

Oplevelse og samvær gennem vandring

det er sundt, og det er sjovt

Dansk Vandrelaug
Lyngby Afdeling



Lyngbytraverne

Illustrationer © 2018 Erik Bay

Prøv en kort tur i godt selskab. I godt selskab kan du gå længere, end du tror, og du vil opleve, at selv i din nærmeste omegn er der listige stier og interessante steder, du ikke kender. Tag blot travetøj på, og mød op på stationen.

Tilmelding er ikke nødvendig, og du behøver ikke at være medlem.

Pris: DVL-medlemmer: gratis. Ikke-medlemmer: 30 kr.

Turene er 6-8 km lange og tager 2-2½ timer. Farten er ca. 4,5 km/t, og terrænet er letgået.

Medbring lidt at spise og drikke til en lille pause ca. midtvejs. Onsdagstravere er ture onsdag aften i perioden ca. 1/5-30/8.

Turene starter fra en station i Hovedstadsområdet kl. 19.00 og slutter samme sted kl. 21.00-21.30.

2/5: Skovlunde st.	Det gamle Skovlunde, gadekæret og Svanesøen (MV)	Birgit Højmark, 2370 7373
9/5: Sorgenfri st.	Sorgenfri Slotshave og Brede (MV)	Nina Rasmussen, 2948 2598
16/5: Farum St.	Maritim vandring: Fiskebæk og omegn	Birgit Højmark, 2370 7373
23/5: Farum st.	Farum Sø (MV)	Karen Boldsen, 2892 5101
30/5: Fuglevad st.	Hyggeaftentur til Brede – DVL-Lyngby giver aftenscaffen (MV)	Marianne Ottesen, 4046 3354
6/6: Holte st.	Geels Skov og Søllerød	Erik Christiansen, 2346 2460
13/6: Ishøj st.	Kunstens Ø i Køge Bugt Strandpark (MV)	Karen Boldsen, 2892 5101
20/6: Emdrup st.	Utterslev Mose	Tage Jensen, 3969 3300
27/6: Sorgenfri st.	Lyngby Åmose (MV)	Nina Rasmussen, 2948 2598
4/7: Holte st.	Vaserne (MV)	Nina Rasmussen, 2948 2598

MV: Maritim Vandring



dvl-lyngby.dk

Maj-juni 2018

Vandreture og arrangementer

Fredag, 4/5: Maritim Vandring: Byvandring i København: Vesterbro og Kalvebod Brygge

Temaet for turen er byudvikling og byggerier. Fra Hovedbanegården går vi gennem Kødbyen til Carlsberg Byen, hvor nye byggerier er begyndt at skyde op. Vi krydser baneterrænet ved Den Gule By og kommer til Kalvebod Brygge, hvor der vil opstå nye markante byggerier i de kommende år. Tempoet er moderat.

Tur: 8-10 km. **Fra:** Københvn H (under uret) kl. 10.00. **Til:** Samme sted ca. kl. 13.00. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671.

Lørdag, 5/5: Fra Bagsværd til Bagsværd

Nogle år er bøgen sprunget ud den 5. maj, nogle år ikke. Det bliver spændende at se, hvordan det er i år. Vi skal gennem Novo Nordisk Naturpark, Smørmosen og Fedtmosen. Gennem Hareskov by

til Store Hareskov. Videre ned til Furesøen. Tilbage til Bagsværd gennem Storskov og Aldershvide Skov.

Tur: ca. 16 km. **Fra:** Bagsværd st. kl. 10.00. **Til:** Samme sted ca. kl. 15.00. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671.

Søndag, 6/5: Barokhaven, forår

Her i foråret håber vi på, at æbletræerne blomstrer i Barokhaven ved Gl. Holtegaard. Fra Holte st. går vi via Rude Skov og Gl. Holte til den smukke barokhave, hvor vi ser nærmere på nogle af skulpturerne. Herefter bruger vi lidt af RudersdalRuten til at komme til Kirkeskoven og Geel-skov tilbage til Holte st.

Tur: 15 km. **Fra:** Holte st. kl. 10.00. **Til:** Samme sted ca. kl. 14.30. **Turleder:** Conny Rom Petersen, 2146 3707.





Fredag 11/5 - søndag 13/5 2018: Weekendtur til Mols

Se www.dvl-lyngby.dk.

Søndag, 13/5: Dyrehavens vandrere

Gå med på vores månedlige vandreture i den dejlige gamle dyrehave, hvor vi følger dyre- og plantelivet på skiftende årstider. Vi går forskellige ruter, således at vi får set alle de dejlige steder. Vi holder en lille pause undervejs.

Tur: 6-8 km. **Fra:** Klampenborg st. kl. 14.10.

Til: Klampenborg st. kl. 16.00. **Leder:** Bent Vinkler Rasmussen, 2168 9081.

Lørdag, 19/5: Kompaslinjer i Gribskov

Der findes 4 verdenshjørner, de findes med kompas og en stærk kikkert. Dette er en terræntur, hvilket betyder, at en stor del af turen vil være uden for skovveje og stier. Vi vil gå i så lige linjer (kompaslinjer) som muligt fra det ene hjørne til det andet og lidt derimellem. Tempo vil være ca. 5 km/t.

Tur: 35 km. **Fra:** Hillerød st. kl. 08.30. **Til:** Samme sted ca. kl. 17.00. **Leder:** Hans J. Jørgensen, 2560 8960, hans@hjit.dk

Søndag, 20/5: Pinsenattur

Pinsenattur (natten mellem lørdag, 19/5, og søndag, 20/5)

Vi mødes på Lyngby station, går langs Lyngby sø, gennem Slotsparken og langs Mølleåen. Evt. hører vi nattergalen synge. Gennem Dyrehaven når vi ud til Sundet, hvor vi håber at se pinsesolen danse. I år står solen op kl. 04:51. De, der har lyst, fortsætter til Peter Liep, hvor vi slutter af med morgenkaffe og musik. **Husk:** Kontanter til Peter Liep og til os, mad, drikke, varm påklædning og regntøj.

Tur: Ca. 16 km. **Fra:** Lyngby st. kl. 00.30. **Til:** Peter Liep ca. kl. 05.30. **Leder:** Tage Jensen, 4052 2932, og Søren P. Petersen, 2627 4289.

Lørdag-søndag, 26/5–27/5: Fra Ørestaden til Husum - sheltertur

Se www.dvl-lyngby.dk.

Fredag, 1/6: Byvandring i København

Vi mødes på København H under uret, går en tur nordpå langs havnen og slutter ved Nordhavn station. Turens præcise forløb finder vi først ud af undervejs. Emnet er byudvikling og byggerier. Vi holder en pause undervejs. Tempoet er moderat.

Tur: 9-10 km. **Fra:** København H (under uret) kl. 10.00. **Til:** Nordhavn st. ca. kl. 13.30. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671.

Søndag, 3/6: Holte – Søllerød Naturpark – Høje Sandbjerg – Rude Skov

Turen går fra Holte Station, gennem Geelskov til Søllerød Naturpark. Derefter mod Høje Sandbjerg og tilbage gennem Rude Skov, Maglebjerg og Vaserne. Under turen fortælles der lidt om områderne og seværdigheder. Det er muligt at afkorte turen ved Hørsholm Kongevej. Hastighed ca. 5 km i timen. På størstedelen af turen følges grus- og skovstier, men dele af turen følger asfaltveje.

Tur: Godt 20 km. **Fra:** Holte st. kl. 09.30. **Til:** Samme sted ca. kl. 15.00. **Leder:** Nina Rasmussen, 2948 2598.

Søndag, 3/6: Jobnetværk rundt om søen – walk & talk

Er du arbejdsløs, iværksætter, selvstændig eller har arbejdsmarkedserfaring, som du gerne vil

dele ud af? En fælles vandretur giver dig måske ideen til succes. Turen slutter på cafe med mulighed for at netværke mere. Hastighed ca. 4 km/t, 2-3 pauser.

Tur: 12,3 km. **Fra:** Farum st. kl. 13.00 (foran 7-eleven). **Til:** Samme sted kl. 17.00. **Leder:** Lillian Sjøberg, 6169 1587, og Jørgen Rasmussen, 2057 8982.

Lørdag, 9/6: Maritim Vandring: Rundt om Buresø

Grib chancen for at komme ud i det skønne sommerland og deltag i en dejlig tur rundt om Buresø, der er en af de reneste søer i Danmark. Vi går i åbent land, langs sø og i skov. Hvis vejret tillader det, kan vi måske få tid til at dyppe tæerne i søen, mens vi holder frokostpause. Husk fornuftigt fodtøj.

OBS! Tjek busplanen på dagen, da der kan være ændret i bustiderne!

Tur: 15 km. **Fra:** Slangerup Rutebilstation kl. 09:30 (Bus 158 fra Måløv Station til Slangerup Rutebilstation). **Til:** Samme sted kl. 14:20 (Bus 600 S fra Slangerup Rutebilstation til Ølstykke station).

Leder: Lene Hansen, 2448 4012.

Søndag, 10/6: Dyrehavens vandrere

Gå med på vores månedlige vandreture i den dejlige gamle dyrehave, hvor vi følger dyre- og plantelivet på skiftende årstider. Vi går forskellige ruter, således at vi får set alle de dejlige steder. Vi holder en lille pause undervejs.





Tur: 6-8 km. **Fra:** Klampenborg st. kl. 14.10.
Til: Klampenborg st. kl. 16.00. **Leder:** Lene Hansen, 2448 4012.

Mandag 11/6 – tirsdag 19/6: 9 dage rundt om Sjælland, 5. vandring
Se www.dvl-lyngby.dk – og udsolgt.

Mandag, 11/6: Planlægningsmøde
Kom og vær med. På mødet planlægger vi Lyngby afdelings fremtidige ture, som skal med i ”VandreLiv”. Alle, der har lyst til at være med, evt. komme med gode ideer eller måske bare hilse på, er meget velkomne. Vi giver en kop kaffe.
Sted: Fuglevad Vandmølle, Møllevej 4, Lyngby.
Fra: kl. 19.00. **Til:** kl. 22.00. **Leder:** Lyngby afd., 2627 4289.

Lørdag, 16/6: Maritim Vandring: Forbi 2 kalk-/kridtbrud, fyret, kirken, fortet og havnen

Turen kommer igennem det åbne landskab til kridtbruddet, ad trampestien langs Stevns Klint og slutter i Havnebyen. Det hele (forhåbentlig) præget af den begyndende sommer. Der er 3 pauser, ca. 5,5 km/t (ret hurtig gang), terræn noget kuperet.

Tur: 18 km. **Fra:** Store Heddinge st. kl. 10.00 (tog ank. kl. 9.29 – iht. køreplan fra 28.02.2018). **Til:** Rødvig st. kl. 16.30 (tog afg. kl. 16.40 – iht. køreplan fra 28.02.2018). **Leder:** Erik Christiansen, 2346 2460, og Jørgen Rasmussen, 2057 8982.

Søndag, 17/6: Assistens Kirkegaard

Vi skal rundt og besøge nogle af indbyggerne på denne grønne plet midt på Nørrebro. Der vil være rigtig mange, I har hørt om tidligere. Medbring en lille forfriskning til en pause, for selv om jeg kan garantere, at beboerne er hjemme, så plejer serveringen at være ringe.

Tur: ca. 4 km. **Fra:** Indgangen på Kapelvej, kl. 13.00. **Til:** Samme sted. **Leder:** Marianne Ottesen, 4046 3354.

Lørdag, 23/6: Hillerød til Helsingør

Turen går: Hillerød – Sørup Hegn – Fredensborg – Danstrup Hegn – Krogenberg Hegn – Nyrup Hegn – Helsingør.

Tur: ca. 31 km. **Fra:** Hillerød st. kl. 09.00. **Til:** Helsingør st. ca. kl. 16.30. **Leder:** Hans J. Jørgensen, 2560 8960, hans@hjjit.dk.

Lørdag, 23/6: Sankthansaften

Vi mødes, som vi plejer kl. 17.00 ved Sorgenfri St. går gennem Lyngby Åmose, passerer Lyngby Sø, holder en spisepause og kommer tilbage til Sorgenfri. Her kan der købes kaffe og kage, og der er sang og glade dage samt bål, inden der er koncert af en eller anden slags i kirken.

Tur: 8 km. **Fra:** Sorgenfri st. kl. 17.00. **Til:** samme sted. **Leder:** Marianne Ottesen, 4046 3354.

Lørdag, 30/6 – søndag, 1/7: Maritim Vandring 100 km på 24 timer Maritim Vandring

*Tidligt op * Tog til Hundested Havn * Forventning før afgang * Så er vi på vej * Herlige udsigter * Solens refleksion i havet * Mørke skovstier * Mudder på støvlerne * Gode samtaler * Havluft * Rendyrket livsglæde * Ned på alle fire * Nogle går fra og har planlagt det * Op og ned ad bakke * Sol i øjnene * Regn i håret * Idyl ved skovsøen * Gode samtaler * Sveden drypper * Salt i øjnene * En begyndende vabel * Ømme led * Smertende gnavesår * Vaseline * Vabler * Vabelplaster * Kaffe og kage * Svært at komme i gang igen * Nogle må opgive og er kede af det * Gode samtaler - igen og igen * De sidste kilometer * Smil * Helsingør * Stolthed og glæde * Tør jeg tage støvlerne af * Hjem eller fortsætte? * Ømhed og smerter * Mon det går? * Gadelys * Nat og mørke * Skovstier * Nattergalen * Fuglene vågner * Solen står op * Esrum Sø er flot * Træthed * Flere vabler * Hillerød st. * Jeg gjorde det! * Wauw!*

Med udgangspunkt fra Hundested Havn går vi langs Sjællands nordkyst med Nordkyststien som

retningslinje (ca.). Fra Helsingør går turen gennem Nyrup Hegn, Krogenberg Hegn, Danstrup Hegn, Fredensborg Slotshave, Grønholt Vang og Hegn og St. Dyrehave. Oplev den flotte natur og de mange flotte udsigter undervejs. En del af turen går langs stranden. Oplev også den specielle stemning, der er ved at gå i mørke, og ikke mindst den specielle stemning når naturen vågner kort før solopgang.

Undervejs er der 10 pauser, hvoraf DVL-Lyngby byder på lidt at spise i de to. Tag mad til 8 pauser og væske til 35 km. Turen vil foregå i et rask tempo – ca. 5,5 km i bevægelse. Så kom i form ved at gå nogle ture inden på 40-50 km, og gå med på denne udfordrende tur.

Der er mulighed for at gå fra ved Tisvildeleje (21 km), Rågeleje (28 km), Gilleleje (38 km), Hornbæk (50 km), Helsingør (65 km), Fredensborg st. (85 km). Der vil komme flere detaljer på www.dvl-lyngby.dk.

Tur: 100 km. **Pris:** 50 kr., ikke-medlemmer 100 kr. **Fra:** Hundested Havn st. 10.00, tilslutning Hillerød st. kl. 8.56 (Lokalbanen mod Hundested Havn st.). **Til:** Hillerød st. ca. kl. 10.30. **Leder:** Søren P. Petersen, 2627 4289, soren.p.petersen@rom-petersen.dk.

Søndag, 1/7: Maritim Vandring: Sydhavnstippen, Valbyparken og Planetstien

Turen går fra Sjælør station til Sydhavnstippen, langs vandet til Valbyparken og videre til Planetstien, hvor vi vil se skulpturer af Solen og diverse planeter, en mini-rumrejse i målestoksforholdet 1:1 milliard. Når vi har fundet Pluto, fortsætter vi til Avedøre Station, hvor turen slutter. Der vandre på stier og asfalt med en hastighed på ca. 4,5 km i timen.

Tur: ca. 15 km. **Fra:** Sjælør st. kl. 10.00. **Til:** Avedøre st. ca. kl. 15.00. **Leder:** Nina Rasmussen, 2948 2598.

Lørdag, 7/7: Maritim Vandring: Faxe Bugt og Feddet

Vi går fra Faxe Ladeplads station langs den smukke kyst ved Faxe Bugt og runder ”Feddet” med får og lynghede og kik til Præstø Fjord. Retur til Faxe Ladeplads.

Tur: 24 km. **Fra:** Faxe Ladeplads station kl. 10.00 (forbindelse fra Køge station kl. 9.29). **Til:** Samme sted kl. ca. 16-17 (forbindelse mod Køge 16.04 eller 17.04). **Leder:** Henrik Lehmann, 4018 5640

Søndag, 8/7: Dyrehavens vandrere

Gå med på vores månedlige vandreture i den dejlige gamle dyrehave, hvor vi følger dyre- og plantelivet på skiftende årstider. Vi går forskellige ruter, således at vi får set alle de dejlige steder. Vi holder en lille pause undervejs.

Tur: 6-8 km. **Fra:** Klampenborg st. kl. 14.10.

Til: Klampenborg st. kl. 16.00. **Leder:** Bent Vinkler Rasmussen, 2168 9081.

Lørdag, 14/7: Kulsvierdag i Gribskov

Fra Hillerød St. vandrer vi gennem Gribskov til Kulsvierlaugets tilholdssted. Undervejs går vi forbi fordums nedlagte kulmiler og landsbyer i skoven. Medlemmerne af Maarum Kulsvierlaug har i nogle dage

forberedt et par kulmiler. Kl. 15 er vi fremme ved milepladsen og ser dem åbne en mile og bygge en ny. Kl. ca. 16 er der mulighed for at gå med skovens folk, som viser rundt i området (ekstra 3-4 km). Ca. kl. 17.20 kan vi stege vores medbragte bøffer på milens trækul. Hvis I ikke ønsker at være med til "festen", er I til enhver tid velkomne til at "gå fra". Der er ca. 800 m til Duemose Trinbræt, hvorfra der afgår tog til Hillerød (minuttal 11). Husk at medbringe kød til grillen og evt. drikkevarer, hvis I ønsker at spise på kulmillepladsen.

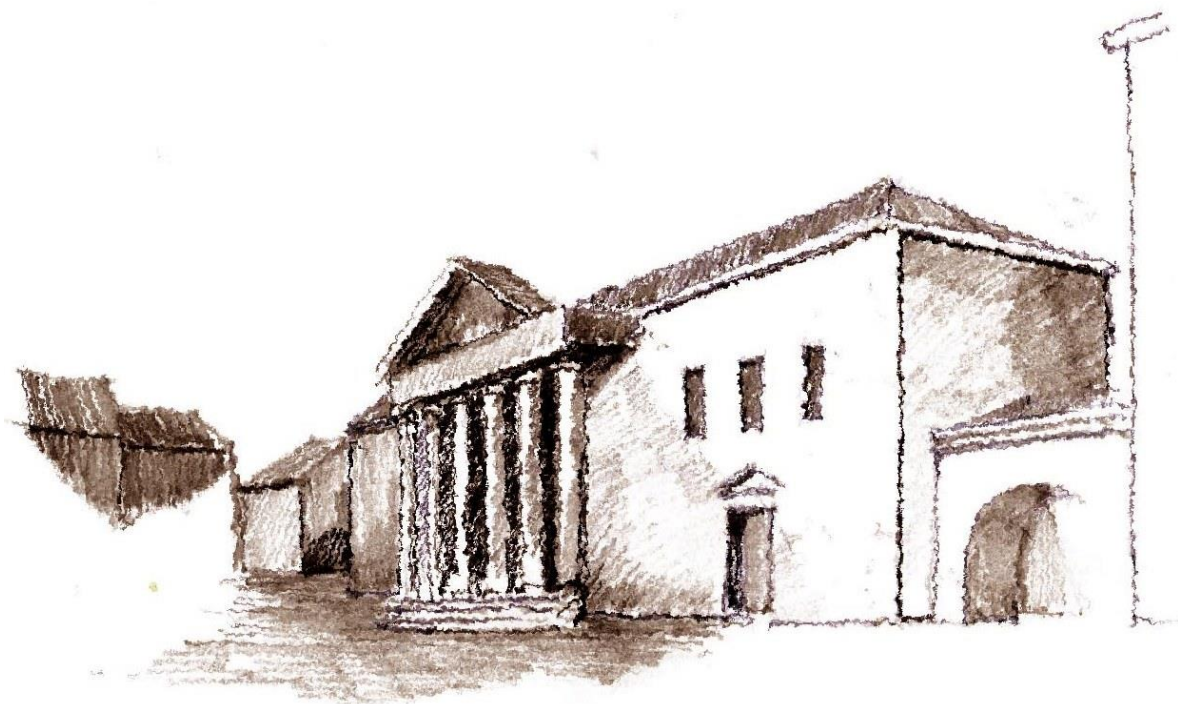
Tur: Ca. 22 km. **Fra:** Hillerød st. kl. 9.00. **Til:** Duemose trb. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Søren P. Petersen, 2627 4289.



Web: www.dvl-lyngby.dk

Folder: Søren P. Petersen

Illustration: Erik Bay



Dagdriverbanden

Dagdriverbanden går hver onsdag en tur på 10-14 km. Turene er gratis for medlemmer og koster 30 kr. for ikke medlemmer. Kontaktperson Dagmar Levisen, 3257 7004.

Onsdag, 2/5: Rygård Overdrev

I dette smukke område er der mange søer og flotte højdepunkter.

Tur: 12 km. **Fra:** Holte st. kl. 10.10. **Til:** Nærum st. **Ledere:** Lene Køhler, 5166 9681, og Hanne Juul, 2347 7655.

Onsdag, 9/5: Amager strand og Kyststien

Tur: ca. 12 km. **Fra:** Øresund metro st. kl. 10.20. **Til:** Dragør. **Leder:** Jørn Nielsen.

Onsdag, 16/5: Se under Københavns afd.

Onsdag, 23/5: Brønshøj og Bellahøj

Tur: ca. 13 km. **Fra:** Brønshøj Torv kl. 10 00. **Til:** Bellahøj. **Leder:** Kirsten Lilholt, 6185 4239.

Onsdag, 30/5: Arboretet

Vi skal se mange smukke rododendron og flotte blomstrende træer.

Tur: ca. 13 km. **Fra:** Rungsted Kyst st. kl. 10 10. **Til:** samme sted. **Leder:** Jens Petersen.

Onsdag, 6/6: Sofiero. Husk pas.

Husk pas og svenske penge til entre og is.

Fra: Helsingør st. kl. 11 00, derfra med Færge til Helsingborg. **Til:** Helsingør st. **Leder:** Jørn Nielsen.

Onsdag, 13/6: Himmelev Grusgrav

Tjek køreplanen, i skrivende stund siger den afg. fra Kbh. kl. 9.46 mod Slagelse.

Vi skal se smukke og sjældne blomster i den store imponerende grusgrav.

Tur: ca. 13 km. **Fra:** Trekroner st. kl. 10 08. **Til:** samme sted. **Leder:** Birthe Andersen, 5057 7941.

Onsdag, 20/6: Se under Københavns afd.

Onsdag, 27/6: Tisvilde Hegn

Tur: ca. 13 km. **Fra:** Tisvildeleje st. kl. 11.21 (afgang fra Hillerød st.kl.10.50). **Til:** Tisvildeleje st. **Leder:** Dagmar Levisen, 3257 7004.

Onsdag, 4/7: Amager Strand

Tur: ca. 13 km. **Fra:** Lufthavnen st. kl. 10.10. **Til:** Christianshavn st. **Leder:** Jørn Nielsen.