

# Pedal só para elas

São Paulo possui grupos de ciclistas adequados para as mulheres perderem o medo de pedalar nas ruas | Pág. 2

As Vespas se reúnem nas noites de quarta-feira para pedalar com segurança nas ruas da cidade

Foto: Rogério Viduedo

Para mais conteúdos, acesse nosso portal pelo QR Code



## Vote no Prêmio Mobilidade Estadão 2023

Até o dia 19 de novembro, você pode escolher os produtos e serviços que mais se destacaram no ano | Pág. 5





“Fazendo amigos.” Silvia Yokoi participa de três grupos de pedais, sendo um só de mulheres

# Ninguém fica para trás

Em geral, o ritmo da pedalada é dado pelas ciclistas iniciantes

TEXTO E FOTOS: ROGÉRIO VIDUEDO



Leia a matéria na íntegra no portal:



Encontrar um grupo de pedal noturno, em São Paulo, não é difícil. Um levantamento produzido pela Aliança Bike, em 2020, no qual 35% das respostas foram de empresários do setor de bicicletas com sede no Estado, mostrou que mais da metade das 174 biciletarias entrevistadas promovia passeios de bicicleta como forma de fidelizar clientes. Todavia, se a sua loja preferida não está com alguma atividade do gênero, provavelmente vai saber quem está, seja ela conduzida por uma concorrente, seja por ciclistas independentes.

Na região metropolitana de São Paulo, por exemplo, existem cerca de 300 grupos identificados pela Associação de Ciclistas Urbanos de São Paulo, a Ciclocidade, em 2017. Para obter os resultados, a pesquisa selecionou 46 deles. Descobriu que dois terços dos grupos realizam passeios semanalmente, à noite, com nível de dificuldade moderado, extensão média de 30 quilômetros e duração de duas a duas horas e meia.

Para encontrá-los, basta uma pesquisa na internet e nas redes sociais usando as palavras “pedal” e localidade desejada. Como ponto de partida, as páginas do coletivo Bike Zona Sul e do Pedal Power trazem listas com os principais grupos da cidade.

## INDICADOS PARA MULHERES

Há particularidades que devem ser observadas antes de aderir aos grupos, principalmente se você for iniciante e mulher. Na pesquisa da Ciclocidade, só 6,5% da amostra era composta, majoritariamente, por elas. Dois terços dos frequentadores dos grupos de pedal são homens.

Para atender às expectativas femininas, grupos só de mulheres foram criados, na capital. O mais antigo é o Saia na Noite. As saídas acontecem às terças-feiras, às 21h, da Alameda Gabriel Monteiro da Silva, 1864, nos Jardins. O grupo conta com cerca de 20 integrantes, e não tem restrição à participação de homens que sejam iniciantes e queiram aprender a pedalar junto com as mulheres, já que são elas que definem os roteiros e a quilometragem. Se todas concordarem, podem pedalar em ladeiras, imprimir um ritmo mais forte e ir mais longe. Contudo, se houver

alguma pessoa iniciante, procuram fazer trajetos mais planos e mais curtos.

Não muito longe dali, na Praça do Ciclista (esquina da Rua da Consolação com a Avenida Paulista), se reúnem, às 20h, nas quartas-feiras, as Vespas Bike Gang. Criado em 2018 com o lema “Qualquer bike e qualquer mina”, o grupo não permite presença masculina. Na noite de 12 de outubro, cerca de 40 ciclistas partiram para um passeio com destino ao Parque do Ibirapuera. Assim como a maioria dos grupos, é comum ocuparem uma faixa inteira das avenidas por onde passam.

“Esse grupo é maravilhoso”, diz a redatora Mariana Almeida, de 36 anos, integrante desde 2019. “Ele faz você ir perdendo o medo e a sensação de insegurança, pois pedalamos todas juntas na rua”, reforça. Naquela noite, recebiam a novata Laís Atanaka, 35 anos, profissional de projetos sociais, que começou a pedalar em junho passado. “Tenho receio de usar a bicicleta até na ciclovia”, confessa. Para resolver a segurança, decidiu buscar um grupo, e encontrou as Vespas, no Instagram. “Me chamou a atenção o fato de ser só de mulheres, pois os grupos de homens costumam correr mais, têm outra dinâmica”, calcula.

O formato das Vespas é semelhante ao Saia na Noite. Antes de partirem, uma das líderes sobe na mureta da praça e informa a decisão do trajeto. “Ninguém fica para trás, o ritmo será dado pela menos experiente.” Após a instrução, as ciclistas pegam as bicicletas e começam a pedalar em volta da praça até que todas fiquem agrupadas. Na frente, as novatas seguem a guia, e o resto do pelotão vem atrás, obedecendo o ritmo.

Outras guias se posicionam no meio e no fim do grupo e usam radiocomunicadores para manter a segurança de todas.

Durante um encontro de grupos de pedal realizado no Estádio do Pacaembu, em 22 de setembro, a cirurgiã-dentista Silvia Yokoi, 52 anos, conta ter começado a pedalar em 2019 e, hoje, participa de, ao menos, três grupos. Para ela, as pedaladas semanais vão além de buscar mais saúde e disposição. “Tem essa questão social, também, de fazer amigos”, revela.

Silvia é coordenadora voluntária do grupo só de mulheres, o Pedal Delas Ipiranga, que se encontra, aos sábados, pela manhã, na esquina das ruas Cisplatina e Bom Pastor, muito conhecidas no bairro. Ela recomenda dois pedais noturnos. O Pedala Ipiranga, que parte daquele mesmo local, nas noites de terça (nível avançado) e sexta-feira (nível iniciante), por volta das 20h.

O outro é o Pedal Carpe Diem, com proposta semelhante aos anteriores: fazer passeios em segurança pela cidade e aproximar pessoas por meio da bicicleta. As saídas ocorrem todas as quartas-feiras, às 20h, da Estação Marechal Deodoro da Linha 2-Vermelha do metrô, no bairro da Barra Funda.

EM



Mariana Almeida, no pedal das Vespas: em grupo, é mais seguro