



# Cykelture

---



Forår og sommer

2010



Tirsdag den 27. april

## Vedsø

Start fra Hjultorvet kl. 18.30 ca. 15 km  
Turleder: Rie Christiansen, tlf. 8662 9508

Torsdag den 29. april

## Englandsdalen

Start fra Tinghallen kl. 9.30 ca. 15 km  
Turleder: Bent Jensen, tlf. 8662 2991

Tirsdag den 4. maj

## Ravnstrup Hede

Start fra Hjultorvet kl. 18.30 ca. 28 km  
Turleder: Jytte Toft, tlf. 8661 3844

Torsdag den 6. maj

## „Plantebutikken“ Romlund

Start fra Tinghallen kl. 9.30 ca. 18 km  
Turleder: Kirsten Fig, tlf. 3027 5602

Tirsdag den 11. maj

## „Plantebutikken“ Romlund

Start fra Hjultorvet kl. 18.30 ca. 22 km  
Turleder: Bent Jensen, tlf. 8662 2991

Søndag den 16. maj

## Forårstur

Start fra Hjultorvet kl. 10.30 ca. 35 km  
Turleder: Erik Hansen, tlf. 61 12 2919

Tirsdag den 18. maj

## Loldrup Sø

Start fra Hjultorvet kl. 18.30 ca. 25 km  
Turleder: Rie Christiansen, tlf. 8662 9508

Torsdag den 20. maj

## Løvspringstur/Hald Ruin

Start fra Tinghallen kl. 9.30 ca. 20 km  
Turledere Forhv. Skovfoged B. S. Knudsen  
Bent Jensen, tlf. 8662 2991

Tirsdag den 25. maj

## Mølleådalens/Nørreådalens

Start fra Hjultorvet kl. 18.30 ca. 25 km  
Turledere: Jann Ribergaard  
Connie Waldstrøm, tlf. 8662 1610

Torsdag den 27. maj

## Skovsgård Skov

Start fra Tinghallen kl. 9.30 ca. 12 km  
Turleder: Kirsten Fig, tlf. 3027 5602

Tirsdag den 1. juni

## Tapdrup

Start fra Hjultorvet kl. 18.30 ca. 28 km  
Turleder: Erik Hansen, tlf. 61 12 2919

Torsdag den 3. juni

## Rindsholm Skov

Start fra Tinghallen kl. 9.30 ca. 16 km  
Turledere: Ringgaard Lauritsen, Viborg Stiftsmuseum  
Bent Jensen, tlf. 8662 2991

Tirsdag den 8. juni

## Rørdkærsbro

Start fra Hjultorvet kl. 18.30 ca. 34 km  
Turleder: Inger Larsen Ørbæk, tlf. 8661 2896

Torsdag den 10. juni

## Hald Ege/Væksthuset

Start fra Tinghallen kl. 9.30 ca. 16 km  
Turleder: Lone Würtz, tlf. 8661 2893  
Entre 30,00 kr. person  
Muligt at købe kaffe /kage 30,00 kr

Søndag den 13. juni

## Store Cykeldag

Start fra Hjultorvet kl. 10.30 ca. 62 km  
Turleder: Rie Christiansen, tlf. 8662 9508  
Cykeltur ad Himmerlandsstien til Ålestrup  
Turen arrangeres i samarbejde med  
Viborg Turistbureau

Se også [www.storecykeldag.dk](http://www.storecykeldag.dk)

Tirsdag den 15. juni

## Skals Kirke

Start fra Hjultorvet kl. 18.30 ca. 32 km  
Turleder: Jens Ove Munkholm, tlf. 8667 2043

Torsdag den 17. juni

## Rødding Kulturhus

Start fra Tinghallen kl. 9.30 ca. 16 km  
Turleder: Kirsten Fig, tlf. 3027 5602

Lørdag den 19. juni

## Lady Tour 2010

Længde: 30, 65 og 100 km  
Information og tilmelding [www.ladytour.dk](http://www.ladytour.dk)  
Vi organiserer fælles transport til Tjørring  
Kontakt: Inger Larsen Ørbæk, tlf. 8661 2896  
Senest 15. juni

Tirsdag den 22. juni

## Stjernerute tur

Start fra Hjultorvet kl. 18.30 ca. 25 km  
Turleder: Inger Larsen Ørbæk, tlf. 8661 2896

Torsdag den 24. juni

## „Kastaniegården“

Start fra Tinghallen kl. 9.30 ca. 20 km  
Turleder: Lone Würtz, tlf. 8661 2893

Torsdag den 24. juni

## Ud at spise

Start fra Hjultorvet kl. 17.00 ca. 30 km  
Turleder: Jytte Toft, tlf. 8661 3844  
Tilmelding/betaling senest 17. juni til turlederen  
Pris: ca. 100 kr

Torsdag den 1. juli

## Afslutningstur til Lundborg

Start fra Tinghallen kl. 9.30 ca. 10 km  
Turleder: Kirsten Fig, tlf. 3027 5602

Tirsdag den 29. juni

## Stjernerute tur

Start fra Hjultorvet kl. 18.30 ca. 25 km  
Turleder: Connie Waldstrøm, tlf. 8662 1610

Tirsdag den 6. juli

## Stjernerute tur

Start fra Hjultorvet kl. 18.30 ca. 25 km  
Turleder: Rie Christiansen, tlf. 8662 9508

Tirsdag den 13. juli

## Stjernerute tur

Start fra Hjultorvet kl. 18.30 ca. 25 km  
Turleder: Jytte Toft, tlf. 8661 3844

Tirsdag den 20. juli

## Stjernerute tur

Start fra Hjultorvet kl. 18.30 ca. 25 km  
Turleder: Bent Jensen, tlf. 8662 2991

Tirsdag den 28. juli

## „Kastaniegården“

Start fra Hjultorvet kl. 18.30 ca. 20 km  
Turleder: Lone Würtz, tlf. 8661 2893

Se også bagsiden

## Praktiske oplysninger

---

Velkommen til forårets og sommerens cykelture i 2010

Vi tilbyder igen i år flere forskellige former for cykelture, bl.a. formiddagsture, aftenure, tirsdagsture, torsdagsture og to søndagsture, samt Lady Tour som er en lørdag. Nogle af turene er med guide.

## Turene køres på deltagerens eget ansvar

---

Vi cykler med en hastighed på 15 - 20 km/t. (aftenurene) og 10 - 15 km/t. (formiddagsturene).

Der er altid en bagstopper med mobiltelefon, så vi er helt sikre på at få alle med hjem igen.

Der kan være grusveje på nogle af turene.

Husk cykellygter på sæsonens første aftenure.

Husk altid at medbringe noget at drikke på turen, og evt. kaffe/te og brød til pausen.

## Turene er for medlemmer af Dansk Cyklist Forbund

---

Du er meget velkommen til at deltage i et par ture, før du bliver medlem.

Skulle aflysning komme på tale på grund af vejret, vil man kunne få det oplyst hos turlederen. Hvis turlederens telefon ikke bliver taget, så gennemføres turen.

Hvis ikke andet er oplyst i turbeskrivelsen, er der ingen tilmelding til turene og deltagelse er gratis.

Du er altid velkommen til at kontakte turlederen, hvis du ønsker flere oplysninger om en bestemt tur.

Ønsker du andre oplysninger om DCF, kan du kontakte Rie Christiansen, tlf. 8662 9508.

Du kan også finde os på vores hjemmeside: [www.dcfafd.dk/viborg](http://www.dcfafd.dk/viborg).

## „Gå i gang“

---

Et samarbejde mellem Diabetesforeningen, Gigtforeningen, Kræftens Bekæmpelse og Danske Gymnastik og Idrætsforeninger (DGI). Målet er at få kontakt til de mennesker, der normalt ikke opsøger „idrætten“ og skabe gode muligheder for, at de kommer i gang med at dyrke idræt/motion.

På aktiviteterne er der instruktører, som er uddannede i at forstå de begrænsninger, som sygdomme kan have medført.

Se også GIG hjemmeside [www.dgi.dk/gåigang.aspx](http://www.dgi.dk/gåigang.aspx)

## Familiecykeltur

---

Vi gentager sidste års succes, „familiecykelturen“. Den er for børn og voksne - sammen; forældre og børn, bedsteforældre og børnebørn, eller hvad med hele familien. Flere generationer sammen på cykeltur.

Men reserver allerede nu, lørdag den 28. august. Flere oplysninger følger i næste turfolder.

# Dansk Cyklist Forbund

## Viborg