

Oplevelse og samvær gennem vandring

det er sundt og det er sjovt

**Dansk Vandrelaug
Lyngby Afdeling**



Illustrationer © 2014 Erik Bay

Lørdags- og onsdagsture

Lørdagsture begynder kl. 14.00, starter og slutter samme sted

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.

Turene varer 2-2½ time, og længden er 6-8 km. Vi holder en lille pause undervejs, så tag lidt forfriskning med. **Pris:** 5 kr. for medlemmer. Som ikke-medlem kan du også deltage, pris 10 kr. Tilmelding er ikke nødvendig. Mød blot op på startstedet, og se efter **en flok glade mennesker med rygsæk!** Vi håber, at du vil befinde dig så godt, at du får lyst til at melde dig ind i DVL, Lyngby afd.

1/3: Dyssegård st.	Utterslev Mose	Birgitte Borgen Marcussen, 2964 5133
8/3: Virum st.	Geel Skov og Kollelev Mose	Ronny Honoré, 3927 3920
15/3: Vedbæk st.	Rundt i Vedbæk	Jan og Per Krønert, 2794 5734
22/3: Fuglevad st.	Brede Bakker	Søren P. Petersen, 2627 4289
29/3: Birkerød st.	Bynær natur: Carinasøen	Conny Rom Petersen, 2143 4956
5/4: Allerød st., vest	Fod på Danmark/Allerød Sø	Kirsten Nykjær Kragh, 2982 2619
12/4: Holte st.	Fod på Danmark/Søllerød	Marianne Ottesen, 4046 3354
19/4: Holte st.	Næsseslottet	Marianne Ottesen, 4046 3354
26/4: Sorgenfri st.	Lagkagetur til Brede (gratis)	Ronny Honoré, 3927 3920

Onsdagsture begynder kl. 19.00, starter og slutter samme sted

7/5: Holte st. Vaserne Jan og Per Krønert, 2794 5734



Øvrige ture

Søndag, 2/3: Igangsatte og planlagte byggerier i Ørestad

I de kommende år vil der skyde en masse nye byggerier op i Ørestaden. Vi ser, hvor de skal ligge, og turlederen fortæller om byggerierne ud fra de oplysninger, der er offentligt tilgængelige.

Tur: ca. 15 km. **Fra:** Islands Brygge st. kl. 10.00. **Til:** Islands Brygge st. kl. 14.30. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671.

Tirsdag, 4/3: Motion uden recept: Prinsessestien-Lyngby

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 km. **Fra:** Lyngby Nordre Mølle, Lyngby Hovedgade 24 kl. 14.30. **Pris:** 5 kr. **Leder:** Birgit Ahnfeldt-Møllerup, 3967 0751.

Lørdag, 8/3: Springtime-Maraton

Så er det forår, ifølge kalenderen. Tid til en tur i rask tempo fra Hillerød st. op gennem Gribskov og tilbage igen.

Tur: 42,195 km. **Start:** Hillerød st. kl. 08.15. **Slut:** Hillerød st. ca. kl. 18.30. **Pris:** 10 kr., ikke-

medlemmer 20 kr. **Leder:** Hans Jørgensen, 2560 8960, hans@hjjit.dk.

Søndag, 9/3: 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.

Fredag, 21/3: Metropolzonen, hvad er det?

Metropolzonen er et større udviklingsprojekt, der blev søsat af Københavns Kommune i 2007 for at løfte den del af Københavns centrum, der strækker sig fra Kalvebod Brygge til Skt. Jørgens Sø og fra Hovedbanegården over Rådhuspladsen til Vester Voldgade. Vi ser på, hvad der er sket siden. Vi holder en frokostpause undervejs.

Tur: ca. 8 km. **Fra:** København H under uret kl. 10.00. **Til:** København H. kl. 13.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671.

Søndag, 23/3: Direkte gennem skoven

Turen går så vidt muligt uden for skovvejene gennem Aldershvile Skov, Frederiksdal Skov og Store og Lille Hareskov. Vi går i rask tempo på dårligt underlag, og der bliver en del stigninger undervejs, så turen kan for nogle føles ret hård.

Tur: Ca. 18 km. **Fra:** Skovbrynet st. kl. 10.00. **Til:** Skovbrynet st. kl. 14.30. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671.

Tirsdag, 25/3: Generalforsamling

Dagsorden iflg. lovene. Forslag, der ønskes behandlet, skal være bestyrelsen i hænde senest 14 dage før. Efter generalforsamlingen vil vi fejre vore jubilarer ved kaffebordet.

Sted: Fuglevad Vandmølle, Møllevej 4, 2800 Kgs. Lyngby. **Mødetid:** kl. 19.00. **Leder:** Lyngby afd., 2794 5734, formand@dvl-lyngby.dk.

Søndag, 30/3: Oldtidsstien, der krydser Flyvestation Værløse

Se www.oldtidsstier.dk.

Oldtidsstien Søndersø/Jonstrup blev indviet sommeren 2013. Den går hen over Flyvestation Værløse, der er ved at få nye funktioner. Vi tager på ekspedition for at se, hvad området byder på.

Tur: 14 km. **Fra:** Værløse st. kl. 10.10. **Til:** Værløse st. ca. kl. 15.00. **Pris:** Medlemmer 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Ledere:** Erik Bay og Birgitte Borgen Marcussen, 2964 5133.

Tirsdag, 1/4: Motion uden recept: Lyngby Åmose

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 km. **Fra:** Sorgenfri Station (oven for trappen) kl. 14.30. **Til:** Samme sted kl. 16.00. **Pris:** 5 kr. **Leder:** Birgit Ahnfeldt-Møllerup, 3967 0751.





Søndag, 6/4: Fod på Danmark

Vandretur gennem egnens historie

Jægersborg Dyrehave og Hegn har så mange kulturminde at byde på fra oldtid og frem til i dag. De fleste går forbi disse uden at bemærke dem. På denne tur udpeger turlederen adskillige af disse kulturminde og bruger dem til at fortælle om egnens historie. Fra 1943 skete der et dramatisk skifte i de lokale politikeres prioritering til fordel for bevaring af egnens karakteristika. De grønne områder mellem landsbyerne blev fredet, således at vi i dag kan glæde os over dette i stedet for villabyer.

Tur: 25 km. **Pris:** Gratis. **Fra:** Holte st. kl. 10:00. **Til:** Farum Sø kl. 15:00. **Leder:** Søren P. Petersen, 2627 4289.

Søndag, 6/4: Fod på Danmark

Værløse-Farum

I raskt tempo går vi fra Værløse vest om Farum Sø til Farum st. Husk forfriskning til pausen. Det er muligt at forlænge turen og gå de ca. 4 km tilbage til Farum st.

Tur: Ca. 10 km. **Fra:** Værløse st. kl. 14.00. **Til:** Farum st. ca. 16.30. **Pris:** Gratis. **Leder:** Birgit Højmark, 2030 5163.

Onsdag, 9/4: Fod på Danmark

Rude Skov

Vi går en hyggelig tur i Rude Skov, hvor vi bl.a. skal møde stedet, hvor Frederik d. 7. yndede at sidde med sin fiskestang. Muligvis passerer vi

skiløjpen, men ikke hvis der ligger sne (så må man nemlig ikke gå der – uden ski).

Tur: Ca. 8 km. **Fra:** Holte st., vandsiden, kl. 14.00. **Til:** Holte st. ca. kl. 17.00. **Pris:** Gratis. **Leder:** Marianne Ottesen, 4046 3354.

Fredag, 11/4: Fod på Danmark

Forårsklædte rum i Kgs. Lyngby

Denne tur går igennem Lyngbys bymidte og mange grønne områder med smukke huse. Vi når også en tur igennem den gamle, oprindelige Bondeby bag Lyngby kirke. Der fortælles undervejs om de ting, vi ser på vores vandring. Vi holder en kort pause undervejs, så tag en forfriskning og siddeunderlag med.

Tur: 7-8 km. **Fra:** Lyngby st., kl. 14.00. **Til:** Lyngby st., kl. 16.00. **Pris:** Gratis. **Leder:** Ronny Honore, 3927 3920



Søndag, 13/4: Amager rundt - etape 3 af 3

Vi ser landskabstræet, hører om Kongelunden, nyder udsigten over Køge Bugt og oplever stemningen i Dragør Havn. **Hastighed (start-slut):** Ca. 5,5-5,0 km/t. **Fodtøj:** Vandrestøvler.

Tur: Ca. 21 km. **Fra:** Vestamager st. kl. 10.00.

Til: Dragør Stationsplads ca. kl. 15.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Karsten R. Hansen, 3020 0256.

Søndag, 13/4: 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.

Skærtorsdag, 17/4: Fod på Danmark

Flyv fugl! Flyv over Furesøens Vove ...

Christian Winters fortryllelse af Furesøen og dens omgivelse går igen i denne flotte vandretur. Med mig til Furesøen går turen gennem Næsselottets område, langs Furesøen og Vaserne. På vores tur er der bl.a. udsigt fra fugleperspektiv over Vaserne og Furesøen. Vandreturen garneres

med fortællinger. Vi slutter ved Farum Sø sammen med de andre ture i Fod på Danmark.

Tur: 17 km. **Fra:** Holte st. kl. 10.00. **Til:** Farum Sø kl. 15.00. **Pris:** Gratis. **Ledere:** Conny Rom Petersen og Søren P. Petersen, 2627 4289.

Skærtorsdag, 17/4: Fod på Danmark Snobrød og ristede pølser ved Fiskebæk

Efter dagens ture, hvor vi er kommet fra fem forskellige startsteder, skal vi hygge os sammen i eftermiddag. De fire nordsjællandske afdelingers ture Skærtorsdag slutter samlet ved skovturspladsen, hvor vi har tændt for grillen i god tid, så der kan bages snobrød, steges pølser m.v. Vi har pølser, brød, øl/vand, kaffe og kage med, og vi glæder os til at se Jer. Vi går til Farum Station ved 17-tiden (ca. 1 km).

Fra: Furesøbad, Fiskebæk kl. 15.00. **Til:** Furesøbad, Fiskebæk kl. 15.00. **Pris:** Gratis.

Leder: Frederikssund, Gentofte, Lyngby og Nordsjælland Afdelinger, 2029 9574.

Mandag, 21/4: Vedbækfundene, Gl. Holtegaard

Vi går fra Ørholm st. gennem Ravnholm skov til Gl. Holtegaard, hvor vi ser de spændende fund fra stenalderen ved Vedbæk. Vi giver os god tid til udstillingen og returnerer til Ørholm langs en bid af Mølleåen. En varieret blanding af skov,



eng og lidt villakvarter. Husk mad og drikke og et siddeunderlag. **Pris for museum:** 50 kr. **Tur:** 8-9 km. **Fra:** Ørholm st. kl. 11.10. **Til:** Ørholm st. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer: 20 kr. **Leder:** Ronny Honoré, 3927 3920.

Søndag, 27/4: Rundt om Lyngby og Bagsværd søer

I raskt tempo går vi rundt om Lyngby og Bagsværd søer og nyder det spirende forår. Husk forfriskning til pausen.

Tur: Ca. 15 km. **Fra:** Lyngby st. kl. 14.00. **Til:** Lyngby st. kl. 16.30. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer: 20 kr. **Leder:** Birgit Højmark, 2030 5163.

Fredag, 2/5: Rundtur på Christianshavn

Vi skal både høre om Christianshavns historie og se på, hvad der sker på Christianshavn netop nu.

Vi vil komme ud i alle hjørner af Christianshavn og stikker hovedet indenfor i et par kirker. Vi holder en frokostpause undervejs.

Tur: ca. 8 km. **Fra:** Christianshavn st. kl. 10.00. **Til:** Christianshavn st. kl. 13.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671.

Søndag, 4/5: En tur langs Harrestrup å

Vi følger Harrestrup å gennem Københavns Kommune. Vi ser, hvordan åen er i dag, og turlederen fortæller om, hvordan den vil blive, når et større renoveringsprojekt er gennemført.

Tur: ca. 16 km. **Fra:** Husum st. kl. 10.00. **Til:** Ny Ellebjerg st. kl. 14.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671.

Fod på Danmark

5/4 2014 går startskuddet til DVL's store vandreprøje 2014.

I tiden frem til den 28/9-2014 arrangerer DVL vandreture under denne overskrift. Turene starter på Bornholm, Nord- og Sydsjælland og fejrer som en bølge gennem landet, indtil den 28/9, hvor det slutter med en fest i Aalborg. Nordsjællands afd. starter i Helsingør den 5/4, og frem til den 26/4 har de arrangeret ture ad den alternative E6-vandreroute fra Helsingør til Roskilde. DVL-Lyngby er med fra første dag og assisterer Nordsjællands afd. indtil Skærtorsdag med at føre vandrere fra vores område til E6-ruten. Den 17/4 afleverer vi "stafetten" til de andre afdelinger i det nordsjællandske. Den 17/4 afsluttes adskillige ture i Farum, hvor vi holder en lille fælles "get together". Vores ture, der er beskrevet i detaljer i listen ovenfor, er:

Lørdag, 5/4: Allerød Sø m.m.

Søndag, 6/4: Vandretur gennem egnens historie

Søndag, 6/4: Værløse til Farum

Onsdag, 9/4: Rude Skov

Fredag, 11/4: Forårsklædte rum i Kgs. Lyngby

Lørdag, 12/4: Søllerød

Skærtorsdag, 17/4: Flyv fugl! Flyv over Furesøens Vove ...

Nordeafonden og Friluftsrådet støtter Fod på Danmark projektet, således at turene er gratis for deltagerne.

Læs mere på <http://fodpa danmark.dk/>



Friluftsrådet

STØTTET MED TIPS- OG LOTTOMIDLER TIL FRILUFTSLIVET



Dagdriverbanden Lyngby

Dagdriverbandens ture er på 10-14 km og koster 15 kr. for medlemmer og 20 kr. for ikke-medlemmer.

Kontaktperson: Dagmar Levisen, 3257 7004.

Kontaktperson: Dagmar Levisen 3257 7004.



Onsdag, 5/3: Den Grønne Sti

Tur: 12 km. **Fra:** Langgade st. kl. 10.05. **Til:** Bispebjerg st. **Leder:** Dagmar Levisen, 3257 7004.

Onsdag, 12/3: Geel Skov

Vi tager nogle bakker og ser også en sø.

Tur: 12 km. **Fra:** Holte st. kl. 10.18. **Til:** samme sted. **Leder:** Dagmar Levisen, 3257 7004.

Onsdag, 19/3: Se under Turudvalget

Onsdag, 26/3: Skov og eng

Vi går gennem Jægersborg Hegn og Kohaveengen

Tur: 13 km. **Fra:** Skodsborg st. kl. 10.10 (afgang HB kl. 9.41). **Til:** samme sted. **Turledere:** Lene Køhler 3675 6452 og Hanne Juul 3331 7650.

Onsdag, 2/4: Kystskrænter og søer

Tur: 12 km. **Fra:** Helsingør st. kl. 10.40. **Til:** Hellebæk st. **Leder:** Dagmar Levisen, 3257 7004.

Onsdag, 9/4: Vandhaver, m.m.

En kanal, vandhaver, et bjerg, lidt skov, to søer og en strand, alt dette på een forårstur.

Tur: 13 km. **Fra:** Albertslund st. kl. 10.09. **Til:** Brøndby Strand st. **Leder:** Henning Hansen, 2881 8850.

Onsdag, 16/4: Se under Turudvalget

Onsdag, 23/4: Boserup skov

Tur: 17 km. **Fra:** Roskilde st. kl. 10.19 (afgang HB kl. 10.00). **Til:** samme sted. **Leder:** Dagmar Levisen, 3257 7004.

Onsdag, 30/4: Valby Hegn

Tur: 12 km. **Fra:** Helsingør st. kl. 11.07 (afgang Hillerød kl. 10.50). **Til:** Mårum st. **Leder:** Dagmar Levisen, 3257 7004.

Onsdag, 7/5: 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

Tur: 16 km. **Fra:** Næstved st. kl. 10.31 (afgang HB kl. 9.42). Har man pensionistkort til alle zoner, købes tillægsbillet retur Borup-Næstved pris 64 kr. **Til:** Næstved st. **Turledere:** Lene Køhler, 3675 6452 og Hanne Juul, 3331 7650.

Særlig meddelelse

Himmelfart til Rold Skov

29/5-1/6: Kristi himmelfartstur til Rold Skov flerdagestur

Ankomst til Rebild vandrehjem torsdag kl. 12. Afrejse søndag ca. kl. 10. Indkvartering vil være i dobbeltværelser med bad og toilet, fuld pension fra og med torsdag aften (medbring selv til torsdag frokost) til og med søndag morgen. Torsdag fra kl. 13-18 vil der være en tur på ca. 15 km, hvor vi besøger Thingbæk Kalkminer. Fredag er der en heldagstur på ca. 30-35 km i Rold Skov. Lørdag en heldagstur på ca. 30-35 km ligeledes i Rold Skov. Søndag er der afrejse efter morgenmaden. Endeligt turprogram kan rekvireres fra den 24/4. Maks. 15 deltagere. Pris 1600 kr.,

ekskl. transport og entré til kalkminerne. Tilmelding (senest den 29/4) og yderligere oplysninger: Hans Jørgensen – hans@hjjit.dk – 2560 8960.

Ture: To. 15 km, fr. 30-35 km, lø. 30-35 km. **Fra** Rebild Vandrehjem 29/5 kl. 12.00. **Til** Rebild Vandrehjem 1/6 kl. 10.00. **Pris:** 1.600 kr. **Tilmelding** og yderligere oplysninger: Hans Jørgensen, hans@hjjit.dk, 2560 8960. **Leder:** Hans Jørgensen, 2560 8960.



Hjemmeside: www.dvl-lyngby.dk.

Folder og web: Søren P. Petersen

Illustrationer: Erik Bay