

# Cykelcaféen – 2024 – 2. kvartal

## Indhold

Cykelcaféen 24.-6.-2024 .....	1
Cykelcaféen 17.-6.-2024 .....	2
Cykelcaféen 10.-6.-2024 .....	3
Cykelcaféen 3.-6.-2024 .....	4
Cykelcaféen 27.-5.-2024 .....	5
Cykelcaféen 13.-5.-2024 .....	6
Cykelcaféen 6.-5.-2024 .....	7
Cykelcaféen 29.-4.-2024 .....	8
Cykelcaféen 22.-4.-2024 .....	9
Cykelcaféen 15.-4.-2024 .....	9
Cykelcaféen 8.-4.-2024 .....	10

## Cykelcaféen 24.-6.-2024

Så skete det igen på en dag med sol og varme: Sommerferie i cykelcaféen.

Som sædvanlig i madpakkehuset ved Kridtbjerget, grillen var tændt og ventede bare på at deltagerne skulle dukke op.

38 deltog i turen gennem Vestskoven, og tre gæster kom til senere og kort tid senere duftede det lifligt af pølser, bøffer og hvad der ellers egnede sig til at blive grillet.

Mennesket lever ikke af kød alene, så der var også et passende udvalg af vin, vand og juice, så tørsten kunne blive slukket efter hver enkelts smag.

Senere kom chokoladeæsken frem og der var rigeligt af det, passende til den medbragte kaffe.

En kur efter en sygdom kan medføre mærkelige oplevelser, lige pludselig dukkede der ud af det blå adskillige dåser tysk øl op til fri benyttelse.

Det fik blandt andet en rickshaw fra *Cykling uden Alder* glæde af, en pilot fra Albertslund med passager lagde vejen forbi, og begge kunne lække sig med en kølig øl.

Til sidst skal vi huske at takke dem der sørger for at cykelcaféens arrangementer altid er en succes, dem der laver turene og dem der sørger for at der er vin, chokoladekage og hvad der ellers forsøder livet.

## Cykelcaféen – 2024 – 2. kvartal

Tak til Lillian, Kurt, Flemming, Frode og Bente og Anne og mig selv sagde hunden, men lige så vigtigt alle de glade mennesker der gider at komme hver mandag uanset vind og vejr.

Der er nogle enkelte personer jeg ikke vil nævne for så bliver de bare alt for høje i hatten, de ved selv hvem de er, men uden dem ville livet være kedeligere.

P.s. jeg ved ikke om der er noget der hedder en sommerdepression på grund af tvungen cykelpause, men der er en kur der hedder Flemming. Han arrangerer ture de næste tre mandage med start samme tid og sted, men uden kaffe og kage. Han holder en pause undervejs så hvis det skal benyttes til at drikke kaffe må i selv tage den med.

God sommer til alle, vi ses den 12. august til sæson 13.

### Cykelcaféen 17.-6.-2024

Næstsidste tur i denne sæson. På mandag fester vi i Vestskoven med grill og vin. Turen i dag gik rundt om Søndersø og flyvestationen, en lille pause ved vingen uden flydende fristelser, men med hyggelig snak.

Gennem Jonstrup og Jonstrupvang til dejlig kaffe og kage til.

Vi fik tilbagelagt 18 km under Frodes ægide.

Som sagt på mandag begynder ferien for nogle af os. Flemming og Erik har besluttet sig for at fortsætte med mandagsturen, dog uden Lilians kage og kaffe på Baghuset.

De af vores gamle venner der ikke cykler mere, kom gerne og hils på.

Flemming sørger for at grillen er klar kl. 11.00. Vi cykler en lille omvej inden. Husk grillmad og kaffe, vi sørger for det flydende og det søde, husk også at tage glas med, sugerør er ikke tilladt selv om et kvindemenneske foreslog det.

En rettelse til sidste uges referat: en af de unge damer der fristede med gyldne dråber i mandags, hedder ikke Bente men Ingelise. Der er flere af det gode danske navn Bente, men hun er ikke en af dem.

På min skovtur i går deltog tre personer, og vi fik en god og anstrengende oplevelse ud af det med masser af skov, bakker og kage hos Ganløsebageren.

## Cykelcaféen – 2024 – 2. kvartal

Vi fik kørt 41,9 km, og der går rygter om at jeg var træt og udmattet. Jeg kan kun bekræfte at det stemmer.

Det hænder selv for en der tror at han stadig er Superman.

Til dem ikke kommer på mandag: god ferie vi ses igen den 12. august.

P.S. der var 35 deltagere.

### Cykelcaféen 10.-6.-2024

Storm P. siger: alle taler om vejret, men ingen gør noget ved det.

Det er rigtigt, men eftersom det betyder så meget især for en cykeltur kan det ikke undgås.

Solen skinnede, og de truende skyer skulle en anden vej end jeg havde planlagt, så jeg med 4 æsker småkager købt på tilbud hos Meny og 37 andre. besteg vi cyklerne og begav os ad Skovvej, Kildesvinget, Jonstrup, Værløse flyveplads til Tingstedet, hvor vi i dag drak vores kaffe.

Ved samme lejlighed blev vi inviteret til to fødselsdage. To unge damer -Birgitte og Bente og som de kloge piger de er - havde de naturligvis medbragt noget som alle kunne lide.

To nye deltagere - Lone og Morten - syntes vist godt om det, så vi regner med at se dem igen.

Hjemturen gik ad Søndergårdsområdet, Jespers sti til Pederstrup og selv om jeg har to sidespejle på min cykel opdagede jeg ikke at vi var en fortrop på bare 8 personer, derfor gik resten glip af et møde med Elvis.

Erik er vistnok Elvisfan og har talt meget om ham, så jeg syntes at jeg var nødt til at vise ham skulpturen.

Da Frode var sidstemand i dag, er jeg sikker på at alle kom godt hjem.

Turen blev på 16 km.

Sidste nyt: i torsdags blev modtagerne af Borgermio. offentliggjort på rådhuset, og der blev givet penge til et madpakkehus på Skovlunde flyveplads, til Skovlunterne, og penge til diverse biodiversitetsprojekter, steder som vi alle får

## Cykelcaféen – 2024 – 2. kvartal

fornøjelse af på vores ture rundt i kommunen.

På mandag bliver alt som det plejer at være med kaffe og kage i Baghuset.

Den 24. juni holder vi som traditionen byder sommerafslutning ved Kridtbjerget i Vestskoven.

Vi griller, drikker lidt rødvin, og får sikkert også noget sødt til kaffen som vi selv medbringer. Det gælder også det vi vil lægge på grillen.

### Cykelcaféen 3.-6.-2024

Det er første gang at jeg er ked af at skrive det ugentlige referat.

En tur i solskin begyndte desværre på en måde jeg heldigvis aldrig har prøvet før. Normalt plejer jeg at byde nye cyklister velkommen, men denne gang var jeg tvunget til at bede en deltager om at forsvinde.

Jeg vil ikke gå i detaljer, alle ved nok hvem der er tale om. Jeg synes vi har været meget tålmodige, men en episode ved Kridtbjerget den 20. maj gjorde udslaget, det kan ikke være meningen at man skal føle sig truet eller være bange for at deltage i cykelcaféens ture.

Jeg havde henvendt mig til de ansvarlige myndigheder og forklaret vores problem og det begyndte godt, men blev alligevel i sidste ende mit problem, det var ret skuffende.

Nu til det der er formålet med cykelcaféen. Det er at lave gode ture og nyde det gode sociale samvær, og det fik vi trods alt til sidst.

Carl-Erik var ansvarlig for turen den 27. men havde ikke allieret sig med vejrguderne, selv om han havde trylledrik med, hjalp det ikke på vejret. Det regnede så meget så selv om vi stod i læ, måtte vi holde hånden over de små glas for ikke få fortyndet de gyldne dråber.

I dag var det blevet meget bedre. Om han havde bedt aftenbøn ved jeg ikke, men turen blev både udfordrende og spændende. Vi fik også trylledrik, men først måtte vi bestige et bjerg vi havde ikke overlevet, hvis Kurt ikke havde haft

## Cykelcaféen – 2024 – 2. kvartal

førstehjælpstasken med.

På vejen hjem fik vi hilst på Belle, Magda, Malene og hvad de unge damer ellers hed.

Hvis nogle af deltagernes koner læser med, må jeg hellere tilføje at det er firbenede damer der her er tale om.

Glostrup kommune har Alpakaer gående på et grønt område i Ejby.

40 var med på turen og vi fik kørt 15 km.

For øvrigt var det ikke problemfrit at få kaffe på Baghuset. Takket være en større ombygning var der ingen vand i hanerne, så kaffen blev brygget på Danskvand, men den udfordring klarede vores damer alligevel.

Til gengæld har de alle meldt afbud på mandag, så traktementet kommer til bestå af hjemmelavet kaffe og købte småkager.

Det kommer til at foregå udendørs, men fra pålidelig kilde ved jeg, at der også vanker trylledrik den dag.

Til Lilian, Bente og Anne ønsker vi god ferie.

### Cykelcaféen 27.-5.-2024

Regn og torden.

Det er dagens overskrift. Alligevel dukkede 39 cyklister op til en tur under ledelse af Carl Erik.

Vejrudsigten sagde byger i løbet af eftermiddagen, men det holdt ikke stik. Medens vi søgte læ under træerne ved Ejby mose, begyndte skybruddet og torden, men i stedet for at miste modet kom et vers mig i hu:

En lille en om morgenen  
er noget der kvikker op,  
den får blodet til at rulle,  
får humøret helt i top.  
Den varmer og den styrker,  
den gør sjælen frisk og ren.

## Cykelcaféen – 2024 – 2. kvartal

Nej der er ingenting der hjælper,  
som at ta én lille en.

Det gjorde vi. Carl Erik var ikke kun turleder, han medbragte også det som verset drejer sig om.

Desværre betød regnen også at Carl Erik's tur gik i vasken, men han gentager turen på mandag og så håber vi på bedre vejr.

Efter det lille intermezzo, enedes vi om at finde nærmeste vej hjem. Det betød så til gengæld at folk faldt fra, eftersom de nærmede sig deres bopæl,

Så det var en begrænset skare der endte i Baghuset. Igen var der andre der havde booket lokalerne, men de var samarbejdsvillige, så vi fik vores kaffe og kage og forlod lokalet i tide.

Hjem til et varmt bad og tørt tøj, så var man som en nyfødt.

Mandag den 10. juni kommer til at stå i nostalgis tegn. Da vi begyndte i 2012, havde jeg købt nogle småkager til kaffen som sundhedshuset gav.

Nu giver sundhedshuset ikke mere kaffe, den må vi selv sørge for.

Det samme gælder den 10. Vi tager selv kaffe med og jeg køber småkager, til gengæld bliver det gratis.

Turen blev på trods på 15 km.

### Cykelcaféen 13.-5.-2024

Efter en krævende tur i går med bakker og alligevel en god oplevelse takket være et godt selskab med sol og varme, fortsatte de gode takter med 43 deltagere i dag. Det stod i min lod at lede turen, og jeg håber ikke at det er begyndende demens der er årsag til, at jeg to dage i træk glemmer at følge de planer jeg havde lagt hjemmefra.

Deltagerne påstod begge gange at det havde været en god tur, så det trøster mig. Søndagsturen skulle have været en spændende tur til København, men vores guide var desværre blevet syg, så det blev en tur ud i det grønne, og det er der

## Cykelcaféen – 2024 – 2. kvartal

masser af i øjeblikket alle vegne, og grønt er godt for øjnene.

I dag var Baghuset optaget, så det blev til kaffe og kage i det fri, og der er Kridtbjerget en god løsning, især når vejret er som i øjeblikket. Vi kørte rundt om Svanesøen og endte på Harrestrupvej som var den oprindelige plan, videre gennem Vestskoven forbi Hakonsøen, hvor der var flere der troede at der var en forfriskning, for det plejer der at være der.

Det var ikke tilfældet i dag, det var bare en del af turen.

Vi holdt en lille pause ved Herstedhøje Naturskole, der er der mulighed for at komme på toilettet. Da det var overstået, fortsatte vi til målet og nød vores medbragte kaffe og Lilians lækre kage.

Søndagsturen blev på 39 km, og i dag blev det 17 km.

Husk da det er pinse næste weekend kører vi først igen den 27. maj.

God pinse til jer alle.

Et lille bon mot af Storm P.

Hvis man er glad og tilfreds, er det ens egen skyld, der er nok at være ked af!!

### Cykelcaféen 6.-5.-2024

Kun 29 cyklister havde mod på en tur, mon det var vejret der var årsagen til det minimerede fremmøde?

Det er da ikke første gang at det er gråvejr og småregn, nå bortset fra det kastede vi os ud i det og fik en god tur ud af det.

Det var tungt at køre på de våde stier i Vestskoven så nogle dage med sol og varme er nødvendige før det bliver aktuelt igen.

Der var planlagt to pitstop i dag og den første blev ved gadekæret i Risby, Jørgen fra Måløv serverede den første forfriskning, den næste blev indtaget ved Kridtbjerget og doneret af Anni, efter snakken og glade grin faldt de begge i god jord.

Bente stod i dag for forplejningen og det var perfekt som sædvanlig.

## Cykelcaféen – 2024 – 2. kvartal

Vi fik tilbagelagt 16 km.

**VIGTIGT:** På mandag er Baghuset optaget så det bliver kaffe i naturen.

**HUSK:** kaffen.

Turen til København er udsat til senere i år, men vi mødes alligevel på søndag den 12. kl.10.00 på Banegårdspladsen.

Hvor turen går hen, er en hemmelighed også for mig.

Vi ses.

Til slut et lille digt om  
overmod.

En lygte stod og lyste  
i bred og festlig glans,  
mens hist på himlen smilte  
de evige stjerners glans.

”Gad egentlig vidst,” sagde lygten  
og stirrede i det blå,  
hvad de småfyre tænkte deroppe,  
da de første gang mig så!

Gustav Wied.

### Cykelcaféen 29.-4.-2024

Efter at jeg havde tilbragt en cykeluge i Vestjylland, var det dejligt at komme hjem til sol og varme. Frode var ansvarlig for turen i dag, og der var igen overraskelser til mig. Jeg ved ikke hvordan Frode finder steder hvor vi ikke har været før, men det er forfriskende at han gør det.

44 deltog i en tur ad Lundegårdsstien over Jonstrup vej ad stien mod Brandmosevej, Frederikssundsvej pause ved Tingstedet, igen med forfriskninger



## Cykelcaféen – 2024 – 2. kvartal

som var perfekt til lindring af den forkølelse jeg fik reddet mig i Jylland. Efter pausen gennem Måløv Bypark med nyplantede kirsebærtræer, Gershøj, Jungshøj vej, Bringevej til Flyvestation Værløse. Dernæst Jonstrup, Jonstrupvang vej gennem Tyskerleddet og Jonstrupvang til Skovvej og hjem til Kaffe og Kage. I alt 16 km.

Efter turen blev jeg og Frode begavet med en flaske vin af en glad deltager, jeg vil kalde hende Vikingekvinden. Hun har i hvert fald været model til en bog hendes bror har skrevet og tegnet om vores glorie fortid.

### Cykelcaféen 22.-4.-2024

46 deltog i en kold tur for at se på nye indikeringslamper ved supercykelstien i Egebjerg.

Et pitstop på Tingstedet i Måløv var på programmet, hvor Hans og Bjarne diverterede med noget varmt.

Pederstrup blev besøgt på hjemvejen for at se på nyfødte lam, og så direkte tilbage til kaffe og kage.

Turen blev på 14 km.

### Cykelcaféen 15.-4.-2024

Jeg tror at cykelcaféen er født under en heldig stjerne, igen en dag med sol og ingen vind.

For første gang i meget lang tid vovede vi os i skoven, og det blev en god oplevelse, masser af anemoner, nye borde og bænke og to dejlige damer, der havde sørget for noget humørvand.

På Sletten var en enkelt bøg sprunget ud, og birken var på nippet til det samme, det kunne ikke være bedre.

38 deltog i udflugten som var efter princippet: hvad der går op går også ned, vi tog opturen først og nød nedturen på vej hjem til kaffe og kage.

Vi fik kørt 17 km.

## Cykelcaféen – 2024 – 2. kvartal

P.S. Vi har fået en ny venskabsby Brandenburg an der Havel, der er nogen der har foreslået at der arrangeres en tur derned for cyklister.

Der er ikke fastlagt noget endnu, men man vil gerne vide om nogen kunne tænke sig at deltage.

Jeg tror det kræver en vis interesse inden man fortager sig noget, tænk over det og giv mig besked.

Området er meget grønt og der er mange søer.

### Cykelcaféen 8.-4.-2024

Frode som var guide i går overraskede mig og flere andre ved at vise os et område i Lautrup hvor et nyt boligområde var skudt op.

En blanding af kollegier til de studerende på DTU og privatboliger. Jeg synes at det er fascinerende at se den diversitet der er lagt vægt på.

Etageboliger og parcelhuse og rækkehuse, og når man sammenligner med hvad der blev bygget i 60'erne gør det et meget bedre indtryk.

Nå nok om det, en fødselsdag skulle fejres og det foregik i Harrestrup Ådal.

Solen skinnede i dagens anledning og snakken gik lystigt blandt de 39 deltagere

Verden ser altid lysere ud når man er blandt glade mennesker

og vejret gør det ikke dårligere.

Kaffen ventede og efter pausen gik turen direkte tilbage til Baghuset.

Vi tilbagelagde 14 km.