



JAZLAN bersama grup Pedalfifteen membawa basikal lipat menaiki bas menuju ke Pulau Pinang.

## TIPS BERBASIKAL CARA MOHAMMAD JAZLAN

- » Jangan meninggi diri atau merendah diri dengan harga dan jenama yang kita miliki.
- » Bawalah bekalan air dan

# Basikal lipat, kawan dan pengalaman

energy bar yang mencukupi ketika berkayuh sebagai penambah tenaga jika keletihan.

- » Carilah rakan kayuhan yang sama jenis cara kayuhannya dengan kita. Kita gembira, kawan-kawan pun gembira.
- » Jangan memaksa diri untuk meneruskan kayuhan jika kita sudah keletihan. Ambillah masa untuk berehat seketika.
- » Jika mahu kayuh sendirian, carilah kawasan yang ramai orang, terang dan selamat.
- » Jika mahu kayuh dalam kelompok ramai, jagalah adab dan peraturan di jalan raya termasuk sekali di tempat yang kita berhenti rehat.



## MOHAMMAD JAZLAN NANGAR

■ **Umur:** 34 tahun

■ **Asal dan tempat tinggal sekarang:** Asal Skudai, Johor. Kini menetap di Shah Alam, Selangor.

■ **Pekerjaan:** Jurugambar

■ **Status perkahwinan:** Berkahwin

Oleh **JULIE ROSHANA AKMA SHAFEE**  
gayautusan@mediamulia.com.my

**S**UATU ketika dahulu basikal dicipta isebagai kenderaan namun kini penggunaan basikal amat meluas. Antaranya basikal digunakan untuk tujuan sukan dan rekreasi. Gaya menemu bual Mohammad Jazlan Nangar dan Muhamad Firdaus Abdul Karim yang memilih aktiviti sukan berbasikal lipat.

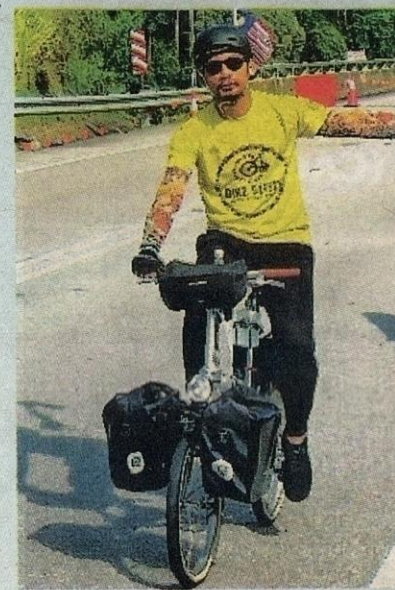
Sesuai dengan jiwa Mohammad Jazlan, 34 memang suka mengayuh basikal sejak kecil dan mengubah suai basikal dengan menukar dan menambah aksesori basikal. Jurugambar di sebuah syarikat media tempatan ini merasakan dirinya perlu ada hobi hujung minggu yang dapat mengisi masa sekal igus menyihatkan badan. Katanya, dia memilih basikal lipat kerana basikal jenis ini lebih

**JAZLAN bersama basikal lipat kesayangannya, basikal jenama Dahon Boardwalk.**

sesuai dengan jiwanya yang mahukan kayuhan santai tapi ada masanya boleh digunakan untuk kayuhan jarak jauh.

“Saya mula serius sejak 2015 kerana sukan berbasikal kembali meriah. Saya menyertai Kelab Kuala Lumpur Foldies yang merupakan antara kelab basikal lipat paling awal penubuhannya di Malaysia dan mempunyai keahlian yang ramai serta aktif dengan aktiviti kayuhan ketika itu.

“Saya dan beberapa orang rakan kayuhan kemudiannya menubuhkan kumpulan komuniti basikal lipat Malaysia. Fold & Go Community ini menghimpunkan rakan-rakan basikal lipat dari pelbagai kumpulan ketika itu,” katanya



**KESELAMATAN tetap diutamakan k**



**AKTIVITI** berbasikal boleh menambah kawan baru sekali gus boleh berkongsi pengalaman serta ilmu baharu.

kepada *Utusan Malaysia*.

Pada peringkat permulaannya, Jazlan menggunakan basikal bersaiz 20 inci jenis Hummer berharga RM700, diikuti basikal jenis XDS 710 berharga RM2,000 dan kemudian basikal bersaiz 16 inci jenama Trinx berharga RM550.

Tetapi kini dia hanya menggunakan basikal jenis Dahon Boardwalk yang dibeli pada tahun 2016 dengan harga RM1,850.

“Basikal ini juga merupakan



ketika melakukan aktiviti berkayuh.

basikal yang paling saya sayang. Banyak tempat saya dah pergi dengan basikal ini termasuklah ke penghujung benua Asia, Tanjung Piai. Sehingga kini saya belum pernah mengeluarkan kos yang tinggi untuk membaiki kerosakan kerana belum terjadi lagi kerosakan yang teruk.

“Saya tidak upgrade atau tukar banyak aksesori pada basikal ini. Apa yang saya lakukan adalah menukar *wheelset* dari saiz 406 ke saiz 451 untuk lebih ringan kayuhan dan hendak bagi nampak cantik basikal ini. Pada saya belum ada keperluan lagi untuk *upgrade* spesifikasi sebab basikal ini memang dah cukup sesuai untuk semua jenis kayuhan saya,” katanya.

#### RAKAM KAYUHAN

“Saya suka merakam video kayuhan sebagai konten di YouTube Channel Geng Basikal Lipat. Menariknya apabila menyertai mana-mana grup basikal lipat, hujung minggu meriahannya memang tidak terkata.

“Ada masanya saya juga melakukannya pada waktu malam pada hari bekerja dan kebiasaannya di laluan sekitar Kuala Lumpur, Shah Alam dan Putrajaya,” katanya.

Jodoh dengan isteri, Lidia Haron turut bermula daripada basikal lipat justeru lepas berkahwin mereka bersama berkayuh dengan kawan-kawan yang lain.

“Aktiviti berbasikal bukan sekadar untuk sihat dan mengisi masa lapang tapi ia juga dapat meluaskan jaringan persahabatan.

“Sebagai tanda persahabatan saya turut menerima kiriman baju kelab dari kawan-kawan di Underground Foldies Kuala Lumpur, Kami Budak Lipat, Cyclo & Camping Southern Foldies, Kulai Foldie, Sikokenix dari Temerloh, Lipax Foldies dari Kelantan dan juga Sixzone Foldies dari Sibul Sarawak,” katanya.

Jaringan persahabatan turut mampu menjana persahabatan melalui penjualan baju kelab dan kumpulan jenama basikal kepada mereka yang berminat.

Pesan Jazlan kepada mereka yang baru nak mula mengayuh basikal di jalan raya yang sibuk, biasakan diri mengayuh di sekitar kawasan perumahan yang lapang.

“Beranian diri dahulu. Belajar dari video di YouTube dan bertanya dari orang yang lebih berpengalaman tentang apa yang betul dan salah bila kayuh di jalan raya,” katanya.

# Jauh berjalan luas pandangan

MUHAMAD Firdaus Abdul Karim, 38, melakukan aktiviti berbasikal semenjak tahun 2018. Aktiviti berbasikal ini dipilih untuk menyeimbangkan aktiviti kehidupan seharian dan menjaga kesihatan. Kompak, mudah dan pratikal menyebabkan dia memilih basikal lipat jika dibandingkan dengan jenis basikal lain.

Basikal yang digunakan adalah jenis basikal lipat pelbagai jenama seperti Brompton, Pikes, Aceoffix, Dahon dan Bickerton. Harga basikal lipatnya itu bermula dari RM2,700 sehingga RM12,000.

Sebagai tukang baiki basikal amatur, dia tidak menghantar basikalnya jika mengalami kerosakan sebaliknya akan membaikinya sendiri.

“Aktiviti berkayuh ini biasanya dilakukan pada hujung minggu dan kebanyakan masa melibatkan rakan-rakan dari komuniti basikal lipat dari segenap

serta ilmu. Dari situ cabang pengetahuan bertambah dan secara tidak langsung ilmu, nasihat dan tunjuk ajar yang diperoleh dapat dimanfaatkan untuk kegunaan sendiri, orang lain dan komuniti,” katanya kepada Utusan Malaysia.

Tambahnya lagi, jaringan persahabatan dari pelbagai lapisan kerjaya turut memberi banyak manfaat situasi menang-menang. Sebagai contoh dalam kumpulannya terdapat doktor, tukang paip, mekanik kereta, tukang baiki rumah dan lain-lain dan bila waktu memerlukan ramai yang sedia untuk membantu.

“Melakukan aktiviti ini ada cabarannya dan antaranya semasa hendak mula berkayuh sebab sukar untuk mengikut rentak kayuhan rakan-rakan senior. Selain itu kesukaran menyesuaikan diri dengan basikal dan kumpulan basikal antara cabaran yang dihadapi.

“Alhamdulillah yang

berpengalaman tidak lokek ilmu dan sudi melayan kerenah. Lama-kelamaan pengalaman dan ilmu yang ditimba dicurah semula kepada rakan-rakan yang baru hendak bermula. Satu kitaran yang tidak terhenti.”

Bapa empat anak ini berpesan apabila telah berumahtangga dan mempunyai hobi sebegini anda perlulah mendapatkan restu lebih-lebih lagi daripada pasangan sendiri supaya tidak timbul isu ketidakadilan.

“Cara saya memanfaatkan hujung minggu secara adil dan sama rata. Satu hari diperuntukkan untuk aktiviti keluarga dan satu hari lagi untuk hobi.

“Untuk aktiviti yang ada keperluan untuk meninggalkan keluarga biasanya saya pilih hari di mana anak-anak tidak bersekolah dan tidak bertindih dengan program lain,” katanya.

...melakukan aktiviti berbasikal di kawasan pelusok dan daerah. Banyak manfaat melakukan aktiviti ini kerana komuniti basikal terdiri dari pelbagai lapisan masyarakat, kaum, pekerjaan dan kelas.

“Pergaulan dan perbualan antara satu sama lain selalunya berkisar tentang kehidupan peribadi, pekerjaan, tunjuk ajar dan perkongsian pengalaman

## TIPS BERBASIKAL CARA MUHAMAD FIRDAUS

- » Sentiasa merujuk kepada yang arif.
- » Terapkan semangat bercampur dan bergaul.
- » Jangan ikut - ikutan. Keperluan dan kemahuan harus tertakluk kepada kemampuan.
- » Alah beli menang memakai. Jika mahu serius dan ada bajet yang tidak mengganggu komitmen lain maka terus lah melabur untuk pembelian basikal dari model pertengahan dan atas. Basikal yang baik atau pada tahap optimum dapat menyemarakkan hobi mengayuh anda.
- » Tetapkan matlamat mengikut kemampuan dan minat. Basikal mempunyai pelbagai jenis dan kategori.

## MUHAMAD FIRDAUS ABDUL KARIM

- **Umur:** 38 tahun
- **Asal dan tempat tinggal sekarang:** Asal Kuala Selangor dan kini menetap di Pelabuhan Klang
- **Pekerjaan:** Pegawai khidmat pelanggan, tukang baiki basikal amatur separuh masa.
- **Status perkahwinan:** Berkahwin, dan memiliki 4 orang anak.



**MUHAMAD Firdaus** guna masa hujung minggu untuk melakukan hobi kayuh basikal lipat.