

Oplevelse og samvær gennem vandring

det er sundt og det er sjovt

Dansk Vandrelaug
Lyngby Afdeling



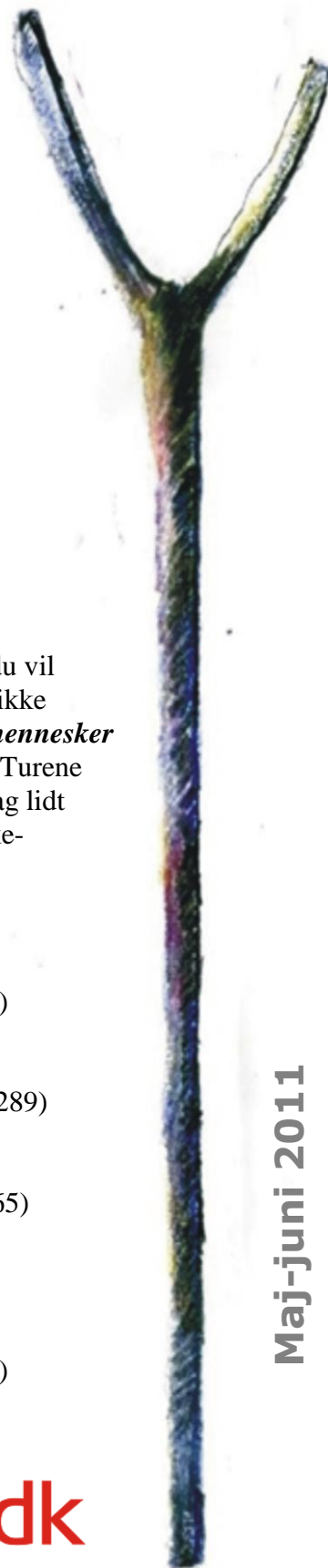
Illustrationer © 2011 Erik Bay

Onsdagsture

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 travetøjet på, og mød op på stationen, og *se efter en flok glade mennesker med rygtsæk!* Tilmelding er ikke nødvendig, og du behøver ikke at være medlem. Turene varer 2 - 2½ time, og længden er 6 - 8 km. Vi holder en lille pause undervejs, så tag lidt forfriskning med og noget at sidde på. **Pris:** 5 kr. for medlemmer og 10 kr. for ikke-medlemmer. **Leder:** Turlederens navn og tlf.nr. er angivet i parentes.

Onsdagsture begynder kl. 19.00, starter og slutter samme sted

4/5: Nærum st.	Jægersborg Hegn.	(Per Krønert, 4566 1219)
11/5: Virum st.	Kollemosen og Geelskov.	(Ronny Honore, 3927 3920)
18/5: Holte st.	Vaserne.	(Jan Krønert, 4541 2026 Per Krønert, 4566 1219)
25/5: Skodsborg st.	Frederik VII.	(Søren P. Petersen, 2627 4289)
1/6: Vedbæk st.	Enrum og Øresund.	(Per Krønert, 4566 1219 Jan Krønert, 4541 2026)
8/6: Brede st.	Brede og Mølleåen.	(Bent Rasmussen, 4588 3665)
15/6: Vangede st.	Gentofte Sø.	(Tage Jensen, 3969 3300)
22/6: Emdrup st.	Utterslev Mose.	(Erik Bay, 3967 5640)
	se også under "øvrige ture"	
29/6: Farum st.	Farum Sø og Skulpturparken.	(Ole Seindal, 4585 2003)
6/7: Charlottenlund st.	Charlottenlund Fort og Slot.	(Ronny Honore, 3927 3920)



Øvrige ture



Søndag, 1/5: Mølletur til Frilandsmuseet - Familietur

Vi vandrer gennem Frilandsmuseet, langs Mølleåen og frem til Lyngby nordre Mølle. Børn og voksne studerer forskellige vand- og vindmøller. Vandreturen afveksles med hop over et åløb, kapløb rundt om en mølle og vild leg ned ad en skrænt. Medbring vand- og vindtæt overtøj, aldrig nyt fodtøj, vanddrikkeflaske og madpakke. Børnene får et diplom. **Tur:** Ca. 4,5 km: **Fra:** Brede st. kl. 9.45. **Til:** Lyngby st. ca. kl. 13.00. **Pris:** Medlemmer 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. Børn gratis. **Ledere:** Erik Bay, 3967 5640, og Birgitte Borgen Marcussen, 2964 5133.

Søndag, 1/5: Teglværksområdet i Nivå og besøg i Ringovnen

Vi starter med at vandre i det gamle teglværksområde, lidt i Lave Skov, på stranden og kommer efter frokost til Ringovnen, hvor vi har bestilt en rundvisning (kr. 20,- pr. person). Rundvisningen

varer ca. 1 time. Efter rundvisningen går vi til Nivaagaard museet, hvor der er mulighed for at købe kaffe/kage fra 45 kr.(pris 2010). Man kan alternativt drikke den medbragte kaffe i museumsparken. **Tur:** ca. 7 km. **Fra:** Hellerup St. kl. 11.01 (mod Helsingør), ankomst: Nivå kl. 11.19 (check tiderne - der kan være ændringer). **Til:** Nivå St. kl. ? **Pris:** medlemmer 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Ronny Honore, 3927 3920.

Søndag, 8/5: Dyrehavens Vandrere

Vi følger Galopbanen med de små søer, og går videre til Ermelunden, hvor vi holder pause. På hjemvejen kommer vi forbi Kirstens Pills Kilde. Vi slutter turen med at gå en tur på Bakken. **Tur:** ca. 8 km. **Fra:** Klampenborg st. kl. 14.10. **Til:** Klampenborg st. kl. ca. 16.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Bent Rasmussen, 4588 3665.



Søndag, 15/5: Tur i rask tempo fra Hillerød til Helsingør

Turen går: Hillerød – Esrum – Rudolph Tegnens Museum – Dronningmølle – Helsingør. **Tur:** ca. 40 km. **Fra:** Hillerød st. kl. 08:00 **Til:** Helsingør st. ca. kl. 17:30. **Pris:** 10 kr. Ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Hans Jørgensen, 2560 8960 hjj@firma.tele.dk

Fredag, 20. – Søndag, 22/5: Bornholm i Bededagsferien

Fredag vandrer vi på Hammershus og Hammerknuden rundt. Lørdag går turen gennem Slotslyngen, hvor vi ser helleristninger. Søndag går turen til helleristningsfeltet på Madsebakken og videre til helligdomsklipperne og/eller Bornholms Kunstmuseum. Vi bor på vandrehjemmet Sjøljan ud til Hammer Sø. Transporten foregår ved egenbetaling. Koster 264 kr. hver vej. **Tur:** 9 km + 13 km + 13 km. **Start:** København H. 20.5.2011 kl. 6.39. **Slut:** København H 22/5 kl. 20.01. **Pris:** ved sovesal 850 kr., ved 2-mandsrum 935 kr., ved 1-mandsrum 1010 kr. (Små rum i begrænset omfang.) **Tilmelding:** Snarest til Erik Bay, erikbay1@gmail.com. **Ledere:** Erik

Bay, 3967 5640, Birgitte Borgen Marcussen, 2964 5133. Rekvirer udførligt program hos Erik Bay, erikbay1@gmail.com

Søndag, 5/6: Måløv - Skovbrynet

Rige oplevelser i åbent land og skov. Fra Måløv Naturpark med vid udsigt, Langs Jonstrup Å og Møllemosen, over Johnstrup Vang, Hareskoven med et par gamle kæmper, Søndersø, strejf af Sækken, Nørreskov, Åsevang, Storskov og Bøndernes hegn til Skovbrynet st. **Tur:** ca. 23 km. **Fra:** Måløv st. kl. 09. 00. **Til:** Skovbrynet st. kl. ca. 16.00. **Pris:** Medlemmer 10 kr., ikke medlemmer 20 kr. **Leder:** Jørgen Dahlkild, 2642 3965.

Tirsdag, 8/6: Planlægningsmøde

På mødet planlægger vi fremtidige ture, som skal i "Fritidsliv".

Har du lyst til at være med, evt. komme med gode ideer, eller måske blot hilse på, så er du meget velkommen. Vi giver en kop kaffe. **Sted:** Fuglevad Vandmølle, Møllevej 4, Lyngby. **Tidspunkt:** kl. 19.00. **Leder:** Lyngby afd., 3967 5640.



Lørdag 11/6: Pinsenattur (natten mellem lørdag og søndag)

Vi mødes på Lyngby station og 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 den op kl. 04.26. De der har lyst fortsætter til Peter Liep hvor vi slutter af med morgenkaffe og musik. **Tur:** Ca. 12 km. **Fra:** Lyngby Station kl. 24.00. **Til:** Klampenborg Station ca. kl. 06.30. **Pris:** 10 kr. ikke-medlemmer 20 kr. Husk: Drikke, varm påklædning og regntøj. Ledere: Tage Jensen, 3969 3300 og Søren P. Petersen.

Søndag 12/6: Fra Holte til Birkerød

Vi starter fra Holte station og går til Furesøen. Derefter gennem Rude Skov til Høsterkøb. Langs med Sjælsø og frem til Birkerød station. **Tur:** ca. 15 km. **Fra:** Holte st. kl. 10.00. **Til:** Birkerød st. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Ledere:** Jan Krønert, 4541 2026 og Per Krønert, 4566 1219.

Lørdag 18/6-søndag 19/6: 100 km på 24 timer
Hver af de to ture nedenfor:

- **Lørdag 18/6: 66 km for "de seje" fra Hundested til Helsingør**
- **Søndag 19/6: 34 km rask nattur fra Helsingør til Hillerød**

er to selvstændige ture, som i forlængelse af hinanden er en tur på 100 km på ca. 24 timer.

*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? *
Varm suppe * Ømhed og smerter * Mon det går?
* Gadelys * Nat og mørke * Skovstier * Naterga-
len * Fuglene vågner * Solen står op * Fælles
morgenmad * Jeg gjorde det! * Wauw!*

Her kommer de to tur-tekster:

Lørdag 18/6: 66 km for ”de seje” fra Hundested til Helsingør

Vi går langs Sjællands nordkyst med Nordkyststien som retningslinje (ca.). Oplev den flotte natur på farten. Der er mange flotte udsigter undervejs. En del af turen går langs stranden. Der er mulighed for at gå fra undervejs, fx ved Tisvildeleje (13:15 / 23 km), Rågeleje (15:00 / 30 km), Gilleleje (17:00 / 40 km) og Hornbæk (20:10 / 52 km), og turen vil foregå i et rask tempo. Så kom i form og kom med på denne udfordrende tur. Tag mad og væske med til 7 pauser. Lyngby afdeling byder på aftensmad undervejs. **Tur:** ca. 66 km.

Pris: Medlemmer 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr.

Start: Hundested Havn st. 8:00, tilslutning Hillerød st. kl. 7:00. **Slut:** Helsingør st. ca. kl. 23:30.

Ledere: Søren P. Petersen, 2627 4289 og Hans Jørgensen, 2560 8960.

Søndag 19/6: 34 km rask natur fra Helsingør til Hillerød

Der er en helt speciel stemning på en natur, og dette er en tur midt om natten. Selvom det er tæt på Skt. Hans og midt i de ”lyse nætters” periode, så er det mørkt. Turen starter i Helsingørs gade-

lys, men lyset forsvinder, så snart vi kommer ud af byen. Turen går gennem Nyrup Hegn - Krogenberg Hegn - Danstrup Hegn - Fredensborg - Sørup Hegn - Hillerød. Lyngby afdeling byder på morgenbrød i Hillerød. **Tur:** ca. 34 km. **Pris:** Medlemmer 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr.

Start: Helsingør st. 01:00. **Slut:** Hillerød st. ca. kl. 08:00. **Ledere:** Hans Jørgensen, 2560 8960 og Søren P. Petersen, 2627 4289.

Søndag, 19/6: Dyrehavens Vandrere

Vi følger stien langs Øresund til Standmøllelejekroen. Hjemvejen går gennem Hvidtjørnesletten, hvad enten den blomstrer eller ej, det er svært at sige, når dette skrives her i februar. **Tur:** ca. 9 km. **Fra:** Klampenborg st. kl. 14.10. **Til:** Klampenborg st. kl. ca. 16.00. **Pris:** 10 kr., ikke medlemmer 20 kr. **Leder:** Bent Rasmussen, 4588 3663.

Onsdag, 22/6: Nattergale-tur (se også under onsdags-ture)

Efter den sædvanlige onsdagstur vil vi tilbringe nogle timer i min have med hyggeligt samvær. Når mørket falde på, vil vi begive os ned i Gynge-mosen og forhåbentlig opleve, at nattergalen kommer med sin sang. De der ikke vil opleve nattergalen, vil blive fulgt tilbage til Emdrup Station. **Tur:** Alt efter hvor mange nattergale vi hører. **Fra:** Emdrup st. kl. 19.00. **Pris:** for onsdagstur alene: 5 kr. Pris for nattergalenes tilhørere: 15 kr. **Ledere:** Erik Bay, 3967 5640 og Birgitte Borgen Marcussen, 2964 5133.



Torsdag, 23/6: Sankt Hans Aften

Vi går fra Sorgenfri st. til Hjortholm/Frederiksdal, hvor vi spiser vor medbragte mad/drikkelse. Turen tilbage går forbi Sophienholm og Åmosen. Der plejer at være et arrangement ved Sorgenfri Kirke med mulighed for at købe kaffe/kage, se bål og få lidt underholdning. Dette vides desværre ikke i skrivende stund.

Tur: 8-9 km. **Fra:** Sorgenfri st. kl. 17.00. **Til:** Sorgenfri st. kl. ? **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Ronny Honore, 3927 3920.

Søndag, 26/6: Amager rundt - etape 3 af 3

Vi nyder udsigten over Køge Bugt, ser fuglereservatet, hører om Kongelunden og oplever stemningen i Dragør Havn. Pause: Frokost og eftermiddag. **Tur:** Ca. 23 km med ca. 5 km/t.

Fra: Vestamager St. kl. 10.00. **Til:** Dragør Stationsplads kl. ? **Pris:** Medlemmer 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Karsten R. Hansen, 3020 0256.

Lørdag 9/7: 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 et nogle dage op til denne dag 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. 17:30 kan vi stege vores medbragte bøffer på milens trækul. Hvis I ikke ønsker at være med til "festen", er I til enhver tid velkommen til at "gå fra". Der er ca. 800 m til Duemose Trinbræt, hvorfra der afgår tog til Hillerød (minuttal 41). **Husk** at medbringe kød til grillen og evt. drikkevarer, hvis I ønsker at spise på kulmilepladsen. **Tur:** ca. 23 km. **Start:** Hillerød st. kl. 9:00. **Slut:** Duemose Trb. ?. **Pris:** Medlemmer 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Søren P. Petersen, 2627 4289.

Søndag, 10/7: 'En plads i solen' (kvindelige danske kunstnere født i perioden 1840 - 1940)

Vi går fra Lyngby st. til Sophienholm, hvor vi giver os god tid at se kunstudstillingen med de mange værker fra de spændende, kvindelige kunstnere. Hvorfor kun kvinder? - svaret er, at der stadig er brug for at promovere kvindelige kunstnere og sætte fokus på talent blandt kvinder, der i 1888 fik forsinket adgang til professionel uddannelse. Der bliver også mulighed for at hygge sig i parken og købe kaffe/kage. Entree: 60/50. Aftalte penge letter ekspeditionen. Vi går tilbage til Lyngby forbi Havnecafeen ved Lyngby Sø, hvor der også er mulighed for at hygge sig med kaffe/is - måske er der musik. **Tur:** ca. 7 km. **Fra:** Lyngby St. kl. 12.00. **Til:** Lyngby St. kl. ? **Pris:** Medlemmer: 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Ronny Honore, 3927 3920.



Dagdriverbanden Lyngby

Vi mødes på Hovedbanegården under uret senest kl. 9.40. Turene er på 10-14 km. og koster **15 kr.** for medlemmer og **20 kr.** for ikke medlemmer.

Kontaktperson: Dagmar Levisen 3257 7004.

Onsdag, 4/5: Rusland

Fra: København H. kl. 10.09 til Helsingør st.
Derfra kl. 11.01 til Kildekrog st. Vi slutter på
Firhøj st. **Ledere:** Hanne Juul og Lene Køhler.

Onsdag, 11/5: Kirsebær Alleen

Fra: København H. kl. 9.49 til Nivå st.. Vi slutter
på Kvistgård st. **Leder:** Dagmar Levisen.

Onsdag, 18/5: Se under Turudvalget

Onsdag, 25/5: Ejby Ådal og skrænter

Fra: København H. kl. 10.07 til Hvalsø st.. Der-
fra med bus 219 kl. 11.24. Vi slutter på Hvalsø
st. **Ledere:** Hanne Juul og Lene Køhler.

Onsdag, 1/6: Arrenæs

Fra: København H. kl. 9.55 til Hillerød st.. Der-
fra kl. 11.00 til Frederiksværk st. Vi slutter på
Frederiksværk st.. **Leder:** Dagmar Levisen.

Onsdag 8/6 Hareskoven, blandt andet

Fra København H. kl. 9.53 til Farum st.. Vi slut-
ter på Ballerup st. **Ledere:** Bodil og Henning
Hansen.

Onsdag; 15/6: Se under Turudvalget

Onsdag, 22/6: Nyrup Hegn

Fra København H. kl. 9.49 til Espergærde st.. Vi
slutter på Hellebæk st. **Leder:** Dagmar Levisen..

Onsdag, 29/6: Gilleleje

Fra: København H. kl. 10.09 til Helsingør st.
Derfra kl. 11.01 til Hornbæk st. Vi slutter på Gil-
leleje st. **Leder:** Dagmar Levisen

Onsdag, 6/7: Sydkysten

Fra: København H. kl. 9.52 til Hundige st. Vi
slutter på Karlslunde st. **Ledere:** Louise Hansen
og Kjeld B. Larsen.



Lørdag 27/8: Rudersdal Vandremaraton 2011

Rudersdal Vandremaraton 2011 fører os gennem det malerisk flotte område i Rudersdal, langs Furesø, Sjælsø, Øresund, skovsøer og Mølleåen, gennem åbne landskaber og tæt skov, gennem dale og over bakker. Det bliver en rejse på 42.195 m gennem området mellem Sjælsø i nord, Mølleåen i syd, Furesøen i vest og Øresund i øst. Ruten går fortrinsvis langs RudersdalRuten, men med afvigelser. Undervejs er der fem pauser til den medbragte mad og drikke. Vi sørger for, at der er vand til genopfyldning af jeres vandflasker i de fire sidste pauser, og i den ene af de fem pauser inviterer Lyngby afd. på kaffe og kage. Vi går i samlet flok i jævnt tempo (5 km/time) under ledelse af turlederen. Til de af jer, der gennemfører, vil der blive udleveret et diplom.

Tilmelding: For at deltage skal I registreres enten ved at sende os en e-mail til RudersdalRuten@dvl-lyngby.dk med navn, adresse, alder, medlem/ikke-medlem eller ved at møde op ca. kl. 07:30 på startstedet. **Tur:** 42,2 km. **Pris:** Medlemmer 20 kr., ikke-medlemmer 50 kr. **Start:** Kl. 08:00 Birkerød Idrætscenter, Bistrupvej 1, 3460 Birkerød, der ligger ca. 800 m fra Birkerød station. **Slut:** Ca. kl. 18:30 samme sted. **Ledere:** Søren P. Petersen 2627 4289, Hans Jørgensen, 2560 8960 og Birgitte Borgen Marcussen, 3211 0186. Se flere detaljer på: www.dvl-Lyngby.dk/RudersdalRuten.html.



Dansk Vandrelaug, Lyngby Afdeling

Bestyrelse: Formand Erik Bay, Grønnemose Allé 115, 2860 Søborg, 3967 5640; Kasserer Birgit Ahnfeldt-Møllerup; Sekretær Mona Bonde; Birgitte Borgen-Marcussen, Ronny Honoré, Søren P. Petersen.

Hjemmeside: www.dvl-lyngby.dk

Folder: Søren P. Petersen

Illustrationer: Erik Bay