

Oplevelse og samvær gennem vandring

det er sundt, og det er sjovt

Dansk Vandrelaug
Lyngby Afdeling



Illustrationer © 2016 Erik Bay

Lørdagsture

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.

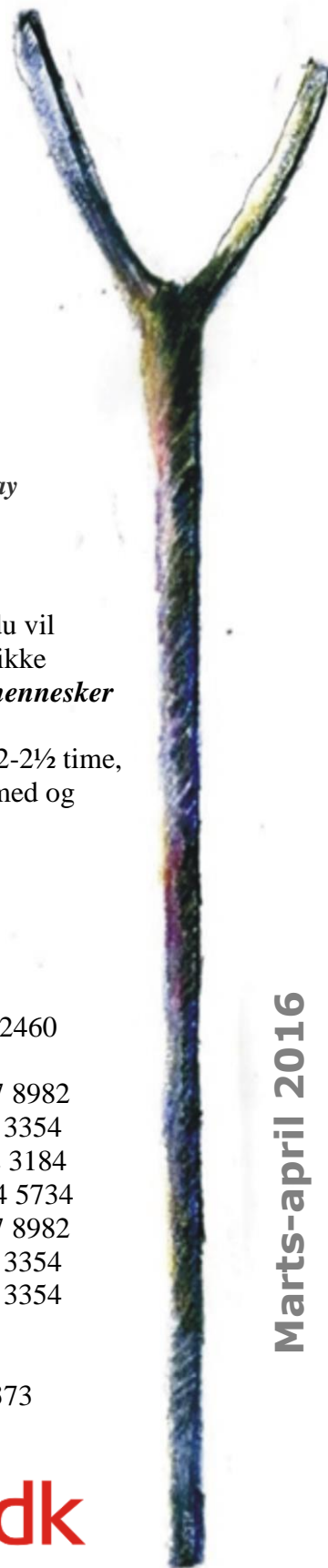
Leder: Turlederens navn og telefonnummer er angivet i sidste kolonne.

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

5/3: Sorgenfri st.	Prinsessestien og Frederiksdal	Bent V. Rasmussen, 2168 9081/4588 3665
12/3: Birkerød st.	Golfbanen, Bistrup Hegn og Dumpedalen	Erik Christiansen, 2346 2460
19/3: Allerød st.	Rundt om Allerød station	Jørgen Rasmussen, 2057 8982
26/3: Fredensborg st.	Rundt om slottet	Marianne Ottesen, 4046 3354
2/4: Bernstorffsvej st.	Bernstorffsvej	Astrid Kristiansen, 2042 3184
9/4: Holte st.	Vaserne	Jan og Per Krønert, 2794 5734
16/4: Hillerød st.	Rundt om Hillerød station	Jørgen Rasmussen, 2057 8982
23/4: Holte st.	Kaningården	Marianne Ottesen, 4046 3354
30/4: Lyngby st.	Lagkagetur til Brede (gratis)	Marianne Ottesen, 4046 3354

Onsdagsture begynder kl. 19.00, starter og slutter samme sted

4/5: Værløse st.	Rundt om Søndersø	Birgit Højmark, 2370 7373
------------------	-------------------	---------------------------



Øvrige ture og arrangementer

Lørdag, 5/3: Spring-Time-Maraton

Traditionen tro er det tid til en forårstur i rask tempo (ca. 6 km/t) fra Hillerød st. op gennem Gribskov og tilbage igen.

Tur: 42,195 km.

Fra: Hillerød st. kl. 08:15

Til: Hillerød st. ca. kl. 18:30.

Pris: 10 kr. ikke-medlemmer 20 kr.

Leder: Hans Jørgensen, 2560 8960,

hans@hjjit.dk

Søndag, 6/3: Tokkekøb Hegn og Store Dyrehave

Hastighed: Vi går med ca. 4,5-5 km/time, 4 km/time i gennemsnit med pauser. Fra Allerød st. går turen ind i Tokkekøb Hegn, hvor vi besøger Lerelte-stenen. Turen fortsætter forbi Storedam og videre ind i Store Dyrehave, som vi kommer godt rundt i på kryds og tværs.

Tur: Ca. 24 km.

Fra: Allerød st. kl. 10.00.

Til: Hillerød st. kl. ca. 15.00.

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

Leder: Jens Jacob Haugaard, 9955 5854.

Søndag, 13/3: Eurorandotur: Rundtur over Troldehøj

Vi går fra Lyngby Station gennem Bondebyen til Mølleåen. Over Borrebakken og Granåsen til

Troldehøj, og vi runder Runde Bakke. Herefter følger vi Mølleåen og Lyngby Sø og slutter på Lyngby Station.

Tur: Ca. 15 km.

Fra: Lyngby st. kl. 09.30.

Til: Lyngby st. kl. 15.00.

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

Leder: John Bracker-Larsen, 2137 3539.

Søndag, 13/3: 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.

Onsdag, 16/3: Generalforsamling

Dagsorden ifølge vedtægterne.

Forslag, der ønskes behandlet, skal være bestyrelsen i hænde senest 14 dage før.

Efter generalforsamlingen vil vi fejre vores jubilarer ved kaffebordet, og aftenen afsluttes med et lille foredrag: Røverhistorier fra Rudeskov ved Søren P. Petersen.





Sted: Fuglevad Vandmølle, Møllevej 4, 2800 Kgs. Lyngby.
Tid: Kl. 19.00.
Pris: Gratis
Leder: Lyngby afd., 2627 4289, formand@dvl-lyngby.dk.

Palmesøndag, 20/3: Maraton gennem land, skov og grusgrav

Lyngge grusgrav er delvist blevet åbnet for publikum, og der er anlagt stier – dem tramper vi på. Det er blot lidt af, hvad der er at opleve på disse godt 40 km. Det er en tur med flere storslåede udsigter, åbent land og tæt skov – en god kulisser for en maraton. Medbring mad og drikke til fire pauser. Gennemsnitsfarten i bevægelse er ca. 5,5 km/t.

Tur: 42,2 km (maraton).

Fra: Allerød st. 08.30.

Til: Farum st. ca. kl. 18.00.

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

Leder: Søren P. Petersen, 2627 4289.

Søndag, 27/3: Landskaber, skove, søer og klostre i Nordsjælland

Fra Snekkersten på tværs gennem Nordsjælland syd om Gurre Sø og nord om Esum Sø, naturen kan rigtig nydes uden blade på træerne. Der er 5 pauser, hastigheden er ca. 5,5 km/t (ret hurtig gang), terrænet ret kuperet i starten.

Tur: 34 km.

Fra: Snekkersten St. (bysiden) kl. 9.00.

Til: Gilleleje St. kl. 17.00.

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

Leder: Jørgen Rasmussen, 2057 8982.

Lørdag, 2/4: Ganløse-Klampenborg

Dette er en tur i rask tempo (5,5- 6 km/t). Turen vil fortrinsvis gå langs Mølleåen (kanal) til Strandmøllen og herfra gennem Dyrehaven til Klampenborg st. Bus 334 kan benyttes fra Farum st. til Ganløse.

Tur: 40 km.

Fra: Ganløse Gadekær kl. 8.45.

Til: Klampenborg st. kl. 17.30.

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

Leder: Hans Jørgensen, 2560 8960, hans@hjjit.dk.

Søndag, 3/4: Grib Skov og Søborg Ruin

Fra Kagerup st. går vi gennem Grib Skov via Mårum, Saltum og Søborg Sø til Søborg Slotsruin. Herfra langs med Søborg Kanal til Gilleleje St. Hastighed ca. 5 km/t.

Tur: Ca. 20 km.

Fra: Kagerup st. kl. 10.00.

Til: Gilleleje st. kl. ca. 16.30.

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

Leder: Erik Christiansen, 2346 2460.

Søndag, 10/4: Amager rundt, del 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, 10/4: 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, 2168 9081/4588 3665.

Tirsdag, 12/4: 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. 21.00.

Pris: gratis.

Leder: Lyngby afd., 2627 4289.

Fredag, 15/4: Sorgenfri Slotspark

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

Tur: Ca. 3 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.





Lørdag, 16/4: Eurorandotur: Hvalsø-Roskilde

Turen går fra Hvalsø Station gennem Bæsted Skov, forbi Skullerupholm og ind i Ledreborgskovene. Vi fortsætter over Gevninge Overdrev til Sagnlandet og Lejre Museum. Herefter følger vi Skjoldungestien til Boserup Skov og videre til Roskilde. Turen er en Eurorandotur og i samarbejde med Frederikssund afd.

Tur: 27 km.

Fra: Hvalsø st. kl.10.40.

Til: Roskilde st. kl.17.00.

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

Ledere: John Bracker Larsen, Lyngby afd., 2137 3539, og Ruth Heinel, Frederikssund afd., 2494 5238.

Søndag, 17/4: Farum Oldtidssti

Med udgangspunkt på Farum Station går vi rundt om Farum Sø, kikker på de oldtidsminder, der stadigvæk findes, og hører om nogle, der ikke længere er der. Hastighed ca. 4 km/t ad anlagte stier og enkelte skovveje.

Tur: Ca. 13 km.

Fra: Farum st. kl. 09.55.

Til: Farum st. kl. ca. 14.30.

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

Leder: Nina Rasmussen, 2948 2598

Lørdag, 23/4: Eurorandotur: Farum-Skodsborg

Turen starter kl. 9.30 fra Farum Station. Vi følger vandet på hele turen, sø og å og Jægersborg Hegn. Turen er en Eurorandotur.

Tur: Ca. 24 km.

Fra: Farum st. kl.9.30.

Til: Skodsborg st. ca. 15.00.

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

Leder: John Bracker Larsen, 2137 3539.

Søndag, 24/4: Frederikshøj, Høje Lindebjerg, Spodsbjerg Fyr og Knud Rasmussens Hus

Fra Tisvildeleje tværs igennem natur og sommerhusområder, derpå langs stranden forbi fyret samt Knud Rasmussens Hus. Der er 3 pauser, hastigheden er ca. 5,5 km/t (ret hurtig gang), terrænet er ret kuperet.

Tur: 28 km.

Fra: Tisvildeleje St. kl. 9.00.

Til: Hundested St. kl. 16.00.

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

Leder: Jørgen Rasmussen, 2057 8982.

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 Lyng Overdrev 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 Hugaard, 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 timen). 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 santiagopilgrimme. 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.



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, 2/3: Den grønne sti

Gennem et par kirkegårde og Landbohøjskolens have når vi til Den Røde Plads, hvor der er gadeinventar fra hele verden.

Tur: Ca. 13 km.

Fra: Langgade st. kl. 9.56.

Til: Bispebjerg st.

Leder: Dagmar Levisen, 3257 7004.

Onsdag, 9/3: Rygård Overdrev

I dette smukke område er der mange søer og flotte højdepunkter.

Tur: 12 km.

Fra: Holte st. kl. 10.13.

Til: Nærum st.

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

Onsdag, 16/3: Se under Københavns afd.

Onsdag, 23/3: Frederiksberg Campus og Søerne

Vi følger den Grønne Sti, passerer Frederiksberg Campus, Nørrebros Røde Plads, moskeen i Rovsinggade, går gennem Fælledparken og langs Sortedams Sø, Peblinge

Sø, Sct. Jørgens Sø og slutter nær Vesterport st.

Tur: Ca. 13 km.

Fra: Valby st., Spinderiet ved Burger King kl. 10.00.

Til: Vesterport st.

Leder: Kim Greiner, 4058 9825.

Onsdag, 30/3: Tur til Roskilde

Gennem den gamle Roskilde Ring og det nye Mucikon til Hyrdehøj Skoven,

videre til Sct. Hans Hospitalet.

Tur: Ca. 13 km.

Fra: Roskilde st. i ankomsthallen kl. 10.17 (afgang Kbh. H. kl. 9.56).

Til: Roskilde st.

Ledere: Birthe Andersen og Anne Nørregaard.

Onsdag, 6/4: Holmen

Vi går gennem Kastellet og tager Havnebussen til Holmen.

Tur: Ca. 12 km.

Fra: Østerport st. kl.9.59.

Til: Christianshavn Metro.

Leder: Dagmar Levisen, 3257 7004.

Onsdag, 13/4: Forårstur i Vestskoven

Vi kigger på det nye grønne liv i skovbund og haver, bestiger et "bjerg", stiger ned igen og prøver den nye stibro over motorvejen.

Tur: Ca. 13 km.

Fra: Malmparken st. kl. 10.12.

Til: Ballerup st.

Leder: Henning Mørk Hansen, 2881 8850.

Onsdag, 20/4: Se under Københavns afd.

Onsdag, 27/4: Buresø

Tur: Ca. 13 km.

Fra: Farum st. kl. 10.15 ved bus 334.

Til: Ølstykke st.

Leder: Lisbeth Hansen, 2074 9948.

Onsdag, 4/5: Gentofte Rende m.m.

Gentofte Sø, Dyssekildeparken Utterslev Mose og lidt kolonihaver.

Tur: Ca. 12 km.

Fra: Gentofte st. kl. 10.11.

Til: Husum st.

Leder: Dagmar Levisen, 3257 7004.





Fuglevad Vandmølle, Møllevej 4, 2800 Kgs. Lyngby – Illustration af Erik Bay

Generalforsamling

Onsdag, 16/3: Generalforsamling - Lyngby afdeling

Dagsorden iflg. vedtøgterne. Forslag, der ønskes behandlet, skal være bestyrelsen i hænde senest 14 dage før. Efter generalforsamlingen, ca. kl. 20.00, vil vi fejre vore 7 jubilarer ved kaffebordet.

Aftenen afsluttes med et foredrag af Søren P. Petersen, *Røverhistorier fra Rude Skov*.

Mødested: Fuglevad Vandmølle, Møllevej 4, 2800 Kongens Lyngby kl. 19.00 – 22.00.

Ledere: Lyngby afdeling, 2627 4289.

Dagsorden ifølge vores vedtægter

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning, herunder fra Dagdriverbanden
3. Regnskab
4. Indkomne forslag
5. Fremtidigt arbejde
6. Valg af:
 - a. Medlemmer til bestyrelsen samt suppleanter
 - b. Revisor og suppleant
 - c. Landsmødedeltagere (se DVLs love)
7. Eventuelt

Bestyrelsen 2015-2016:

Formand, Søren P. Petersen
Næstformand, Marianne Ottesen
Kasserer, Hans Jørgensen
John Bracker Larsen
Jens Jacob Haugaard
Birgit Højmark Jensen

Se også vores hjemmeside, www.dvl-lyngby.dk, hvor du finder de seneste opdaterede informationer.

Denne turfolder kan downloades fra <http://www.dvl-lyngby.dk/Downloads.html>.

Hjemmeside: www.dvl-lyngby.dk

Folder og hjemmeside: Søren P. Petersen

Illustrationer: Erik Bay