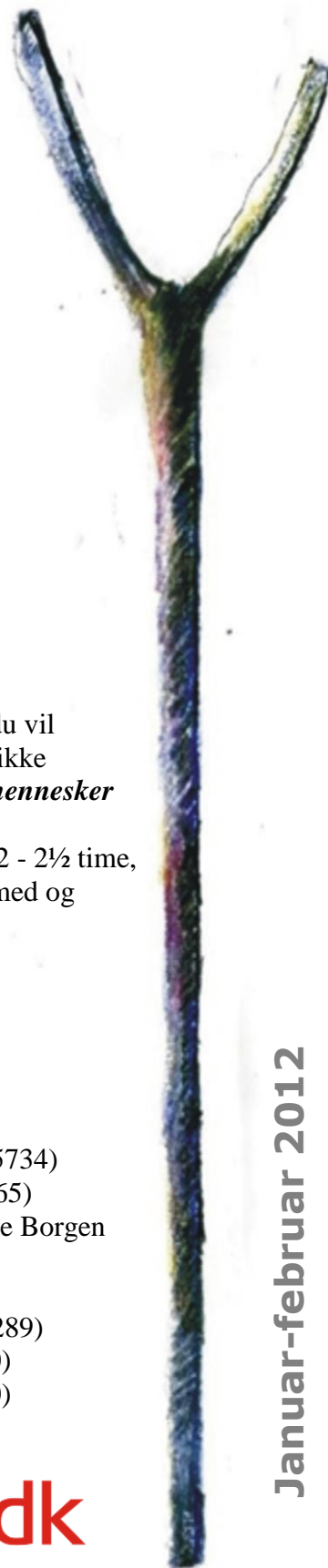


Oplevelse og samvær gennem vandring

det er sundt og det er sjovt

Dansk Vandrelaug
Lyngby Afdeling



Illustrationer © 2011 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 parentes.

Lørdagsture begynder kl. 14.00, starter og slutter samme sted

7/1: Østerport st.	Vintertur langs Søerne.	(Ole Seindal, 4585 2003)
14/1: Gentofte st.	Langs Gentofte Sø.	(Tage Jensen, 3969 3300)
21/1: Vedbæk st.	Rundt i Vedbæk.	(Per og Jan Krønert, 2794 5734)
28/1: Brede st.	Brede og omegn.	(Bent Rasmussen, 4588 3665)
4/2: Christianshavn M.	Christiania.	(Mette "Bjørneklo"/ Birgitte Borgen Marcussen, 2964 5133)
11/2: Charlottenlund st.	Rundt i Charlottenlund.	(Tage Jensen, 3969 3300)
18/2: Brøndbyøster st.	Vestvolden.	(Søren P. Petersen, 2627 4289)
25/2: Skovbrynet st.	Aldershvile Slot og omegn.	(Ronny Honore, 3927 3920)
3/3: Lyngby st.	Lyngby-rum i Vinterdragt.	(Ronny Honore, 3927 3920)

dansk
vandrelaug

dvl-lyngby.dk

Januar-februar 2012

Øvrige ture og arrangementer

Lørdag, 7/1: Genbrug-et-juletræ

Når borgerne i Lyngby-Taarbæk kommer og afleverer deres juletræ for at få noget til gengæld, står DVL-Lyngby klar med informationsmateriale om et aktivt friluftsliv. **Tid:** kl. 9.00 – 14.00. **Sted:** Baunegården, Nørregade 14, Bondebyen, Kgs. Lyngby.

Søndag, 8/1: Dyrehavens Vandrere

Gå med på vor månedlige vandretur i den dejlige gamle dyrehave, hvor vi følger dyre- og plantelivet på de 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:** Samme sted kl. ca. 16.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Bent Rasmussen, 4588 3665.

Søndag, 15/1: Klosterruten

Vi opsøger abbed Vilhelms kloster i Æbelholt og hører om hans C.V. og virkningshistorie. Ruten følger Jens Kristian Krarups ”Den danske Klosterrute. Fra Helsingør til Slangerup”. **Tur:** Ca. 22 km. **Start:** Gribssø Trinbræt kl.8.57 (Kbh.H.afg.8.05, Hillerød an. 8.45, Hillerød afg.8.50 (Privatbane mod Tisvildeleje St.)) (Tjek køreplanen). **Slut:** Hillerød St. ca. kl.15.00. **Pris:** Medlemmer 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Ledere:** Erik Bay, 3967 5640, Birgitte Borgen Marcussen, 2964 5133.

Søndag, 15/1: 'Danmark under forvandling'

Vi går fra Lyngby St. til Sophienholm, hvor vi giver os god tid til at se den spændende fotoudstilling, som viser os øjebliksbilleder af Danmark fra 2008 - 2009. Der er mulighed for at købe kaffe/kage i Cafeen. **Entre:** 60/50 kr. Aftalte penge letter ekspeditionen. **Tur:** ca. 7 km. **Fra:** Lyngby St. kl. 12.00. **Til:** Lyngby St. kl. ? **Pris:** Medlemmer: 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Ronny Honore, 3927 3920.

Onsdag, 18/1: Middelalderens centrale København

Med udgangspunkt i Rådhusallens tekst om vigtige begivenheder i Københavns historie vandrer vi ind i middelalderbyen. Her fortælles bl.a. om volde, byporte, torve, kirker og klostre, bispegårde, råduse og universitet. Vi besøger en del bygninger undervejs, men varm påklædning er at anbefale. **Tur:** Ca. 4 km. **Fra:** Københavns Rådhus, hovedindgangen, kl. 10.00. **Til:** Kgs. Nytorv ca. kl. 13. **Pris:** Medlemmer 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Jytte Kreiborg, 3644 6642.

Søndag, 22/1: Farum sø rundt

En kort tur hvor vi går Farum sø rundt i roligt tempo. Vi vil nyde vinterskoven højstammede træer og nyde udsigten over Farum sø. Vi går syd om søen. **Tur:** 14- 15 km. **Fra:** Farum st. kl. 10.00. **Til:** Farum st. kl. ca. 14.00. **Pris:** 10 kr. ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Erik Bay, 3967 5640 / Mobil på turen 3013 9646.





Lørdag og Søndag, 28/1 og 29/1: Hike i Grib-skov

Vi går fra Hillerød station med fuld oppakning gennem Gribs skov til Kagerup station, hvor vi henter de madvarer, som vi skal bruge i aftens løb. Derefter begiver vi os til Shelterpladsen ved Multebjerg, hvor vi indretter os til natten. Efter en hyggelig aften og en god nats søvn, begiver vi os igen med oppakning tilbage til Hillerød Station. Max 12 deltagere. **Tilmelding** nødvendig til Erik Bay på mail erikbay [1@gmail.com](mailto:erikbay1@gmail.com) **Tur:** Lørdag 15-17 km, søndag 15-17 km. **Fra:** Hillerød st. kl.11.00 d. 28/1. **Til:** Hillerød station den 29/1 kl. ? **Pris:** 50 kr. der betales den 28/1. på stationen. **Leder:** Erik Bay, erik bay1@gmail.com, 3967 5640, mobil på turen 3013 9646 og Finn Larsen.

Søndag, 29/1: Rask vintertur gennem København

Fra Hovedbanegården går vi over Rådhuspladsen gennem Strøget til Kongens Nytorv og videre gennem Kongens Have. Vi krydser søerne og går gennem den 100 tønder land store "Fælledpark" frem til Svanemøllen. Vi håber, at det ikke er

mere koldt, end at vi lige kan stoppe og kaste et blik på de mange historiske skulpturer, som vi passerer. **Tur:** ca. 9 km. **Fra:** København H. u/uret kl. 10.30. **Til:** Svanemøllen st. kl.? **Pris:** 10 kr. ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Ole Seindal, 2249 2507.

Tirsdag, 7/2: Planlægningsmøde

Kom og vær med. På mødet planlægger vi Lyngby afdelings fremtidige ture, som skal med i "Fritidsliv". 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. **Tidspunkt:** kl. 19.00. **Leder:** Lyngby afd. 3967 5640.

Onsdag, 8/2: Thorvaldsens København

Vi vandrer fra Charlottenborg, hvor Thorvaldsen blev uddannet og senere havde bolig og atelier, via Det kongelige Teater (Thorvaldsen døde i den tidligere teaterbygning) til Holmens Kirke, hvor han blev konfirmeret. Derefter går turen bl.a. til Gl. Strand, Snaregade og Magstræde (afhængigt af vejret) med afsluttende besøg på Thorvaldsens Museum, hvor vi koncentrerer os

om personen Bertel Thorvaldsen, hans kunst, hans hjem og hans samlerinteresser. (Gratis adgang). **Tur:** Ca. 3 km. **Fra:** Kgs. Nytorv Metro kl. 10.00. **Til:** Thorvaldsens Museum ca. kl. 13. **Pris:** Medlemmer 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Jytte Kreiborg, 3644 6642.

Søndag, 12/2: Nordsjællands skove: Tokkekøb Hegn og St. Dyrehave

Med denne tur indledes en række ture, som fokuserer på de enkelte skoves karakteristika i Nordsjælland. Tokkekøb Hegn og St. Dyrehave rummer foruden en flot natur også en masse kulturminde, som vi studerer på denne skovtur. Umidledbart er Tokkekøb Hegn præget af stenaldergravhøje og lergrave, medens St. Dyrehave er præget af parforcejagtens vejsystem, som er indstillet til at komme på UNESCO's liste over verdens kulturarv. Skovene rummer meget mere. De manglende blade på træerne gør det tillige muligt at nyde landskabet i skoven. **Tur:** ca. 27 km. **Pris:** 10 kr. og 20 kr. for ikke-medlemmer. **Fra:** Allerød st., kl. 09.00. **Til:** Allerød st. kl. ca. 17.00. **Leder:** Søren P. Petersen, 2627 4289.

Søndag, 12/2: Dyrehavens Vandrere

Gå med på vor månedlige vandretur i den dejlige gamle dyrehave, hvor vi følger dyre- og plantelivet på de 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:** Samme sted kl. ca. 16.00. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Bent Rasmussen, 4588 3665.

Søndag, 19/2: Rundt om søerne i Bagsværd og Lyngby

I et rask tempo nyder vi vinternaturen langs bredden, rundt om begge søer. Husk forfriskning til pausen. **Tur:** ca. 14 km. **Fra:** Lyngby st. kl. 13.00. **Til:** Lyngby st. ca. 16.30. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Birgit Højmark, 2030 5163.

Mandag, 20/2: Fastelavn i St. Magleby

I år skal vi til en forandring overvære tøndeslagning i St. Magleby, men vi starter med en vandring fra Dragør Stationsplads, gennem Lunden til Dragør Fort. Videre gennem Dragørs hyggelige gamle gader og går den sidste bid til St. Magleby langs Nordstranden. Undervejs bliver der mulighed for at købe kaffe/kage. Husk mad/drikke og sideunderlag + varmt tøj. **Tur:** ca. 7 km. **Fra:** Dragør Stationsplads kl. 12.30 v/bus 350S holdeplads. **Til:** København kl. ? **Pris:** Medlemmer 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Ronny Honore, 3927 3920.

Søndag, 26/2: Amager rundt - etape 2 af 3

Vi oplever stemningen i Christiania, nyder udsigten over Københavns Havn, hører om Vestamager og ser fuglereservatet. **Tur:** Ca. 21 km. Hastighed (start-slut): Ca. 5,5-5,1 km/t. Sværhedsgrad (Let/Middel/Svær): Middel – stejle trapper. **Fra:** Christianshavn st. ved elevator kl. 10.00. **Til:** Vestamager St. ca. kl. 15. Omgivelser: Fladt by- og naturområde. Underlag: Asfalt, fliser, grus og jord. Fodtøj: Vandrestøvler eller støvler. Pauser: Frokost ca. kl. 11.35-12.00 efter 8 km og kaffe ca. kl. 13.35-13.50 efter 16 km. Medbring: Siddeunderlag, mad og drikke. Kan gå fra efter: 3 eller 7 km. **Pris:** 10 kr., ikke-medlemmer 20 kr. **Leder:** Karsten R. Hansen, 3020 0256.



Torsdag, 15/3: Teateraften i Herlev Teater
Vi skal se komedien ”Det glade vanvid” med bl.a. Søren Østergaard, Ditte Gråbøl, Birgitte Raaberg m.fl. www.herlevteater.dk. For de interesserede kan man for 150 kr. (excl. drikkevarer) nyde en teatermenu i Rickys Køkken www.rickyskoekken.dk i Medborgerhuset, som ligger i gåafstand fra Teaterbio, hvor forestillin-

gen spiller. Forestillingen **starter** kl. 20.00 i Teaterbio, Herlev Bygade 30, Teatermenu i Rickys Køkken, Herlevgårdsvej 18 kl. 18.00. Billetter og bordbestilling senest 3 dage før til Birgit Højmark, 2030 5163. **Leder:** Mona Bonde og Birgit Højmark.



Særlig meddelelse

Skitur til Mysuseter i Norge i uge 11, 2012

Endnu en gang vil DVL Lyngby afd. i samarbejde med Ruby Rejser arrangere en skitur for øvede og begyndere til Mysuseter i uge 11, 2012. Med bus fra Danmark fredag 9. marts og ankomst Mysuseter lørdag 10 marts. Hjemrejse fra Mysuseter lørdag, 17 marts, hjemkomst søndag 18. marts

Vi vil opleve pragtfuld natur, hyggeligt samvær med fælles madlavning. Pris: kr. 3.840,- i dobbelt Værelse, tillæg for enkelt værelse kr. 600,- (begrænset antal) Tillæg for værelse med bad kr. 1.000,-. **Nærmere oplysninger og tilmelding til:** Erik Bay, 3967 5640, eller mail: erik-bay1@gmail.com.



Dagdriverbanden Lyngby

Vi mødes på Hovedbanegården under uret senest kl. 9.40. Turene er på 10-14 km. og koster **15 kr.** for medlemmer og **20 kr.** for ikke medlemmer.

Kontaktperson: Dagmar Levisen 3257 7004.

Vær opmærksom på nye Køreplaner.



Onsdag, 4/1: 2012 Langs Havnen

Fra: København H. kl. 9.55 til Nordhavn st. Vi slutter på Dybbølsbro st. **Leder:** Dagmar Levisen.

Onsdag, 11/1: Det var på Frederiksberg

Fra: København H. kl. 9.50 til Enghave st. Vi slutter ved Frederiksberg Metro. **Ledere:** Louise Hansen og Kjeld B. Larsen.

Onsdag, 18/1: Se under Turudvalget

Onsdag, 25/1: Generalforsamling

Fra: København H. kl. 9.59 til Vedbæk st. Vi slutter på Nærum st. **Leder:** Dagmar Levisen.

Onsdag, 1/2: Sø og Hegn

Fra: København H. kl. 9.55 til Birkerød st. Vi slutter på Farum st. **Ledere:** Hanne Juul og Lene Køhler.

Onsdag, 8/2: Torvehallerne og Byens Parker

Fra: København H. kl. 9.55 gående. Vi slutter på Kongens Nytorv. **Leder:** Dagmar Levisen.

Onsdag, 15/2: Se under Turudvalget

Onsdag, 22/2: Amager Strandpark

Fra: København H. kl. 9.53 til Kastrup Lufthavn st. Vi slutter på Christianshavn st. **Leder:** Dagmar Levisen.

Onsdag, 29/2: Gentofte Rende

Fra: København H. kl. 9.57 til Gentofte st.. Vi slutter på Husum st. **Leder:** Dagmar Levisen.

Onsdag, 7/3: Tømmergrav og Tegholm

Fra: København H. kl. 9.54 til Dybbølsbro st. Vi slutter ved en Metro. **Leder:** Dagmar Levisen.

DVL-Lyngbys vision

Oplevelse og samvær gennem vandring – det er sundt, og det er sjovt

OSV

Formål

Gennem vandreaktiviteter at bidrage til forbedring af borgernes almene sundhedstilstand.

Vision

DVL's sekretariat, styrelse, de offentlige myndigheder og andre interessegrupper oplever DVL-Lyngby som:

- DVL-Lyngby bidrager aktivt til at forbedre folks sundhedstilstand.
- DVL-Lyngby er den foretrukne samarbejdspartner vedrørende vandreaktiviteter.
- DVL-Lyngby er udviklingsparat og åben for nye ideer.

Offentligheden – inklusive medlemmerne - oplever DVL-Lyngby som:

- DVL-Lyngby bidrager til folkesundheden gennem vandreaktiviteter.

Deltagerne har følgende oplevelse af DVL-Lyngbys arrangementer:

- Turlederne er tilfredse, begejstrede og leder turene dygtigt.
- Der er altid nye oplevelser (vandring, natur, naturformidling, kultur, historie, venskaber).
- Behageligt og venskabeligt samvær.
- Mulighed for motion på alle niveauer.
- Man er i gode og sikre hænder.



Dansk Vandrelaug

DVL-Lyngby

Bestyrelse:

Formand Erik Bay, Grønnemose Allé 115, 2860

Søborg, 3967 5640

Kasserer Birgit Ahnfeldt-Møllerup

Sekretær Mona Bonde

Birgitte Borgen-Marcussen

Ronny Honoré

Søren P. Petersen

Hjemmeside: www.dvl-lyngby.dk

Webmaster: Søren P. Petersen

Illustrationer: Erik Bay