喧嚣，只余下风的低语与心的吟唱，在空旷的天地间回响。

.....

### 爬升

虽然还只是清晨，但杭州的太阳已经高高挂起。

我们在晨曦的车流中穿行，很快就迎来了今天的第一大挑战——爬坡。

(bgm：太阳出来我爬山坡 /doge (:octicons-x-16:)

“前面用小盘，后面挂大盘。走！”

我们开始沿着蜿蜒的山路缓缓前行，道路两旁的树木郁郁葱葱，绿叶在微风中摇曳，似乎在为我们的旅程加油鼓劲。阳光透过树梢，斑驳地洒在他的身上，金色的光斑随着我们骑行的步伐跳跃，

像是一群顽皮的精灵在追逐打闹。爬过第一段坡，教练说到“过了这个隧道，还要再爬两段，坚持住。”

随着时间的推移，坡度逐渐增加，我们的速度也随之减慢。

我的呼吸变得急促，汗水顺着头盔滑落，我渐渐感到力竭。爬升到最后一段坡时，我们遇到了一位老者，教练喊道：“坚持住，不要放弃！老人家都没有轻易放弃，你有什么理由放弃！加油！”

与老者擦肩而过时，教练也鼓励到：“加油！坚持！”

教练到达顶端之后，跟我说：“加油，第一次骑，骑不动就下车慢慢推上来，加油！”

车轮在陡峭的路面上滚动，发出节奏感强烈的声响，像是战鼓在催促着战士前进。

我咬紧牙关，使劲向前踩踏板，不断挑战着极限，每一次的向上爬升都像是在与命运抗争。

![Image title](0722-0.jpg){ width="300" }

找了张图凑合一下

到达最高点之后，我们稍作休息，

我深深地吸了一口气，感受着来自顶峰的清新空气。

那一刻，所有的疲惫仿佛都被风吹散，水入豪肠，心中是无尽的喜悦和满足。

“第一次骑就爬上来了，已经很厉害了，我第一次来的时候还是推上来的。”教练言语间露着满意和骄傲，“从这个隧道下去之后，就是一段下坡了，这段路的风景很美。”

我点点头，再抿了一口水，再次跟随教练出发。

.....

## 冲破

通过隧道后，我们眼前看到的是一片龙井绿海和山庄。

这里的风景如同一幅精美的画卷，缓缓展开。茶园里绿色的波浪，山峦间翠绿的森林，还有那些不经意间闯入眼帘的野花，都在诉说着大自然的美丽与和谐。

我们停下车，深呼吸，将这一切尽收眼底。

教练说：“我看你朋友圈喜欢写一些小作文之类的，来我给你拍两张。”

随即，他拿出手机，给我拍了照和录制了视频。/doge

![Image title](0722-1.jpg){ width="300" }

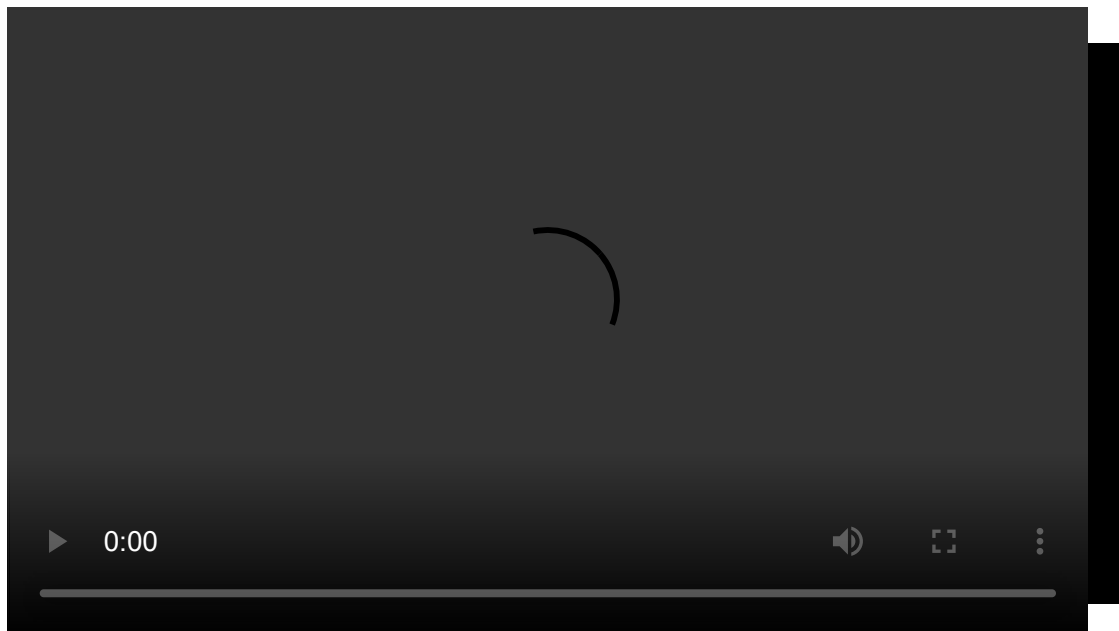
瞭望

![Image title](0722-2.jpg){ width="300" }

冲锋

之后，我们开始继续前进，让教练录制了下坡视频。

简单剪辑了一下，骑行录制的有些抖动。



### 我始终认为青春不需要恋爱也会热烈

下坡，是速度的释放，是热情的激荡，是自由的呼唤，是心跳的回响。我并不满足于自由下滑的速度，于是切换3\*7挡，向下加速后再滑行，体验着速度与激情的完美结合。山风在耳边呼啸，带来速度的快感，它似乎在诉说着大山与茶园的故事，告诉我这座山这片绿海的庄严与缠绵。

沿途，野花如繁星点点，以大自然最绚烂的笔触，点缀着这趟旅程的每一个瞬间。在其间快速穿梭，如同进入仙境，每一次呼吸都吸入了自然的芬芳与诗意，心灵得以在尘嚣之外翩翩起舞。随着坡度变缓，我们速度逐渐放慢，享受着下坡的轻松与愉悦，先前上坡的疲惫也随着山风消散。

.....

### 沿江、环湖

骑行至此，路途过半。下坡之后的路都为平地，我们先是沿钱塘江骑行几公里，接着是绕西湖景区骑了一圈，从南到北，从西到东。

骑行在钱塘江畔，感受着江水的波涛和历史的沉淀。清晨的薄雾轻抚着江面，阳光透过云层，洒下金色的光辉，照亮了前行的道路。我们沿着江岸线，在徐徐江风与熹微晨光之间穿梭。

随着骑行的深入，西湖的美景逐渐映入眼帘。湖面平静如镜，倒映着蓝天白云和周围的山峦。我们沿着湖边绿树成荫的林荫道，时而穿过古朴的石桥，时而绕过荷花盛开的池塘。西湖的十景，如断桥残雪、平湖秋月、苏堤春晓等，一幅幅动人的画卷在我们眼前一一展现。

车辆的轮廓在初升的阳光下变得柔和而清晰。发动机的轰鸣声不断响起，轮胎与路面的摩擦声也变得清晰可闻。车辆的流动愈来愈频繁，公交车、出租车、私家车，各种各样的车辆在街道上穿梭，形成了一条条流动的彩带。它们在城市的各个角落，连接着人们的家和工作地点，承载着每个人的梦想和希望。

.....

### 终点

不知不觉，我们已经骑了三十多公里。阳光洒满大地，我们开始踏上归途，穿梭在繁忙的都市街道上，沐浴在阳光和微风中，享受着大自然的恩赐。

在途中，我冒起一个思想火花，决定写下这篇小记，记录这段美好时光，对教练说：“教练，我想好了小作文标题了，就叫\*\*离合压不稳是吧，走，带你练腿去\*\*。”

不知道穿过了多少个路口，我和教练在学校门前的红绿灯路口分别，回到各自的目的地。

回望这一路的足迹，心中充满了满足和自豪。在教练的带领下，我达到了20的配速。  
40公里的旅程，不仅是一段距离的跨越，更是一次心灵的洗礼。  
被汗水浸湿的身躯，夹杂的是40公里的坚持与胜利的喜悦。

.....

![[Image title](info0722.jpg){ width="300" }  
里程记录

结语

车轮轻转，留下一串串足迹，如同诗行，记录下我们的旅程。  
我骑着山地车缓缓回到宿舍。这次旅途，如同一颗颗璀璨的珍珠，串联起我生命中的一段美好记忆。  
骑行，不仅是一场身体上的运动，更是一次心灵的旅行。它让我懂得了坚持的意义，体验了自由的力量，更加珍惜眼前的美好与未来的无限可能。  
骑行，是对自我的挑战，也是对极限的赞颂，是青春的热血沸腾与激情荡漾。  
今日，我们超越了昨日的自己，书写了新的篇章。青春，不需要恋爱，依旧可以热烈。  
.....歇息过后，我便前往驾校开始今日的练习。

- End -