

Oplevelse og samvær gennem vandring

det er sundt, og det er sjovt



Dansk Vandrelaug
Lyngby Afdeling

Illustrationer © 2018 Erik Bay

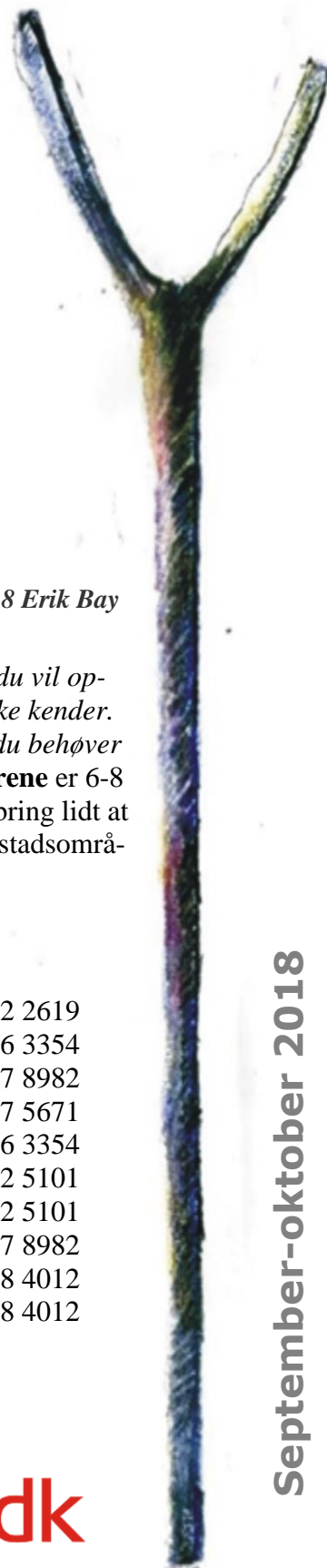
Lyngbytraverne

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 travetøjjet 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. Turene starter fra en station i Hovedstadsområdet kl. 14.00 og slutter samme sted kl. 16.00-16.30.

Leder: Turlederens navn og telefonnummer er angivet i sidste kolonne.

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

1/9:	Skodsborg st.	Skodsborgruten	Kirsten Nykjær Kragh	2982 2619
8/9:	Bispebjerg st.	Rundt om Bispebjerg	Marianne Ottesen	4046 3354
15/9:	Humblebæk st.	Humblebæk og Krogerup	Jørgen Rasmussen	2057 8982
22/9:	Lyngby st.	Radiomarken	Per Bak Olesen	2057 5671
29/9:	Holte st.	Søllerød	Marianne Ottesen	4046 3354
6/10:	Nærum st.	Kikhanerenden og Grisestien	Karen Boldsen	2892 5101
13/10:	Skodsborg st.	Bøllemosen	Karen Boldsen	2892 5101
20/10:	Birkerød st.	Rundt om Birkerød station	Jørgen Rasmussen	2057 8982
27/10:	Nærum st.	Kirkeskoven og Søllerød Sø	Lene Hansen	2448 4012
3/11:	Ballerup st.	Senefterår i Ballerups omegn	Lene Hansen	2448 4012



Vandreture / arrangementer

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 sensommervejir 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 side 7.

Søndag, 9/9: Maritim vandring: 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 Stavnsholt 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.

Fredag, 21/9: Tur på Bispebjerg og Nordvest

Først skal vi se, hvor langt de er nået med Nørrebro metrostation. Derefter kommer vi forbi højhuset Nordbro, Bispebjerg Bakke, Bispebjerg Hospital, Grundtvigskirken og Bispebjerg Kirkegård. Vi skal også gennem Nordvest Parken. Vi holder en pause undervejs.

Tur: 8-9 km. **Fra:** Nørrebro st., forhallen, kl. 10.00. **Til:** Samme sted ca. kl. 13.00. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671.

Søndag, 23/9: Maritime vandringer. Stafet rundt langs Nordsjællands kyster 14: Skodsborg-Hellerup

Vi kan ikke komme tæt på vandet hele tiden, men vi gør det, så godt vi kan på denne sensomertur. Turen går via Strandmøllen, Klampenborg, Skovshoved, Charlottenlund fort og

Øregårdsparken til Hellerup Havn med pitstop i sejlkлубben. Vi runder Tuborg Havn, inden turen slutter ved Hellerup station. Hovedsagelig asfalt.

Tur: Ca. 20 km. **Fra:** Skodsborg st. kl. 10.00

Til: Hellerup st. kl. 16.30. **Ledere:** Chr. Lauritzen, Gentofte afd., 2029 9574, og Erik Christiansen, Lyngby afd., 2346 2460.

Søndag, 30/9: St. Dyrehave

Turen går fra Hillerød station på kryds og tværs i 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:** Hillerød st. kl. 10.00. **Til:** Samme sted kl. ca. 16.00. **Leder:** Nina Rasmussen, 2948 2598.

Søndag, 6/10: 50 km for "de seje". Del 1: Holte til Holte – en omvej

100 km på en weekend. Del 1 går først mod sydøst over Brede Bakker, Dyrehavegård, Jægersborg Dyrehave og Hegn, Trørød Hegn, Maglemeden, Folehaven og Fredstoftent. På vejen tilbage kommer vi bl.a. igennem Stadsevang, Sjælsø Lund, Næbbegård Plantage og Rudeskov.

Der er 5 pauser undervejs, hvoraf DVL-Lyngby giver kager i den ene pause.

Tur: 50 km. **Fra:** Holte st. kl. 8.00. **Til:** Samme sted ca. kl. 20.00. **Leder:** Søren P. Petersen, 2627 4289.

Søndag, 7/10: 50 km for "de seje". Del 2: med spejderne

Deltagelse på denne tur forudsætter, at du har gået med på del 1 den 6/10 og har klaret dig gennem turen uden problemer. Detaljerne om mødested m.m. aftales med turlederen den 6/10. Turen går gennem Jægersborg Hegn, Jægersborg Dyrehave og rundt om Furesøen. Turen er arrangeret i samarbejde med 1. Holte Gruppe, Det Danske Spejderkorps.

Tur: 50 km. **Fra:** Havarthigården, Havarthivej 6, 2840 Holte, kl. 06.00. **Til:** Samme sted ca. kl. 20.00. **Pris:** Gratis for alle. **Leder:** Søren P. Petersen, 2627 4289.

Tirsdag, 9/10: 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.

Søndag, 14/10: Dyrehavens vandrere – Dyrehaven om efteråret

Gå med på den månedlige vandretur i den dejlige gamle dyrehave, hvor vi denne gang bl.a. ser på Ulvedalene efter "Røde Orm" og så direkte til slottet.

Der er en lille pause undervejs, så tag termoflasken med i rygsækken.

Tur: 7 km. **Fra:** Klampenborg st. kl. 14.10.

Til: Samme sted kl. 16.10. **Leder:** Jørgen Rasmussen, 2057 8982.

Lørdag, 20/10: MV: Maritim vandring i Gribskov

Vi går en efterårstur i Gribskov, hvor vi nyder skoven og nogle af søerne. Turen tager os til Esrum Sø og et stykke langs søen. På vej

tilbage går vi via Store Gribsø og langs fiskeørnereservatet. Måske er vi heldige at se ørnene! Medbring mad og drikke til et par pauser og godt fodtøj samt måske en kikkert.

Tur: 17 km. **Fra:** Kagerup Station kl. 10.15. **Til:** Samme sted kl. 16.00. **Leder:** Lene Hansen, 2448 4012.

Fredag, 26/10: I ungdomsoprørets fodspor

Der er nu gået halvtreds år siden starten på ungdomsoprøret. Vi vil gå en tur rundt til de steder, hvor der skete noget spændende i sluttresserne og starten af 70'erne. Turlederen vil fortælle om, hvad han oplevede. Har du noget spændende at fortælle, så send mig en mail.

Tur: 8-9 km. **Fra:** Østerport st. kl. 10.00 foran Den Frie Udstillingsbygning. **Til:** En station senest kl. 14.00. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671, perbakolesen@gmail.com





Lørdag, 27/10: Kullen fra Mölle til Arild
Mellem de to maleriske havnebyer Mölle og Arild vandrer vi på Skåneleden i Kullabergs Naturreservat. Der bydes på fantastiske udsigter det meste af vejen. Turen er afvekslende med skov, bække og klippeformationer. Meget kupe-ret terræn! Svær. Støvler anbefales. Maks. 20 deltagere. **Tilmelding på steen.malmlin@gmail.com eller ring.**

Tur: 17 km. **Fra** Helsingør St. kl. 8.15 ved Scandlines billetkontor. **Til:** Samme sted kl. 18.20. **Pris:** Ekskl. fægebillet 130 kr. kontant.
Kun for medlemmer.
Ledere: Erik Christiansen (Lyngby), 2346 2460, og Steen Malmlin (Nordsjælland), 5070 0308, steen.malmlin@gmail.com.

Lørdag, 27/10: Metrolinje M4

M4 er en metrolinje, der er planlagt at forløbe fra Ny Ellebjerg st. over Sydhavnen gennem City til Nordhavnen. Forbindelsen til Nordhavnen åbner primo 2020, mens stykket gennem Sydhavnen til Ny Ellebjerg først er færdig 2024. Vi går hele vejen og ser, hvor de nye metrostationer kommer til at ligge.

Tur: 17,5 km. **Fra:** Ny Ellebjerg st. ved S-togslinje F kl. 10.00. **Til:** Nordhavn st. kl. 15.00.
Leder: Per Bak Olesen, 2057 5671.

Søndag, 28/10: Skovene ved Aastrup Kloster, Tadre Mølle og Sonnerupgård

Vi mødes på Hvalsø st. og tager bus 219 kl. 10.19 til Torpe Skov. Herfra følger vi stier tilbage til Hvalsø st. Dejligt varieret område, gravhøje, åløb og flotte bygninger.
Tur: 17 km. **Fra:** Hvalsø st. kl. 10.10, bus 219 kl. 10.19 til Torpe. **Til:** Samme sted kl. 16.00.
Ledere: Erik Christiansen, 2346 2460, og John Bracker Larsen, 2137 3539.

Søndag, 28/10: Geelskov og Ravnholm Skov

Kom med på en dejlig tur gennem skoven i efterårsdragt. Vi går rask til og holder et par pauser for at nyde den skønne natur og det bakkede landskab. Husk mad og drikke samt godt fodtøj.

Tur: 10 km. **Fra:** Holte st. ud mod busholdepladsen kl. 10.30. **Til:** Samme sted kl. 13.30.
Leder: Lene Hansen, 2448 4012.

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, 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.

Onsdag, 12/9: Tur med Dagdriverbanden

Tur: ca. 12 km. **Fra:** Kongens Nytorv foran Magasin kl.10.00. **Til:** samme sted. **Leder:** Kim Greiner.

Onsdag, 19/9: Se under Københavns afd.

Onsdag, 26/9: Lyngby og Bagsværd Sø

Tur: ca. 12 km. **Fra:** Lyngby st. kl. 10.15. **Til:** samme sted. **Leder:** Jørn Nielsen.

Onsdag, 3/10: Meulenborgskoven

Skov, strand, søer og parker.

Tur: 14 km. **Fra:** Espergærde st. kl.10.29. **Til:** Helsingør st. **Ledere:** Lene Køhler, 5166 9681, og Hanne Juul, 2347 7655.

Onsdag, 10/10: Lejre

Tur: ca. 12 km. **Fra:** Lejre st. 10 00. **Til:** samme sted. **Leder:** Birthe Andersen, 5057 7941.

Onsdag, 17/10: Se under Københavns afd.

Onsdag, 24/10: Strandpark

Tur: ca. 12 km. **Fra:** Åmarken st. kl. 9.54. **Til:** Brøndbystrand st. **Leder:** Jørn Nielsen.

Onsdag, 31/10: Reffen - det nye spisested på Refshaleøen

Tur: ca. 12 km. **Fra:** Christianshavns torv kl.10.00. **Til:** 9A's endestation på Refshaleøen. **Leder:** Dagmar Levisen, 3257 7004.

Onsdag, 7/11: Carlsberg

Tur: ca. 12 km. **Fra:** Carlsberg st. kl. 9.45. **Til:** Frederiksberg Metro. **Leder:** Dagmar Levisen, 3257 7004.



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 mange gange 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.

Tilmelding

Deltagelse er **kun for DVL-medlemmer** og gratis, men tilmelding er nødvendig. Du tilmelder dig ved at sende en mail til vandrefest@dvl-lyngby.dk med:

- For- og efternavn
- DVL-medlemsnummer
- Tur: 29, 22, 15, 9 eller 5 km.
- Hvis du ikke er så godt gående længere er du velkommet til kun at deltage i grill - skriv til os.

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.

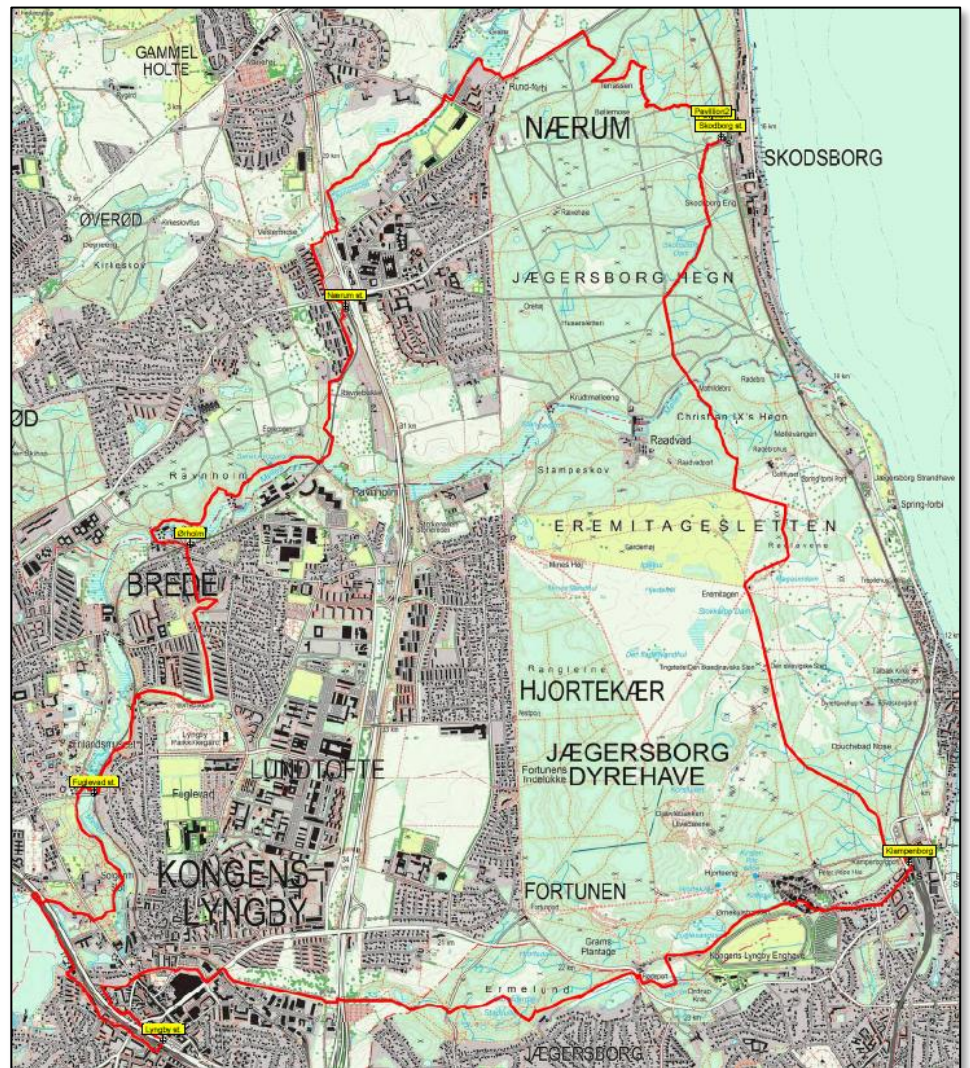
Tur: 5 km. Fra: Nærum st. kl. 15.00. Til: Skodsborg st. kl. 16.15.

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

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

Se også Friluftsrådets hjemmeside
Naturens Dag (Bevæg dig i naturen).

Rutekort: Vandring med grill. Vandringen starter kl. 08:00 i Skodsborg og følger ruten rundt med uret.





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 og hjemmeside: Søren P. Petersen

Illustrationer: Erik Bay