

# TUR- CYKLIS- TEN



**3**  
**2009**  
**SEPTEMBER**

[www.turcyklisterne.dk](http://www.turcyklisterne.dk)

---



Deltagerne i Fynsturen

**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**

Vejlesøparken 1, stuen, lejl. 8  
2840 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

**Johan Knudsen**

tlf. 39 67 32 21

Kasserer

**Lissy Christiansen**

Borgmester Fishersvej 2, 5. th.  
2000 Frederiksberg  
tlf. 36 46 24 44  
Giro: 5 71 38 46

**Gertie Elleby**

Skyttegårdsvej 49, st. tv.  
2500 Valby  
tlf. 36 17 49 40

**Aksel Koplev**

Brandsbyvej 15  
2740 Skovlunde  
tlf. 44 92 22 90

**Knud Hofgart**

Grævlingevænget 82  
5800 Nyborg Nord  
tlf. 48 41 14 30  
Mobil 28 40 65 42

## KLUBLOKALE

Valby Ny Skole  
Ved Ovnhallen 6 T  
Valby

(se klubmøde datoer på bagsiden)



# Spurt Cykler

Medlem af cykelhandlernes  
centralforening som  
medfører service i mange  
cykelbutikker over hele  
landet. Kvalitet til den  
rigtige pris

•  
[www.spurt-cykler.dk](http://www.spurt-cykler.dk)

Jagtvej 118  
2200 København N.

TLF. 35 37 18 18

Værksted / Cykler repareres fra morgen til eftermiddag af faguddannede personale.



Åbningstider i butik. Mandag til torsdag 9-17:30. Fredag 9-18:00. Lørdag 10-13:00

  
**Spurt Cykler**

Annoncøren beder om at medlemmer ved køb gør opmærksom på medlemskabet.

Hjælp med at holde medlemslisten aktuel. Send ændringer i adresse, telefon numre eller E-mail adresse til [Lissy-25@sol.dk](mailto:Lissy-25@sol.dk)

## Kontingent 2009

Almindeligt kontingent	udgør 275 kr
Husstands kontingent	udgør 450 kr
Passivt kontingent	udgør 100 kr

## Generalforsamling

Der indkaldes til generalforsamling i klublokalet på Valby ny skole 8. oktober kl. 19:00. Dagsorden iflg. lovene. Der serveres kaffe/kage og øl/sodavand.

## Turplanlægningsmøde

Dato: Torsdag 5. november kl.18:00  
Mødested: Klubhuset i Valby  
Tilmelding: før 30. oktober

Efter mange år i privat regi henlægges dette traditionsrige møde i år til vores gode klublokaler. Dette både for at prøve noget nyt, men ikke mindst for at det også i fremtiden skal kunne afvikles uden at evt. fremtidige arrangører nødvendigvis skal lægge hus og hjem (og en masse arbejde) til.

Vi vil dog fortsat sørge for afviklingen af mødet nogle år endnu, om end der bliver ændret lidt på traktementet. Der vil naturligvis være kaffe og kage under mødet og som en slags tak for bidraget og fordi mødet ligger lidt tidligt på en hverdag, lidt oste og et glas rødvin til at køre hjem på.

Betingelsen for at deltage i dette møde er som de foregående år, at man møder op med et eller flere turforslag til den forestående sæson. Der behøves ikke detaljerede planer på dette tidlige tidspunkt, blot en overskrift og tilhørende dato kan gøre det. Den detaljerede plan skal blot være klar til det aktuelle blads deadline.

*Lene og Jan*

## Jubilæumsfest

Vor forenings 35-års jubilæum fejres på Rødovre-gård. Datoen er lørdag 17. april 2010. Der vil nok blive delvist tilskud fra foreningen. På generalforsamlingen eller gerne før søges hjælpende sjæle til festen.

## Nytårsfrokost

Datoen er lørdag 16. januar 2010. Stedet er Rødovre-gård. Endnu en gang søges hjælpere.

## Jubilæumstur

I perioden 13. – 16. maj 2010 vil foreningen afholde et arrangement baseret på cykling et sted i Skåne eller Danmark. Vi fremlægger 2 eller 3 forslag til afstemning på generalforsamlingen. Forslagene udsendes forinden. Også her søges hjælpere.

## KOMMENDE TURE

### Vintertræning

*Træningen starter søndag 15. november og sidste træningsdag er søndag 14. marts 2010*

Mødested: Herlev Posthus  
Mødetid: kl. 10:00  
Distance: Vil veksle igennem sæsonen, men der køres så de fleste kan være helt hjemme inden kl.12.30  
Turledere: Lene og Jan i det omfang vi ikke er forhindret af andre gøremål. !

Vi prøver i denne sæson at etablere et langsommere hold. Det er meningen at vi starter samlet og kører ud til Hareskoven hvor vi deler os og ikke mere mødes medmindre der er kaffe- kage indslag. Det er ikke sådan at vi påtænker at der køres stærkere end vi plejer på det hurtige hold, det er blot ideen at farten skal blive mere konstant. Det ”langsommere” hold må så i fællesskab selv finde et passende tempo og en distance der matcher.

Det er vores intention at køre i Hareskoven med enkelte afstikkere til Vestskoven og så vidt muligt på mindre skovveje og stier i det omfang vejret tillader det. Mød talstærkt op, få en morgenfrisker og en hyggesludder i den afvekslende natur. Samtidig kan kondien blive holdt ved lige og i bedste fald forbedret.

## Vikingelandsbyen i Risby

### Lørdag 5. september (er gennemført)

Mødested: Naturcentret ved Herstedhøje  
 Mødetid: kl. 11.15  
 Medbring: Madpakke og drikke  
 Turløder: Gitte Kofoed  
 Tlf.: 43 64 56 02 / 21 64 22 09

Vi mødes ved Naturcentret og kører ca. en halv times tur på grusveje gennem Vestskoven. Frokosten spises ved madpakkehuset ved Stuekær. Vi cykler videre til Vikingelandsbyen, som fejrer sin 17 års – dag med Åbent Hus fra kl. 13 -16. Vi er i Vikingelandsbyen et par timer, hvor vi deltager i de forskellige aktiviteter. Herefter cykler vi igen gennem Vestskoven til Galleri Bagatel i Herstedøster, hvor vi ser på udstillingen og nyder kaffe / te og kage.

Gitte

## Mosehuset v. Borup

### Søndag 13. september

Mødested: Ringvejskrydset Glostrup  
 Mødetid: kl. 10:00  
 Længde: ca. 90 km  
 Turløder: Aksel Koplev  
 Tlf.: 44 92 22 90  
 på dagen 21 67 39 49

Turen her er efterhånden kørt i nogle år, så beskrivelsen er også den vanlige. For år tilbage var det en tradition at køre til Malerklemmen tidligt forår og sent efterår, nu kører vi en variant, hvor der køres ned mod Regnemark uden dog at komme til Malerklemmen. I stedet besøges Mosehusets Købmandshandel i samme område.

Ruten går over Torslunde, Reerslev, Snoldelev, Valore og Kløvested til Kimmerslev, hvor vi spiser frokost ved søbredden nede ved kirken.

Efter frokost kører vi et kort stykke ned til Dyndet, hvor der i Mosehusets Købmandshandel vil kunne købes te, krydderier, og andre sjove sager. Kaffen drikkes også her. Stedets specialitet er pandekager så det bydes der på. Efter kaffen køres over Ølsemagle hjem ad Køgevejen.

Tempoet afpasses efter deltagerne så alle kommer med rundt. Man bør dog være i så god form, at man kan køre de 2 x 45 km uden egentlige pauser.

## Stevnsfortet

### Søndag 20. september

Mødested: Køge S-station foran kiosken  
 Mødetid: kl. 10:00  
 Længde: ca. 60 km  
 Madpakke medbringes, og penge til besøg på Fortet kr. 110  
 Turløder: Susanne Sindberg  
 Tlf.: 36 70 02 54 / 40 91 77 01

*Tilmelding inden 11. sept. da det er en guidet tur på fortet, og der skal bestilles billetter*

Vi starter ved Køge S-station og cykler langs Køge Bugt til Højerup kirke, hvor vi ser på klinten oppefra. Turen fortsætter til Stevnsfortet som vi besøger. Fortet blev lavet i den kolde krigstid og er gravet ud i kalkklinterne. For at ingen skal blive væk i de mange kilometer gange, så deltager vi i en guidet vandretur i undergrunden på ca. 1½ time, 5 km, pris 110 kr. Husk varm tøj, og vandresko, da der kun er 10 grader i fortet. Her skulle også være nogle meget sjældne og stor edderkopper! Man kan også nøjes med at blive over jorden og se på gamle kanoner (20kr). Efter den kolde oplevelse, cykler vi tilbage over St. Heddinge og videre langs vandet til Præsteskoven, hvor kaffen indtages. Vi slutter ved Køge S-station.

## Orø Rundt

### Søndag 27. september

Mødested: Frederikssund Station  
 Mødetid: kl. 10:00  
 Længde: 30-16-22 km.  
 Tempo: 20+ km/t  
 Turløder: Peder Andersen  
 Tlf.: 36 75 38 42 / 28 97 62 08

Fra Frederikssund køres af National cykel rute 2 på asfalt til Jægerspris, hvor vi køre ind på Regional rute 40. Her er over halvde

len af ruten grus og sten, sågar brædder et sted langs kysten, men en spændene rute.

Jan og jeg prøvekørte den på racercykel, det kan lade sig gøre, men turcykel anbefales!

Efter ca. 30 km når vi Hammer Bakke, hvor vi tager Færgen til Orø. Så er der asfalt på resten af turen. Sejlturen tager 6 min. og den sejler hver 20 min. Pris for en person m. cykel tur/retur kr. 64.00. Vi spiser vores madpakker et sted nordpå på Orø, hvor der også en Brugs i Bybjerg. Rundtur på Orø ca. 16 km. Tilbage på Sjælland køres der over Vejleby, Venslev, forbi Svanholm gods til Dalby, Lyngerup og Gerlev, hvor vi drikker kaffe inden vi når Frederikssund efter ca. 22 km. Turen målt med kortmåler ca. 68 km. Det er ikke så langt, men den tager noget tid på rute 40! Efter Frederikssund er løbet frit. 😊

### **Rusland og Tegners museum** **Søndag 11. oktober**

Mødested: Hillerød Station  
Mødetid: kl.10:30  
Længde: ca. 55 km  
Turlleder: Aksel Koplev  
Tlf.: 44 92 22 90  
på dagen også 21 67 39 49

Det vil evt. være muligt for de, som vil køre langt og moderat hurtigt, at mødes ved Herlev posthus kl. 9.00, ring til turlederen et par dage før turen og hør om han kører med.

Fra Hillerød køres via Grønholt, Fredensborg, Tikøb og Havreholm til Rusland hvor Rudolphs Tegners museum besøges. De, som ikke er til specielle kunstmuseer, kan vandre en fin tur i det særprægede hede landskab, og nogen kan nok nå begge dele. Husk derfor sko, som der kan gås i. Frokosten indtages også her. Der køres retur via Esrum, Gribskov og Nødebo til Hillerød. Kaffen indtages enten i Esrum eller i Hillerød.

Da turen er en kultur tur køres den i et tempo, så alle kan følge med.

### **Lukketur** **Søndag 18. oktober**

Mødested: Ankeret ved Nyhavn  
Mødetid kl.: 10:00  
Turlængde: ca. 40 km  
Turlleder: Finn A. Kristensen  
Tlf.: 22 16 27 30

Københavns havn har forandret sig mærkbart i de senere år med stadig mere nyt byggeri hvad enten man kan lide det eller ej. Vi vil også kikke på det sommerens seneste tiltag, nemlig den nyåbnede Amager Strandpark. Undervejs finder vi et passende sted for en kop kaffe for udveksling af meninger om det beskuede.

### **Vintervandretur i Vestskoven** **Søndag 22. november**

Mødested: Hersted Høje ved den nye naturskole  
Mødetid: kl. 10.00  
Længde: ca. 3 timers vandring  
Turledere: Lene og Jan

*Medbring madpakke og drikkevarer*

Vi gentager denne vintervandring og lad os bare kalde det en tradition at vi skal stille cyklerne engang imellem for at få brugt benene på en anden måde.

Vi parkerer cyklerne ved naturskolen og begiver os op over Hersted højen for at få et lille overblik over den efterhånden velvoksne Vestskov. Herefter vandrer vi ad skovstier forbi Mønterne, over motorvejen og via kringelstien forbi Harestrup Mose og frem til madpakke huset ved Pedersborg gård. Efter frokost kringler vi os ad forhåbentlig vinterklædte stier frem til vores cykler og kører direkte til Galleri Bagatel, hvor vi kan nyde kaffen og den hjemmebagte med udsigt til en masse skønne kunstværker.



## TURREFERATER

Gilleleje

**Søndag 26. april**

Vi mødtes i godt vejr på S-stationen i Hillerød, nogle kom med tog, men de 'hårde' og gamle havde cyklet hele vejen fra København. Inde i Gribskov mødte vi Jytte og Bertel, som fulgte med på den videre færd. Toni førte os 13 cyklister ad snørklede hyggelige veje igennem Gribskov og videre i det skønne Nordsjælland til Gilleleje.

På havnen købte vi gode fiskefrikadeller med remulade, og så cyklede vi ud langs stranden hvor vi spiste frokost. Efter et hvil i græsset cyklede vi videre til Nakkehoved fyr, som desværre var lukket på grund af jordskælv. I december havde jorden i Nordsjælland skælvet så meget at kviksølvet fyrets ædlere dele var skvulpet over, og flere deciliter kviksølv var løbet ud i fyrtårnet. Der var nu for megen kviksølvdamp i tårnet, men de dog regnede med at de snart kunne åbne fyret igen. Vi fik et par brochure af den flinke oppasser, og cyklede videre mod Esrum kloster.

Undervejs troede jeg at kviksølvdampene alligevel havde skadet mig, for pludselig så jeg bisonokser og en enkelt struds på savannen. De viste sig at være ægte nok, og jeg læste et par dage efter at en bison var sluppet ud af indhegningen og gik i en nabohave. Vi nåede til Esrum kloster i god behold, hvor vi fik kaffe og en **halv kage** hver. De havde udsolgt så vi måtte dele.

Lene Boye syntes at vi cyklede for langsomt og for meget på grusvej, så hun tog 'motorvejen' hjem. Vi andre fortsatte langs søen i den tætte tåger af myg, som lige havde bestemt sig for at sværme i det gode vejr. Jeg fik en lille punktering som Peder var så venlig at ordne med Flemmings slange. Tak. Så fortsatte vi mod Hillerød station; nogle tog toget og enkelte cyklede til København, så de fik en tur ud af det. Tak for turen. Hilsen Susanne

## Linderödsåsen/Nävlingeåsen Lørdag 27. juni

7 friske gutter og 1 pige mødtes på Københavns Hbg. på denne solbeskinnede sommerdag for at drage på ekspedition i det svenske denne blæsende lørdag. Med vinden i øst kunne vi se en dag i møde, hvor vi størstedelen af dagen skulle tilbringes i mod- og sidevind. På Malmö Central ville toget ikke starte, så 10 minutter forsinket ankom vi til Lund, hvor turen bragte os på sightseeing forbi den flotte domkirke og det gamle universitet. Vel ude af byen måtte vi konstatere at vinden og bakkerne (som egentlig synes ubetydelige) trak tænder ud. Således blev vi af forskellige grunde reduceret til 6 inden der var cyklet 25 km.

Frokosten blev indtaget ved det hyggelige gadekær i Hörby, hvor ænderne flokkedes om os i håb om at slippe for selv at arbejde for føden. Efter frokost skulle de 2 åse forces. Det bragte et tydeligt skift fra åbne vidder, til svensk skov med hyggelige træhuse. Undervejs fik vi også tid til at kigge på de prægtige røde glenter, som svævede over høvenderen i håb om at få en lækkerbiskken til frokost. Skønt vi var oppe i ca. 190 m føltes stigningerne blot som en hyggelig søndagstur i det Nordsjællandske og vi kom sikkert frem til vort kaffested i Tollarp.

Her fik vi til Lises store glæde svensk æblekage med vaniljecreme og just som vi skulle i gang med vor påtår ankom ca. 20 svenske motorcyklister på cykler af - et for mig - ukendt fabrikat. Det var 50+ klubben på tur. Skønt kagen var god, bør stedet næste gang udskiftes med mere hygge end dette cafeteriested kunne udvise. Turleder Johan oplyser dog at der ikke var til at opdrive et andet egnet sted, denne lørdag eftermiddag. Og set i bakspejlet burde turen i østenvind køres omvendt. Men de sidste 25 km. gik strygende i medvind mod Hässleholm, hvor der ventede forfriskning og en 1½ times togtur hjem. Som efter aftale have Johan og Erik taget deres svedundertrøjer omvendt på. Så kender vi dem igen.

*Knud Hansen*



## Söderåsturen

Lørdag 4. juli

12 deltagere mødtes ved færgen i Helsingør i perfekt vejr, som varede ved hele dagen. En punktering blev medbragt fra toget til Helsingør og ordnet, og en ny opstod før frokost. Turleder Bert havde valgt en praktisk udkørsel fra Helsingborg mod Råå før det gik østover til Röstånga, hvor vi meget belejligt kunne fylde drikkevand på flaskerne ved kirken så vi havde nok indtil kaffepausen senere.

Via Skärålid tog vi vejen op til den vide udsigt ved Kobberhatten med frokostpause i træernes svalende skygge. Opturen kunne køres i valgfrit tempo. Jess forlod os her pga.

engagement hjemme. Så gik det i middagsheden via udkanten af Ljungbyhed ad den markante rute forbi Lotta (også et brugbart kaffested) op på åsen og til Stenestad og kaffe/te/kage. Denne optur var også i valgfrit tempo indtil Klåverød. Kaffestedet i Stenestad er lige så dejligt, som da vi opdagede det sidste år; men kagerne i år generelt for kedelige. Nå, men igen sidste vandpåfyldning ved Stenestad kirke, så vi var garderet til den afslappende tur tilbage til Helsingborg.

I Helsingør valgte de fleste toget. Bert havde sammen med Lene Boje creeret en god omvisning uden grusveje ud i det svenske og styrede på fornuftig vis tropperne. Tak til de to.

*Johan*

## Roturen i Frederiksberg Have

Søndag 12. juli

Gitte havde samlet 9 cyklister ved ringvejskrydset i Glostrup. Vi kørte gennem Hvissinge, hvor vi gjorde et lille ophold for at proviantere inden vi kørte forbi Damhussøen til Smallegade. Her var der var to mere der gerne ville med i det gode vejr. Vi trak cyklerne med ind i Frederiksberg Have og gjorde et ophold ved det nye elefanthus, hvor vi var heldige at se en stor og en lille elefant bade fra første parkét, vi var så tæt på at de kunne sprøjte på os med snablen, hvad de dog ikke gjorde men til gengæld efter mågerne. Da vi nåede frem til kanalen og bådene tog Pauli en rigtig champagne frem som han syntes vi skulle smage mens vi ventede på vores rotur. Alle i samme båd. Roeren fortalte levende om

Frederik den sjettes lyster, med hensyn til anlæg af park, kanal og sejlads.

I mens passede Finn på vores cykler og pakkenelliker. Så dukkede der endnu en turcyklist op, så nu var vi 12 der skulle spise frokost på plænen, med udsigt til det fine gamle tehus, hvor vi skulle nyde te og kage. Jeg fik en speciel Japansk grøn te med et lille stykke grøn chokolade der skulle spises først for at fremhæve den gode smag. Som jeg dog syntes

udeblev. Vejret var stadig godt, så 7 af os besluttede at cykle til Viften i Rødovre for at høre Jazz. Tak til Gitte for en god dag.

*Peder*

## Isefjordsturen

Lørdag 25. juli

Johan havde den dag proklameret Isefjords tur. Det er en tur, som Johan i forskellig ud



**Figur 1 Knud, Søren og Johan**

formning har arrangeret i rigtig mange gange, dog ikke i de senere år.

Vejrudsigten i dagene op til turen var ikke alt for lovende; den stod på bygevejr, så man kunne jo aldrig vide. Johan havde valgt at starte på Frederikssund station. Vi var i alt 4, som mødtes dér. Foruden Johan: Knud, Søren og jeg. Vejret var fint med det meteorologerne kalder vekslende skydække.

Den første del af turen er ren turist tur: Vi kører ud gennem Frederikssund, over broen

og mod Jægerspris. Fra Jægerspris køres til Kulhuse hvor vi tager færgen til Sølager. Fra Sølager er der kun nogle få kilometer til Hundested, hvor der igen skal tages færge, nu til Rørvig. Nu er klokken henad 11 og vi har kørt omkring 30 km af turens 120 km!

Dette er dog som om turen rigtig tager fart, når vi er kommet ud af Rørvig. Vi kører forbi Annebjerg og ind i landet, op ad bakken. Det med bakkerne skal så blive resten af turens kendemærke. Frokosten indtages på en solbeskinnet plet foran Nørre Asmindrup kirke.



**Figur 1 Nørre Asmindrup Kirke**

Efter frokost køres mod Høve, hvor der i et sindrigt mønster køres op og ned af bakkerne, med bakken op til Maglehøj som den mest spektakulære; for til sidst at havne på toppen af bakken ved Skamlebæk Radio. Nu er der ikke flere bakker som vi ikke har kørt på, så turen går nu mod Fårevejle Stationsby. Johans gamle kort viser, at der er en snedig rute bag om stationen og ad små veje henover Lammefjorden og til Tuse. Desværre er overskæringen nedlagt; men hegnet har de lokale for længst nedtrampet, så vi kan også vade over sporene, og togene kører alligevel så sjældent her ude på landet en lørdag eftermiddag. Da vinden denne dag er nordvestlig, har vi haft en del modvind på den hidtidige tur; men nu går det derudaf med medvind og absolut flad vej. Efter Lammefjorden, køres mod Holbæk, hvor kaffen skal indtages. Kaffestedet bliver bageren på hovedgaden, så kan vi få lige den kage vi vil have, og man kan sidde udenfor under en baldakin. Det bliver der brug for, for lige pludselig åbner

himlen sig og en kraftig byge efterlader alt, som ikke er overdækket vådt. Det tager lidt af hyggen af kaffepausen;



men vi priser os til gengæld lykkelige over at vi ikke var på cyklerne og ude i det åbne landskab.

### **Figur 2 Johan på Toppen**

Fra Holbæk køres mod Munkholm broen, og her sætter et lille oprør ind mod turlederen: Der er ikke meget længere til Frederikssund end til turens annoncerede slutpunkt i Roskilde, og et par af os vil have en besværlig vej hjem fra Roskilde. Altså styres mod Frederikssund ad landevejen over Kirke Hyllinge og Skibby. Nogle få kilometer før Frederikssund punkterer Aksel, noget har flænset dæksiden, så en ekstra lap må lægges under. Vel ankommet til Frederikssund er i hvert fald undertegnede godt træt og kilometertælleren viser 140 km. Højdemetrene er ikke målt; men der var mange af dem. En tak til Johan for godt tilrettelagt tur.

*Aksel*

## **Teknik og tilbehør**

Cat Eye er kommet med et nyt tiltag nemlig en lygte med et solcelle panel på toppen, som lader et sæt nikkelmetalhydrid batterier op så lygten kan blinke i 6½ time eller i 2½ time med konstant lys. Der også mulighed for at bruge standard AA batterier med en brændetid på 30 timer ved blink eller 10 timer ved konstant lys.



## Turcyklisternes ture

Vi turcyklistere kører jo ikke i samme tempo og på samme måde alle sammen. Dette havde jeg en lang og hyggelig samtale om med Flemming Salee på min tur til Søderåsen. Han foreslog at lave en tydeligere angivelse af, hvordan de enkelte ture køres, evt. ved at have forskellige typebetegnelser på turene. Det vil jeg forsøge at gøre nedenfor.

Type A: Der køres i et tempo og på en måde, jævnt og roligt og samlet, så alle kan følge med, og man kører så der er tid til at se til siderne, hvis man kører gennem et smukt landskab eller der er noget et interessant at se på, og man kører ikke foran turlederen (en god gammel turcyklisteskik).

Type B: Der køres i et noget højere tempo, men stadig jævnt, så man kører samlet, men uden dog at køre decideret på hjul, så det er muligt at se til siderne, hvis der er noget interessant at se på, man holder sig stadig turlederen.

Type C: Der køres i et højt tempo, der køres tæt (på hjul), undtagen når der køres bakkespurter, skiltespurt m.m.. Denne køremåde kræver så meget opmærksomhed, hvis man ikke er meget rutineret, at der ikke er meget tid til, at nyde et smukt landskab. Der køres ikke nødvendigvis bag ved turlederen.

Jeg har med vilje ikke skrevet km/t. fordi det ikke er det samme at køre 25km/t. ned ad bakke eller i medvind som at køre 25km/t. op ad bakke eller i modvind. Jeg håber, at dette er noget, der kan bruges af kommende turrangører/ledere, da jeg synes, at det er noget, der gør det lettere for turarrangører at beskrive en tur, og for turdeltagere at vælge de ture, de har lyst til at deltage i, hvis typebetegnelserne bliver brugt. Vi skal måske også huske på, at cykelturene er fornøjelsesture og ikke sport.

Med venlig hilsen, Bert

## Fynsturen







### Grillturen



## Indeks

---

Kommende ture.....	3
Turreferater .....	6
Teknik og tilbehør.....	7
Turcyklisternes ture.....	9
Fotos.....	9

**Klubben er åben for alle som deler glæden ved at cykle – så har vi vakt din interesse er du velkommen til at kigge 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 vores hjemmeside adresse på forsiden.**

## Announce

Sælges: Flot Cannondale T800 turcykel kr. 2100.  
Med Tiagra og Deore XT triple 27 gear. størelse XL.  
Ring og hør nærmere. Jens Spelmann 44 84 22 19

## SKITUR.

Uge 6/2010.  
Udrejse 7/2 kl. 19.30. Hjemrejse 13/2 kl. 19.00.  
Pris: 3.390 kr alt inkl.  
Fællesrejse med Ruby til Barmålas Hyttegrend på Venabygdfjellet i Norge.  
120 km. langrendsløjper lige uden for og kort afstand til Lundes handel m. cafeteria, bar og Kiwi miniprismarked.  
Hytten er Midtgard storhytte, en flot nybygget 350 km2 hytte med god plads.  
Se også Rubys hjemmeside eller kontakt Peder Andersen.



## Klubmøder

<b>Torsdag 10. september</b>	Almindelig klubaften
<b>Torsdag 8. oktober</b>	<b>Generalforsamling</b>
<b>Torsdag 12. november</b>	Almindelig klubaften
<b>Torsdag 10. december</b>	Klubmøde med bl.a. gløg servering

*Bemærk at "klubmøder" i kantine afsluttes kl. 21:40.*

*Hvis ikke andet er anført, startes kl. 18:00*

## SOM DE DOG KAN.

Nogle gamle cykelryttere er fortsat aktive på højt niveau. Et eksempel på det er den 51-årige Janine Longo, som i år er blevet fransk mester på landevej. Samme rytter blev også nr. 4 i enkeltstart ved olympiaden i Peking. I øvrigt går hun sine egne veje træningsmæssigt og kostmæssigt idet hun var vegetar!

**Deadline** for næste nummer er  
**20. november 2009**  
**Forventet** udsendelse første uge i december måned