

# Turcyklisten

Nr. 1 – 2023



Udsigt fra Høje Sandbjerg. Tag med Toni på tur til maj og oplev stedet i virkeligheden. Foto: Peder A.

## BLADET

### Redaktion

Aksel Koplev og Birte Søltoft  
redaktionen@turcyklisterne.dk

### Forsendelse af bladet

Flemming Nielsen  
tlf. 43 64 49 03

## BESTYRELSE

### Formand

Knud Hansen  
tlf. 23 43 70 51  
turcyklisterne@turcyklisterne.dk

### Kasserer

Flemming Nielsen  
tlf. 43 64 49 03  
Flemming.K.R.Nielsen@mail.dk

### Øvrige bestyrelsesmedlemmer

#### Aksel Koplev

tlf. 22 80 25 22  
webmaster@turcyklisterne.dk

#### Lis Jakobsen

tlf. 28 47 66 22

#### Birgit Rudolph

tlf. 26 27 44 19

## TURCYKLISTEN

Turcyklisten er medlemsblad for foreningen TURCYKLISTERNE, der har til formål at udbrede og formidle viden om og glæde ved turcykling på ethvert plan. Udkommer 4 gange årligt.

Klubben er åben for alle som deler glæden ved at cykle. Så har vi vakt din interesse er du velkommen til at kikke forbi på en klubaften eller møde op til en af de annoncerede ture for at se hvad vi egentlig er for nogle. Se i øvrigt også:  
[www.turcyklisterne.dk](http://www.turcyklisterne.dk)

## KLUBLOKALE

EnergiCenter Voldparken,  
Kobbelvænget 65, 2700 Brønshøj  
Lokale 204 på 2. sal.  
Klubmøderne starter almindeligvis kl. 18:30.

## KONTINGENT 2023

Almindeligt kontingent	350 kr.
Husstandskontingent	600 kr.
Bladabonnement	100 kr.

Indbetaling kan ske på giro 5 713 846, vælg korttype 01.

Eller via netbank, brug reg. nr. 1551 konto 5 713 846.

Hjælp med at holde medlemslisten aktuel. Send ændringer i adresse, telefonnummer eller e-mail til kassereren.



## Nytårsfrokosten

Den 14. januar var der en velbesøgt nytårsfrokost i nye flotte omgivelser på Christianshavn. Mariann og hendes hold havde lavet et godt arrangement med god mad m.v. Tak til jer alle for den store indsats.

## MOTIONS- OG TRÆNINGSTURE PÅ FASTE UGEDAGE

### Sommermotion

Hver onsdag med start onsdag den 19. april og slut den 6. september

Mødested	Espelunden, for enden af Rødovre Parkvej
Mødetid	Kl. 17:00
Turlængde	Ca. 35-40 km
Tempo	22-24 km/t
Turleder	Merete Jørgensen 29825183

Har du lyst til at få frisk luft, god motion, pulsen op, så er sommermotion et godt tilbud. Vi kører fra den 19. april og slutter den 6. september, hvor det begynder at blive mørkt. Turen går fra Espelunden gennem Herstedøster - Risby - Ledøje til Sengeløse, hvor vi holder en lille pause ved gadekæret.

Herefter hjem over Vridsløsemagle - Galgebakken og slut ved Espelunden.

Hilsen Merete



## Halvhurtig racertur for de arbejdsfri og ferieramte Tirsdage: På racer fra d. 11. april

Mødested	Espelunden, for enden af Rødovre Parkvej
Mødetid	Kl. 10:00
Turlængde	40-50 km
Tempo	Tilpasses efter de frem- mødte
Turleder	Knud Hansen 23437051 Aksel Koplev

Fra april tager vi racercyklerne frem og kører landevejstur. Vi kører vekslende ruter, fx til Ganløse eller Hvedstrup eller ned langs Strandparken til Ishøj og retur. Enkelte gange kører vi også til Amager.

Vel mødt. Knud og Aksel

## TURPROGRAMMET

### Dagsture

### Klubfrokost Fredag d. 21. april

Mødested	For enden af Rødovre Parkvej ved Espelunden
Mødetid	Kl. 10:30
Tempo	Stille og roligt
Turleder	Peder og Flemming

Vi mødes og cykler til Tutten på Mellemfortet. Her fås 3 stykker smørrebrød, 1 øl og 1 snaps for 125 kr.  
Tilmelding til Peder 28976208 eller pederandersen46@gmail.com  
senest onsdag den 19. april - herefter er tilmeldingen bindende.

## Solbjerg Engsø Lørdag d. 29. april

Mødested	Farum Station
Mødetid	Kl. 10:00
Turlængde	50-60 km
Turleder	Aksel 2280 2522

Denne forårstur køres i roligt tempo med start på Farum Station.

Vi kører over Lillerød og Karlebo, nord om Hillerød og op til Solbjerg Engsø, hvor vi spiser frokost og nyder udsigten over søen, der har et rigt fugleliv.

Tilbageturen går over Hillerød og Ny Hammersholt og til Farum, hvor vi slutter af med kaffen.

## Kastrupgård Torsdag d. 4. maj

☰

KASTRUPGÅRD  
SAMLINGEN

🔍



## DOBBELTSYNER - Ingemann Andersen i Danmark og Italien

**9. februar - 4. juni - 2023**

Mødested	Espelunden, for enden af Rødovre Parkvej
Mødetid	Kl. 10:00
Turlængde	Ca. 25 km + jeres hjemtur
Turleder	Mia tlf. 2370 8350

Vi cykler ad Voldgaden over Kalvebodbroen til Amager Fælled, hvor vi holder frokost, inden turen fortsætter til Kastrupgård.

Kastrupgård er et museum for grafisk kunst, men indeholder endvidere en permanent udstilling af Th. Philipsen, samt en glassamling fra Kastrup Glasværk. Der er fri entre og åbent kl. 13-17. Museets café kan byde på kaffe og kage. Derfra er der fri hjemtur.

## Høje Sandbjerg Torsdag d. 11. maj

Mødested	Lyngby St. (Ulrikkenborg Plads-siden)
Mødetid	Kl. 10:30
Turlængde	Ca. 25 km
Turleder	Toni, 22905528

Første del af turen cykles langs Lyngby Sø og Mølleåen. Herefter ad stisystemerne mod Høje Sandbjerg. Det er ikke tilladt at cykle op på selve Høje Sandbjerg, som bliver vort frokoststed.

Turen tilbage går blandt andet gennem Rude Skov og ender i Lyngby, hvor kaffen indtages. Turen cykles mest på grusstier, idet vi forsøger at undgå bilveje.

Hilsen Toni

## Furesøen Søndag d. 14. maj

Mødested	Klokkedybet (hjørnet af Frederikssundsvej)
Mødetid	Kl. 10:00
Turlængde	50-70 km afhængig af vind og vejr og deltageres kræfter
Tempo	Afpasses efter deltagerne
Turleder	Merete Jørgensen 29825183 og Knud Hansen 23437051

Turen går gennem Herlev, Bagsværd, hvor vi rammer Furesøen, videre til Holte og Vaserne. Der er planer om nye variationer i år.

Så er det nok tid til frokost med udsigt over søen.

Vi holder os tæt ved søen og kører over Bistrup til Farum. Vi finder et passende kaffested (formentlig Farumhus).

Hvis kræfterne er til det, kører vi til Bastrup Sø og videre hjem over Ganløse.



Fra vandreturen i marts, udsigt over Bagsværd Sø. Foto: Gitte K.

## Bøllemosen

Torsdag d. 1. juni

Mødested	Hjørnet af Tårnvej/Jyllingevej
Mødetid	Kl. 10:00
Turlængde	Omkring 50 km
Tempo	Så alle kan følge med
Turleder	Lis 28476622
Husk	Madpakken

Vi kører nordpå mod Bøllemosen hvor vi spiser den medbragte frokost.

Dernæst går turen mod Dyrehavsbakken hvor vi finder et sted til eftermiddagskaffe.

Herefter retur til startstedet.

## Ravnsholt Skov,

Hanna Halerød

Søndag d. 11. juni

Mødested	Farum Station.
Mødetid	Kl. 10:30
Turlængde	30-35 km
Tempo	Tilpasses efter deltagerne
Turleder	Anne Marie, 21914827

Vi cykler øst om Furesøen mod Holte, igennem Farum Golfklub og til Ravnsholt Skov.

Her skal vi finde Hanna Halerød (trolden med den lange hale). Herefter spiser vi den medbragte madpakke. Vi cykler sydvest om Furesøen tilbage til Farum, hvor vi får kaffe og kage i Farumhus.

## Klubfrokost

Fredag d. 16. juni

Mødested	For enden af Rødovre Parkvej ved Espelunden
Mødetid	Kl. 10:30
Tempo	Stille og roligt
Turleder	Peder og Flemming

Vi mødes og cykler til Konditorgården i Pederstrup.

Her fås 2 stykker smørrebrød samt en lille dessert for 65 kr. eller 3 stykker smørrebrød samt en lille dessert for 85 kr. Drikkevarer bestilles efter ønske.

Tilmelding til Peder 28 97 62 08 eller pederandersen46@gmail.com senest onsdag den 14. juni – herefter er tilmeldingen bindende.



## Karlstrup Kalkgrav

Søndag d. 18. juni

Mødested	For enden af Rødovre Parkvej ved Espelunden
Mødetid	Kl. 10:00
Turlængde	75 km
Tempo	Så alle kan følge med
Turleder	Flemming Nielsen, 43 64 49 03

Vi følger Vestvolden frem til S-banen mod Køge. Vi finder en række småveje og cykelstier på begge sider af S-banen frem til Wilhelms Plantage, hvor vi krydser motorvejen og når frem til Karlstrup Kalkgrav.

Vi kører ned til vandet og spiser frokost. Før hjemturen starter, går vi en tur rundt i bunden af kalkgraven. Vi følger en del af den oprindelige cykelrute mellem Køge og København på tilbagevejen (ruten er ændret meget siden). Vi stopper i Albertslund og får kaffe og kage.

## FLERDAGSTURE OG ARRANGEMENTER

### Odsherred

**18.-21. maj i Kristi Himmelfartsferien**

Der er i skrivende stund endnu et halvt herreværelse ledigt. For beskrivelse mv. se Turcyklisten 2022-4 eller hjemmesiden.

### Den svenske Cykelturveckan 6.-12. august i Vadstena

Vadstena ligger 390 km nord for København på østsiden af Vättern.

Søndag 6/8: Åbning med bobler og snacks.

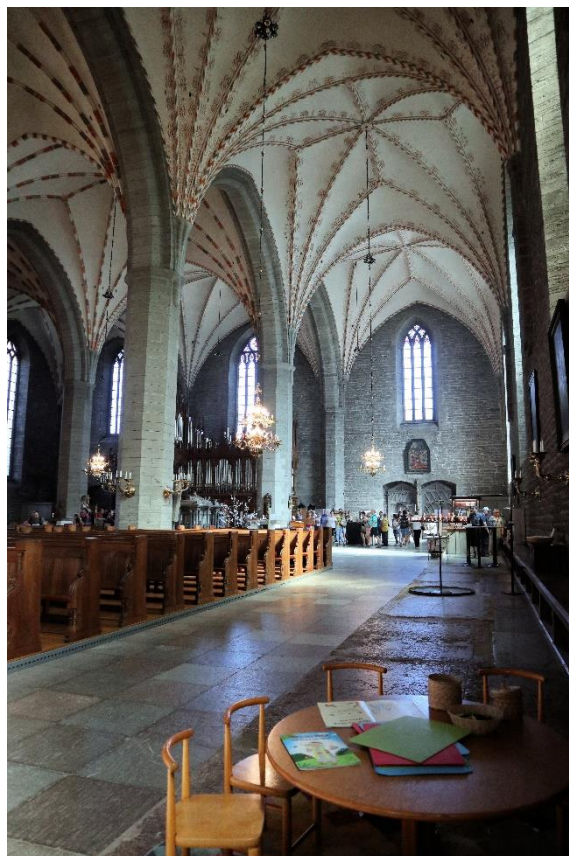
Mandag 7/8: Cykeldag 1.

Tirsdag 8/8: Cykeldag 2.

Onsdag 9/8: Aktivitetsdag med udflugter og aktiviteter til nedsat pris.

Torsdag 10/8: Cykeldag 3.

Fredag 11/8: Cykeldag 4 og afsluttende middag



I Vadstena kan man bl.a. besøge klosterkirken.

Om aftenen tilbydes flere sociale arrangementer og underholdning af forskellig art.

Du kan bestille en overnatningspakke, der inkluderer overnatning, morgenmad og middage på Vadstena Folkhögskola. Middage inkluderet er søndag, mandag, tirsdag, torsdag og fredagens afsluttende middag. Onsdag serveres der ikke middag på Folkhögskolan.

**DELTAGERGEBYR:** Medlem af Cykelfrämjandet 1.300 s.kr. Ikke medlem af Cykelfrämjandet 1.800 s.kr. (samlet pris er 1.695 s.kr., hvis du vælger at blive medlem i forbindelse med tilmelding). Deltagergebyret for hele ugen inkluderer: Velkomstfest søndag den 6. august mellem kl. 17-18. Alle cykelture i løbet af ugen. Tilbud på udvalgte aktiviteter i Vadstena i løbet af ugen. Kaffe på

Folkhögskolan mandag, tisdag, torsdag og fredag kl. 15-17.

Indkvartering i enkeltværelse på Vadstena folkeuniversitet inkl. måltider iht. specifikation s.kr. 5.915. Overnatning i dobbeltværelse på Vadstena Folkhögskolan, inkl. forplejning efter specifikation, 2 personer 9.430 s.kr. (4.715 s.kr./person). Booking af overnatning på Vadstena Folkhögskola sker kun via Cykelfrämjandet, dette sker i forbindelse med din tilmelding til cykeltursugen.

**INDKVARTERINGSPAKKEN INKLUDERER:** Værelse: Indkvartering 6 nætter i enkelt- eller dobbeltværelse. Håndklæder og lagner medfølger, og alle værelser har eget bad og toilet. Der er adgang til køkken/alrum. Indtjekning fra kl. 15.00 søndag d. 6/8. Udtjekning senest kl. 12.00 lørdag d. 12/8.

**CYKELTURE:** En kortere og en længere tur tilbydes hver dag (undtagen onsdag). Der tilbydes mulighed for at cykle med guide eller at følge turene digitalt via smartphone eller cykelcomputer. Mere detaljeret information om ugens cykelture og andre aktiviteter vil blive tilføjet [www.cykelframjandet.se/cykelturveckan/](http://www.cykelframjandet.se/cykelturveckan/) i løbet af foråret.

For spørgsmål kontakt:  
[sofia.lindstrom@cykelframjandet.se](mailto:sofia.lindstrom@cykelframjandet.se)

Nærmere information på [www.cykelframjandet.se/cykelturveckan/](http://www.cykelframjandet.se/cykelturveckan/).

Flemming

## Mallorca 2023

### Efteråret



Der bliver også mulighed for at tage med Knud og mig til Mallorca i år. Vi rejser sidst i september eller først i oktober. Endelige datoer mv. fastlægges til sommer.

Er du interesseret i at komme med, så kontakt mig.  
Hilsen Aksel

## BERETNINGER FRA TURE OG ARRANGEMENTER

### Lises foredrag Torsdag d. 9. marts



Foto: Gitte K.



Til klubmødet havde Lise lovet at vise billeder og fortælle om sin tur fra det sydlige Tyskland til det sydlige Frankrig sidste efterår. Af sted på egen hånd med cykel og et lille telt.

Der var mange kilometer, mange udfordringer og mange fine små og store oplevelser undervejs. Særligt husker jeg Lises indlagte kriminalhistorie fra en lille fransk by.

Fra hendes cykel, der var opmagasineret i det lille hotels ubemandede reception blev stort set alt, hvad der kunne pilles af cyklen, stjålet. Ved hjælp af nyfundne venner i byen og en velvilligt indstillet hotelvært blev der indkøbt nyt og uundværligt udstyr til cyklen og Lise. Dog stoppede historien ikke hér, for i bedste kriminalromanstil blev effekterne – og den formastelige person – sidenhen fundet i et værelse på selvsamme hotel.

Desværre kunne vi ikke blive til foredragets afslutning, så om der var flere spændende historier, ved jeg ikke.

Men mange tak for billederne og historierne.

Birte

## Åbningsturen

Søndag d. 26. marts

Vi var i alt 10 cyklister der mødte op på Klampenborg Station, hvor vi startede med at køre ind i Dyrehaven, i retning af Eremitagesletten.

Før vi nåede derop, var der et smukt syn der mødte os: En masse hjorte krydsede vejen, så vi måtte stoppe og vente til de havde passeret. Da vi nåede én af de røde porte, åbnede den sig på magisk vis af sig selv, så vi trillede lige så stille videre til Rådvad.

Næste destination var Brede, men inden da var der tid til en lille skarp og kig til Mølleåen. Da vi ankom til Brede, spiste vi vores frokost.

Kort tid efter var vi på cyklerne igen, for at undgå at blive for kolde. Ved Lyngby Sø var det tid for endnu en skarp. Med retning mod Søborg og café Grannys kørte vi først gennem Nymosen. Dejligt at komme indenfor, hvor der var kager og masser af kaffe.

Janne og Lone



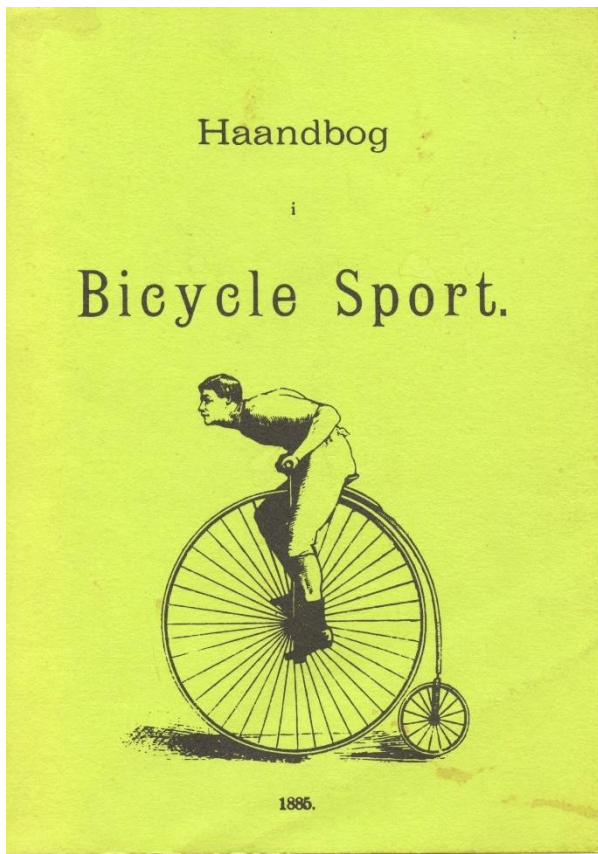
Foto: Lone

## HÅNDBOG I BICYCLE SPORT

I 1883 udgav østrigerne Victor Silberer og George Ernst en bog om cykelsport, denne bog blev hurtigt bearbejdet og oversat til dansk.

Redaktionen bringer her et kort uddrag fra kapitlet om "Længere udflugter".

Naar Bicyclisten er fuldstændig uddannet, vil han føle Trang til at udbytte det Smukkeste, som Sporten byder, nemlig



længere Udflugter, og Bicyclen er uden tvivl ogsaa den fortræffeligste Befordring, der kan tænkes for et sundt, stærkt Legeme.

Ved Bicyclens Anvendelse paa denne Maade lærer man først rigtig at indse, hvilken Skat man besidder i den; thi ikke alene sparer man Tid og Penge, men man er sin egen Herre og kan kjøre og opholde sig, naar og hvor man vil, uafhængig af andre Befordringsmidlers bestemte Klokkeslet, ligesom man ogsaa ganske anderledes fyldigt kan nyde de smukke Udsigter end gennem Jernbanecoupeernes Vinduer.

Til længere Ture er det heldigst at benytte en noget sværere Maskine, da en saadan er mere solid og følgelig bedre i stand til at udholde Strabadserne.

Vil en Bicyclist, der ikke er vant til at kjøre hver Dag, men maaskee høist hver Søndag tilbagelægger et Par Miil, foretage en større Udflugt, der skal vare i mange Dage, da maa han selvfølgelig først være overbevist om, at han er i Besiddelse af den nødvendige Udholdenhed. Og denne erhverves her som ved alt andet i Livet kun ved at man successivt gaaer frem fra det Lettere til det Sværere. Den Distance, det er muligt at tilbagelægge, retter sig naturligvis efter Øvelsen og den fysiske Kraft, som Rytteren raader over, og er derfor meget forskjellig. En dygtig Bicyclist vil selv ved længere vedvarende Ture kunne tilbagelægge en 10-12 Mil daglig.

At være Flere i Selskab paa en saadan Tur kan naturligvis være en stor Behagelighed; men det er da en Nødvendighed, at



Plakat fra 1895: Clouet, E. Musée Carnavalet, Histoire de Paris

alle de Deltagende ere hinanden lige i Retning af Udholdenhed og Dygtighed. Med Hensyn til Bagagen bliver man naturligvis nødt til at indskrænke sine Fornødenheder i saa Henseende til et Minimum. Den Plads, der raades over, vil jo altid være meget indskrænket. Dreier det sig om en Tur af en saadan Længde, at man i Mellemtiden maa skifte Linned og maaske et enkelt Sted ønsker at have en Selskabsdragt til sin Raadighed, da maa saadant sendes til vedkommende Sted i forveien pr. Post.

For de bibliografisk interesserede: Original titel: Handbuch des Bicycle-Sport. Udkom første gang i 1883 og i anden udgave i 1885. Den her citerede danske udgave er oprindelig fra 1885 og er et faksimile fra 1977.

## KOMMENDE MØDER OG KLUBMØDER

**Klubmøde**  
Torsdag d. 13. april

**Klubmøde**  
Torsdag d. 11. maj

**Grillklubmøde**  
Fredag d. 9. juni

Mødested	Bålpladsen ved Kridtbjerget i Vestskoven
Mødetid	Fra kl. 18:00
Turleder	Flemming Nielsen Tlf.: 43 64 49 03

Kridtbjerget, som findes 1 km nordøst for Naturskolen og syd for Harrestrup Mose.

Se eventuelt Krak-kort side 135 G6. Der er 1 bålplads, grill samt 5 borde med bænke.

Grillen er varm fra kl. 18.00. Alle medbringer selv grillmad og drikkevarer. Arrangementet gennemføres uanset vejret. Der er et stort madpakkehus, hvor man kan sidde og nyde den lune sommeraften selv om det regner. Ved udsigt til regn tændes der op i engangsgriller i kanten af huset.



Fra et grillmøde i 2021. Foto: Anette K.

**Grillklubmøde**  
Fredag d. 14. juli  
Se beskrivelsen for juni ovenfor.

**Grillklubmøde**  
Fredag d. 11. august  
Se beskrivelsen for juni ovenfor.

**Klubmøde**  
Torsdag d. 14. september

**Billederne i dette nummer:**  
Hvor intet andet er anført, skyldes billederne redaktionen.



Fra Åbningsturen. Foto: Gitte

Udgivelsesplan for Turcyklisten 2023		
Nummer	Deadline	Udgivelsesdag
2-2023	19. maj	9. juni
3-2023	20. august	14. september
4-2023	17. november	14. december



Foto Gitte K