

## Cykelture og sightseeing i sommeren 2019 for medlemmer af AIF Senior Idræt

Bemærk at alle cykelture køres om *torsdagen* og starter kl. 10.00. Turenes mødested varierer men fremgår af dagens program.

### 6. juni

Som vi plejer, starter vi med en kort tur. Vi mødes ved vores **klubhus på Stadion** og kører en tur i nærområdet. Turen går via **Risby** og **Vikingelandsbyen** ad en del af **Kringelstien** til afslutningen ved **Klubhuset**.

Ved klubhuset spiser vi vores medbragte madpakker. Husk drikkevarer – vi serverer kaffe efter maden. **Turen er ca. 15 km.**

### 13. juni

Vi mødes ved **Klubhuset** og kører forbi **Herstedhøje** til **Sommerbyen Ejby**. Derfra går turen langs **Harrestrup Å** til **Damhusengen**. Nu skal vi til **Heerups Museum i Rødovre**, hvor vi spiser vores medbragte madpakker.

Turen retur til **Klubhuset** – går forbi **Rødovre Centrum** og videre af **Supercykelstien**.

**Turen bliver ca. 20 km.**

### 20. juni

Dagens mål er **Smørmosen/Fedtmosen**, som er et grønt område i **Herlev Kommune**. Vi håber på at kunne spise de medbragte madpakker her. Denne nye tur udgår fra **Stadion** og er vel på **omkring 30 km**. Pitstop på hjemturen ved **Naturcenter Herstedhøje**.

### 27. juni

Det er dagen, hvor vi skal nyde de traditionelle **Matjes-filetter** med nye kartofler i **klubhuset**. Dette herlige traktement, der som vanligt består af sild, kartofler, løg, brød, smør, en øl, en snaps, kaffe og kage koster i alt **85 kr.** På vore 3 første cykelture vil det være muligt at tilmelde sig – samt ikke mindst at betale – **til Bent eller Inger**. Inden vi nyder alle herlighederne, og ikke mindst det hyggelige selskab, skal vi samle lidt appetit.

Vi mødes ved **Tunnelrøret**, hvorfra vi kører omkring **Vallensbæk** og **Tranegilde Mose** – med ophold ved **Bredkærgaard**. På vejen hjem mod **Klubhuset** kører vi gennem **Ishøj Dyrepark**. **Turen er ca. 20 km.**

### 4. juli

**Kong Svends Høj** er dagens tema. Vi mødes ved **Stadion** og cykler herfra mod **Smørumnedre**. Pitstop undervejs ved **Smørum Kirke**. Den medbragte madpakke indtages ved **Højen**, og hertil skal man huske et tæppe. Vi satser på en kop kaffe på hjemturen i **Klubhuset**. **Turen er ca. 25 km.**

### 11. juli

Turen går fra **P-pladsen ved Føtex** mod **Valbyparken**, hvor vi skal se på blomster, inden vi besøger **Restaurant Suset** i **Hvidovre Havn**. Her kan vi købe 3 gode håndmadder, 1 øl og 1 snaps for **89 kr.** Hjemturen går via **Strandkiosken Mandalay**. **Turen er på ca. 40 km.**

### 18. juli

Vi cykler i dag over broen til **Kalvebod Fæled** og **Naturcenteret** her, hvor vi vil indtage de medbragte og solide madpakker. Denne inddæmmede del af byen, som faktisk ligger under havets overflade, er et spændende grønt område. Opstart ved **Føtex P-plads**. **Turens længde ca. 45 km.**

### 25. juli

Turen går i dag via **Ishøj Dyrepark** til **Køge Bugt**. Turen går til **Arken**, hvor der er mulighed for en dukkert i **Øresund**. Frokosten, der består af 3 stk. smørrebrød, 1 øl og 1 snaps for **kun 85 kr.**, nydes i **Restaurant Kabyssen**. Vi mødes ved **tunnelrøret** og **kører vel ca. 20 km.**

### 1. august

Fra **klubhuset** går turen gennem **Sengeløse** til **Cathrineberg**, der er det eneste gods i **Høje-Taastrup Kommune**. Hjem gennem **Vridsløsemagle**, til **Kroppedal**, hvor vi spiser de medbragte madpakker. Retur til **Klubhuset**, hvor vi kan nyde en kop kaffe. **Turen bliver vel nok på 30 km.**

### 8. august

Vi cykler ind over **Glostrup** til **Vestvolden**, **Avedøre Landsby** og videre til **Brøndby Havn**, hvor vi i **Restaurant Albatrossen** kan få 3 håndmadder, 1 øl og 1 snaps for **kr. 85,00**. Vi mødes ved **Manden i Badekarret** ved **Albertslund Station**. **Turen er ca. 25 km.**

### 15. august

Vi tropper i dag op ved **tunnelrøret**, under **jernbanen**, og cykler over **Tranegilde** til **Firemileskoven**, hvor vi spiser de medbragte madpakker. Herfra videre til **Karlstrup Kalkbrud**, og vi skal da rundt om søen. Hjemturen foregår over **Karlstrup** til **Køge-Taastrup Landevejen**. Der bliver mulighed for at indtage en forfriskning ved **Møllebækkens Købmandsgaard**. **Turen bliver på 35 - 40 km.**

### 22. august

Vi kører fra **Bakkehuset** mod **Mosedede Fort** og runder stranden, hvor vi gør et pitstop. Så kører vi mod **Greve Marina**, hvor vi skal besøge **Restaurant Mågen**, her skal vi sætte tænderne i 3 stk. smørrebrød, 1 øl og 1 snaps til **kr. 85,00**. På vejen hjem kører vi langs stranden. **Turen er ca. 35 km.**

### 29. august

Så er vi nået til **cykelsæsonens sidste tur**. Fra **Klubhuset** kører vi en dejlig tur rundt i vores skønne omegn og slutter ved tilbagekomsten af med smørrebrød. Arrangementet koster **85 kr.**, men så sørger vi også for 3 stk. smørrebrød, øl, snaps, vin eller sodavand og ikke mindst kaffe med kage. Fra og med den **8. august** vil det være muligt at tilmelde sig – samt ikke mindst at betale – **til Bent eller Inger**.

**Cykelturen er på ca. 15 km**, idet vi kører omkring **Pometet** og **Snubbekors** med pause ved **Kroppedal**.

### OBS !

Man kan på alle ture altid medbringe en madpakke og dermed spare udgiften til restaurant-besøg.

Vi forbeholder os ret til at ændre i turene, ikke mindst på grund af mange anlægsarbejder med jernbane og motorveje.

### På gensyn:

Bent Rasmussen  
Mobil 60 10 49 91  
Tlf. 43 64 49 91

Inger Kristensen  
Mobil 23 67 21 40

