

Oplevelse og samvær gennem vandring

det er sundt, og det er sjovt



Illustrationer © 2016 Erik Bay

Lyngby-traverne

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 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.

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

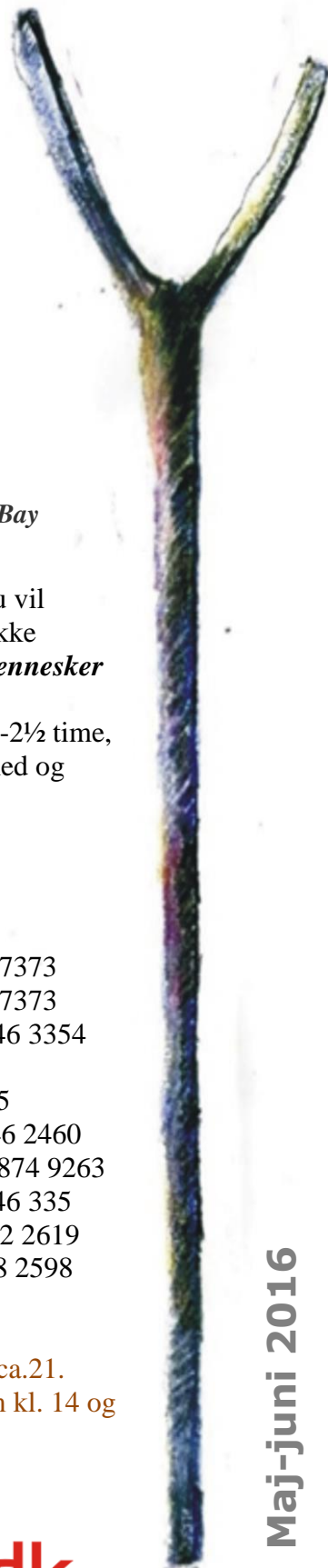
Lyngby-traverne begynder kl. 19.00, starter og slutter samme sted.

4/5: Værløse st.	Rundt om Søndersø	Birgit Højmark, 2370 7373
11/5: Skovlunde st.	Skovlunde st.-golfbanen	Birgit Højmark, 2370 7373
18/5: Holte st.	Rundt i Søllerød, bl.a. kirkegården	Marianne Ottesen, 4046 3354
25/5: Brede st.	Rundt om Brede	Bent Rasmussen, 2168 9081 / 4588 3665
1/6: Birkerød st.	Birkerød nord/Sjælsø	Erik Christiansen, 2346 2460
8/6: Sorgenfri st.	Lyngby Åmose og Lyngby Sø	Karina F. Steenholt, 2874 9263
15/6: Humlebæk st.	Visit Humlebæk	Marianne Ottesen, 4046 335
22/6: Rungsted st.	Folehaven og Rungsted Havn	Kirsten N. Kragh, 2982 2619
29/6: Sorgenfri st.	Sorgenfri Slotspark	Nina Rasmussen, 2948 2598

NB! Lyngby-traverne er vores nye navn for hhv. Onsdagsture og Lørdagsture.

Fra 1. maj til 31. august går Lyngby-traverne onsdag aften mellem kl. 19 og ca.21.

Fra 1. september til 30. april går Lyngby-traverne lørdag eftermiddag mellem kl. 14 og ca. 16.



Vandreture og arrangementer

Søndag, 1/5: Grave og bjerge mellem Værløse og Allerød

Fra Værløse går vi til Ryget, hvor vi ser nogle gravhøje. Vi følger Mølleåen et stykke, til vi kommer til Terkelskov. Vi krydser Lyngedrev og bestiger Lerbjerg, inden vi når frem til Allerød. Gåhastighed ca. 5 km/t.

Tur: Ca. 24 km. **Fra:** Værløse st. ved Kollekollevej, på sydsiden af stationen, kl. 10:00. **Til:** Allerød st. ca. kl. 16:00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Jens Jacob Haugaard, 9955 5854.

Lørdag, 7/5: Tematur: På opdagelse mellem Jægersborg og Lundtofte

Gennem Dyrehaven i forårsvejret. På vor vej vil vi opdage dele af fortiden, mange ikke har lagt mærke til før - bl.a. Fortet ved Fortunen, gamle skyttegrave m.v. De, der kender historien, vil ikke blive klogere, vi opererer på begynderniveau. Hund velkommen. Rask tempo (ca. 5 km/t). Husk drikkevarer og madpakke(r).

Tur: 13,5 km. **Fra:** Klampenborg st. kl. 10.00. **Til:** Klampenborg st. kl. 14.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Astrid Kristiansen, 2042 3184.

Søndag, 8/5: Camino for begyndere

Camino Frances er en pilgrimsrute på ca. 800 km. Den starter i det sydlige Frankrig, fortsætter over Pyrenæerne og går tværs over det nordlige Spanien. Turlederen gik den i september/oktober

2015. Vi går en del af den danske pilgrimsrute, som er udlagt af de danske santiago-pilgrimme. Undervejs er der korte fortællepauser om Camino-ruterne, udstyret, forberedelsen, omkostningerne, oplevelsen m.v. Turen er bl.a. for dig, der overvejer at gå Caminoen. Mulighed for at gå fra ved 11 km og 21 km. Tempo 5,5 km/t.

Tur: Ca. 26 km. **Fra:** Hillerød st. kl. 10.00. **Til:** Værløse st. ca. kl. 16.30. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer: 20 kr. **Leder:** Michael Olsen, 3031 3270.

Søndag, 8/5: 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, 2168 9081/4588 3665.

Fredag, 13/5: Motion i nedsat tempo: Virums gamle huse

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:** Virum st. kl. 14.30. **Til:** Virum st. kl. 16.30. **Pris:** 5 kr. **Leder:** Birgit Ahnfeldt-Møllerup, 3967 0751.





Lørdag, 14/5: Eurodotur: Ledreborg Skovene

Vores tur går gennem slotsparken til Dellinge Mølle-Hule Mølle. Vi fortsætter gennem Røgerup Skov, Kisserup Lod og Slorup Skov til Herthadalen og Gammel Lejre og skibssætningen. Herfra tilbage til Lejre Station. Der kan være fugtigt samt nogle bakker. Hastighed 4,5-5 km/t. **Tur:** Ca. 17 km. **Fra:** Lejre st. kl. 10.15. **Til:** Lejre st. ca. kl. 15.30. Tog fra Lejre kl. 15.56. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** John Bracker Larsen, 2137 3539.

Lørdag, 14/5: Pinsenattur (natten mellem lørdag, 14/5, og søndag, 15/5)

Vi mødes på Lyngby station, går langs Lyngbysø, 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 solen op kl. 04.49. De, der har lyst, fortsætter til Peter Liep, hvor vi slutter af med morgenkaffe og musik. For at kunne sidde sammen ved Peter Liep, bestiller vi bord og sælger billetter på turens første pause. Vi tager mod kontanter. **Husk:** Mad, drikke, varm påklædning og regntøj. **Tur:** Ca. 16 km. **Fra:** Lyngby st. kl. 00.30. **Til:** Klampenborg st. ca. kl. 06.30. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Tage Jensen, 4052 2932, og Søren P. Petersen, 2627 4289.

Søndag, 15/5: På fotosafari gennem årstiderne - forår

Årstiderne afspejler klimaets årlige skiften. Har vi en tendens til at glemme og glædes ved detaljen i disse skift? Vi går en tur gennem afvekslen-

de landskaber og nyder en række udsigter. Nogle var med på samme tur i januar - hvad har mon forandret sig? Alle kan være med på denne smukke tur. Vandrestave kan være en fordel. Man kan gå fra ved 6, 9 og 14 km. Tempo 5 km/t. **Tur:** Ca. 20 km. **Fra:** Virum st. kl. 10.00. **Til:** Virum st. kl. 15.30. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Michael Olsen, 3031 3270.

Fredag, 20/5: Byvandring på Frederiksberg: Søndermarken og Frederiksberg Have

Vi går en tur gennem de forårsgrønne parker på Frederiksberg. Vi når ud til Carlsberg Byen, hvor vi går gennem J.P. Jacobsens Have. Vi holder en frokostpause undervejs. **Tur:** Ca. 10 km. **Fra:** Flintholm st. kl. 10.00 ved linje F mod Hellerup. **Til:** Flintholm st. ca. kl. 14.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671.

Søndag, 22/5: Direkte gennem skoven

Vi går en tur gennem Aldershvile Skov, Frederiksdal Storskov, Store og Lille Hareskov og Jonstrup Vang. Vi opsøger nogle stigninger, så vi kan få pulsen op, og forsøger ellers at undgå større veje og stier på store dele af turen. Underlaget vil være ujævnt og tempoet friskt. **Tur:** Ca. 20 km. **Fra:** Skovbrynet st. kl. 10.00. **Til:** Skovbrynet st. kl. ca. 15.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671.

Søndag, 22/5: Enrum og Jægersborg Hegn

Turen går fra Vedbæk Station gennem Enrum, Lokeshøj, Struckmannparken, Jægersborg Hegn, Bøllemosen og Trørød skov. På turen fortælles lidt om områderne. Medbring forplejning, siddeunderlag, påklædning efter vejret og solidt fodtøj. Gå-hastighed godt 4 km i timen ad skovstier og lidt asfalteret vej. Starttidspunktet passer fx med tog fra København H mod Nivå Station kl. 9.21. **Tur:** Ca. 16 km. **Fra:** Vedbæk st. kl. 09.45. **Til:** Vedbæk st. ca. kl. 15.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Nina Rasmussen, 2948 2598.

Søndag, 29/5: Eurorandotur: Bidstrup Skovene

Turen starter på Hvalsø Station, herfra går vi en rundtur i det flotte skovlandskab. Vi kommer forbi Avnsø, Helvedeskedlen, nedkastningsområdet fra anden verdenskrig og slutter gennem Dårhulen. Lettere variabelt underlag, som kan være fugtigt. **Tur:** 21 km. **Fra:** Hvalsø st. kl. 10.20. **Til:** Hvalsø st. kl. 15.30. (Tog fra Hvalsø kl. 15.50.) **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** John Bracker Larsen, 2137 3539.

Lørdag, 4/6: Bognæs (v. Roskilde)

Oplev skov, enge og strand i det skønne område omkring Bognæs ved Roskilde. Vi går halvøen rundt, ca. 14 km i dejlig natur. Vi arrangerer samkørsel i biler fra Lyngby st. kl. 9.00, forventet returtid på Lyngby st. ca. kl. 15.30. **Tilmelding er derfor nødvendig** til en af turlederne. Oplys dit mobil nr., antal personer, og om du kan lægge bil til. **Tur:** 14 km. **Fra:** P-pladsen ved Bognæs overfor Bognæsvej 20, 4000 Roskilde kl. 10.00. **Til:** Samme sted ca. kl. 14.30. **Pris:** 10 kr. for medlemmer, 20 kr. for ikke-medlemmer. Regn med 30 kr. til chaufføren for benzin ved samkørsel. **Ledere:** John Bracker Larsen, 2137 3539, og Erik Christiansen, 2346 2460.

Fredag, 10/6: Motion i nedsat tempo: 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. **Tur:** Ca. 3 km. **Fra:** Frilandsmuseets hovedindgang, Kongevejen 100, Lyngby kl. 14.30. **Til:** Samme sted kl. 16.30. **Pris:** 5 kr. **Leder:** Birgit Ahnfeldt-Møllerup, 3967 0751.

Lørdag, 11/6: Ganløse Tunneldale og Mølleådal

Vi går i rask tempo fra Stenløse station til Slagslunde, videre til Slagslunde Skov, Buresø, Klokkelkilde Bakke, Nellesø, Ganløse Eged, Bastrup Sø, og følger herefter Mølleøen til Farum Sø og Farum station. Turen går igennem flot-flot natur skabt både af istidens kræfter og menneskers aktivitet. **Tur:** 23 km. **Fra:** Stenløse st. kl. 9.20. **Til:** Farum st. kl. 15.15. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Henrik Lehmann, 4018 5640.

Lørdag, 11/6: Eurorando-event i Kolding

En energisk tur i det smukke sølandskab omkring Dons-søerne og vandvejene til Harte Værket. Vi



vil vandre langs søbredder og kravle op til flotte udsigter, gå i skov og på den gamle Troldhede Bane. På turen vil der blive fortalt om de forskellige historiske/kulturelle steder, vi passerer. Rundvisning på Harteværket. Der vil være forskellige festlige indslag på turen. Vandrestøvler anbefales, der kan være fugtigt. Samkørsel fra Holmsminde 15 kr. **Tilmelding** senest 29/5 til turlleder: Liva Clausen (Kolding afd.), 2287 0732, eller John Bracker Larsen (Lyngby afd.), 2137 3539. **Tur:** Ca. 13 km. **Fra:** Holmsminde Kolding kl. 09.00 og Vester Nebel Kirke kl. 09.30. **Til:** Harteværket kl. 16.30. **Pris:** 30 kr. inkl. kaffe/kage. **Ledere:** Liva Clausen, Kolding, 2287 0732, og John Bracker Larsen, Lyngby, 2137 3534

Søndag, 12/6: Eurorando-event i Fredericia

En tur fyldt med energi gennem Fredericia by. Vi vil blive bekendt med lav-energi, høj-energi, og den, vi kender, som kun kan afhjælpes med et stykke chokolade ...

Vi får selskab af en lokal "kender" af Fredericias historie på godt og ondt, og som vil følge os på hele turen. Dagen slutter på Fredericia Vold. På denne tur vil der være en blanding af sti og asfalt. Samkørsel fra Holmsminde p-plads i Kolding kl. 9.00. Selve turen starter fra Fredericia banegård kl. 9.30. Ved tilslutning i Fredericia, aftales med turlleder. Medbring mad og drikkevarer til hele turen. Samkørsel 25 kr. **Tilmelding** senest 29/5 til turlleder: Liva Clausen (Kolding afd.), 2287 0732, eller John Bracker Larsen (Lyngby afd.), 2137 3539. **Tur:** Ca. 15 km. **Fra:** Fredericia Banegård kl. 09.30. **Til:** Fredericia Banegård kl. 16.00. **Pris:** 15 kr. **Ledere:** Liva Clausen, Kolding, 2287 0732, og John Bracker Larsen, Lyngby, 2137 3534.

Søndag 12/6 2016: Hellebæk

Turen går fra Hellebæk Station gennem Hellebæk Skov og Teglstrup Hegn, gennem bøge- og nåleskov, forbi moser og søer og ender ved Hammermøllen, som stammer fra 1765, www.hammermollen.dk.

På turen fortælles lidt om områderne. Medbring forplejning, siddeunderlag, påklædning efter vejret og solidt fodtøj. Gå-hastighed godt 4 km i timen ad mindre og større skovstier og lidt asfaltvej. Toget går kun en gang i timen, så vi indtager

vores eftermiddagskaffe på Hammermøllen, så der kan synkroniseres med toget. **Tur:** Ca. 15 km. **Fra:** Hellebæk st. kl. 10.11. **Til:** Hellebæk st. kl. 15.26. **Pris:** Medlemmer 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Nina Rasmussen, 2948 2598.

Søndag, 12/6: 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, 2168 9081/4588 3665.

Tirsdag, 14/6: 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. **Fra:** kl. 19.00. **Til:** kl. 21.30. **Pris:** Gratis. **Leder:** Lyngby afd., 2627 4289.

Fredag, 17/6: Byvandring i København: Langs havnen fra Svanemøllen til Kgs. Nytorv

Emnet er byudvikling. Vi starter med Nordhavnsvejen og Nordhavnstunnelen. Derefter ser vi på byggeriet i Århusgadekvarteret. Den videre tur går via Marmormøllen, Langelinie, Kvæsthusbroen og Havnegade til Kgs. Nytorv. Vi tjekker lige, om de langt om længe er blevet færdige med Inderhavnsbroen. Vi holder en frokostpause undervejs. **Tur:** Ca. 10 km.

Fra: Svanemøllen st. kl.10.00.

Til: Kongens Nytorv st. ca. kl.13.00.

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

Leder: Per Bak Olesen, 2057 5671.

Lørdag, 18/6 – søndag, 19/6:

100 km på 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? * Ømhed og smerter * Mon det går? * Gadelys * Nat og mørke * Skovstier * Nattergalen * Fuglene vågner * Solen står op * Esrum Sø er flot * Træthed * Flere vabler * Hillerød st. * Jeg gjorde det! * Wauw!*

Med udgangspunkt fra Hundested Havn går vi langs Sjællands nordkyst med Nordkyststien som retningslinje (ca.). Fra Helsingør går turen gennem Nyrup Hegn, Krogenberg Hegn, Danstrup Hegn, Fredensborg Slotshave, Grønholt Vang og Hegn og St. Dyrehave. Oplev den flotte natur og de mange flotte udsigter undervejs. En del af turen går langs stranden. Oplev også den specielle stemning, der er ved at gå i mørke, og ikke mindst den specielle stemning når naturen vågner kort før solopgang.

Undervejs er der 10 pauser, hvoraf DVL-Lyngby byder på lidt at spise i de to. Tag mad til 8 pauser og væske til 35 km. Turen vil foregå i et rask tempo – ca. 5,5 km i bevægelse. Så kom i form ved at gå nogle ture inden på 40-50 km, og gå med på denne udfordrende tur.

Der er mulighed for at gå fra ved Tisvildeleje (12.45 / 21 km), Rågeleje (14:45 / 28 km), Gilleleje (17:00 / 38 km), Hornbæk (19:40 / 50 km), Helsingør (23:40 / 65 km), Fredensborg st. (5:30 / 85 km). **Tur:** 100 km. **Pris:** 40 kr., ikke-medlemmer 100 kr. **Fra:** Hundested Havn st. 8.30, tilslutning Hillerød st. kl. 7.30 (Lokalbanen

mod Hundested Havn st.). **Til:** Hillerød st. ca. kl. 08.30. **Leder:** Søren P. Petersen, 2627 4289, soren.p.petersen@rom-petersen.dk.

Søndag, 19/6: Rundtur fra Bagsværd st.

Turen går gennem Smør- og Fedtmosen og Hjortespringkilen ud til Egebjergkvarteret i Ballerup. Hjemturen går gennem Hareskovene til Bagsværd Sø og Aldershvile Slotspark. Vi går i friskt tempo. **Tur:** Ca. 18 km. **Fra:** Bagsværd st. kl.10.00. **Til:** Bagsværd st. kl. ca.14.30. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Per Bak Olesen, 2057 5671.

Søndag, 19/6: Holte-Birkerød

En rask lille travetur fra Holte til Birkerød. Vi kommer igennem Vaserne, måske hører vi en nattergal. **Tur:** Ca. 12 km. **Fra:** Holte st. kl.10.15. **Til:** Birkerød st. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Jan og Per Krønert, 2794 5734.

Torsdag, 23/6: Sankthansaften

De sidste mange år har Ronny lavet en rigtig dejlig Sankthanstur fra og til Sorgenfri. Desværre er Ronny stoppet som turleder, men det duer altså ikke at afskaffe denne tradition. Jeg vil påtage mig at lave en tur, der kommer til at minde om en Ronny-tur. Vi går en tur, bl.a. ad Prinsessestien, gennem Åmosen, kigger på en sø og holder en spisepause, inden vi kommer til Sorgenfri Kirke. Her vil der forhåbentlig være mulighed for at købe kaffe og kage, se på bål og synge en sang eller to, inden der er koncert (af en eller anden slags) i kirken. **Tur:** 9 km. **Fra:** Sorgenfri St. kl. 17.00. **Til:** Sorgenfri St. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Marianne Ottesen, 4046 3354.

Lørdag, 25/6: Midsommer og solnedgang fra Åsebakken

Oplev solnedgangen fra Åsebakken kl. 21.58. Vi går gennem Bistrup Hegn og Rude skov. Husk glas, vi serverer cider på Åsebakken. Mulighed for bus 500S v/Åsebakken to gange i timen, resten fortsætter til fods.



Alm. gang 4,5 km/t, terræn kuperet.

Tur: 15 km. **Fra:** Birkerød St. kl. 19. 00

Til: Birkerød St. kl. 23.30.

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

Leder: Jørgen Rasmussen, 2057 8982.

Farum Lillevang. Husk forfriskning til pausen.

Tur: Ca. 15 km. **Fra:** Farum st. kl. 14.00. **Til:**

Farum st. kl. 17.00. **Pris:** 10 kr., ikke-

medlemmer 20 kr. **Leder:** Birgit Højmark,

2370 7373.

Søndag, 26/6: Virum S til Virum S

En sansevækkende tur i Geelskov. Der vil være en pause på ca. 15 minutter. Fart ca. 4,5 km/t.

Tur: 6-8 km. **Fra:** Virum st. kl. 14.00. **Til:** Vi-

rum st. ca. kl. 16.30. **Pris:** 10 kr., ikke-

medlemmer 20 kr. **Leder:** Søren P. Petersen,

2627 4289.

Torsdag, 30/6: Albertslund og kunst i Hylde- spjældet

I raskt tempo går vi gennem de spændende områder Hyldagerpark og Egelund Parken, og efter en lille pause møder vi Ole Kristensen, som vil vise os rundt i Hylde-spjældets Skulpturpark. Måske er vi heldige at komme op i Tårnet. Husk forfriskning til pausen. **Tur:** Ca. 10 km. **Fra:** Al-

bertslund st. kl. 19.00. **Til:** Albertslund st. kl.

22.30. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Le-**

der: Birgit Højmark, 2370 7373.

Søndag 3/7: Rundt om Farum Sø

I raskt tempo går vi rundt om Farum Sø og de nærliggende områder, bl.a. runder vi Svane Sø og

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

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, 4/5: Gentofte Rende m.m.

Gentofte Sø, Dyssekilde parken, Utterslev Mose og lidt kolonihaver. **Tur:** Ca. 12 km. **Fra:** Gentofte st. kl. 10.11. **Til:** Husum st.

Leder: Dagmar Levisen, 3257 7004.

Onsdag, 11/5: Arboretet

Vi skal se, hvor mange Rododendron der er i blomst. **Tur:** Ca. 13 km. **Fra:** Rungsted Kyst st. kl.10.30. **Til:** Samme sted. **Leder:** Jens Petersen, 2166 7270.

Onsdag, 18/5: Se under Københavns afd.

Onsdag, 25/5: Bustur for Dagdriverbandens deltagere

Til Enø og Bisserup.

Billetterne sælges på Dagdriverbandens ture den 4/5 og 11/5 til medlemmerne. Evt. ledige pladser sælges til andre interesserede den 11/5 pris 150.00. **Tur:** 15 km. **Fra:** Sjælør st. kl. 7.30. Evt. opsamling i Ølby kl.8. **Til:** Sjælør st. **Ledere:** Lene Køhler, 5166 9681, og Hanne Juul, 2347 7655.

Onsdag, 1/6: Tur til Roskilde

Langs banen til Trekroner, forbi RUC til Himmelev, tilbage til Roskilde. **Tur:** Ca. 13 km. **Fra:**

Roskilde st. kl. 10.23 i Ankomsthallen afg. Kbh. H. kl. 9.58. **Ledere:** Birthe Andersen, 5057 7941, og Anne Nørregaard.

Onsdag, 8/6: Brønshøj, Bellahøj og Utterslev Mose

Tur: Ca. 13 km. **Fra:** Brønshøj Torv kl. 10.00.

Til: samme sted. **Leder:** Kirsten Lilholt, 6185 4239.

Onsdag, 15/6: Se under Københavns afd.

Onsdag, 22/6: Sjælsø

Eskemose Skov, udsigten over Sjælsø og Isterød.

Tur: Ca. 13 km. **Fra:** Birkerød st., 10.23. **Til:** Hørsholm. **Leder:** Jens Petersen, 2166 7270.

Onsdag, 29/6: Rolighedsmoserne

En tur med skov, strand og mose. **Tur:** 14 km.

Fra: Espergærde st. kl. 10.30. **Til:** Samme sted. **Ledere:** Lene Køhler, 5166 9681, og Hanne Juul, 2347 7655.

Onsdag, 6/7: Tisvilde Hegn

Tur: Ca. 13 km. **Fra:** Tisvildeleje st. kl. 11.21, afg. Hillerød st. kl. 10.50. **Til:** Tisvildeleje st.

Leder: Dagmar Levisen, 3257 7004.

Illustrationer: Erik Bay

Folder: Søren P. Petersen, 2627 4289

