

Cykelcaféen – 2025

Indhold

Cykelcaféen 29.-12.-2025	2
Cykelcaféen 22.-12.-2025	2
Cykelcaféen 15.-12.-2025	3
Cykelcaféen 8.-12.-2025	3
Cykelcaféen 24.-11.-2025	4
Cykelcaféen 17.-11.-2025	5
Cykelcaféen 10.-11.-2025	6
Cykelcaféen 3.-11.-2025	6
Cykelcaféen 27.-10.-2025	7
Cykelcaféen 20.-10.-2025	7
Cykelcaféen 13.-10.-2025	8
Cykelcaféen 6.-10.-2025	9
Cykelcaféen 29.-9.-2025	9
Cykelcaféen 22.-9.-2025	10
Cykelcaféen 15.-9.-2025	10
Cykelcaféen 8.-9.-2025	11
Cykelcaféen 1.-9.-2025	11
Cykelcaféen 25.-8.-2025	12
Cykelcaféen 18.-8.-2025	12
Cykelcaféen 15.-8.-2025	13
Cykelcaféen 30.-6.-2025	14
Cykelcaféen 23.-6.-2025	14
Cykelcaféen 16.-6.-2025	15
Cykelcaféen 9.-6.-2025 pinse	16
Cykelcaféen 2.-6.-2025	16
Cykelcaféen 26.-5.-2025	17
Cykelcaféen 19.-5.-2025	18
Cykelcaféen 5.-5.-2025	18
Cykelcaféen 28.-4.-2025	19
Cykelcaféen 14.-4.-2025	20
Forårsturen søndag den 13. april.....	20
Cykelcaféen 7.-4.-2025	21
Cykelcaféen 31.-3.-2025	22
Cykelcaféen 24.-3.-2025	22

Cykelcaféen – 2025

Cykelcaféen 10.-3.-2025	22
Fastelavn 2.-3.-2025	23
Cykelcaféen 3.-3.-2025	23
Cykelcaféen 24.-2.-2025	24
Cykelcaféen 17.-2.-2025	24
Cykelcaféen 10.-2.-2025	25

Cykelcaféen 29.-12.-2025

Igen i dag en dejlig tur ledet af Anne, solen skinnede og vi kom igennem tre kommuner Ballerup, Furesø og Herlev, så vi kom langt omkring.

Skovvej, Syvendehusvej, Månedalen, Kaj Ørgaard stien videre ad Fægyden, ring4 og endte ved Pæremosehavn, hvor vi holdt kaffepause.

Der blev også i dag diverteret med både vådt og tørt. Noget var meget tørt men det gled da ned godt hjulpet på vej af de gyldne dråber.

Der deltog 13 og distancen da jeg var hjemme 19,5 km.

Næste mulighed for at få luftet håret bliver 1.-1.-2026.

Mødested Ballerup station ved Biblioteket kl. 10.00.

Den 5.-1.- 26 begynder sæson 14.

Cykelcaféen 22.-12.-2025

Selvom cykelcaféen holder juleferie, ligger aktiviteten ikke stille. Anne tilbød at arrangere ture, og tilslutningen var god. 17 deltog i en spændende tur til steder som hun har besøgt i sine yngre dage.

Turen endte i Lille Harreskov ved den nye bålplads, hvor Anni holdt sjattegilde, og Anne lokkede med chokolade, der var ingen protester.

Det var ikke kun os der var i skoven. Valdes Træ fra julekalenderen - også kaldet Skrædderen - tiltrak mange forældre med børn.

Da jeg var hjemme, havde jeg kørt 18 km.

Cykelcaféen – 2025

Cykelcaféen 15.-12.-2025

Vinteren lader vente på sig, men julen er på vej og det kunne mærkes på Cykelcaféens sidste tur i år, der var julestemning med julestjerner på bordene. Anne havde bagt kokosmakroner, der var chokolade fra Spangsberg og Bjørn diverterede med julemusik på klaveret.

Traditionen tro blev der uddelt julegaver til de fantastiske mennesker der sørger for vores velbefindende, når vi vender hjem fra turene.

Vi kan bare sætte os ved bordene, så kommer kaffen og kagerne som Lilian bager hver mandag morgen. Skulle hun blive forhindret træder Bente eller Anne til. Valde og Anne hjælper med at lede ture. Det er særlig jeg glad for, idet jeg det sidste år har været udfordret personligt og derfor ikke været så aktiv som jeg plejede at være.

Til slut vil jeg ønske Glædelig Jul og Godt Nytår til alle de gode mennesker der hver mandag dukker op ved Sundhedshuset og spreder smil og glæde omkring Cykelcaféen.

Der deltog 33 i turen, der blev ledt af Valde og vi fik kørt 14 km.

Hvis nogen oplever abstinenser i juledagene, bliver der mulighed for en frisk tur den 1. januar kl.10.00 med start på Banegårdspladsen/Biblioteket.

Ellers begynder det nye år den 5. januar. Det 14. år i cykelcaféens historie.

Cykelcaféen 8.-12.-2025

Næstsidste tur i 2025 undertegnede var turleder 35 cyklister fulgte mig.

I betragtning at vi skriver den 8. december den første vintermåned så gjorde 9,5 gr. varme mere indtryk af efterår.

Jeg ved ikke om gårsdagens gløgg og æbleskiver havde gjort at den planlagte tur blev til noget andet, eller om de forbandede vejarbejder var skyld i det, men efter adskillige forhindringer lykkedes det at nå til Skovlunde. Vi er heldigvis med et moderne ord på trods af vores alder omstillingsparate.

Cykelcaféen – 2025

Torvevej 19 har mange gange lagt lokaler til vores aktiviteter. Også i dag hvor den medbragte kaffe og Lilians kage vederfaredes retfærdighed.

Ikke nok med det en ældre herre på 89 havde valgt i anledning af sin fødselsdag at donere fløde til kaffen, der var både fløde fra Bornholm og Julemanden plus 1-Enkelt med ukendt oprindelse, man kunne tydelig smage de forskellige foderstoffer kørerne var blevet fodret med.

På mandag den 15. bliver det igen Baghuset der lægger lokaler til, og eftersom julen nærmer sig, kan det godt være at det bliver lidt jule.

Gløgg og æbleskiver havde i går tiltrukket 27 glade cyklister og de fortærede en masse æbleskiver og 12 l. gløgg og eftersom alle dukkede op til dagens tur, havde ingen taget skade.

Pakkelegen blev også afviklet med succes. Ikke alle fik en gave med hjem, men underholdningsværdien var stor.

P.s. efter en forhåbentlig glædelig jul begynder vi det nye år med en frisk cykeltur den 1. januar.

Startsted Ballerup Bibliotek/ stationspladsen kl. 10.00.

Cykelcaféen 24.-11.-2025

I dag var det de danske vikinger der var samlede ved sundhedshuset, det var nemlig blevet vinter med kulde og sne.

Kun 20 af dem, man må gå ud fra at resten hyggede sig under den varme dyne.

Det krævede også lidt overvindelse at åbne øjnene, men da man først var kommet op på cyklen, blev det alligevel en god dag.

Helt uddramatisk forløb det ikke. Der var kørespor på skovstierne, som var ubehagelige at køre på, og et enkelt styrt blev det også til. Heldigvis uden alvorlige følger.

Det begrænser vores muligheder for at komme i skoven, men sikkerheden er vigtigere end noget andet, og selvom det er svært at indrømme det, er klientellet i cykelcaféen blevet ældre på de 13 år der er gået siden starten.

Ikke nok med det, turlederen er også åbenbart begyndt at få problemer med hukommelsen, og det er ikke nyt, nu har han 2 gange ud af to muligheder valgt den forkerte bro over Frederikssundsmotorvejen.

Samtidig ser det ud til at uanset hvor vi kører, kommer vi ud for vejarbejde, så

Cykelcaféen – 2025

kan man naturligvis glæde sig over at vi har råd til det i lille Danmark.

Nå, nu ikke mere snak. Alt endte godt. Der var Lilians hjemmelavede æblekage og varm kaffe på kanden da vi kom frem til sundhedshuset.

Vi kunne glæde os over at Mogens var der, og det var heldigt, han holder nemlig meget af æblekage. Det er der for øvrigt også flere andre der gør, jeg lagde mærke til en der spiste 4 store portioner.

Man må formode at der var flere der var i samme situation, eftersom der var lavet æblekage til 35, og vi var kun 20 +2 gæster.

P.S. de næste to mandage den 1. og den 8. december bliver kaffen indtaget i Skovlunde husk at medbringe jeres egen kaffe.

Den 15. er den sidste gang i år og det foregår igen i Baghuset.

Søndag den 7. er der Gløgg og Æbleskiver i Skovlunde.

Vi vil gerne have en tilbagemelding hvor mange der kommer, så giv besked på mandag til Lilian eller mig.

Det er pinefuldt at se på sine egne problemer og vide, at man selv og ingen anden har skabt dem.

Sofokles.

Cykelcaféen 17.-11.-2025

Den første nattefrost efter 8 måneder, og medens cyklister i København væltede på grund af glatte veje, kunne cykelcaféen i Ballerup tilbyde en tur i dejligt solskin og sikre veje.

31 deltog i en tur over Herstedøster, Risby, Ledøje Smørum til Ballerup.

Det bød ikke på de store oplevelser, men vi fik da set klimaparkens udvikling på den tidligere Baltorp plæne. Det bliver spændende at se resultatet til foråret.

Alle var alligevel tilfredse med turen og vi fik tilbagelagt 19 km.

Og kaffen var varm og kagen et mesterværk.

Husk gløgg og æbleskiver den 7. december. Tilmelding nødvendig.

Cykelcaféen – 2025

Der er også ændringer den 1. og 8. december, begge dage indtager vi kaffen i Skovlunde.

Nærmere følger.

Cykelcaféen 10.-11.-2025

Lad mig begynde med en opfordring: efter et par episoder af færdselsmæssig art de seneste to mandage, husk på at vi repræsenterer alle cyklister og at færdselsloven også gælder for os i cykelcaféen.

I dag var det Valde der var turleder og som sædvanlig meget afvekslende. Vi er på det 13. år med ture i Ballerup og omegn, men alligevel lykkes det at finde steder vi ikke har været før. Det er en hård konkurrence at være udsat for.

Vi andre prøver at gøre det så godt som muligt, men griber ofte til de gammelkendte steder.

36 cyklister deltog i dag +2 gæster til kaffen, der som sædvanligt blev ledsaget af en delikat kage.

Vejret artede sig godt og distancen blev 16,5 km.

Cykelcaféen 3.-11.-2025

Jeg synes selv at jeg er et roligt gemyt, men nu kan jeg ikke holde min utilfredshed i ave.

Søndag kørte jeg en tur med min datter for at finde en spændende tur til cykelcaféen mandag. Det blev en kedelig oplevelse, først Skovvej et vaskebræt at køre på efter at fjernvarmen var etableret.

Man kaster bare noget asfalt på cykelstien for at dække de huller der er tilbage efter at arbejdet er færdig.

Cykelstien er ikke fejet for våde blade så man ikke kan se hvor cykelstien ender og hvor grøften begynder, videre til Harreskovby med mere vejarbejde, cyklister og fodgængere skal deles om en række knækkede fliser ud for Rema 1000.

Vi vender om og kører tilbage til Værløse, og ser at Hejrebakken stadig er en grusvej, efter vejarbejde er færdig. Jeg har kørt der flere gange i et år siden at

Cykelcaféen – 2025

arbejde er færdig.

Dobbeltrettede cykelstier bliver oprettet på cykelstier der er for smalle, både på Ballerup Byvej og Skovvej uden problemer, men den dobbeltrettede cykelsti på Ågerupvej kan ikke forlænges 100 meter for at sikre cyklister der kommer fra Ledøje en sikker krydsning med den undskyldning at den er 10 cm for smal. Jeg tror at det mindst er 20 år siden jeg kørte derud med Hella Tiedemann og den daværende kommunaldirektør som sagde ja det er da ikke noget problem det ordner vi, vi forlænger den til indkørslen til Stuve Højgård.

Jeg har besluttet at jeg ikke har lyst til at bruge resten af mit liv til at være sammen med sure gamle mænd og nu er jeg selv faldet i grøften, den eneste undskyldning jeg har at det trods alt vedrører mig.

Nå men nu til noget mere glædeligt cykelcaféen mandag morgen, det er altid en fornøjelse at mødes med glade mennesker der ser frem til en cykeltur, og det var min tur til at lave en tur, og på trods af at det ikke blev hvad jeg planlagt fik vi alligevel en tur i solskin på 16 km.

33 deltog og kunne samtidig glæde sig over Flemmings fødselsdag.

Cykelcaféen 27.-10.-2025

Vejrguderne holder hånden over cykelcaféen. En hel uge med gråvejr, blæst og regn, og så kommer mandagen med sol!!

I dag var der igen udsigt til en Valdetur og som sædvanlig ubeskrivelig. Dvs. bortset fra at vi var i Ballerup-Herlev og Glostrup kommune, er det ikke nemt at beskrive hvor vi kørte, men det var meget afvekslende.

Vi fik set den del af Letbanen der først bliver klar til sommer, holdt en pause i Ejby, hvor gadekæret var ved at blive rensat for grøde og siv.

Hjemturen gik gennem det gl. Skovlunde til kaffe og kage.

34 deltog og vi fik kørt 19,5 km.

Cykelcaféen 20.-10.-2025

Vejret er stadig med os. Efter en søndag med sol og varme der fulgte os hele vejen til Mågen hvor 15 cyklister nød den obligatoriske Sejlerfrokost,

Cykelcaféen – 2025

og på trods af meteorologerne truede med regn og rusk, fortsatte det gode vejr også mandag, hvor Anne stod for turen. Hun viste os vej til et nyt sted velegnet til fremtidige muligheder for pitstop.

I lille Harreskov er der blevet etableret en bålplads med to sheltere og senere et multitoilet. Om det er Skovvæsnet eller Værløse kommune ved jeg ikke, men det er en fornuftig måde at bruge vores skattepenge på.

Vi fortsatte gennem skoven mod Skovvej og Jonstrupvang vej videre mod flyvestationen og en rastestation, hvor vi kunne fejre Jørgens fødselsdag.

Efter pausen begav vi os på hjemvejen og nåede Baghuset kl. 11.30 med god tid til kaffe og kage.

36 deltog og vi fik kørt 16 km.

Tak til alle jer der gør det til en fornøjelse at være sammen med jer hver mandag.

Cykelcaféen 13.-10.-2025

En mindeværdig dag i cykelcaféens historie, dagen begyndte med et besøg foran Ballerup Rådhus.

Årsagen cykelcaféen har deltaget i en konkurrence mellem Ballerup og Brandenburg an der Havel.

Der var tre kategorier at konkurrere i og Cykelcaféen vandt den ene.

Præmien er 10.000.- og hver deltager havde kørt 219 km.

Morten stod for turen i dag, og på vejen fik vi set hvor de havde planer om at anvende deres andel af borgermio. Det blev en både ny og spændende og lang tur.

Vi var i en stor del af Herlev, forbi Fedtmosen og Smørmosen, Herlev hospital og over Skovlunde hjem.

Det sjove var, at jeg har været på de fleste stier og veje i området, men fordi vi kørte i den modsatte retning, blev det alligevel en ny og spændende oplevelse.

35 deltog og 19,5 km blev tilbagelagt.

Kaffe og hjemmebagte småkager ventede os da vi kom hjem.

HUSK: Løvfaldstur på søndag til Mågen.

10-17 ballerup bibliotek/station.

Husk penge til mad.

Cykelcaféen – 2025

Cykelcaféen 6.-10.-2025

Efter en weekend med besøg af resterne af Amy, var mandagen kun grå og våd. Om det var årsagen til at der kun var 25 cyklister til stede, er ikke godt at vide, men de gik glip af en tur til Kildedal, hvor der inden for nogle år kommer til at være en spændende ny bydel, hvis de planer vi er blevet præsenterede for holder. Efter en kort pause fortsatte vi turen videre mod Måløv og Søndergårds området. Der var et udtalt ønske om et pitstop, og planen var egentlig at holde det i Pederstrup, men så fik vi øje på et anlæg med grill, borde og bænke ved søen og samtidig var det blevet solskin.

Det var det perfekte sted at blive beværtet i anledning af en ung dames fødselsdag.

Efter ca. 14 km kom vi hjem til kaffe og kage.

På mandag er det Morten der står for turen en længere end længe men ikke mere end vi kan klare.

Cykelcaféen 29.-9.-2025

Igen en god dag og en god tur. Valde var turleder og som sædvanlig når det er tilfældet afvekslende og spændende.

Vejret var med os som sædvanlig. September har i år været usædvanlig varm og solrig, det må gerne fortsætte på den måde.

Vi får se. 34 cyklister deltog og vi fik tilbagelagt 15,5 km.

På vej over golfbanen mødte vi en kendt golfspiller, og nej det var ikke Trump, men vores tidligere borgmester Ove E. Dalsgård still going strong.

Kagen var delikat og en parallelimport fra Sverige hjembragt af Annette, tak for det, når nu Amo ikke gider mere.

Vi ses om en uge til endnu en tur.

Cykelcaféen – 2025

Cykelcaféen 22.-9.-2025

Igen en dejlig dag med sol men kun 10°. Man mærker at efteråret nærmer sig. Handskerne blev fundet frem, lidt varmere tøj, især fordi vi i dag skulle indvie Skovlunternes madpakkehus som er en del af borgermio. Ingen fest uden arbejde. Der skulle naturligvis cykles først, 15.6 km blev det for mit vedkommende. Kaffen havde vi selv med, Lillian havde kagen med og Birger gav fløden. 39 deltog i en tur gennem Vestskoven, Harrestrup og over Skovlunde flyveplads til målet. Efter en time i hyggeligt selskab kørte vi hver til sit.

Verdenssituationen taget i betragtning føler jeg at et digt af Benny Andersen er på sin plads.

*Så nu trives jeg blandt skøre patienter,
hvoraf flere mener de er præsidenter.
Men i verden udenfor, blandt de normale,
tror præsidenter ikke selv at de er gale.*

Cykelcaféen 15.-9.-2025

Så kom efteråret. Om det var udsigterne til storm og regn der var skyld i at der kun var 31 deltagere, er ikke til at vide. Vi kørte på skovtur i Harreskovene. En udfordrende tur på grund af de mange bakker, det gav sved på panden, men belønningen kom ved bålhytten på sletten. Søren har haft fødselsdag, så han diverterede med nektar og Ambrosius, til genoprettelse af væskebalancen. Hjemturen gik som en leg, 15 km blev det til og regnen kom først på vej hjem.

Husk på mandag at tage kaffe med den indtages nemlig i guds grønne natur.

Cykelcaféen – 2025

Cykelcaféen 8.-9.-2025

Sol og sensommervarme 36 cyklister under Valde's ledelse og som sædvanlig ad spændende veje. 15 km blev det til, men hjemkomsten til Baghuset blev noget anderledes end normalt.

Der var dækket bord og pyntet op med flag og det vrimlede med mennesker vi ikke har set længe.

Årsagen var at jeg har rundet de 90 år og det syntes man skulle fejres.

Det blev fantastisk fest med boller, kage og chokolade.

Der var gaver og kram og en festlig stemning en rigtig dejlig dag.

Tusind tak til alle jer glade venner som er med til at gøre mit liv til en god oplevelse, jeg kalder cykelcaféen for min foryngelseskur, uanset hvor store problemer man tror man har, så forsvinder de som dug for solen i selskab med jer.

Jeg er hvad jeg er på grund af de mennesker, jeg lever iblandt. Det er gennem fællesskabet, at mennesker ser en mening med livet. Der er en stærk kraft i fællesskabet. Gennem fællesskabet kommer vi hinanden ved, vi bliver helbredt, og det er her vi finder håbet.

Cykelcaféen 1.-9.-2025

I en tid hvor verden er af lave med daglige nyheder om død og ødelæggelse, er det dejligt at man i hvert fald en gang om ugen, kan glæde sig til et sted hvor der er mulighed for at lægge de triste tanker fra sig og bare være glad.

Mit sted er Cykelcaféen, hvor man bliver mødt af smil og kram, hvor vejret altid er godt, og man efter en frisk cykeltur kan fornøje sig med hjemmebagt kage og kaffe.

I går var jeg sammen med 34 andre på en sensommertur i sol og varme, en tur forbi gadekæret i Ledøje, videre til gadekæret i Risby hvor vi holdt en lille pause.

Efter 16,4 km var vi hjemme. Det var en god dag.

Cykelcaféen – 2025

Cykelcaféen 25.-8.-2025

29 cyklister begav sig ud på en tur under Annes ledelse. Jeg ved ikke om det var på grund af Annettes uheld med armen, men det blev mest på asfalt.

Jeg har selv gjort mig overvejelser over hvordan vi skal afvikle turene i fremtiden.

Resten af turen rundt om Søndersø og kaffepause ved Vingen ved Hjortøgård.

Anne havde bagt kage, og både den og den medbragte kaffe smagte godt.

Fra jeg kørte hjemmefra og til jeg var hjemme igen stod min computer på 19 km.

Tak for en god tur.

Cykelcaféen 18.-8.-2025

Atter en Valdetur i sol og varme, som sædvanlig afvekslende og udfordrende.

Jens fødselsdag betød et pitstop i Måløv ved Tingstedet, hvor man er i gang med at bruge nogle af borgermio. til at færdiggøre stedet.

På vejen hjem skete der desværre et uheld, Anette væltede på sin cykel og slog albuen.

Hun måtte på skadestuen og syes, jeg håber ikke at det bliver en trend nu er det tredje gang det sker.

Både Bente og jeg har haft fornøjelsen.

33 deltog i turen og vi fik tilbagelagt 15,3 km.

Husk på mandag kaffe i det grønne så glem ikke termokanden.

P.s. Erik Hornum har sørget for at vi har fået en kaffesponsor: Rema 1000 i Grantoftecenteret donerer kaffen.

Tak for det.

Jeg har i øjeblikket to damecykler stående som jeg gerne vil af med.

En 7 gears Raleigh 52 cm. og en Kildemoes 3 gear 47 cm.

Begge med kurv for og bag navdynamo og lås.

Hvis nogen kender en fattig studerende eller indvandrer er de gratis.

Hvis det ikke er tilfældet er prisen henholdsvis 1000.- og 500.-.

Cykelcaféen – 2025

Pengene går i så fald til Cykelcaféens Jubilæumsfond.

Cykelcaféen 15.-8.-2025

Så er ferien forbi og som så ofte før er sommeren kommet tilbage med sol og varme.

Det betyder nok ikke så meget for cykelcaféens deltagere, vi er jo pensionister. Når jeg skriver ferie er det ikke helt korrekt. Flere bl.a. Flemming og Anne har holdt liv i caféen med op til 25 deltager, jeg har selv kørt med et par gange.

Den 11. deltog 30 i en kort tur på 11 km. Jeg var selv stadig i ferie-mode og glemte at dreje det rigtige sted ifølge min plan.

Så det endte med nye steder vi ikke havde besøgt før, hjem kom vi til kaffe og drømmekage.

Siden 1973 har jeg været på cykelferie 2 gange om året og de fleste gange uden anden plan end hvor til skulle rejsen skulle gå. Ingen reserveringer eller forudbestillinger.

Jeg har aldrig haft problemer med at finde overnatninger eller forplejning, mødt mange venlige og hjælpsomme mennesker og kørt i regn og sol.

I de seneste år har jeg prøvet arrangerede ture både med og uden bagagetransport gode vel tilrettelagte, men selvom jeg nødig vil indrømme det, så begynder min alder at spænde ben for at bringe egen cykel med for slet ikke at tale om besværet med at få den med offentlig transport.

Så derfor blev det 2025 til cykelkrydstogt fra Berlin til Stralsund, en eventyrlig oplevelse på et flydende luksushotel med mulighed for at cykle gennem et grønt og fredeligt landskab.

Jeg havde lejet en El-cykel, som desværre havde den uheldige egenskab at den smed mig af to dage i træk, så resten af turen nød jeg fra bådens soldæk, det var ikke noget dårligt bytte.

De seneste 20 år har jeg kørt med min datter, og vi blev hurtig enige om at sådan kommer vores cykelferie til at foregå for fremtiden.

Næste års tur er allerede planlagt.

P.s. også i Tyskland diskuterer man indvandrere, og giver dem skylden for næsten alt hvad der galt i landet, men uden den besætning der opvartede os med smil og venlighed havde det ikke været muligt.

Der var 21 personer ombord fra 11 forskellige lande og bortset fra kaptajnen og en matros som var hollændere, kom resten fra lande hvor solen skinner mere end

Cykelcaféen – 2025

her hjemme og hvor de taler sprog som vi ikke forstår.

Jeg havde håbet på at genopfriske mit modersmål, men vores bordfæller kom fra Schweiz, USA, England og Kina så det blev engelsk der blev talt, men også en positiv oplevelse.

Jeg ved ikke om det er cykling der har en god indflydelse på menneskene, men det er nu et venligt folkeslag og jeg har stadig til gode at se en sur cyklist.

Undskyld for en lang beretning, men jeg er fuld af begejstring over mine oplevelser og vil gerne dele dem med jer.

Cykelcaféen 30.-6.-2025

Igen en vellykket sommerafslutning i Vestskoven.

Efter en tur i den danske natur som er på sin højde lige nu, alt er grønt det er lunt og solen skinner.

Madpakkehuset ved Kridtbjerget var som sædvanlig målet for vores udflugt, og lige som de seneste 8 år kunne vi nyde grill og vin i sol og varme, ikke en sky på himmelen. Flemming havde grillen klar, og snart bredte duften af pølser og bøffer sig. Lillian og Kurt havde sørget for vin og sødt.

33 deltog i turen, og 4 var på stedet da vi ankom efter 13,1 km.

Flemming og Bjørn havde travlt med bål og grill, og Klaus og Dan glædede os med deres tilstedeværelse.

Det er dejligt at se at de har lyst til at være sammen med os selvom det kniber med kræfterne, mange flere kunne benytte sig af muligheden også for bare at få en kop kaffe i Baghuset.

Til sidst ønskes alle en god sommer.

På gensyn den 11. August.

Cykelcaféen 23.-6.-2025

Efter en fantastisk weekend med sommertemperaturer og cykelløb i verdensklasse tog vi hul på den sidste ordinære tur inden sommerpausen.

Valde var turleder og som sædvanlig når det er ham så venter der en spændende

Cykelcaféen – 2025

udgave vi kom langt omkring steder vi havde været før bare i en anden udgave og steder vi ikke tidligere havde besøgt.
I alt 36 deltog i turen vi fik kørt 18,5 km.

Vi holder pause i skolernes ferie og starter igen 11. august.

P.s. som sædvanlig tilbyder Flemming at køre ture også i sommerpausen de første tre uger blot med den forskel at der ikke er kaffe og kage bagefter, den må man selv medbringe.

På mandag den 30. afholder vi den obligatoriske sommerfest ved Kridtbjerget i Vestskoven, medbring mad til grillen, bestik og glas.
Vi sørger for drikke og en varm grill.

God sommer til alle.

Cykelcaféen 16.-6.-2025

Efter en weekend med sommertemperaturer stod vi op til gråvejr og blæst.
Alligevel kunne vi gennemføre en skovtur i tørvejr.
Ad Digterparken og Egebjerg nåede vi til Harreskovby og skoven.
En lille pause for at få vejret og så ad Borgmosevej, for øvrigt efter min mening den smukkeste vej i Harreskoven.
For nu ikke at komme for tidligt hjem en lille sløjfe ad Gamle Jagtvej, Grønnevej, Sandskredsvej tilbage til Fægyden og Skovlystvej og hjem til lækker appelsinkage.
35 deltog og vi fik tilbagelagt næster 18 km.

P.s. sommerferien nærmer sig og det betyder afslutningsfest med grill og vin.
Mandag den 30. juni ved madpakkehuset ved Kridtbjerget.

Husk at medbringe jeres egen mad og kaffe resten sørger vi for.

Mødested som sædvanlig og vi cykler en tur først. Skulle nogle af vores tidligere deltagere som af forskellige årsager har stillet cyklen i kælderen have lyst til at deltage, er de velkomne til festen.

Cykelcaféen – 2025

Cykelcaféen 9.-6.-2025 pinse

Selvom det er pinse, holder cykelcaféen ikke fri.

Anne havde lyst til at lave en tur som 19 cyklister deltog i. Vejret var køligt og blæsende og læ var fraværende, men vi klarede den alligevel.

Turen gik ud af Skovvej, Jonstrupvang til Værløse flyveplads hvor Anne havde fundet en lille perle af rastepads.

Der var både sol og læ til at nyde den medbragte kaffe, desuden havde en af deltagerne fødselsdag og det blev fejret med en lille forfriskning.

Efter pausen lidt op ad bakke ned ad bakke rundt om Søndersø, Jonstrupvang og hjem ad Skovvejen.

Turen blev på 18 km.

P.s. Skovvej er efter nedlæggelse af fjernvarme i en forfærdelig forfatning, efter at have talt med kommunen om de dårlige forhold for både bilister og især cyklister, er status følgende: Der skal renoveres både vand og kloakledninger, og før det er gennemført, skal vi ikke regne med bedre forhold.

Cykelcaféen 2.-6.-2025

Dagen begyndte med sol og endte med skybrud.

Det vidste 35 cyklister heldigvis ikke, især ikke dem der havde langt hjem, de må være blevet meget våde.

Det var mig der stod for turen, og det første mål var den nye biodiversitetspark der ligger i Bueparken mellem Vårbuen og Sommerbuen.

Den officielle åbning er i morgen onsdag mellem 14-16 med borgmester ord og aktiviteter for både børn og voksne.

Hans som bor i området, viste vej og det var en overraskelse at se hvor stort og spændende området er.

Den videre tur blev lidt kaotisk. Jeg troede at man på en eller anden måde kunne undgå nogle trafiklys ved at køre gennem koloniområderne og komme direkte ud til Ågerupvej. Det var en fejltagelse, men vi fik da set nogle områder vi ikke havde været i før.

At alle kom helskindede igennem var noget af et held, idet stierne absolut ikke er

Cykelcaféen – 2025

cyklistvenlige. Man må håbe at der ikke bor mennesker der bruger rollator, de får da svært ved at komme frem.

Nå det korte af det lange med Jonas hjælp kom vi ud på Vestbuen og trafiksignalerne undgik vi ikke.

Over Ledøje gik det, ad Risby Mosevej til Dyssekilde hvor vi blev beværtet med en lille en og noget olie fra en dansk kilde. Årsagen var at Kurt for sidste gang kunne skrive sin alder med tallet 7 som begyndelse.

Efter pausen vendte vi næsen hjem gennem Vestskoven og Hold-An vej til kaffe og banankage.

En enkelt punktering ramte Tonny. Et søm havde dristet sig til stå med spidsen opad og lukket luften ud. Til alt held lige overfor Thromsholdt Cykler.

Det tog sin tid at lappe, men der var også kaffe og kage til ham da han dukkede op.

Der bliver holdt et møde på Grantoftegård den 17. juni fra kl.17-19, hvor kommunen vil fortælle om de kommende planer for naturen i Ballerup.

Jeg har tre adgangskort i overskud så hvis man er interesseret så giv mig besked.

P.S. selv om det er Pinse på mandag laver Anne en tur i det blå.

HUSK at tage kaffe med, den bliver indtaget i det fri.

Cykelcaféen 26.-5.-2025

Igen en god dag at leve i, sammen med 32 andre mennesker begav jeg mig ud på en cykeltur i et solbeskinnet og grønt landskab.

Turen gik ad Lundegårdsstien Kildesvinget og Jonstrup forbi Møllemosen til Tingstedet i Måløv.

Der blev holdt en pause med lystig snak. To nye deltager sås interagere med gamle garvede cyklister, det viser at vi har at gøre med åbne og interesserede mennesker.

Med lidt problemer med vejarbejde nåede vi til Pederstrup og til allersidst kaffe og kage i Baghuset.

Vi fik tilbagelagt 14,6 km.

Til sidst et lille Gruk af Piet Hein:

Det er en usigelig følelse,

Cykelcaféen – 2025

den at gå i en lysegrøn majskov igen!
Jeg spørger mit forhærdede hjerte:
Hvordan er det?

Og det er- som et bøgetræ
køligt og skønt
et lysende løvbrus, en gejser
af grønt!
Skyder til vejrs i mit hjerte.
Sådan er det!

Cykelcaféen 19.-5.-2025

Efter en kølig og blæsende ferie på Øland, var det godt at komme hjem til sol og varme.

Og nogle dejlige kram.

Valde var turleder i dag, og 37 cyklister fulgte ham på en tur i en egn vi kender så godt, men alligevel formåede han at lave en ny kombination.

Vi kom vidt omkring i både Ballerup og Herlev kommuner, denne gang uden uheld.

En enkelt pause ved Hjortespring badet. en tør en af slagsen men med masser af snak.

Den sidste del af turen gennem Harrestrup Ådal og efter 19.6 km nåede vi Baghuset til kaffe og kage.

For øvrigt vakte den glade flok opmærksomhed på Lundebjerggårdsvej. Der var et par damer der blev interesserede i at cykle med, det kan være at vi ser dem en mandag.

Cykelcaféen 5.-5.-2025

Perfekt start på dagen. Sol og ingen vind. 42 cyklister var samlede ved sundhedshuset, den eneste der manglede, var turlederen.

Forklaring: problemer med cyklen, tekniske vanskeligheder, pedaler fungerede men det gjorde baghjulet ikke.

Cykelcaféen – 2025

Til alt held kunne Valde låne konens cykel uden motor, han kom til at svede. Ikke nok med det Anni fra Skovlunde fik en bagagestrop i sit baghjul, men en venlig herre hjalp hende ud af miseren, så hun nåede heldigvis frem før vi kørte. Ikke alene var vi glade for at hun kom frem, men hun havde også haft fødselsdag i går, og det skulle vi også involveres i med lidt nektar uden ambrosius.

Det sluttede ikke der. Jørgen fra Måløv var også blevet lidt ældre, og som det gode menneske han er, havde han set vejrudsigten og tænkt at han hellere måtte medbringe noget væske, som kunne forhindre at vi fik problemer med væskebalancen.

Turen gik gennem den grønne skov, og det er noget der i, på denne årstid er en opløftende oplevelse, man kan ikke være i dårlig humør når naturen viser sig frem i al sin magt og væld.

Valde havde fundet en temmelig bakket tur, og på trods af at han måtte undvære el-cyklen, gennemførte han den som planlagt. Jeg havde været fristet til at gøre den lidt nemmere for mig selv.

Nu skulle man tro at der ikke ville flere oplevelser i dag, men det blev desværre ikke tilfældet. På vej hjem igennem Lundegården var Bjarne så uheldig at ramme en fartchikane og vælte. han slog hovedet, hjelmen revnede og blodet flød.

Ordsproget at *heldet følger de tossede* passede i dag. Hjemmehjælpen var til stede med kompetent personale som trådte til og rensede og trøstede.

Plaster havde Lejf med, og efter vi havde fået Bjarne på højkant og konstaterede at cyklen ikke havde taget skade, kunne vi alle fortsætte til Baghuset og nyde kaffen og kagen.

Hvis nogen begynder at beklage sig over hjemmehjælpen i Ballerup, så får de mig at bestille. Der var ingen der bad dem om at hjælpe, de gjorde det bare, tusind tak for indsatsen.

Nu holder jeg ferie en uge, ikke på grund af alle de obstruktioner vi var udsat for i dag, men i min alder skal man passe på med for mange sindsoprivelser.

Det endte trods alt lykkeligt og vi fik kørt 15 km.

Cykelcaféen 28.-4.-2025

Det var helt sommerlige temperaturer, da 33 cyklister begav sig ud på tur. Første stop blev ved Kræmmerstien, hvor der som et resultat af borgermillionen,

Cykelcaféen – 2025

er ved at blive opført et overdækket opholdssted for alle der færdes i de grønne områder.

Det skal tilføjes at en gågruppe der kalder sig Skovlunterne har sørget for at det sker.

Videre gik turen ad Harrestrupvej til Vestskoven som fremførte sig i al sin grønne pragt til det første pitstop ved Bymosevej. To ældre gentlemen havde været så forudseende at de havde medbragt væske, så vi undgik at blive dehydrerede. Det spillede selvfølgelig en rolle at de også var blev et år ældre, men timingen var god.

Selv om stemningen var god, måtte vi alligevel bryde op. Vi vidste jo at kaffen og kagen ventede, men ikke desto mindre var der endnu en ældre herre der havde tænkt på vores velbefindende og havde medbragt vand med styrkende egenskaber, så en lille pause mere før vi endelig kunne fortsætte fremrykningen til Baghuset.

Alt i alt en perfekt dag i gode menneskers selskab.

16 km blev det til. Et enkelt lille uheld blev det til, men det var ikke de våde varer der var skyld i det, men en uopmærksom cyklist og en bil.

Cykelcaféen 14.-4.-2025

Det er et held at Carl-Erik har fødselsdag en gang om året. Det betyder at han får lov til at lave en tur, og at komme af med sine syndige dråber.

Selvom der er et år imellem, husker han ruten. Vi ender altid på en bakke af slagter, men selv om vi kæmper for at nå toppen, er der ingen der bider i græsset og det er heldigt.

Påskeferien er begyndt og det kunne også ses på deltagertallet kun 31 fik fornøjelsen af turen som blev på 16,5 km.

Småkager og chokolade var i dag tilbehøret til kaffen som traditionen påbyder.

Forårsturen søndag den 13. april.

Forårsturen gik gennem Vestskoven, Risby til Ole Rømers museum. Frokosten indtog vi i solen udenfor.

Man kan købe kaffe på museet, det benyttede vi os af. Derefter en tur ad en ukendt og dårlig sti til Vridsløsemagle. Stien endte ud for Pilenborgvej og det

Cykelcaféen – 2025

bringer os til forklaringen på at Ole Rømers observatorium, kom til at ligge der. Observatoriet på Rundetårn blev forstyrret af trafikken, så da hans svigerfar Rasmus Bartholin havde en gård kaldet Pilenborg i Vridsløsemagle, flyttede han derud, hvor der var fred og ro.

Efter besøget ved hans statue kørte vi til Vikingelandsbyen og Haralds broen. Broen blev bygget mellem 2017-2019. Et projekt i samarbejde med Vestegnens skoler.

Videre til Ledøje til en pause ved Petanqueklubben med udsigt over grønne marker og en lille forfriskning og derefter hjem.

Der deltog 9 cyklister og vi fik kørt 26,5 km.

Cykelcaféen 7.-4.-2025

Solen skinner, men det blæser koldt, alligevel står der som sædvanlig 38 smilende og glade cyklister og venter på hvad Valde har fundet på i dag.

Det er nemlig ham der står for turen, og det bliver igen en meget afvekslende og spændende omgang.

Damgårdsparken, Langkærvej, Viaduktstien forbi højhuset, Lindbjergvej og tunnellen under Ballerup byvej.

Så pludselig til højre, op ad en bakke til Østerhøj. Vi har været der før, men det er længe siden og der var nok flere deltagere der ikke har oplevet Ballerups højeste punkt.

To skulpturer af Preben Bøje kaldet Pejlestedet markerer stedet, som ifølge et kort fra 1899 ligger 43 m. over havets overflade.

Derfra ned af bakken til Måløv, hvor der var dekoreret tissepause ved Tingstedet. Også et passende sted til at få tanket op til den videre fremfærd der gik over Søndergård, stien til Pederstrup, Råmosevej Ågerupvej og gennem havekolonier hvor jeg opgav at lægge mærke til hvilke stier vi kørte på.

Først da vi kom ud på Grønnemarken var jeg med igen, og efter 16,5 km var vi tilbage til kaffe og kage.

P.S. der er cykeltur på søndag 13. forårstur.

Husk mad og drikke.

Vi mødes på Ballerup station ved biblioteket kl. 10.00.

Cykelcaféen – 2025

Sidste mandag kom Erik Hornum ud for et uheld som resulterede i en brækket skulder.

Årsagen et punkteret forhjul som betød at han mistede styringen og væltede. Normalt er punkteringer ikke farlige, men en forhjulspunktering er noget andet. Så mærker man at luften forsvinder, så stop med det samme og gør det forsigtigt.

Cykelcaféen 31.-3.-2025

Dagen begyndte med skyer og 6 gr. men inden vi havde nået Søndersø, kom solen og varmen. Igen i dag var der to pauser, dels Annettes fødselsdag og dels med lidt forsinkelse Cyklistforbundets 30-års jubilæum i Ballerup, den 15. marts 1995 blev afdelingen stiftet og jeg har været med i 25 af årene.

Naturen viste sig fra den bedste side med nyudsprungne Anemoner og en sky af hvidtjørn.

Der var 38 deltagere.

Vi fik kørt 18 km.

Cykelcaféen 24.-3.-2025

En kort tur med 37 deltagere kun 11 km. men med tid til 2 pauser på grund af diverse fødselsdage.

Det var kun halvdelen af muligheder, men på trods af de positive virkninger ved de spirituelle indtagelser, må der være en grænse, selv medicin kan man få for meget af.

Alle kom velbeholdne hjem til dejlig kaffe og kage.

Cykelcaféen 10.-3.-2025

Det må have været på en af de mørke tider i min tilværelse, at jeg havde accepteret et besøg hos min læge mandag kl. 09.40. Det var tilfældet, men efter at have konfereret med Tonny dagens leder om hvor turen gik hen, lykkedes det mig at deltage i noget af dagens tur. Da jeg havde en fornemmelse af der skulle holdes et pitstop et eller andet sted, cyklede jeg turen modsat, og ganske rigtigt der var pause i Harrestrup Ådal.

Cykelcaféen – 2025

Både Bent og Hanne var blevet lidt ældre, og det udmøntede sig i servering af lykkepiller i flydende form. Jeg nåede en enkelt skænket af søde Hanne, det gav kræfter til hjemturen.

37 deltog i en solskinstur. Distancen kender jeg ikke, men efter snakken ved kaffen lød det ikke til, at nogen var blevet udmattet.

Vi ses på mandag hvor jeg står for turen.

Fastelavn 2.-3.-2025

Et traditionsrigt arrangement løb af stablen i dag.

Cyklistforbundets tøndeslagning tiltrak 24 deltagere i den modne alder, men de opførte sig som glade børn.

Efter en cykeltur ledet af Jørgen, mødtes vi i Skovlunde til en fællesspisning med medbragt madpakke og derefter tøndeslagning. Det var hurtig overstået idet tønden kun holdt til 4 slag, så var både kattekonge og kattedronning kåret.

Kurt blev konge og Erik H. dronning, bare de ikke får storhedsvanvid vi hørte nogen kalde dem for deres majestæt.

Efter den seance var det tid til spising af lækre fastelavnsboller og kaffe.

Til glæde for kassereren indbragte salget af bollerne nok til at arrangementet hviler i sig selv plus et lille overskud.

P.S. vi havde den store glæde at Klaus og Helene kom forbi og hyggede sig med os, det er altid dejligt at venner kommer forbi selv om de ikke kan cykle mere.

Cykelcaféen 3.-3.-2025

Under Valdes ledelse gik turen i dag igennem både Ballerup, Herlev og Glostrup kommuner.

Først noget industri i vores kommune. Det er blandt andet dér vores gode økonomi kommer fra. Så blev det Herlev og Glostrup kommuner med mange kolonihaver som i dag næsten ligner et parcelhuskvarter med de store huse.

Gennem Harrestrup til Harrestrup Ådal hvor der blev holdt pause, og det var ikke tissepause men drikkepause. Gitta var blev lidt ældre og det syntes hun at vi

Cykelcaféen – 2025

skulle fejre, og det gjorde vi gerne.

Tillykke.

Solen skinnede men det blæste forbandet koldt.

18 km og så til Baghuset til kage og varm kaffe.

Cykelcaféen 24.-2.-2025

Efter at have været inaktiv i meget lang tid, blev det lagt i mine hænder at lave en tur.

Jeg havde en idé til en tur, som jeg prøvekørte om lørdagen. Vejret var godt, solen skinnede, alt var perfekt til opgaven, det eneste der var galt var, at der var kaos på stedet hvor jeg havde planlagt et pitstop i anledning af en fødselsdag. Der var mudder og glatte jernplader over hele området. Alt for usikkert for cyklister. At jeg så samtidig væltede i skoven og tabte mine cykelnøgler, gjorde det ikke bedre. Det eneste gode er, at turen kan gennemføres på et senere tidspunkt.

Nå nu til mandagens tur. 30 cyklister dukkede op til en gammelkendt tur som gik over Pederstrup til Ledøje gadekær, hvor vi holdt dagens første pitstop. Det viste sig at der var to fødselsdage at fejre. Erik H. diverterede med et udvalg af danske og udenlandske lækkerier. Derefter fortsatte vi til Dyssekilde ved det gamle egetræ, hvor det var Bjørns tur til at fornøje os med diverse flydende lyksaligheder. Det vakte også glæde hos deltagerne, men inden eksesserne tog overhånd, blev der fløjtet afgang til kaffe og kage i Baghuset.

Alle kom helskindet hjem og vi fik kørt ca. 17 km.

Husk at vi slår katten af tønden på søndag den 3. marts.

Vi mødes ved Biblioteket kl. 10.00.

Husk madpakke vi giver kaffen og Fastelavnsbolle kan købes.

Cykelcaféen 17.-2.-2025

Bedstefar stå op, tag dine tænder på, de mørke tider er forbi.

Sådan føler jeg efter en lang pause fra cykelcaféen.

Det var dejligt sammen med 19 andre at kunne deltage i turen som Valde stod for,

Cykelcaféen – 2025

og igen en spændende oplevelse. Tak for det.

Det var meget koldt, men solen skinnede og vejene var sikre at køre på, selvom der lå sne og pyntede på landskabet.

Det blev til ca. 14 km. Og Lilians citronkage var som sædvanlig second to none. Jeg glæder mig allerede til på mandag.

Cykelcaféen 10.-2.-2025

Efter en lang pause fik jeg pumpet cyklen og listede op til Baghuset for at tiltuske mig en kop kaffe og Annes kokosmakroner.

Det har været en hård omgang med muskelgigt i armene, men nu får jeg den rette behandling så alt ser meget lysere ud.

Tak for den velkomst jeg fik og alle de gode kram det hjælper på humøret.

Nu mangler vi lidt sol og varme, så vi kan smide vintertøjet og finde de lette cykler frem.

Tak til alle jer der har taget turene i vinter. Det er dejligt at så mange tager ansvar og holder vores cykelcafé i gang.

Vi ses mange hilsner Peter.