

# TUR- CYKLIS- TEN



1  
2006  
MARTS



Turcyklisterne på vandring  
en søndag i februar 2006  
Foto: Lene og Jan Bai

**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.

Redaktør

**John Mathiesen**

Geelskovparken 52, 2. mf.

2830 Virum

tlf. 45 85 02 41

E-mail: b1johnm@privat.dk

Koordinator

**Finn A. Kristensen**

Saddelmagerporten 4-539

2650 Hvidovre

tlf. 22 16 27 30

## BESTYRELSE

Formand

**Bert Due Jensen**

Markskellet 8, 3. th.

2720 Vanløse

tlf. 38 74 68 41

Kasserer

**Jens Spelmann**

Vingekrogen 12

2730 Herlev

tlf. 44 84 22 19

Giro: 5 71 38 46

**Gertie Elleby**

Skyttegårdsvej 49, st. th.

2500 Valby

tlf. 36 17 49 40

**Aksel Koplev**

Brandsbyvej 15

2740 Skovlunde

tlf. 44 92 22 90

**Knud Hofgart**

Nørregårdsvej 23

2610 Rødovre

tlf. 36 41 02 12

## NYT KLUBLOKALE

Valby Ny Skole

Ved Ovnhallen 6 T

Valby

(se klubmøde datoer på bagsiden)

## Klubaftener

Bemærk at der er ændringer af vores mødeaftener som følge af at vi nu er i kommunalt regi og bruger et lokale i en offentlig skole. Dette betyder at under ferie lukninger vil der ikke være adgang.

For os betyder det at mødeaftenerne iflg. Turkalenderen ikke altid er de korrekte, idet der f.eks. i juni, juli og august måned er lukket. Se derfor altid klubmøde boksen på bagsiden for at være sikker på hvornår næste klubaften er.

Og for de kommende måneder vær opmærksom på at der er to klubaftener i maj måned. Næste klubaften derefter er først 14. september.

*John M*

# BANANI SPORT

*Cyklen – der er kælet for*

Vigerslevvej 35    Telefon 36 30 04 20

## **Bytteaften** **Torsdag 6. april**

Nu hvor vi fremover har god plads og der intet specielt er annonceret for næste klub-aften prøver vi som tidligere at lave en bytteaften, hvor folk kan medbringe hvad de gerne vil af med af cykelstumper som man ikke kan bruge. Jeg ved fra mig selv, at jeg har adskillige brugbare ting liggende som en entusiastisk Turcyklist - håber jeg - kunne tænke sig at overtage mod et mindre vederlag.

Jeg agter at medbringe f.eks. nye kædehjul, nye dæk, en Brooks lædersaddel, div. styrbukninger, bagagebærere, skærme og cykellygter.

Så find frem hvad I har gemt i krogene af gode spændende ting og tag det med. Her er muligheden for at afsætte det. Forudsætningen er selvfølgelig at tingene er i en rimelig brugbar stand og gerne rengjort.

*John M*

## **Nytårsfrokosten**

Nytårsfrokosten forløb på bedste vis og i høj stemning. Samtidig blev Jan Bai som ventet fejret på behørig vis i anledning af den netop overståede 60 års fødselsdag. Jan havde frabedt sig gaver i den anledning, og i stedet opfordret folk til at give et bidrag til organisationen Læger uden Grænser. På bedste Giro 413-vis blev der samlet ind i en cykelhjelm. Det blev til kr. 2666, som er sendt videre til organisationen.

Læger uden Grænser sender frivillige læger, sygeplejersker og andet sundhedspersonale ud til verdens brændpunkter. Organisationen blev grundlagt 1971 og fik Nobels fredspris i 1999.

*Aksel*

## **Nye mødelokaler**

I skrivende stund er første klubaften i de nye lokaler netop afholdt med stort fremmøde af medlemmerne, som var spændt på at se de ny faciliteter. De var ikke dårlige, der var i hvert fald efter redaktørens opfattelse god plads og

højt til loftet. Og det tilstødende køkken er også rigtigt stort.

Inden man kastede sig over traktementet og vinen samt kaffe og kage, blev der som introduktion vist en video med rundvisning af en tidligere medarbejder i de gamle fabriksbygninger, hvilket var sammenklippet med gamle sort/hvide filmklip fra dengang produktionen af porcelæn fandt sted. Det var der en vis nostalgi over, og for at lette stemningen fra de hidgangne tider havde Peder medbragt en lille pusseløjerlig tegnefilm med en flok småfugle på en telefonledning, som en noget større fugl gerne ville indynde sig hos. Stor jubel hos tilskuerne ved den selvfølgelig katastrofale afslutning.

Katastrofalt var det næsten også at beskrivelsen i et tidligere blad viste sig at være aldeles utilstrækkelig til at redaktøren kunne finde frem til lokalerne. Andre havde samme problem da det viste sig at nr. 6 ikke var at finde i den bagerste bygning, hvor alle indgangsdøre havde bogstavbetegnelser. Det var først da en stedkendt kom til at det lykkedes at finde den rigtige indgang, som hedder "T". Det var ind til en trappe og så skulle vi blot op på 3. sal.

Og den 'nyanlagte' sidegade til Valby Langgade viste sig at være meget lidt nyanlagt, men blot er en ujævn byggeplads grusvej med plankeværk på højre side og et trådhegn på venstre. For enden af vejen var der så en ligeså ujævn grus parkeringsplads. Men skolen var da at finde bag plankeværket på højre side af vejen, hvor en åbning gav adgang til et stykke med lidt asfalt bag den bageste bygning hvor indgangsdøren til trappen også var at finde. Den aften var der et skilt på døren med "Aftenskole undervisning".

Da jeg skulle hjem var skolebetjenten så elskværdig at køre mig ned med elevatoren og kunne oplyse at de omkringliggende vejarealer først forventedes at være asfalteret engang i løbet af 2007.

*John M*



De nye klublokaler  
Foto: Lene Bai



De nye klublokaler  
Foto: Lene Bai og John M

<b>KOMMENDE TURE</b>
----------------------

**Arresø - (to ture!)****Søndag 26. marts**

Mødetid: kl. 10:00  
 Mødested: Krydset  
 Roskildevej/Ringvejen i  
 Glostrup  
 Længde: 120-130 km og 70-80 km  
 Tempo: 27-30 km/t / 22-26 km/t  
 Turledere: Jess Brink / Lene Boje  
 Tlf.: 38 79 17 59

Vi laver igen 2 ture den samme dag. Dels en hurtig racertur og dels en lidt langsommere og kortere tur. Turene har 2 fællespunkter – startsted / tid – samt at vi vil prøve at nå kaffe-/te stedet samtidigt. Ellers er det 2 helt separate ture i det nordsjællandske med hver sin turledere.

Begge ture går over Ledøje, Ganløse og så nord på mod Arresø, hvor racerturen går hele vejen rundt om søen, mens den korte tur vender rundt lige syd for Arresø. Herefter går det sydpå mod kaffe-/te stedet.

Vejret er selvfølgelig godt på dagen, men da det er meget tidligt på sæsonen, forbeholder vi os retten til ændre på såvel turens længde som hastighed.

**Åbningstur til Kalveboderne m.m.****Søndag 2. april**

Mødetid: kl. 10:00 præcis  
 Mødested: Frederiksberg hospital på  
 Skadestuevej v. port m.  
 Indkørsel forbudt  
 Længde: Ikke over 25 km i behersket  
 tempo  
 Turleder: Johan Knudsen  
 Tlf.: 39 67 32 21  
 Medbring: Frokostpakke og lidt at drikke  
 Deltagere: Turcyklisterne, men også gæster

Der startes med en eller anden form for kaffe i Niels' rummelige lægekantor efterfulgt af minikunstudstilling i hospitalets kælder.

Ad omveje køres mod Nordisk Film i Valby, forbi vort nye klublokale og ind på Grønttorvet, hvor en 12% stigning skal prøves. Retningen udstikkes så mod Damhus åens renseanlæg og kælkebakken tæt ved med udsigt over en del af de næste 3 kvarters kørsel. Frokoststed bliver Hvidovre Roklubs lokaler, hvor det forventes at man køber øl og vand da de lægger ly til de (forfrosne?) Turcyklistere.

Vi når Sluseholmen, Teglværkshavnen og Vasbygade, før Otto Busses Vej fører os mod Vestre Fængsel. Over banelinien til Banevolden og Jesuskirken med den stygge trold.

Ankomst til kaffe/te og kage mellem 14 og 15 i café – og spisehuset Fy og Bi i Valby, hvor vi skal påregne mellem kr. 20 og 25 ekstra ud over klubtilskuddet. (Hotel Fy og Bi har dobbeltværelser inkl. morgenmad til 795,- kr.).

**Dragør****Søndag 23. april**

Mødetid: kl. 10:00  
 Mødested: Jyllingevej/Tårnvej  
 Længde: ca. 70 km  
 Turleder: Flemming Nielsen  
 Tlf.: 43 64 49 03

Vi starter med at cykle langs Vestvolden til Avedøre Holme. Over Skrædderholmen til Kalvebod Fælled. Vi kører ind i Fuglereservatet og besøger udsigtstårnet midt i området. Der fortsættes igennem Kongelunden, Møllevangstien ud til vandet ved Søvang, hvor der er en flot udsigt til Øresundsbroen. Afhængig af vindretning og vindhastighed findes et passende frokoststed enten på Vestamager, i Kongelunden eller ved Søvang. Der fortsættes på digestien langs vandet mod Dragør. Vi finder en restaurant, hvor vi kan få kaffe og kage. Der bliver også tid til en is ved havnen før hjemturen. Dragør forlades ad Stationsvej og der køres øst om Lufthavnen. Vi fortsætter på stisystemet langs motorvejen. Frem til Fields over jernbanebroen, ind i Valbyparken. Herefter fortsættes igennem Vigerslevparken tilbage til Jyllingevej.



## Københavns Parker

### Søndag 30. april

Mødetid: kl. 10:00  
 Mødested: Roskildevej i Søndermarken  
 overfor Frederiksberg Slot  
 Længde: ca. 50 km  
 Turlleder: Bert Due Jensen  
 Tlf.: 38 74 68 41

En tur gennem og omkring Københavns parker og grønne anlæg i et tempo så alle kan følge med. Frokosten afholdes i det fri, madpakker og drikkevarer bør medbringes. Kaffestedet er endnu ikke fundet i skrivende stund, så det vides ikke om klubtilskuddet til kaffe og lagkage dækker helt.

## Hillerød - Gribskov - Gilleleje

### Søndag 7. maj

Mødetid: kl. 10:00  
 Mødested: Hillerød S-station  
 Længde: ca. 70 km.  
 Turlleder: Toni Lunding  
 Tlf.: 45 93 05 28 / 22 90 55 28

Turen køres i jævnt tempo gennem Gribskøvs vestlige del med små afstikkere til bl.a. Fruebjerg og Store Gribsø. Hen over bunden ad den afvandede Søborg Sø, forbi ruinerne af Søborg Slot og langs Søborg Kanal til Gilleleje.

Eventuelt kan der, når vi passerer havnen i Gilleleje, indkøbes fiskefrikadeller m.m. til den efterfølgende frokost, der vil foregå et passende sted med udsigt over vandet - f.eks. ved Nakkehoved Fyr.

Hjemturen køres via Munkerup ad småveje til Gribskøvs østlige del. Herefter ad grusvejen langs Esrum Sø til Nødebo og videre til kaffe og kage på Frederiksborg Slot.

Turen køres ikke i regnvejr!

## Stevns - (to ture!)

### Fredag 12. maj

Mødetid: kl. 10:00  
 Mødested: Køge Station nærmest Havnen  
 Længde: 130 – 140 km og 80 – 90 km  
 Tempo: 27-30 km/t / 22-26 km/t  
 Turledere: Jess Brink / Peder Andersen  
 Tlf.: 38 79 17 59 / 36 75 38 42

Tilmelding: Grundet startstedet er der tilmelding til denne tur, idet vejret kan drille. Tilmelding senest onsdag 10. maj.

Vi laver igen 2 ture den samme dag. Dels en hurtig racertur og dels en lidt langsommere, kortere og væsentlig mere kulturel tur. Fra Køge kører begge turledere sydpå ad de små veje over Vallø Slot mod Stevns og Stevns Klint.

På kulturturen vil der blive foretaget en besigtigelse af Klinten såvel som diverse slotte og ruiner. Fra Stevns går racerturen sydvest på mod Fakse Ladeplads og Præstø fjord, mens den kulturelle tur går omkring Karise med retning mod Haslev. Racerturen skal ligeledes nå Haslev, men kører en "genvej" omkring Næstved. I Haslev vil der være kaffe/te og ikke mindst kage, inden vi begiver os ad de små landeveje det sidste stykke vej ind til Køge. Frokosten vil blive indtaget i det fri.

## Racertur til Høve

### Lørdag 20. maj

Mødetid: kl. 10:00  
 Mødested: Tølløse station  
 Længde: ca. 120 km.  
 Tempo: ca. 26-28 km/t i snit  
 Turlleder: Knud Hofgart  
 Tlf.: 36 41 02 12  
 mobil 28 40 65 42

Vejrlig: Køres kun i tørvejr, ved tvivl ring

Fællestur for turcyklister og DBCTer med start og mål ved Tølløse station. Fra Tølløse mod vest til Igelsø-Undløse-Skarresø, derefter

nordpå, Føllenslev-Bjergene-VeddingeBakken-Høve Stræde for frokost, hvor vi spiser vores medbragte mad med udsigt over Sejrsbugten. Tilbage via Asnæs indelukke-Lammefjord-Gislinge-Regnstrup-Mørkemose Bjerg. Kaffe og kage ved Maglesø, retur til Tølløse.

## **Esrum Sø rundt** **Søndag 11. juni**

Mødetid: kl. 09:00  
Mødested: Ring III ved Herlev Posthus  
Længde: ca. 100 km  
Turleder: Aksel Koplev  
Tlf.: 44 92 22 90  
på dagen også 21 67 39 49

Turen, som jeg efterhånden har kørt nogle gange, giver lejlighed til at kombinere en træningstur før sommerens langture med en flot forsommer tur i Nordsjælland. Vi kører over Farum og Allerød til Nødebo og gør holdt ved Esrum kloster. På stykket fra Nødebo til Esrum vil jeg køre inde i Gribskov; men der er mulighed for at køre udenom. Fra Esrum sydpå til Fredensborg, hvor vi regner med at indtage kaffen. Resten af hjemturen følger udturen.

Turens tempo afpasses de fremmødte.

## **Vikingspil** **Lørdag 8. juli**

Mødetid: kl. 18:00  
Mødested: Frederikssund station  
Længde: ca. 10 minutter's gang  
Turledere: Lissy Christiansen  
Flemming Nielsen  
Tlf.: 36 46 24 44 (LC)  
43 64 49 03 (FN)  
Tilmelding: senest torsdag 1. juni til en af turlederne

Ved tilmelding betales kr. 125. Vi vil forsøge at koordinere bidragene til den fælles aftensmad.

Vi går ned til Kalvøen og reserverer de nødvendige bænke, så langt fremme og så langt til venstre som muligt (her varer solen længst).

Herefter går vi ned til Roskilde Fjord og indtager vores medbragte aftensmad. Det plejer at være et meget flot sted at opholde sig. Vikingspillet varer fra kl. 20:00 til 22:00. Der plejer at være ca. 250 medvirkende, så entreprisen er helt nede på 50 øre pr. medvirkende (herudover medvirker også en del heste og andre dyr).

## **Onsdagstræningen 2006** **Starter onsdag 5. april**

Mødetid: kl. 18:00  
Mødested: Risby, på hjørnet ved bus stoppested  
Distance: 35 - 50 km. Alt efter vind og vejr

I det omfang vi møder op, Lene og Jan, vil nedenstående intentioner være gældende! og ja - ellers er det op til de fremmødte.

Vi kører i samlet flok hele vejen rundt indtil Ledøje og først herefter vil der være frit slag for dem der ønsker et lille spurt opgør

frem til byskiltet, på toppen af bakken, inden Risby. Farten vil være 25 - max. 30 km/t og der køres på en rute, der har Gundsømagle som vendepunkt. Er lysten til det og vejret med os, smutter vi ud over bakkerne i Ganløse for at lufte lidt ud i lungerne.

Vi ses under solen på de nypudsede racercykler!

*Jan Bai*

## **I næste nummer af Turcyklisten**

**Søderåsen**  
Lørdag 15. juli  
Turleder: Jess

**Bloustrød**  
Søndag 16. juli  
Turleder: Verner

**Tisvildeleje**  
Søndag 30. juli  
Turleder: Peder



**Hven**

Lørdag 12. august

Turleder: Knud

**Nivå Havn**

Lørdag 20. august

Turleder: Flemming

**SOMMERFERIE TUR**

I alt 25 forventningsfulde Turcyklister har tilmeldt sig pr. 15. januar, og turen løber af stabelen som planlagt fra 17. juni til og med 1. juli.

Vi har via Ruby rejser fået vor egen bus til at køre os ud og hente os hjem igen samt med glæde gjort brug af Rubys lokale repræsentant. Der kan evt. være et par restpladser. Spørg mig.

*Johan Knudsen*

**Nekrolog**

Flemming "Tarzan" Frederiksen, et af vores gamle medlemmer, har i en alder af 70 år stillet cyklen for sidste gang. Denne meddelelse burde have været i bladet allerede i sidste nummer, men af mange grunde har meddelelsen hængt ude i cyberspace.

Flemming har ikke været aktiv i klubben i en årrække, men var tidligere en særdeles kendt og afholdt person. Humøret var altid sprudlende og lysten til en bakkespurt eller anden konkurrence var aldrig svækket, hans postulat var at han var ubesejret på Ballerup Boulevard.

Flemmings særlige gimmick var at han altid lige skulle have sig en smøg på toppen af bakken efter en bakkespurt, mens han ventede på at de sidste kom op. Tilnavnet "Tarzan" skyldtes ikke mindst hans store statur og gode fysik. Vi er mange af den gamle garde, der nu tænker tilbage på og mindes en stor glad dreng der aldrig lod sig kue.

*Jan Bai*

Vi ses til motionscykkeløb

**'Sjælland Rundt på Cykel'**

Postbox 176, DK-4600 Køge

AKTIV FERIE og camping i Europa

**CYKELFERIE**

Frankrig, Tjekkiet og Østrig. Fra hotel til hotel, ud fra campingplads el. på egen hånd.

**VANDREFERIE**

I Europa. I gruppe eller på egen hånd.

**CAMPINGFERIE**

Bus: Frankrig, Tjekkiet. Fly: Korsika, Thassos.

**KORSIKA og SARDINIEN**

Direkte fly til Korsika fra Kastrup 29.5-16.10 og fra Århus 19.6-31.7. Tag cyklen med.

**FÆLLESREJSER for singler og familier**

Fællesskab om madlavning, cykling og vandring.

Tlf. 86 15 35 99 www.ruby-rejser.dk **Ruby Rejser****Triathlon-specialisten****RYVANG CYKLER og SPORT APS**

Hesselegade 31/Tåsingegade 38

2100 København Ø

Tlf. 39 20 73 12 · Telefax 39 20 54 58 · Gironr. 6 55 21 53

- kram til kræsne cyklister



En vandretur i februar  
Foto: Peder Andersen



Udsigt fra kirketårn i februar  
Foto: Lene Bai

## LIDT OM ALT DET ANDET

### "Cykelsadler skader potensen"

Dette var overskriften på en avis artikel omtalt i december nummeret. Man kan undre sig over at undersøgelsen slet ingen kommentar havde ang. de mange typer cykelsadler der efterhånden findes.

Der er jo nemlig i de senere år kommet en række af forskellige sadler, brede sadler, smalle sadler, med hul, uden hul, og med og uden gel indlæg og i alle mulige prislæg og kombinationer derimellem. Det skulle vel nok være muligt for de fleste med sådan et udvalg at finde sig en sadel man føler sig godt tilpas på. Men her ligger problemet i nok i at man risikerer at købe sig fattig i sadler før man rammer den helt rigtige.

Senest læser jeg at Specialized har en serie sadler, hvor den samme type fås i forskellige bredder. Nogle i både smal, medium og bred. Så har man én gang fundet sig en sadel type som matcher stil, udseende og pengepung, men som ikke lige har den helt rigtige bredde, kan man forsøge sig med en anden bredde. Forhandlerne skulle oven i købet have en indretning man kan placere sin rumpe på, hvorved der afsættes et vellignende aftryk af de hårdere dele af ens nedre fysiognomi.

Dette aftryk måles og sammenholdes med en fabriksskabelon, som så skulle kunne vise hvilken bredde sadel ens bagdel passer bedst til. Det lyder for mig som en rigtig god ide, dermed sparer man alle de forsøgs indkøb der ellers er nødvendige.

### Cykelbukser med luftpuder

Hvis ikke sadlen passer til rumpen så er der måske en anden mulighed for at afbøde det værste ubehag. Campagnolo har nemlig i de senere år været på banen med cykeltøj inklusive bukser og de har nu introduceret bukser med indlæg som skulle gøre sidningen mere behagelig. Det foregår ved at bukseindlægget inkluderer luftpuder af forskellig art afpasset efter om der er tale om race, træning, langdistance eller damer.

Prisniveau €120-130, altså omkring kr. 1000-1100 når først den danske moms er kommet til. Set omtalt i tysk presse.

### Cykelbukser med indbygget doping?

Santini er gået en helt anden vej for i samme tidsskrift omtales at dette fabrikat har udviklet cykelbukser, hvor der er placeret forskellige mineraler i området omkring rygsøjlen.

Dette skulle reducere træthed, nervøsitet og stress samt forbedre muskelkraften. Hvad monstro dopingmyndighederne siger til det? Prisniveau €250 (ca. kr. 1900)

*John M*

**HEINO CYKLER**  
ALT I  
CYKELBEKLÆDNING  
KVALITETSCYKLER TIL LAVPRIS

Roskildevej 527, 2605 Brøndby, Tlf. 43 43 22 39  
Østerbrogade 158, 2100 Kbh. Ø, Tlf. 39 20 88 77

I samme koncern nu også:  
Rolsted cykler:  
Gl.Kongevej 88, 1850 Frederiksberg C,  
Tlf. 33 21 29 33  
Bikebuster:  
Hovedvagtsgade 6, 1103 Kbh. K, Tlf.33 93 93 63

**CYKELFERIE**

Vi har cykeltaskerne, letvægtsteltet  
og alt det øvrige udstyr.  
Kig ind hos  
**FRILUFTSLAND**  
Frederiksborggade 52  
1360 København K  
Tlf. 33 14 51 50

## Indeks

Nyt trykkeri for klubbladet.....	2
Klubaftener på ændre datoer .....	2
Bytteaften .....	3
Nyt mødelokale .....	3
Nytårsfrokosten .....	3
Kommende ture .....	6
Sommerferietur .....	9
Nekrolog.....	9
Lidt om alt det andet .....	11
Klubmøder.....	12
Deadline næste blad .....	12

### KLUBMØDER

- April:** Torsdag d. 6. - almindelig klubaften og bytteaften (13. apr. er i Påsken)
- Maj:** Torsdag d. 4 - almindelig klubaften
- Maj:** Torsdag d. 18 - almindelig klubaften
- Juni-juli-august:**  
Ingen klubaften
- September:** Torsdag d. 14 - almindelig klubaften



Klokkeren fra 'Notre' Ledøje  
Foto: Lene Bai

**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 at 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)**



Østerbrogade 138 • 2100 Ø  
Tlf. 31 42 43 44 • Giro 9 12 07 69



**Deadline** for næste nummer er **01-05-06**

**Forventet** udsendelse uge 23 i juni måned