

# Oplevelse og samvær gennem vandring

det er sundt og det er sjovt



Dansk Vandrelaug  
Lyngby Afdeling



Illustrationer © 2014 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 travetøj på, og mød op på stationen, og **se efter en flok glade mennesker med rygsæk!** 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.

### Onsdagsture begynder kl. 19.00, starter og slutter samme sted

2/7: Charlottenlund st.	Forstbotanisk Have, Slotspark og Fort	Jens Jacob Haugaard og Kirsten Poulsdatter, 2513 1869
9/7: Helsingør st.	Helsingør	Jan og Per Krønert, 2794 5734
16/7: Holte st.	Geelskovs oldtidsagre	Søren P. Petersen, 2627 4289
23/7: Brede st.	Brede og omegn	Bent Rasmussen, 2168 9081
30/7: Sorgenfri st.	Åmosen – Sophienholm	Bent Rasmussen, 2168 9081
6/8: Virum st.	Rundtur i Virum	Ole Seindal, 2249 2507
13/8: Charlottenlund st.	Charlottenlund Slotspark	Birgitte Borgen Marcussen og Erik Bay, 2964 5133
20/8: Skovlunde st.	Golfbanen	Birgit Højmark, 2030 5163
27/8: Lyngby st.	Lagkagetur – gratis Slotsparken og Bondebyen,	Ronny Honoré, 3927 3920

### Lørdagsture begynder kl. 14.00, starter og slutter samme sted

6/9: Skovbrynet st.	Aldershvile Slotspark og Bagsværd Sø	Ronny Honoré, 3927 3920
---------------------	---	-------------------------



## Øvrige ture

### **Tirsdag, 1/7: Motion uden recept – Sorgenfri Slotspark**

Turen henvender sig til deltagere, der af forskellige årsager har nedsat gangfunktion. Vi går i et meget roligt tempo og holder en pause undervejs.

**Tur:** ca. 3-4 km. **Fra:** Sorgenfri st. kl. 14.30. **Til:** Samme sted kl. 16.30. **Pris:** 5 kr. **Leder:** Birgit Ahnfeldt-Møllerup, 3967 0751.

### **Søndag, 6/7: Fra Lyngby Station til Måløv Station**

Turen går gennem Lyngby Åmose til Frederiksdalskovene og Bøndernes Hegn. Herfra krydser vi rundt i Hareskoven og Jonstrup Vang og slutter af langs Måløvrenden til Måløv Station.

**Tur:** ca. 25 km. **Fra:** Lyngby st. kl. 9.00. **Til:** Måløv st. kl. 15.30. **Leder:** John Bracker Larsen, 2137 3539.

### **Lørdag, 12/7: 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 41). Husk at medbringe kød til grillen og evt. drikkevarer, hvis I ønsker at spise på kulmilepladsen.

**Tur:** ca. 23 km. **Fra:** Hillerød st. kl. 9.00. **Til:** Duemose trb. kl. ? **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Søren P. Petersen, 2627 4289.





### **Søndag, 13/7: 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:** 8-9 km. **Fra:** Klampenborg st. kl. 14.10.

**Til:** Klampenborg st. kl. 16.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Bent Rasmussen, 4588 3665 / 2168 9081.

### **Søndag, 20/7: Fra Holte til Birkerød**

Turen går fra Holte st. ud til Næsseslottet, videre til Verdens Ende og til Vaserne og Bistrup Hegn. Derefter til Birkerød sø – et smut til den gamle Birkerød kirke med de skønne kalkmalerier.

**Tur:** ca. 12 km. **Fra:** Holte st. kl. 10.30. **Til:** Birkerød st. kl. ? **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Jan og Per Krønert, 2794 5734.

### **Lørdag, 26/7: Fra Hillerød til Fredensborg**

Fra Skansebakken kan vi se toppen af Fredensborg Slot. Det nederste får vi at se, når vi har gået over marker ad gamle kirkestier og gennem skovvange og hegn med minder fra gammel tid.

**Tur:** 17-18 km. **Fra:** Hillerød st. kl. 09.30. **Til:** Fredensborg st. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Kirsten Nykjær Kragh, 2982 2619.

### **Søndag, 27/7: Mød Kaj Bojesens aber på Sophienholm**

En vandretur på Prinsessestien gennem Lyngby Åmose med kig til Lyngby Sø. Vi går fra Lyngby st. til Sophienholm, hvor vi bl.a. skal møde Kay Bojesens vidunderlige træaber. Der er tid til og mulighed for at købe kaffe/kage i cafeen eller indtage den medbragte i parken. Inden vi er tilbage i Lyngby, vil der sikkert være mulighed for



at høre musik ved Havnekiosken ved Lyngby Sø.  
Pris for udstilling: 65/55.

**Tur:** 7-8 km. **Fra:** Lyngby st. kl. 11.30. **Til:** Lyngby st. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr.  
**Leder:** Ronny Honore, 3927 3920.

### **Lørdag, 2/8: Holte-Kaningården**

Vi går fra Holte st. til Kaningården, hvor der er kollektiv, frugthave og fårefold.

**Tur:** ca. 7 km. **Fra:** Holte st. kl. 14.00. **Til:** Holte st. kl. ? **Pris:** 10 kr. ikke-medlemmer 20 kr.  
**Leder:** Marianne Ottesen, 4046 3354.

### **Tirsdag, 5/8: Motion uden recept - Skulpturer i Lyngby**

Turen henvender sig til deltager, der af forskellige årsager har nedsat gangfunktion. Vi går i et meget roligt tempo og holder en pause undervejs.

**Tur:** ca. 3-4 km. **Fra:** Lyngby Nordre Mølle, Lyngby Hovedgade 24, kl. 14.30. **Til:** Samme sted kl. 16.30. **Pris:** 5 kr. **Leder:** Birgit Ahnfeldt-Møllerup, 3967 0751.

### **Søndag, 10/8: Dyrehavens vandrere**

Gå med på vores månedlige vandreture i den dejlige gamle dyrehave, hvor vi følger dyre- og plantelivet på skiftende årstider. Vi går forskelli-

ge ruter, således at vi får set alle de dejlige steder. Vi holder en lille pause undervejs.

**Tur:** 8-9 km. **Fra:** Klampenborg st. kl. 14.10. **Til:** Klampenborg st. kl. 16.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Bent Rasmussen, 4588 3665 / 2168 9081.

### **Tirsdag, 12/8: Planlægningsmøde**

Kom og vær med. På mødet planlægger vi Lyngby afdelings fremtidige ture, som skal med i "VandreLiv". Alle, som 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. **Tidspunkt:** kl. 19.00. **Leder:** Lyngby afd., 3967 5640.

### **Søndag, 17/8: Bognæs**

Over Boserup Skov når vi ud til Kattinge Værk, går nordpå til Vesterskov og nyder udsigten over Roskilde Fjord og hopper måske i vandet. Husk eventuelt badetøj.

**Tur:** 21 km. **Fra:** Roskilde st. kl. 9.30. **Til:** Roskilde st. ca. kl. 16.30. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Erik Bay og Birgitte Borgen Marcussen, 2964 5133.





### Lørdag, 23/8: Vandretur i Gribskov

En vandretur i rask tempo (6 km/t) fra Hillerød st. ud i Gribskov og tilbage igen er helt sikkert. Hvor meget der bliver skovvej, stier, terræn og hvor langt er sådan cirka.

**Tur:** ca. 35 km. **Fra:** Hillerød st. kl. 9.00. **Til:** Hillerød st. kl. ? **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Hans Jørgensen, 2560 8960.

### Lørdag, 30/8: Rudersdal vandremaraton 2014

Rudersdal Vandremaraton 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 for hver ca. 8 km - undtagen de første 16 km - og i den ene af de fem pauser inviterer vi på kaffe og kage. Vi går i samlet flok i jævnt tempo (5 km/time) under ledelse af turlederen. **Tilmelding:** For at deltage skal du registreres enten ved at sende os en e-mail til [RudersdalRuten@dvl-lyngby.dk](mailto:RudersdalRuten@dvl-lyngby.dk) med navn, adresse, alder og medlem eller ikke-medlem af DVL eller ved at møde op ca. kl. 07.30 på startstedet: Birkerød Idrætscenter, Bistrupvej 1, 3460 Birkerød. **Tur:** 42,2 km. **Mødetid:** Kl. 7.30. **Start:** Birkerød Idrætscenter, kl. 8.00. **Slut:** Ca. kl. 18.30, samme sted. **Pris:** 20 kr., ikke-medlemmer 50 kr. **Ledere:** Søren P. Petersen, 2627 4289, Hans Jørgensen, 2560 8960, og Jens Jacob Haugaard, 2166 6669.

### Søndag, 31/8: Hedeland

På Hedehusene st. følges John med de togrejsende til Hedehusgården, hvor Lise har sagt velkommen til bilisterne. Vi går gennem Hedelands forskellige landskaber, amfiteateret, skibakken, den store trim- og legeplads og hen over puklerne. Så passerer vi resten af

Tunestillingen og køreteknisk anlæg og herefter vinmarkerne og slutter med en overraskelse, inden turen er slut.

**Tur:** 24 km. **Fra:** Hedehusene st. kl. 8.34 (tog) eller Brandhøjgårdsvej 2 (Hedehusgården) kl. 9.00 (bil). **Til:** samme sted ca. kl. 16.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** John Bracker Larsen, 2137 3539.

### Fredag, 5/9: Byudvikling i Lyngby

Vi ser på, hvad der er sket i Lyngby de seneste år, og hvad der pågår og er undervejs: Kanalvejsprojektet, DTU og letbanen. Vi holder en frokostpause undervejs.

**Tur:** ca. 11 km. **Fra:** Lyngby st. kl. 10.00. **Til:** Lyngby st. kl. 13.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671.



### **Søndag, 7/9: En tur på Metrocityringen, en bytur**

Der er nu gået et år, siden vi sidst gik en tur på Metrocityringen, og der er sket en masse siden. Vi ser på hullerne til stationerne, og turlederen fortæller om, hvad der sker nede i undergrunden.

**Tur:** ca. 22 km. **Fra:** Nørrebro st. kl. 9.00, Forhallen. **Til:** Nørrebro.st. kl. 14.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Per Bak Olsen, 2057 5671.

### **Vandrernes dag, søndag, 21/9**

#### **Lang tur**

#### **Søndag, 21/9: Vandrernes dag, lang tur**

Vi starter og slutter ved Lyngby Station. Undervejs besøger vi Lyngby Sø, Sorgenfri slotspark, Brede Bakker, Mølleåen, Egekrogen, Frilandsmuseet, Frieboeshvileparken. Turen krydres med historier fra lokalhistorien. Undervejs mødes vi på Frilandsmuseets festplads kl. 14 med de korte ture til fælles pause, hvor vi byder på en lille forfriskning.

**Tur:** 17,5 km. **Fra:** Lyngby st., kl. 9.00. **Til:** Ca. kl. 16.00, samme sted. **Pris:** Gratis. **Leder:** Søren P. Petersen, 2627 4289.

#### **Kort tur**

#### **Søndag, 21/9: Vandrernes dag, kort tur**

Vi starter og slutter ved Lyngby Station. Turen starter langs Lyngby Sø, og vi ser også Sorgenfri kirkegård og Sorgenfri slotspark. Undervejs mødes vi på Frilandsmuseets festplads kl. 14 med de andre ture til fælles pause, hvor vi byder på en lille forfriskning.

**Tur:** ca. 7-8 km. **Fra:** Lyngby st., kl. 12.00. **Til:** Ca. kl. 16.00, samme sted. **Pris:** Gratis. **Leder:** Bent Rasmussen, 4588 3665 / 2168 9081.

#### **Ultrakort tur**

#### **Søndag 21/9: Vandrernes dag, motion uden recept, Frilandsmuseet**

Turen henvender sig til deltagere der af forskellige årsager har nedsat gangfunktion. Vi går i et meget roligt tempo og holder en pause undervejs. På Frilandsmuseet holder vi pause kl. 14 med de øvrige vandrere pause, hvor vi byder på en lille forfriskning.

**Tur:** ca. 3-4 km. **Fra:** Frilandsmuseets hovedindgang, Kongevejen 100, Lyngby, kl.13.00. **Til:** Samme sted kl. 15.00. **Pris:** Gratis. **Leder:** Birgit Ahnfeldt-Møllerup, 3967 0751.



## Dagdriverbanden Lyngby

Turene er på 10-14 km og koster 15 kr. for medlemmer og 20 kr. for ikke-medlemmer  
Kontaktperson: Dagmar Levisen, 3257 7004.

### Onsdag 2/7: Amager Strandpark

**Tur:** ca. 13 km. **Fra:** Kastrup Lufthavn st. kl. 10 06. **Til:** Christianshavn metro. **Leder:** Dagmar Levisen, 3257 7004.

### Onsdag 9/7: Roskilde Vig til Jyllinge

En dejlig tur langs fjorden, hvor vi kommer gennem Veddelev by med de mange smukke huse.  
**Tur:** ca. 15 km. **Fra:** Roskilde st. ved bus 203, afgang kl. 10.27. **Til:** Margretheskolen ved bus 600 S. **Ledere:** Lene Køhler, 3675 6452 og Hanne Juul, 3331 7650.

### Onsdag 16/7: Se under Københavns afdeling.

### Onsdag 23/7: Fredensborg Slotshave

Dronningens nyrestaurerede have. **Fra:** Fredensborg st. kl. 10.39 (afgang Hillerød st. kl. 10.25.). **Til:** Fredensborg st. **Ledere:** Dagmar Levisen, 3257 7004.

### Onsdag 30/7: Vallø

**Tur:** ca 14 km. **Fra:** Køge st. ved toget mod Faxe Ladeplads kl. 10.27, tryk for stop ved Vallø trinbræt. **Til:** Køge st. **Ledere:** Ellis Jensen, 5616 9032 og Karen Groos, 4390 8292.

### Onsdag 6/8: Gl. Grønholt Vang

**Tur:** ca. 13 km. **Fra:** Grønholt. kl. 10.34 (afgang Hillerød st. kl.10.25). **Til:** Grønholt. **Leder:** Jens Petersen, 4586 0748.

### Onsdag 13/8: Lyng og Iskager, Liseleje og Melby overdrev

**Tur:** ca. 13 km. **Fra:** Melby st. kl. 11.05 (afgang Hillerød kl.10.30). **Til:** Melby st. **Ledere:** Dagmar Levisen, 3257 7004.

### Onsdag 20/8: Se under Københavns afdeling.

### Onsdag 27/8: Fjordstien Vipperød til Langtved

En tur i dette smukke område med flotte udsigter over fjorden, hvor vi bl.a. kan se Eriksholm gods. Har man pensionistkort til alle zoner, købes til-lægsbillet enkelt Hvalsø til Vipperød, pris 22 kr. Vores pensionistkort gælder til hjemrejsen.  
**Tur:** 14 km. **Fra:** Vipperød st. kl. 11.02 (afgang HB. kl. 10.06). **Til:** Hvalsø st. **Ledere:** Lene Køhler, 3675 6452 og Hanne Juul, 3331 7650.

### Onsdag 3/9: Sydkysten

**Tur:** ca. 13 km. **Fra:** Jersie st. kl. 10.13. **Til:** Karlslunde st. **Leder:** Kjeld B. Larsen.







### *Dansk Vandrelaug, Lyngby Afdeling*

**Bestyrelse:** Formand Erik Bay, Grønnemose Allé 115, 2860 Søborg, 3967 5640; Birgitte Borgen-Marcussen (kasserer); John Bracker Larsen, Per Bak Olesen, Marianne Ottesen (sekretær); Søren P. Petersen (næstformand).

**Hjemmeside:** [www.dvl-lyngby.dk](http://www.dvl-lyngby.dk)

**Folder:** Søren P. Petersen

**Illustrationer:** Erik Bay