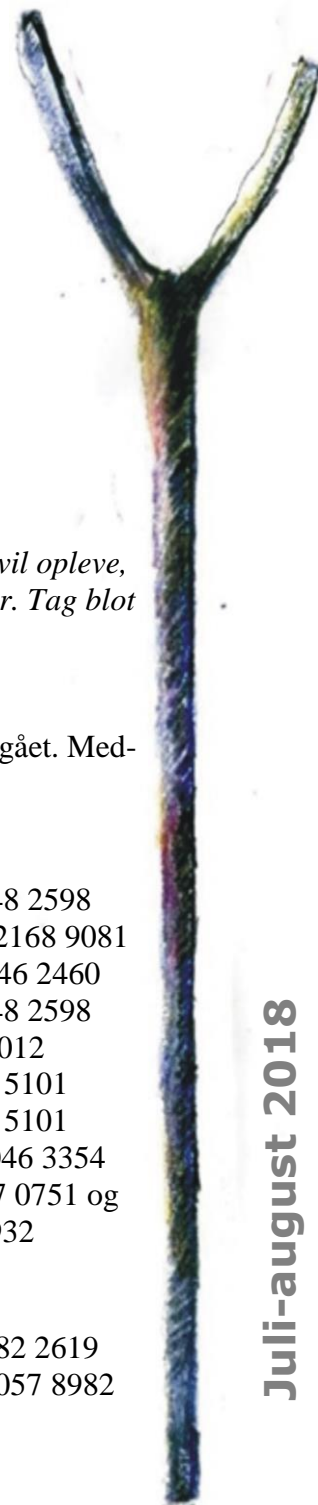


Oplevelse og samvær gennem vandring

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 travetøjet 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.

Onsdagsture begynder kl. 19.00, starter og slutter samme sted

4/7:	Holte st.	MV Vaserne	Nina Rasmussen, 2948 2598
11/7	Sorgenfri st.	Frederiksdal – Sophienholm	Bent V. Rasmussen, 2168 9081
18/7	Sorgenfri st.	Sorgenfri og det gamle Virum	Erik Christiansen, 2346 2460
25/7	Nærum st.	Det danske Schweiz	Nina Rasmussen, 2948 2598
1/8	Malmparken st.	Rundt om Harrestrup Ådal	Lene Hansen, 2448 4012
8/8	Allerød st.	Gennem skoven i Tokkekøb Hegn	Karen Boldsen, 2892 5101
15/8	Allerød st.	Kulturlandskaber i Kattehale Mose	Karen Boldsen, 2892 5101
22/8	Helsingør st.	Øresundstold	Marianne Ottesen, 4046 3354
29/8	Brede st.	Lagkagetur (3 km) til Bents kolonihave (turen er gratis for alle, medbring selv kaffe/te)	Birgit Mollerup, 3967 0751 og Tage Jensen, 4052 2932

Lørdagsture begynder kl. 14.00, starter og slutter samme sted

1/9	Skodsborg st.	Skodsborgruten	Kirsten N. Kragh, 2982 2619
15/9	Humblebæk st.	Humblebæk og Krogerup	Jørgen Rasmussen, 2057 8982

MV: Maritim Vandring



dvl-lyngby.dk

Juli-august 2018

Vandreture / arrangementer

Søndag, 1/7: MV 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 vandres 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: MV 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:** Samme sted. 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 kulmilepladsen.

Tur: Ca. 22 km. **Fra:** Hillerød st. kl. 9.00. **Til:** Duemose trb. **Leder:** Søren P. Petersen, 2627 4289.

Søndag, 15/7: MV Furesøbad og Farum Sø

Vi følger kanalen mellem Farum Sø og Furesøen og besøger Furesøbad og Fiskebæk Naturskole. Herefter sætter vi kurs mod Farum Sø, hvor vi på vejen rundt bl.a. besøger skulpturparken i Fredstofteparken.

Tur: 15-20 km. **Fra:** Farum st. kl. 13.00. **Til:** Samme sted ca. kl. 17.00. **Leder:** Birgit Højmark, 2370 7373.

Søndag, 22/7: Tokkekøb Hegn og St. Dyrehave

Turen går fra Allerød station til Tokkekøb Hegn, forbi Store Donse Dam, videre til Store

Dyrehave, hvor man bl.a. følger nogle af de lange lige veje i det gamle parforcejagtområde. På turen fortælles lidt om områdets seværdigheder. Der vandres på skovstier og asfalt med en hastighed på ca. 4,5 km i timen.

Tur: Ca. 21 km. **Fra:** Allerød st. kl. 09.50. **Til:** Samme sted ca. kl. 16.00. **Leder:** Nina Rasmussen, 2948 2598.

Torsdag, 26/7: Fra Måløv til Måløv rundt om Søndersø og Værløse Flyveplads

Vi går ca. 18 – 19 km fra Måløv Station igennem Jonstrup Vang, rundt om Søndersø og over Værløse Flyveplads tilbage til Måløv Station. Vi går ca. 4,0 km/time i bevægelse. Tag mad og drikke med til pauserne. Og husk fornuftigt fodtøj.

Tur: Ca. 18-19 km. **Fra:** Måløv st. kl. 09:30. **Til:** Samme sted kl. 14:30. **Leder:** Lene Hansen, 2448 4012.

Lørdag, 28/7: Tre søer, skov og å

Turen går fra Lyngby st. til Lyngby sø, Bagsværd sø og Hulsø. Fra Frederiksdal følger vi Prinsessestien og Åmosen til Lyngby. Der kan være vådt. Hastighed 4 km/time.

Tur: Ca. 18 km. **Fra:** Lyngby st. kl. 10.00. **Til:** Samme sted ca. kl. 16.00. **Leder:** John Bracker Larsen, 2137 3539.

Lørdag, 4/8: Opvarmning til Rudersdal Vandremaraton

En tur fra Farum til Værløse med et par ”små” krøller. Fart i bevægelse: 5,5 km/time.

Tur: 34 km. **Fra:** Farum st. kl. 09.00. **Til:** Værløse st. ca. kl. 17.00. **Leder:** Hans Jørgensen, 2560 8960, hans@hjjit.dk.

Fredag, 10/8: Byvandring: Fra København K til Flintholm

Turens tema er byudvikling og byggeri på Frederiksberg, men vi skal også gennem de flotte parker, der er på Frederiksberg. Hvis vi er heldige, får vi både hejrer og elefanter at se. Vi holder en pause undervejs. Tempoet er moderat.

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

Lørdag, 11/8: Utterslev Mose og Vestvolden til Rødovre

Kom med langs Utterslev Mose og noget af Vestvolden og hør noget om mosens historie og

om det gamle forsvarsværk – Vestvolden. Husk mad og drikke til pauserne samt godt fodtøj.

Tur: Ca. 18 km. **Fra:** Emdrup st. kl. 09.30. **Til:** Rødovre st. kl. 14.30. **Leder:** Lene Hansen, 2448 4012.

Søndag, 12/8: En tur på Metrocityringen

I 2018 indvies Metrocityringen. Sådan skrev jeg i en turbeskrivelse i 2013. Det kom ikke til at passe, og nu skriver Metroselskabet i stedet sommeren 2019. Om det så kommer til at passe, vil kun fremtiden vise, men du kan allerede nu komme turen rundt over jorden. Retableringen af byggepladserne over jorden er i gang. Vi ser, hvor langt de er nået. Turlederen fortæller undervejs om projektet. På den sidste del af turen er der flere muligheder for at stå af, hvis du ikke vil tage hele ringen.

Tur: Ca. 19 km. **Fra:** København H (under uret) kl. 09.00. **Til:** Samme sted ca. kl. 14.00. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671.

Søndag, 12/8: Dyrehavens vandrere

Gå med på vores månedlige vandreture i den dejlige gamle dyrehave, hvor vi følger dyre- og





plantelivet på skiftende årstider. Vi går 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: Samme sted ca. kl. 16.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Erik Christiansen, 2346 2460.

Tirsdag, 14/8: 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, 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. 21.30. **Leder:** Lyngby afd., 2627 4289.

Lørdag, 18/8: Barokhaven, sommer

Sommerturen til Gl. Holtegaards Barokhave starter ved Skodsborg st., en af de smukke kystbanestationer. Turen vil bringe os gennem Jægersborg Hegn, Kohaven og Eventyrskoven. Forhåbentlig vil Barokhaven vise sig fra sin smukkeste og mest blomstrende side. Tempoet vil være moderat, omkring 4,5 km/t.

Tur: Ca. 14 km. **Fra:** Skodsborg st. kl. 10.00.

Til: Samme sted kl. 14.30. **Leder:** Conny Rom Petersen, 2146 3707.

Søndag, 19/8: MV Den røde tråd

Vi fortsætter de maritime vandringer – i dette tilfælde stafetten rundt langs Sjællands kyster, også kaldet Den røde Tråd. Fra Helsingør holder vi os så nær Øresundskysten som muligt, men afvigelser kan forekomme for ikke at gå langs de befærdede veje hele tiden. For det meste asfalt, ca. 4,5 km/t.

Tur: Ca. 10 km. **Fra:** Helsingør st. kl. 10.00. **Til:** Humlebæk st. ca. kl. 14.00. **Leder:** Erik Christiansen, 2346 2460.

Lørdag, 25/8: Rudersdal Vandremaraton

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. 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 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 (5,3 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 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.

Spørgsmål: soren.p.petersen@rom-petersen.dk.
Tur: 42,2 km.

Fra: Birkerød Idrætscenter kl. 08.00. **Mødetid:** Kl. 7.30.

Til: Samme sted ca. kl. 18.30.

Pris: 20 kr., ikke-medlemmer 50 kr.

Ledere: Søren P. Petersen, 2627 4289; Hans Jørgensen, 2560 8960; Michael Olsen, 3031 3270.

Søndag, 26/8: MV Langs de 8 søer: Fra Birkerød st. til Birkerød st.

Vi skal se vand, vand og vand (fra i alt 8 søer), samtidig med at vi nyder naturen og lader vandrestøvlernerne fornøje sig med højdemetrene. Turen er i kuperet terræn, hastigheden 5,5 km/t (hurtig gang), 5-6 pauser (lidt vejrafhængigt).

Tur: 44 km.

Fra: Birkerød st. (ved 7-Eleven), kl. 08.00.

Til: Samme sted, kl. 18.00.

Leder: Jørgen Rasmussen, 2057 8982.

Lørdag, 1/9: Vestskoven – en 51 år gammel dame i sensommerdress

Sidst jeg havde en tur til Vestskoven, Skærtorsdag, stod himmel og hav i ét med sne og blæst. Nu håber jeg på skønt sensommervej og vender turen noget på hovedet. Vi skal stadig gå i skov og åbent land samt tage et smut ind i vikingelandsbyen og også bestige et bjerg. Medbring mad og drikke til pauserne og husk godt fodtøj.

Tur: Ca. 12-13 km.

Fra: Bus 400S busstoppested "Sydbuen" i Ballerup, kl. 09.30.

Til: Samme sted, ca. kl. 14.00.

Leder: Lene Hansen, 2448 4012.

Lørdag, 8/9: Ledreborg-skovene

Turen i det afvekslende område bringer os op i højder og ned i dale. Der kan være vådt, så husk passende fodtøj.

Tur: 17,5 km. **Fra:** Lejre st. kl. 09.45. **Til:**

Samme sted ca. kl. 15.00. **Leder:** John Bracker Larsen, 2137 3539.

Søndag, 9/9: Vandring med grill – 29, 22, 15, 9 eller 5 km – tilmelding nødvendig

Se bagside.

Søndag, 9/9: MV 3 havne og alt det indimellem

Ad stier og mest små veje kommer vi igennem 3 havne, passerer nogle vandløb og kommer forbi en god del vand i naturen langs kysten. Det hele kobles sammen med små fortællinger om fortid, nutid og fremtid. Kuperet, 3 pauser, 4,5 km/t (normal gang).

Tur: 24 km. **Fra:** Nivå st. kl. 09.00. **Til:** Skodsborg st., kl. 16.00. **Leder:** Jørgen Rasmussen, 2057 8982.

Søndag, 16/9: Vandrernes Dag: Historier i Nørreskoven – nogle er sande

Turen fører os sydpå langs Farum Sø, gennem Nørreskoven og Frederiksdal Storskov og Bøndernes Hegn til Bagsværd Sø. Herfra går det mod nord langs Furesøen til Furesøbad, hvor vi holder pause sammen med de andre ture. Herfra tilbage til Farum st. Det går lidt op og ned – som sædvanligt.

Tur: 16 km. **Fra:** Farum st. kl. 09.00. **Til:**

Samme sted kl. 15:30. **Leder:** Søren P. Petersen, 2627 4289.

Søndag, 16/9: Vandrernes Dag: Langs Furesøen

Fra Holte st. går vi gennem Vaserne til Bistrup, herfra videre ad de grønne stier over Stavsholt til Furesøbad i Farum, hvor vi holder pause sammen med de andre ture. Herefter følges vi med Søren P. Petersens hold til Farum st. Hastighed ca. 4,5 km/t.

Tur: 11 km. **Fra:** Holte st. kl. 11.00. **Til:** Farum st., kl. 15.30. **Leder:** Erik Christiansen, 2346 2460.

Dagdriverbanden Lyngby

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, 4/7: Amager Strand

Tur: Ca. 13 km. **Fra:** Lufthavnen st. kl. 10.10.

Til: Christianshavn st. **Leder:** Jørn Nielsen.

Onsdag, 11/7: Haslev og omegn

Pris med rejsekort Køge/Haslev retur pris kr. 64.00.

Tur 15 km. **Fra:** Køge st. kl. 10.41, hvor vi tager toget mod Haslev kl. 10.59. **Til:** Samme sted.

Ledere: Lene Køhler, 5166 9681, og Hanne Juul, 2347 7655.

Onsdag, 18/7: Se under Københavns afd.

Onsdag, 25/7: Sydkysten

3 havne og Arken. Husk badetøj.

Tur: Ca. 13 km. **Fra:** Greve st. kl. 10.15. **Til:** Brøndby Strand st. **Leder:** Elsebeth Stensgaard, 5124 5292.

Onsdag, 1/8: Lynghøj-søerne

Lynghøj-søerne er nedlagte grusgrave. Der er 3 søer, men i den ene arbejdes der stadig. Der er bademulighed ved en lille anlagt strand Vi mødes ved Roskilde busterminal kl. 10.15 ved bus 201A mod Svogerslev. (afg. HB 9.43).

Tur: 12 km. **Fra:** Roskilde busterminal bus 201A mod Svogerslev afg.kl.10.21. **Til:** Kate-dralskolen. **Leder:** Birthe Andersen, 5057 7941.

Onsdag, 8/8: Dagdriverbandens 35-års fødselsdag og formandens 25-års jubilæum

Vi skal ikke have mad og kaffe med. Billetter sælges på turene senest 1/8.

Tur: 10-14 km. **Fra:** Klampenborg st. kl. 10.09.

Til: Samme sted. **Leder:** Dagmar Levisen, 3257 7004.

Onsdag, 15/8: Se under Københavns afd.

Onsdag, 22/8: Fruens Plantage

På denne tur i Næstveds omegn går vi langs kanaler, ser små havne, og i Fruens Plantage tager vi nogle bakker, så pulsen kommer op. Har man pensionistkort til alle zoner, købes tillægsbillet retur Borup-Næstved pris kr. 72.00 hjemmefra.

Tur: 16 km. **Fra:** Næstved st. kl.10.31. (afg. HB 9.35). **Til:** Samme sted. **Ledere:** Lene Køhler, 5166 9681, og Hanne Juul, 2347 7655.

Onsdag, 29/8: Lyng og iskager

Tur: Ca. 13 km. **Fra:** Melby st. kl. 11.34 (afg. Hillerød 10.59). **Til:** Samme sted. **Leder:** Dagmar Levisen 3257 7004.

Onsdag, 5/9: Fjordstien Frederikssund til Gerlev

Vikingelandsby, små havne og flotte udsigter over fjorden.

Tur: 17 km. **Fra:** Frederikssund st. kl. 10.30. **Til:** Gerlev ved bus. **Ledere:** Lene Køhler, 5166 9681, og Hanne Juul, 2347 7655



DVL-Lyngby inviterer trofaste medlemmer til vandring med grill

Søndag, 9/9: Vandring med grill – 29, 22, 15, 9 eller 5 km – tilmelding nødvendig

DVL-Lyngby vil igen i år takke de trofaste medlemmer, der har gået med os gennem årene, og som dermed har været med til at støtte op om afdelingens eksistens. Derfor inviterer vi nu til en vandretur, der afsluttes med et grill-arrangement. Vi starter med en vandretur på 29 km. Du kan gå med fra starten eller deltage på de sidste 22, 15, 9 eller 5 km. Vi slutter ved bålpladserne på Skodsborg Station kl. 16:15, hvor vi er klar med grillkød, salat og øl, vin eller vand. Deltagelse er kun for DVL-medlemmer og gratis, men tilmelding er nødvendig. Du tilmelder dig ved at sende en mail med dit navn og medlemsnummer til vandrefest@dvl-lyngby.dk. Tilmeldingen skal ske senest den 1/9. I ugen op til vandrefesten modtager du en bekræftelse, som du skal medbringe på dagen. Der er kun plads til de første 100, der tilmelder sig, så skynd dig, hvis du skal have en plads.

Tur: 29 km. **Fra:** Skodsborg st. kl. 08.00. **Til:** Skodsborg st. kl. 16.15.

Tur: 22 km. **Fra:** Klampenborg st. kl. 09.45. **Til:** Skodsborg st. kl. 16.15.

Tur: 15 km. **Fra:** Lyngby st. kl. 12.20. **Til:** Skodsborg st. kl. 16.15.

Tur: 9 km. **Fra:** Ørholm st. kl. 13:50. **Til:** Skodsborg st. kl. 16.15.

Tur: 5 km. **Fra:** Nærum st. kl. 15.00. **Til:** Skodsborg st. kl. 16.15.

Pris: 0 kr., ikke-medlemmer: Ingen adgang

Ledere: Michael Olsen, 3031 3270 og Søren P. Petersen, 2627 4289.



Dansk Vandrelaug, Lyngby Afdeling

Bestyrelse: Formand Søren P. Petersen, Højbjerggårdsvej 18, 2840 Holte, 2627 4289, formand@dvl-lyngby.dk; Hans Jørgensen (kasserer); Marianne Ottesen (næstformand); John Bracker Larsen; Birgit Højmark Jensen; Erik Christiansen.

Hjemmeside: www.dvl-lyngby.dk

Folder: Søren P. Petersen

Illustrationer: Erik Bay