

# BENEFICIOS DE LA BICICLETA



En el lugar donde se puede estacionar un auto, entran hasta 10 bicicletas. Alivia el tránsito por la ciudad al ocupar menos espacio que un auto en los carriles.



Es un ejercicio aeróbico, por lo tanto tiene beneficios cardíacos, reduce el estrés y mejora la postura. Puedes quemar hasta 800 calorías por hora.



Al no necesitar combustible, evita la emisión de gases ( $\text{CO}_2$ ), lo cual contribuye a la disminución del calentamiento global. Tampoco produce contaminación sonora.



Su costo de compra y mantenimiento es mucho menor al de un automóvil. Además no pagas por combustible ya que usas tu propia energía.



Junto a las motocicletas, son los medios de transporte más eficaces para recorrer distancias de hasta 5km.

