

# Turcyklisten

1  
2013



Hold da fast. Bare vi ikke triller i Furesøen.

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



## BLADET

Redaktør  
Marianne B. Ryding  
[redaktionen@turcyklisterne.dk](mailto:redaktionen@turcyklisterne.dk)

Koordinator  
Finn A. Kristensen  
tlf. 22 16 27 30

## BESTYRELSE

Formand  
Knud Hofgart  
tlf. 28 40 65 42  
[turcyklisterne@turcyklisterne.dk](mailto:turcyklisterne@turcyklisterne.dk)

Kasserer  
Flemming Nielsen  
tlf. 43 64 49 03  
[Flemming.K.R.Nielsen@mail.dk](mailto:Flemming.K.R.Nielsen@mail.dk)

Øvrige bestyrelsesmedlemmer

Aksel Koplev  
tlf. 22 80 25 22  
[webmaster@turcyklisterne.dk](mailto:webmaster@turcyklisterne.dk)

Lone Belhage  
tlf. 36 30 69 33

Marianne B. Ryding  
tlf. 42 44 12 62

## 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 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)

## KLUBLOKALE

Sankt Annæ Gymnasium  
Sjælør Boulevard 135  
Valby  
Lokale B210, 2. sal

## KONTINGENT 2013

Almindeligt kontingent	275,- kr.
Husstands kontingent	450,- kr.
Passivt kontingent	100,- kr.

Indbetaling kan ske på giro 5 713  
846, vælg korttype 01.  
Eller via netbank, brug regn no. 1551  
konto 5 713 846.

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

## Kommende ture

### Hverdagsture

#### Byvandring "Kik op i København" Torsdag d. 4. april.

Mødested	Otto Mønstedes Plads Se billedet
Mødetid	Kl. 10.00
Turlængde	Ca. 6km
Turleder	Bert Due Jensen
Telefon	38 74 68 41
Mobil	26 67 63 35



Mødestedet.

Turens hovedpunkter er: Otto Mønstedes Plads, Glyptoteket, Stormgade, Christiansborg, Børsen, Holmens Kirke, det Kgl. Teater, Nyhavn, Kongens Nytorv, Runde Tårn, Frue Plads og Gammel Torv, hvor turen slutter. Frokosten indtages på restaurant i eller ved Nyhavn, og turen slutter med eftermiddagskaffen.

Hvis man ikke ønsker at spise frokost på restaurant (for egen regning), må man selv arrangere sig.



#### Vandretur rundt om Farum Sø Torsdag den 2. maj.

Mødested	Farum Station
Mødetid	Kl. 10.00
Turlængde	Ca. 15 km
Turleder	Lis Jakobsen
Mobil	28 47 66 22

Om turen: Vi går langs sydsiden af Farum Sø gennem Ryget Skov og Ganløse Orned. Der fortsættes langs nordsiden af søen tilbage til Farum Station. Undervejs indtages medbragt mad, og vi finder et sted med kaffe og kage. Turen fører os igennem et flot landskab med smalle og stejle stier, som kun med besvær kan befærdes på cykel.

#### Forsommercykeltur i Nordsjælland Torsdag den 6. juni.

Mødested Hillerød Station  
 Mødetid Kl. 10  
 Turlleder Berthel Semma  
 Mobil 2243 6996

Vi cykler gennem Frederiksborg Slotshave og ser på barokhaven. Fortsætter til det verdensberømte Orkidegartneri og videre til slotshaven, Fredensborg Slot Spiser den medbragte frokost ved Sørup Havn Efter et par timers middagslur triller vi videre mod uret rundt om Esrum Sø. Undervejs kommer vi gennem den nye biotop Naturstyrelsen har etableret for de eghjorte, der importeres fra Blekinge. Efter en sødukkert når vi frem til den obligatoriske kaffekage.  
 Husk badetøj.

## Ture i weekenden

### Åbningstur

**Søndag d. 24. marts.**

Se blad nr. 4/2012.

### Optimistturen

**Lørdag d. 13. april**

Mødested Ringvejskrydset  
 i Glostrup  
 Mødetid Kl. 10.00  
 Turlængde Ca. 120 km, 25-28km/t  
 Turlleder Jess Brink  
 Mobil 22 81 95 35

### Tilmelding senest d. 11. april.

På denne dejlige forårsdag i april køres der en tur ud over Risby, Ledøje, Smørum, Måløv, Ganløse, Slagslunde, Burre Sø, Jørlunde, Sundbylille, Frederikssund, Gerlev, Skuldelev og frokosten indtages efter ca. 60 km i meget smukke omgivelser ved Selsø Kirke. Efter frokosten køres der syd på den direkte vej ind til Roskilde og Marbjerg.

Kaffe & kagestedet kendes ikke p.t. men bare rolig, ingen bliver snydt. Turen hjem går den direkte vej ad Roskildevej mod Ringvejskrydet i Glostrup.

### Furesøen rundt

**Søndag den 21. april**

Mødested Klokkedybet (hjørnet på Frederikssundsvej)  
 Mødetid Kl. 10.00  
 Turlængde Ca. 50 – 70 km afhængig af vind og vejr og deltagernes kræfter  
 Hastighed Afpasses efter deltagerne  
 Turledere Merete Jørgensen  
 Knud Hansen  
 Mobil 29 82 51 83  
 23 43 70 51

Turen går gennem Herlev, Bagsværd, Frederiksdal, hvor vi rammer Furesøen, videre til Holte og Vaserne. Måske er det tid til frokost her. Vi holder os tæt ved søen og kører over Bistrup til Farum. Derfra mod Bastrup Sø. Hvis kræfterne og vejret er til det fortsætter vi til Burre Sø og kører hjem over

Slagslunde og Ballerup. Hvis der er åbent hos "Store Peder" i Pederstrup er der kage og kaffe der ellers finder vi et andet velegnet sted.

## Kullaberg Kr. Himmelfart.

**Fre. d.10.maj – sø. d. 12.maj.**

Endnu en spændende Kullentur. Vi tager af sted fredag d. 10.maj kl. 10.00 fra Helsingør banegård, og tager færgen over. Fra Helsingborg cykler vi langs vandet og den nedlagte jernbane til Mølles dejlige campinghytter, hvor vi skal overnatte de følgende 2 nætter. Fredag aften spiser vi i Mølle. Lørdag cykler vi til Mølle, hvor vi stiller cyklerne og vandrer videre langs kysten mod fyret. Her vi ser på sølvgrøtten og vandrer tilbage til Mølle, hvor vi holder frokost. Så cykler til Himmelstorp, hvorfra vi vandre ned til Nimis og Arx ved stranden. Aftensmad spiser vi i Arrild. Søndag går turen hjemover, vi besøger Sofiero på hjemvejen. Tilmelding senest 21.4. til Lis Jakobsen tlf 28 47 66 22 eller Susanne Sindberg 40 91 77 01, sas@naturerhverv.dk. Pris for overnatning ca. 600kr. Tag evt. sengetøj og håndklæde med. Kan evt. lånes på campingpladsen. Husk svenske penge til aftensmad, færgebillet mv.



## En forårsdag på Stevns Mandag den 20. maj (2. pinsedag)

Mødested Køge Station  
Mødetid Kl. 10.00  
Turlængde 90 km  
Turleder Børge Nielsen  
Telefon 44 91 54 80  
Mobil 27 27 66 01

Medbring: Hvad I har lyst til.

Vi starter med at køre sydpå. Undervejs passerer vi den kendte Elverhøj, senere runder vi Vemmetofte Kloster, herfra går det mod Rødvig. Inden vi når så langt, finder vi et passende frokoststed. Efter Rødvig styrer vi mod Højerup for at se, om kirken stadig er der. Her kan vi måske få lidt kaffe og kage. Herefter går det tilbage mod Køge.

PS. Turen køres ikke i regnvejr.

## Gyldenløveshøj Søndag d. 26. maj.

Mødested Høje Tåstrup St., vestsiden  
Mødetid Kl. 9.30  
Turlængde Ca. 80km  
Turleder Marianne Buch  
Mobil 42 44 12 62

Turen til Gyldenløveshøj går fra Høje Tåstrup St. over Reerslev, Kamstrup og Gøderup til Lejre hvor vi gør holdt ved bageren. Tilslutning her kl. godt 11. Derefter kører vi mod Osted, til Osager og Mortenstrup for siden at

begive os ind i skoven til Gyldenløveshøj. Her finder vi et egnet sted hvor vi spiser vor medbragte mad inden vi begiver os nordover mod Smidstrup, Kisserup, Skullerupholm og Ledreborg. Derefter finder vi et passende sted for en kop kaffe/the og en kage.

Tempoet vil være så turlederen kan følge med.

## **Rundt om Øresund. Lørdag d. 15. juni.**

Mødested Krydset  
Tuborgvej/Strandvejen  
Mødetid Kl. 9.00  
Turlængde Ca. 110 km  
Turleder Bert Due Jensen  
Telefon 38 74 68 41

Evt. tilslutning i Helsingør, kan aftales med turlederen.

Bemærk: Turen køres kun i godt vejr, ring ved tvivl dagen før.

Turen køres i et tempo så alle, i nogenlunde form, kan følge med. Vi kører ad Strandvejen til Helsingør og tager over til Helsingborg med Scandlines. Derfra følger vi cykelruten til Malmø og tager toget til København, hvor turen slutter.

Vi holder først pauser i Sverige: Frokost i eller ved Helsingborg, eftermiddagspause i Landskrona. Undervejs er der fine udsigter til Øresund og Hven, og vi kører gennem små byer og naturreservatet Järevalla.

Der vil være strækninger med meget ujævn belægning og grus.

Husk madpakke og drikkevarer samt penge til færge, tog og eftermiddagskaffe, ca. 200 kr.

## **Vintertræning**

Mødested Herlev Posthus  
Mødetid Kl. 10.00, søndage  
Turlængde 30 – 35 km  
Turledere Merete Jørgensen  
Knud Hansen  
Sluttid Kl. 12-12.30

**Køres frem til 17. marts.**

## **Sommertræning**

### **Sommermotion**

**Start: Onsdag den 20. marts**  
**Slut: Onsdag den 23. oktober**

Mødested Ved Espelunden for enden af Rødovre Parkvej  
Mødetid Onsdag kl. 16.30  
Turlængde 35 - 40 km, 20 – 23 km/t  
Kontaktpersoner Merete Jørgensen  
29 82 51 83  
Lone Belhage  
24 80 46 87

Ingen fast turleder.

SÅ..... har du lyst til frisk luft, høj himmel, bakker, marker, flotte udsigter, modvind, regnvejr, blæst og ikke mindst at komme i god form, så mød op. I 2012 var vi gennemsnitlig 8-10 deltagere, men der er plads til flere.

Vi kører til Risby, Ledøje, Gundsømagle, Hove, Sengeløse, ikke nødvendigvis i nævnte rækkefølge. Mulighederne er mange i området

## Sommerrace

for de hurtige:

**Start: Onsdag den 17. april**

**Slut: Onsdag den 11. september**

Mødested Risby  
 Mødetid Onsdag kl. 17.45 !!  
 Turlængde Ca. 35 km, raskt tempo  
 Turleder Knud Hansen  
 Mobil 23 43 70 51

## Ny mødetid



## Referater

### Byvandring i Roskilde. Hverdagstur torsdag d. 15.nov.

Marianne Ryding havde inviteret til byvandring i Roskilde torsdag d. 15. november 2012.

Derfor mødtes 7 turcyklistere kl. 10.00 ved Roskilde Station. Fra stationen tog vi en bus ud til Frellsens Chokoladefabrik i industrikvarteret. Ved fabrikken stødte yderligere 4 turcyklistere til, så vi var i alt 11, som gik ind for at blive indført i fremstillingen af chokolader og især flødebolle, som viste sig at være en særlig Frellsensspecialitet.

Inde på fabrikken blev vi grundigt indført i fremstillingen af flødebolle, og vi skulle selv lave vores egen flødebolle, det kom der meget sjov ud af. Derefter gik vi op for at se selve fabrikken og fremstillingen af chokolader, Der var fuld gang i at lave chokolader til julehandlen, og vi så vores flødebolle blive overtrukket med chokolade. Efter at have set fabrikken fik vi smagsprøver på de forskellige slags flødebolle, mens vi så en lille film om kakaobønnen, og vi fik vores flødebolle i en lille æske.

Efter besøget på Frellsen gik vi ind mod Roskilde for at se på det, der var dagens andet mål nemlig Roskildes mange kilder. Vi så 11 kilder med meget forskelligt udseende, en havde en lille dam foran, en havde fået bygget en fin åben træpavillon omkring sig, et par stykker var hugget ud i sten og vandet kom rislende ud af munden på et menneskehoved, og nogle var brøndlagt og lukket med



Flødebollefabrikation  
5 kg chokolade  
Lovise Kilde







Hvor kan man føle sig lille !!

Furesøturen og afslapning på Amagerturen

betondæksler.

Undervejs spiste, vi vores medbragte mad på en legeplads, der var ikke mange børn, men ænderne fra en nærliggende dam fik hurtigt øje på os og kom rendende i håb om en lille bid brød. Vi fik også set Roskildes miniby på vejen, den er ganske interessant, så den blev grundigt betragtet fra alle sider.

Turen sluttede på torvet med god kaffe og en god kage på en restaurant.

Tak til Marianne for en anderledes, men interessant tur.



## **Vandretur langs Furesøen. Torsdag den 3. januar.**

Vejret var blæsende og kun lige akkurat over frysepunktet, da 16 turcyklister kl. 9.00 mødte op på Farum station. Der var ikke de bedste forhold på stierne denne morgen. Der havde været noget optøning af overfladerne de foregående dage, men under var der stadig hård frost i jorden hvilket gav en temmelig smattet sti.

Ruten startede hen langs stationen og ned forbi den gamle bådudlejning, der desværre er lukket. Det vækkede minder fra de utallige roture jeg har haft fra dette sted, både i min tidlige ungdom og senere med Turcyklisterne, der i en lang årrække havde roture på programmet. Det var også udgangspunktet for vores årlige vandreture, der hver vinter i jan./Feb. trak 20-30 deltagere med mål på Kalkgården hvor madpakken blev rullet ud og slutteligt med lagkage/tekage og kaffe på madam blå, tilberedt på gammeldags brændekomfur. Denne kaffestue er desværre heller ikke mere, det var ellers ren nostalgi for pengene, både værtinden og stuerne.

Ruten gik videre langs Mølleåen og under Farumvejen til Furesøen, hvor vi ved roklubben lige skulle bese et kunstværk der stod her i vandkanten skuende mod den vide udsigt over Furesøen og dens bugtende bred. Det var også her langs den vestlige bred at dagens vandrerute gik op og ned langs søbredden, næsten med fødderne i vand af og til. Denne fantastisk smukke og meget kuperede rute er desværre meget nedslidt i dag og stierne er sine steder vasket væk og fremstår særdeles ujævne med store trærodde på kryds og tværs. Denne strækning vækkede en del minder hos undertegnede der for år tilbage kørte her på vintertræning med flere cykelklubber og senere også brugte denne til Turcyklisternes vintertræning. Men ak, i dag er den bestemt ikke farbar for andre end hærdede mountainbikere. Dengang var det med helt almindelige cykler u. gear. Undervejs viste Knud Erik os de sidste af de store gamle grantræer fra

von Langes store plantninger i sidste halvdel af 1700 årene, der var et par stykker tilbage på omkring 40 -45 m. men det højeste træ blev fældet for nogle år siden og dele af denne kæmpe kan ses på skovbrugsmuseet i Hørsholm som et kæmpe bord.

Frem mod vendepunktet i Frederiksdal havde flere deltagere og jeg selv med, lidt bøvvl med at kravle op ad den stejle skrænt og op til hovedstien da vi ikke længere kunne komme videre ad den lavtliggende sti. Ved vendepunktet var det planen at vi skulle spise helt ude ved vandkanten foran bådklubben, men dette måtte opgives da det blæste en halv pelikan fra nord/øst, så man dårligt kunne holde madpakken stille. Vi fandt et passende sted med læ i skoven på tilbageturen hvor vi kunne sidde på en gammel stamme og nyde vores medbragte. Nu var der så bare de sidste 6 km. tilbage og dem havde vi jo lige taget den anden vej så de forekom helt bekendt, og så går det lidt lettere, heldigvis, da jeg ikke havde vandret 12 km i meget lang tid var jeg ellers lidt spændt på hvordan det skulle gå. Fremme ventede det gamle Williams Hotel, der i dag er ombygget til bageri og konditori i den bedre klasse. Et rigtig hyggeligt kaffested med lækre kager og god kaffe, og så ligger det næsten lige overfor stationen så det er meget centralt og et fint slutpunkt da de fleste skulle retur med toget. Det blev en rigtig god og flot tur med Flemming som turleder, da den annoncerede turleder var forhindret på grund af arbejde. Tak for et fint arrangement.

Det kniber måske nok med detaljerne i denne turbeskrivelse, men jeg fik først overdraget hvervet som referent lang tid efter turen og havde som følge

deraf ikke nogle notater at støtte mig til.

Jan Bai Jensen.



## Ferieture

### Forårstur til Mallorca.

Kom foråret i møde på Mallorca 1. - 9. maj med Turcyklisterne.

Vi er her sidst i februar 10 turcyklistere, der tager af sted. Der er også plads til dig. I år bor og cykler vi ud fra østkysten af Mallorca ved Sa Coma og S'Illiot. Her er mulighed for både lette ture i det fladere landskab og hårde ture på bakkerne, som kan få pulsen op hos de fleste.

Du bestiller fly og hotel selv og vi sørger for koordinering af cykelleje og organisering af transport fra lufthavnen til hotellet.

Flere oplysninger i Turcyklisten nr. 4/2012 og på hjemmesiden.

Når du har bestilt fly og hotel, så send os de ønskede oplysninger.

Marianne og Aksel

Kontakt: [mari.tortue@gmail.com](mailto:mari.tortue@gmail.com) eller [aksel@koplev.eu](mailto:aksel@koplev.eu)

## Ferietur til Goslar i Harzen

fra lørdag den 29/6 til lørdag den 6/7. Turen er en bustur fra København med anhænger til egne cykler. Inklusiv bustur, overnatning og fuldpenion. Ved morgenmaden vil der være mulighed for at smøre frokost, som medbringes på cykelturen.

Tilbudsgiveren er: John's Turistfart, Englandsvej 10, 4800 Nykøbing Falster Tlf. 54822726 Fax. 54822724, Mail. info@johns-bus.dk, Webside www.johns-bus.dk CVR..29920095, Bank 5067-0001464258. Han er medlem af rejsegarantifonden.

Hotellet I Goslar hedder: Harz Bären med hjemmesiden: <http://www.ramada.de/hotels/ramada-hotel-baeren-goslar/willkommen.html> Opholdet er inkl. Afslapning i hotellets badeland med lille vandfald, hvilestole, brusegrotter og saunaområde. Hotellet har garage og kælder, som kan aflåses til brug for cyklerne.

Lørdag den 29. juni 2013: Turens udgangspunkt bliver formentlig Glostrup Station. I første omgang foreslås afgang imellem 06.00 og 07.00. Det kan vi formentlig skubbe til imellem 07.00 og 08.00. Der køres over Sjælland til Rødby. Vi tager færgen til Puttgarden med ankomst til Harzen sidst på eftermiddagen.

Under opholdet vil vi arrangere mindst to cykelture hver dag: En længere og hurtig og en kortere og langsommere.

Lørdag den 6. juli 2013: Hjemrejsen starter ca. kl. 09.00. Hvis det ønskes, kan der gøres stop ved en af

grænsebutikkerne før vi når frem til Puttgarden.

Prisen afhænger af deltagerantallet 29/1 er der tilmeldt 31 deltagere.

Prisen falder for alle hver gang der kommer en ekstra deltager efter følgende skema:

32:4.719,-kr., 33:4.657,-kr., 34:4.598,-kr., 35:4.543,-kr., 36:4.490,-kr. 37:4.441,-kr. og 38:4.394,-kr. (alle priser i dobbeltværelse)

Tillæg for enkeltværelse: 910,- kr.

Prisen inkluderer: Bus rejse t/r inkl. moms. Trailer til cykler - max 40 cykler, Overfart Rødby-Puttgarden, 7 overnatninger på hotel, Forplejning: morgenmad, selvsmurt frokostpakke fra morgenbordet og aftensmad. Kurtax/Bettensteuer, som er obligatorisk på 3 euro per dag per person. Omkostninger til chauffør.

Ikke inkluderet: Enkeltværelsestillæg, afbestillingsforsikring på 145,- kr. per person, drikkevarer til måltiderne og andet som ikke er nævnt

Hvis dette har interesse, så kontakt Flemming Nielsen på e-mail: [Flemming.K.R.Nielsen@mail.dk](mailto:Flemming.K.R.Nielsen@mail.dk) Eller Knud Erik Pedersen på tlf.: 30 35 28 43.



## Indlæg fra medlemmerne

### Opfordring

Bert vil gerne opfordre deltagerne i de forskellige ture til at skrive et referat, gerne med deres personlige opfattelse af turen, og gerne uopfordret.

### Er du rejselysten?

Er du rejselysten som jeg og har tiden og lysten til at opleve nære og fjerne egne af verden?

Så hvorfor ikke dele det med andre interesserede og gøre oplevelsen fælles og berigende og slå følgeskab i kortere eller længere tid.

Selv rejser jeg en del, ofte alene, men også med venner som støder til på dele af turen.

Da vi i Turcyklisterne er en meget stor gruppe af singler og rejselystne, kunne vi måske gøre brug af hinanden. Hvorfor ikke offentliggøre din næste tur for et forum som kunne blive inspireret og måske gøre dig følgeskab? Her tænker jeg vi kan etablere en slags rejseklub som er uforpligtigende, men hvor kontakten kan etableres.

Går du med en rejsedrøm du gerne vil have opfyldt, men syntes det ville være rart at have en/el. flere at dele den med kunne dette være en mulighed.

Temaerne for rejserne kunne være mange f.eks. cykle, vandre, kultur, oplevelser, studere et folkefærd osv.

Kunne du tænke dig at være med i et sådan projekt, så kontakt mig.

Knud Hofgart

### NØRD-NYT! REMTRÆK.

Efter en pause på et par år er der atter kommet lidt nyt som kan være interessant at vide. Det drejer sig om remtræk til cykler. D.v.s. tandremme af gummi med kulfiberindlæg, til erstatning af traditionelt kædetræk. Skal det nu være noget? Lad det være sagt straks: I almindelighed NEJ! I visse tilfælde JA!

Remtræk er anvendeligt i forbindelse med indvendige gear f.eks. Shimano Alfine 11 gear og Rohloff Speedhub 14 gear. Se Turcyklisten Nr. 3/2010 s. 14. Desuden til fixed-gear (fast-nav) og flip-flop – se ovennævnte s. 15. Drevet – rem plus for- og bagtandskive - vejer mindre, er lettere at rengøre og har længere levetid end tilsvarende kædetræk. Det egner sig fortrinsvis til turcykler og city-bikes.

Remmen minder lidt om de tandremme der anvendes i bilers kølesystemer. Den består af langsgående kulfibertråde og har en ribbet bagside. Tænderne er af polyurethan med en slidbelægning af nylon.

Fordele: Kræver ikke anden vedligeholdelse end vask med vand – demontering ikke nødvendig. Levetiden er mere end det dobbelte af en cykelkædes – der nævnes - over 20.000 km. Den er ikke særligt påvirket af mudder, støv og fugt (der nævnes intet om salt). Drevet er

lydløst og som nævnt lettere end kædetræk.

Ulemper: Den lukkede tandrem kræver en særlig ramme (da remmen ikke kan skilles ad må stellet have et samleled). Det kan kun anvendes til indvendige gear og single-speed cykler. Remme laves p.t. kun i 5 længder – hvilket begrænser valgmulighederne for udvekslingsforholdet –

rammestørrelsen og baggaffelenderne taget i betragtning (en excentrisk krankboks kan dog øge fleksibiliteten lidt). Rem og tandskiver er bredere end kæden. Kædelinien skal være perfekt – ikke noget med skævtræk. Remspændingen skal måles og indstilles efter om det er indvendigt gear, single-speed, samt efter rytterens vægt. Der skal være min. 10 mm frigang i baggaffelenderne inden remmen spændes. Remmen som reservedel er følsom – bør ikke bøjes, vrides eller foldes efter behag. Reserve remme og tandskiver kan ikke købes overalt som kædedrev. Pris for rem og tandskiver ca. 3.000 DKK.

Den største anstødssten er efter min mening, at rammen skal være forberedt til remtræk. Der skal i træksiden være et samleled anbragt i sadelstaget (bagstiveren) eller i kædestaget (baggaffelen). Det svækker konstruktionen. At købe et samleled og selv indbygge det er næppe tilrådeligt.

Energi: I.h.t. en belastningstest bruger et kædetræk ca. 3 watt mens et remtræk bruger ca. 4 watt. Remtrækket er således ikke mere energieffektivt. Ved nul belastning er forbruget tilsvarende ca. nul og ca. 1,7 watt. Remmens virkningsgrad overstiger først kædens ved ca. 200 watt. Til sammenligning yder en prof-rytter normal 5-600 watt.

Finn Ørssleff

Kilder: [cyclingabout.com](http://cyclingabout.com) (carbon belt drive) og [cyclingnews.com](http://cyclingnews.com)



## Grillklubmøde

**Fredag den 14. juni.**

Mødested	Bålpladsen	ved
	Kridtbjerget,	Vestskoven
Mødetid	Fra kl. 18.00	
Turleder	Flemming Nielsen	
Telefon	43 64 49 03	

I juni, juli og august, hvor vi ikke har adgang til vores sædvanlig klublokale, vil jeg arrangere grill i Vestskoven.

Grillklubmøderne vil ligesom sidste år være ved Kridtbjerget, som findes 1 km nordøst for Naturskolen og syd for Harrestrup Mose. Bus 143 har et stoppested ved Ballerupvej 18, hvorfra man kan komme til Kridtbjerget ad skovvejen Slaggevej. (Se eventuelt Krak kort side 135 G6). Der er 1 bålplads, grill samt 6 borde med bænke.

Jeg sørger for, at 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 tænder jeg op i engangsgriller i kanten af huset.

## Deadlines og udsendelse

Turcyklisten 2 2013 15. maj  
uds. primo juni  
Turcyklisten 3 2013 15. aug.  
uds. primo sept.

Turcyklisten 4 2013 15. nov.  
uds. primo dec.

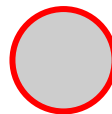
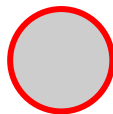


## Indholdsfortegnelse:

Kommende ture	side	3
Vintertræning	side	6
Sommertræning	side	6
Referater af ture	side	7
Ferieture	side	11
Indlæg fra medlemmerne	side	13

Hej Turcyklist.

Nu titter små gule erantishoveder op i  
haven.



Foråret  
er på vej.

Jeg vil ønske at I alle får nogle gode ture  
på cyklerne  
i de kommende måneder.

Vi ses.  
Redaktøren

## Klubaftener:

14. marts	Klubaften.
11. april	Klubaften.
16. maj	Klubaften.
14. juni	Grillklubaften i Vestskoven.



Cyklende politi i San José, Costa Rica.

## Deadline for Turcyklisten 2/2013 er 15. maj

Turbeskrivelser for ture frem til og med medio september bedes være redaktionen i hænde senest denne dato. Gerne før.

