

VESTEGNEN RUNDT PÅ CYKEL

ALBERTSLUND, BRØNDBY, GLOSTRUP, HVIDOVRE,
HØJE-TAASTRUP, ISHØJ, VALLENSBÆK



Meld dig ind i Brøndby Kids



Som medlem af Brøndby Kids får du blandt andet:

Billetter til Brøndbys kampe

Som medlem får du 4 x 2 billetter til din familie, til alle hjemmekampe i SAS Ligaen, dog ikke mod FC København. Billetterne giver adgang til Brøndby Kids Familie Center.

Fotosession

Som medlem kan du blive optaget på ventelisten til fotografering med "a-truppen" lige før kick-off.



Fødselsdagsgave

Som medlem får du en fødselsdagshilsen på mail og en fødselsdagsgave.

Vind flotte præmier

Som medlem kan du hver måned deltage i spændende konkurrencer og vinde flotte præmier.

... og meget mere!



Tilmeld dig Brøndby IF's nyhedsbrev og hold dig opdateret på nyheder og tilbud fra Brøndby IF og Brøndby Kids.

www.brondby.com/nyhedsbrev



Hvad er Brøndby Kids?

Brøndby Kids er Danmarks sjoveste klub for børn, der holder med Brøndby IF. Som medlem får du adgang til masser af aktiviteter, hvor du kommer tættere på spillerne og klubben – både på nettet og på Brøndby Stadion. Så er dit hjerte blåt og gult, er Brøndby Kids lige noget for dig.



Læs mere om Brøndby Kids på brondby.com/kids

Har du spørgsmål kan du kontakte Brøndby Kids på 43 63 08 10 eller skrive til kids@brondby.com

Cykel-artist?

Motionist?
Turist?
Pensionist?
Anti-trist?

Eller vil du bare opleve
lidt mere end sidst?

Nye oplevelser.
Nye vinkler på din egn.
Hver uge i Vestegnen.

vestegnen
DIN AVIS • DIN VERDEN

INDHOLD OG FORORD

	CYKELTUR I ALBERTSLUND	s. 4-7
	CYKELTUR I BRØNDBY	s. 8-11
	CYKELTUR I GLOSTRUP	s. 12-15
	CYKELTUR PÅ VESTEGNSRUTEN	s. 18-21
	CYKELTUR I HVIDOVRE	s. 22-25
	CYKELTUR I HØJE-TAASTRUP	s. 26-29
	CYKELTUR I ISHØJ	s. 30-33
	CYKELTUR I VALLENSBÆK	s. 34-37



VESTEGNEN – ET DEJLIGT CYKELLAND!

Vestegnen består af en række kommuner på Københavns Vestegn, som byder på hver deres dejlige cykeloplevelser gennem skov, strand og marker og gennem byer og landsbyer med attraktioner og seværdigheder.

Du får en smagsprøve på hele Vestegnens dejlige cykelland ved at prøve den nye Vestegnsrute, som lægger vejen igennem alle syv kommuner på Vestegnen. Turbeskrivelse og kort finder du her i pjecen. Længden på ruten svarer til en maratondistance på ca. 42 km!

Du kan også vælge at nyde hver kommune for sig. Pjecen præsenterer syv lokale ruter med kort og beskrivelse af turen.

Du kan hente pjecen på turistbureau, biblioteker og rådhus på den københavnske vestegn eller på www.visitvestegnen.dk

God tur!



Turen er ca. 25 km lang. Den starter ved **Albertslund Rådhus (1)** og det nye hovedbibliotek, tegnet af Henning Larsens Tegnastue i 2004. Cykelturen tager sit udgangspunkt ved Rådhusøen, et af byens mange regnvandsbassiner, og følger Kanalen gennem Albertslund Syd – en bydel, som de næste 10 år vil ligne en byggeplads, mens forsøgsbyggeriet fra 1960'erne gennemgår en nødvendig renovering.



Kongsholmparken. Foto: Albertslund Kommune.

Mellem købmanden og restaurant Kanaljen drejes sydover til **Kongholmparken (2)**, som i 2006 blev fredet fra Taastrup Enghave til Kongholmparken. Tidligere var det landbrugsjord, men også en del af Store Vejleådal, der blev dannet tilbage i istiden. I 1960'erne ændrede området markant karakter. Det fredelige bondeland blev et dejligt rekreativt område for byboere (og desværre også en motorvej). Midt i parken ligger det 35 m høje Høgsbjerg med fin udsigt over hele den københavnske vestegn. På gode dage kan du se til Stevns Klint.

Følg stien til venstre og kørsyd om bjerget til Vallensbæk Mose, som er lige så menne-



Albertslund Rådhus. Foto: Albertslund Kommune.

skeskabt som resten af området. I mosen er der mulighed for at fiske, se på fugle, være kogræsser eller bare nyde den smukke natur. Parken har et lille spisested, Bakkehuset, som er indrettet i en husmandsbolig fra 1930'erne. Fra Vallensbæk Mose kører vi langs med Store Vejleå til Enghavestien, som fører ud til Taastrup Syd. Slå et lille knæk til højre tilbage til Kanalen, passér Vandhaverne, et lille fredeligt sted, og sving til venstre op til jernbanen til venstre til Store Vejleå. Kørsyd under jernbanen og følg åen til Vestskoven op over Roskildevej, ned over de grønne enge til Snubbekorsvej og Appevad Vadested.

Lidt længere fremme fører en bakke op til **Kroppedal (3)**: Museum for Astronomi – Nyere tid – Arkæologi. Her findes alt, hvad der er værd at vide om manden, der i 1676 opdagede lysets tøven; astronomen Ole Rømer. Kroppedal byder på permanente udstillinger, hvor man kan se astronomiske instrumenter, heriblandt Ole Rømers pendulur. Men ruten forsætter dog lige ud til næste sti til højre, for her er **Vikingelandsbyen (4)** – historisk værksted fra 1992 med tre let nedgravede grubehuse

med smedje, vævestue og beboelse samt et fornemt "salshus".

Fra Vikingelandsbyen går turen lidt mod nord. Fra Dyssekilden svinges der til højre, passér Ledøjevej og kørsyd forbi et par vidt forskellige høje: Bronzealderhøjen Tinghøj og Risby Losseplads, en af fortidens synder. Lidt fremme svinges der til venstre og følg nu Kringelstien gennem alle de varianter af skov, som findes i Vestskoven. Efter denne slingretur i den mørke skov tages der et godt ryk frem til Herstedhøje fra Kringelstien til venstre ad den gamle Ballerupvej over motorvejen til **Naturcenter Herstedhøje (5)**.

I 1967 blev det første træ plantet i Vestskoven. Skoven dækker nu ca. 1.500 ha. Skoven er stadig ung, men allerede rig på naturoplevelser. Herstedhøje er landets største kunstigt skabte bakkelandskab, formet siden 1968 ved tilkørsel af godt 3 millioner kubikmeter jord og murbrokker fra saneringer i hele Storkøbenhavn. Fra det højeste punkt – 67 m over havet – har man en storslået udsigt over Vestskoven og Storkøbenhavn. Drej ind til skovens nye Naturcenter opført med udstilling, café og undervisningslokaler. Uden for centret er der to store bålhuse og en bålplads.

Har du gode ben, så snyd ikke dig selv for en tur op på Herstedhøje. Herfra går turen sydpå gennem skoven til Trippendalstien. Her drejes der til højre, og der køres nede i "grøften" gennem Galgebakken til Herstedvester og Nord-europas smukkeste friluftsbad, **Badesøen (6)**, med vandrutsjebaner, dybt og lavt bassin, områder til boccia, beachvolley, streetbasket og

grillpladser. Badesøen er åben fra sidst i maj til først i september. Er vejret godt og Badesøen åben, så tag en tur i det blå varme vand. Turen tilbage går gennem Birkelundparken – til højre ses den nye bydel, Herstedlund, vokse frem – til Albertslund Centrum med rådhuset, butikker, biografer og meget andet.

Tag turen igen en anden dag. Der er altid nye oplevelser langs Albertslunds mange smukke stier.

Mere information om Albertslund Kommune findes på www.albertslund.dk



Badesøen. Foto: Albertslund Kommune.





Turen er på 20 km og starter ved **Brøndby Rådhus (1)**, der blev indviet i 1959. Rådhuset er tegnet af Svenn Eske Kristensen, der var en af tidens banebrydende arkitekter. Han er også kendt for tegningerne af højhusene i Bellahøj. Over for rådhuset ligger Brøndbyvester Mølle fra 1888, der åbnes ved særlige lejligheder. Brøndby Kommune købte møllen i 1969 og gav den en gennemgribende restaurering. Møllehuset udgør i dag rammen om et hyggeligt værested.

Herfra går turen langs Vestvolden, der er del af Københavns gamle befæstningsanlæg fra 1888-92. Turen fortsætter ind i Brøndby-skoven, der blev anlagt med udbygningen af Brøndby som boligområde i 1950'erne. Man fortsætter videre ind i den nyere del af Brøndbyskoven – Bakkeskoven – der med sine relativt nyplantede træer minder om et hede-landskab, da skoven endnu ikke er vokset til. Undervejs passerer den muslimske gravplads, som er den første af sin slags i Danmark.



Langs Vestvolden. Foto: Peter Kay.

Lige før skoven ophører, kører man forbi **Naturskolen (2)**, der er et skoletilbud til alle skole- og fritidsbørn. Her lærer børnene om natur og friluftsliv ved at flytte undervisningen ud til naturen.

Herefter fører ruten ud af skoven og med et venstresving langs Vestvolden igen. Man kører over Holbækmotorvejen og drejer straks til højre for igen at følge Vestvolden et stykke. Derpå drejer ruten til højre under tunnelen på Motorringvej 3 og ud på Brøndbyvester Boulevard i sydgående retning. På de ca. 1,5 km passerer Greenen, der udgør Brøndby Golfklubs arealer, og derefter Cricketklubben Svanholm med sit karakteristiske og smukke klubhus. Foran toner Brøndby skyline med de karakteristiske højhuse frem. Følger man sti-systemet ad Mæglergårdsstien føres man igennem Rheumparken. Her åbenbares en lille oase af små haver fyldt med blomster, buske og træer. Haverne holdes i en pertentlig orden af viceværten. På den anden side af højhusene ligger Esplanadeparken, der er en 2,5 km lang grøn plæne med træer. Esplanadeparken er anlagt 1969-74 som del af Køge Bugt-planen.

Ruten drejer her til venstre, over Motorringvej 3 og fører derefter syd langs Vestvolden. Her støder man på Gl. Køge Landevej, som følges et stykke. Forløberen til den nuværende vej blev anlagt i 1728, men den sandede til i løbet af 1800-tallet, indtil der kun var et hjulspor tilbage. Med opstarten på danskernes friluftsliv, og med bilismens indtog i begyndelsen af 1900-tallet, melder behovet for en permanent vej sig og i 1935 anlægges Gl. Køge Landevej.



Brøndby Strand. Foto: Peter Kay.

Turen fører videre over Motorringvej 3 igen med Avedøre Flyveplads på højre hånd i krydset lige ud til Gl. Køge Landevej. Flyvepladsen har verdens ældste træhangar til landbaserede fly og rummer desuden ti motorprøvestande fra 1943. Bygningerne er fredede.

Drejer man sydpå kommer man til Brøndby Havn, der blandt andet huser Brøndby Strand Sejklub og **Brøndby Ro- og Kajakklub (3)**. Havnen er anlagt i 1960'erne og placeringen af havnen sikrer dybt vand til sejklubben og ro- og kajakklubben.

Ruten fortsætter i den naturskønne strandpark, som blev indviet i 1980. Opførelsen af en kunstig anlagt badestrand og bebyggelse af området er udledt af 1930'ernes tiltagende strandturisme fra arbejderne i Københavns Sydhavn, der tog til Køge Bugt for at nyde strandlivet. Der blev opført et strandhotel og fire badeanstalter med tilhørende broer alene i Brøndby. Der har tillige flere gange dagligt afgået en færge – Strandgreven – fra Langebro,

som lagde til ved badeanstalterne. Området havde også mange sommerhuse, der er opført på samme tid. Strandhotellet ligger her endnu, men hører under Kriminalforsorgen.

Fra strandparken drejer man til højre opad Ny Mæglergårds Allé stik nord, der fører tilbage over Gl. Køge Landevej og gennem Esplanadeparken gennem højhusbebyggelsen. Kort tid herefter passerer Dyregården Søholt, der er et fritidstilbud for børn. Gården har forskellige dyr, og børnene har rig mulighed for at blive dus med bl.a. heste, kaniner, får og geder. Kører man videre nord på ad stien, afsluttes turen i **Middelalderlandsbyen (4)**, der til daglig fungerer som undervisningssted for folkeskoleklasser og beskæftigelsestilbud. Landsbyen består af en samling rekonstruerede huse, som de kunne have set ud i 1300-tallet. Der er syv huse omkranset af tofter og landsbyens gadekær i midten. Landsbyen er under løbende udvikling og har mange aktiviteter på programmet.

Mere information om Brøndby Kommune findes på www.brondby.dk



Duel i Middelalderlandsbyen i Brøndby. Foto: Peter Kay.





Glostrup Rådhus. Foto: Eric Klitgaard.

Liljeruten er en 13,5 km lang rute, der bringer cyklister rundt i Glostrup Kommune, fra syd til nord og fra øst til vest. Det meste af turen foregår på stier uden biltrafik. Undervejs passerer man flere lokalhistoriske seværdigheder og naturskønne områder.

Liljeruten er markeret med nummererede skilte, så man hele tiden kan sikre sig, at man er på rette vej. Turen er skiltet i begge retninger, med og mod uret. I det følgende er det ruten mod uret, der er beskrevet.

Starten går fra **Glostrup Rådhus (1)**. Rådhuset består af tre bygninger, der er forbundet med glasgange: Den flotte gamle villa (1902), som oprindeligt var en del af Glostrup Bryggeri, der lå her 1845-1915; den karakteristiske rådhusbygning fra 1957, tegnet af Arne Jacobsen, samt den nye fløj af Dissing+Weitling, der blev indviet i 2004.

Fra rådhuset har man udsigt til **Glostrup Kirke (2)** fra 1100-tallet, Glostrup Gamle Præstegård og Præstegårdshaven.

Fra rådhuset går turen mod øst ad Hovedvejen forbi Glostrup Storcenter og Glostrups vartegn, **Det Gamle Vandtårn (3)**. Vandtårnet blev opført i 1905 og markerede den offentlige vandforsynings ankomst til Glostrup. Ved Byparkvej – hvor man kan tage en afstikker til Byparken – drejes til venstre mod nord ad Degnestien. Bevoksningen langs Degnestien afskærmer helt fra biltrafikken, og særligt om sommeren er stien som en skovvej midt i byen.

På vej mod nord passeres **Østervangkirken (4)**, en af landets få moderne rundkirker. Længere fremme kommer man tæt forbi Leragergård, der huser Glostrup Amatør Scenes forestillinger, bl.a. en ambitiøs friluftsforestilling hver andet år.

Ved Hvissinge Torv drejer man til højre, østpå, og for enden af vejen til venstre. Snart ser man **Oxbjerget (5)** på venstre hånd. Oxbjerget er en 35 meter høj bakke, hvorfra man har en fantastisk udsigt over store dele af Glostrup. Et yndet udflugtsmål. Straks efter drejes til højre ad en mindre grusvej, og turen går nu ind i Vestskoven. Her kan man opleve **Hvissingestenen (6)**, der med sine 250 tons er



Hvissingestenen. Foto: Eric Klitgaard.

Sjællands største sten. Stenen blev fundet i 1966 og flyttet ca. 90 meter til sin nuværende placering.

Turen går videre gennem Ejby Erhvervsområde ad den boulevardlignende Ejby Industrivej. På den anden side af Nordre Ringvej venter **Ejby Mose (7)** – vel nok Glostrups kønneste naturområde. Ejby Mose byder på sø, skov og vandløb samt lejrpladser og boldbaner, så her kan man dyrke det aktive friluftsliv eller bare nyde roen i naturen. Parken er blevet asyl for en række sjældne planter, og også fuglelivet i Ejby Mose er rigt og interessant.

Liljeruten følger Mosetoften i periferien af Ejby Mose, men efter at have passeret Glostrup Friluftscenter skærer man ind i det grønne og kører ad smalle grusstier mod nord, til man møder Harrestrup Å. Her drejer man til venstre. På engarealet langs åen ser man ofte græssende får, der udfører en værdifuld naturpleje i området og er med til at holde den vilde bevoksning nede. Og så er dyrene naturligvis populære blandt børn, der passerer på stien.

Ved stien, der fører til Vængedalen, svinges til venstre, og så går turen sydpå igen. Hvor Vængedalen drejer skarpt til højre, skal cyklisterne fortsætte ligeud ad cykelstien, der fører til Ejby.

Det gamle Ejby finder man omkring det idylliske Ejby Gadekær med åkander, snadrende ænder og store, gamle træer. Her fornemmer man lidt af den oprindelige landsbystemning. Ruten fortsætter forbi Ejbyskolen ad Udlodstien, der fører cyklisterne gennem Vestskoven.

Vestskoven (8) er en 1500 hektar stor anlagt skov med et varieret landskab og et rigt dyreliv. Her er åben skov med store sletter, bakkelandskaber med smukke søer og mange stier. Liljeruten følger stien stik syd gennem Pæreplantagen, men det kan anbefales at tage en afstikker mod vest og opleve, hvad Vestskoven ellers kan byde på.

Udlodstien løber ud i Nordre Ringvej syd for Bystien, og her fra følges cykelstien langs ringvejen. Man passerer Glostrup Hospital fra 1958, en af byens store arbejdspladser, og drejer til højre ad Stadionvej. Snart er man fremme ved **Glostrup Idrætspark (9)**, hvor man kan tage sig et velfortjent hvil, inden man sammen med familien kan hygge sig ved Idrætsparkens Åbent Græs-arrangement og nyde lidt forfriskninger. Der er aktiviteter for alle – både bedsteforældre, børnebørn og teenagere. Åbent Græs byder på aktiviteter og hygge hver søndag i sommerhalvåret.

På kommunes hjemmeside www.glostrup.dk kan man se en kort film om Liljeruten og læse mere om cykelruten gennem Glostrup.



Området ved Ejby Mose. Foto: Eric Klitgaard.



Det sker i Ishøj



Ishøj har oplevelser til hele familien inden for kunst og kultur, skøn natur og historiske seværdigheder.

Besøg kulturportalen **www.detskeriishoj.dk** og find inspiration til dagens, weekendens eller sommerens arrangementer for børn og voksne.

Brug cyklen eller tag den med i S-toget og kør ad de grønne cykelstier ud i Ishøjs natur- og kulturliv. Ishøj Turistbureau hjælper dig gerne på vej. Ishøj Turistbureau, Ishøj Østergade 25, 2635 Ishøj, Telefon: 43 57 72 57



også for børn



Ishøj Kommune

TAG CYKLEN TIL **ARKEN**

Hold kunstpause på cykelturen. ARKEN byder på kunst i verdensklasse og en arkitektur, der er et besøg værd i sig selv. Museumsbutikken sælger unikt design og gaveartikler og caféen har Strandparkens bedste beliggenhed og udsigt over Køge Bugt. Vi glæder os til at se dig.

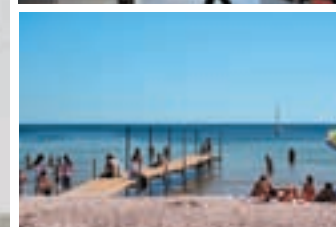
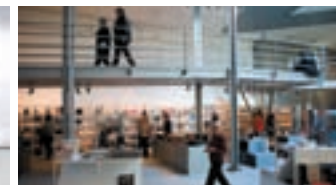
Se hvilke udstillinger, vi viser på www.arken.dk. Eller lad dig overraske.

GRATIS
ADGANG TIL CAFE
OG MUSEUMSBUTIK

ÅBENT: TIRS – SØN KL. 10-17,
ONS KL. 10-21, MAN LUKKET.



Damen Hirst: Untitled (Birthday Card), 2001



ARKEN MUSEUM FOR MODERNE KUNST

– sætter tanker i gang

Bliv
forelsket
i Høje-Taastrup



- et landskab skabt til cykler

www.hojetaastrup.dk

CYKELTUR PÅ VESTEGNSRUTEN

Velkommen til en ny motions- og oplevelses-rute på Vestegnen.

Formålet med Vestegnsruten er at sætte større fokus på Vestegnen som et samlet område og samtidig skabe nye og spændende oplevelser for lokalbefolkning og tilreisende. Den følgende rutebeskrivelse starter ved kysten og følger urets retning. Dette er blot et forslag, da ruten lige så godt kan køres i modsat retning, ligesom man også kan bruge den som en del af en anden tur. Velkommen til Vestegnsruten!

Vestegnsruten starter i **Vallensbæk Havn (1)**. En populær lystbådehavn, hvor et indbydende havnemiljø danner ramme om mange aktiviteter. Lige ved siden af ligger den meget børnevenlige **Vallensbæk Strand (2)**. Herfra går turen ind i nabokommunen Ishøj, hvor en oplagt afstikker er **ARKEN – Museum for Moderne Kunst (3)**. Museet ligger som et strandet skib med stævn og sejl på kanten af havet. Ruten drejer herefter ind i landet og følger **St. Vejleå (4)** noget af vejen.

Umiddelbart efter motorvejen dukker **Brede-kærgård (5)** op. Her holdes de gamle landbrugstraditioner i live. Gården er med til at ska-



Store Vejleå. Foto: Poul Halsnæs – Gildbro Foto Studio.

be den autentiske atmosfære, der kan mærkes i landsbyen **Tranegilde (6)**. St. Vejleå følges videre forbi **Tranegilde Mose (7)** og op til **Val-lensbæk Sø (8)**, som har et af verdens fineste vandskianlæg. Lige ved siden af ligger **Tueholm Sø (9)**, hvor der er rig mulighed for lystfiskeri eller en god bid mad på Spisestedet Mosen.

Ruten fortsætter gennem **Kongsholmparken (10)**, som blev fredet i 2006. Midt i parken ligger det 35 meter høje Høgsbjerg, som tilbyder en fin udsigt over hele Vestegnen. Er man kaffetørstig, er **Bakkehuset (11)** stedet at gøre holdt. I forlængelse af Kongsholmparken ligger **Hyldagerparken (12)**, hvorfra det måske kunne friste at tage en lille afstikker til **Badesøen (13)**, der er Nordeuropas smukkeste opvarmede friluftsbad.

Det følgende område er præget af landbrug. Her ligger den otte hektar store frugthave, **Pometet (14)**. Med en samling på mere end 1700 frugt- og bærsorter er det en oase for frugtelskere. Ikke langt derfra står **Snubbe-korset (15)** på en gravhøj fra bronzealderen. Videre nordpå går turen gennem **Landsbyen Vridsløsemagle (16)** for derefter at passere **Ole Rømers Landobservatorium (17)**. Re-sterne af hans landobservatorium fra 1704 kan stadig ses på stedet. Ikke langt derfra kan man få mere at vide om verdensrummet. **Kroppe-dal Museum (18)** har nemlig en fast astronomisk udstilling samt skiftende kulturhistoriske særudstillinger.

Ruten fortsætter ind i Vestskoven og passerer undervejs de to læresteder **Vikingelandsbyen (19)** og **Naturskolen Petersborggård (20)**,



Naturcenter Herstedhøje. Foto: Skov- og Naturstyrelsen Østsjælland.

hvor børn og unge får viden om henholdsvis en svunden tid og om naturen. Ude i det åbne dukker **Herstedhøje (21)** op, der er landets største kunstigt skabte bakkelandskab. For foden af bakken ligger **Naturcenter Herstedhøje (22)**, som huser udstilling, café og under-visningslokaler.

Længere østpå ligger **Oxbjerget (23)**; en kunstigt anlagt bakke, som med sine ca. 35 meter giver en fantastisk udsigt over store dele af Glostrup. Man kan også betragte Sjællands største sten, **Hvissingestenen (24)** (vejer ca. 250 tons), som ligger majestætisk og troner midt i en lysning i Vestskoven i Ejby. Derefter går turen langs befæstningsanlægget **Vest-volden (25)**, som er et levende bevis på, at man også tilbage i 1880-1890 forstod sig på stor ingeniørkunst. I anlægget ligger **Freds-krudtmagasinet (26)**, som blev bygget til at opbevare krudt i fredstid. I tilfælde af krig eller som under 1. verdenskrig blev magasinerne brugt til indkvartering af soldater.

Sydpå langs Vestvolden drejer ruten ind i **Brøndbyskoven (27)**. I udkanten af skoven

ligger **den muslimske gravplads (28)**, der er den første af sin slags i Danmark (2006). Tilbage imod Vestvolden passeres **Quark Centret (29)**, der formidler om natur og miljø til institutioner og skoler. På vej mod kysten ses på venstre hånd Avedørelejren, som huser en række af Hvidovres væsentligste attraktioner. Her kan man bl.a. få et indtryk af den atmosfære, som omgærder Danmarks svar på Hollywood i **Filmbyen (30)**. Eller få en rundtur på **Cirkus-museet (31)**, som med sine 110.000 effekter om cirkus og artisteri har en af Europas største samlinger. Endelig kan man også blive klogere på Hvidovres kulturhistorie i **Historiens Hus (32)** eller gå på oplevelse i Oplevelsescentret.

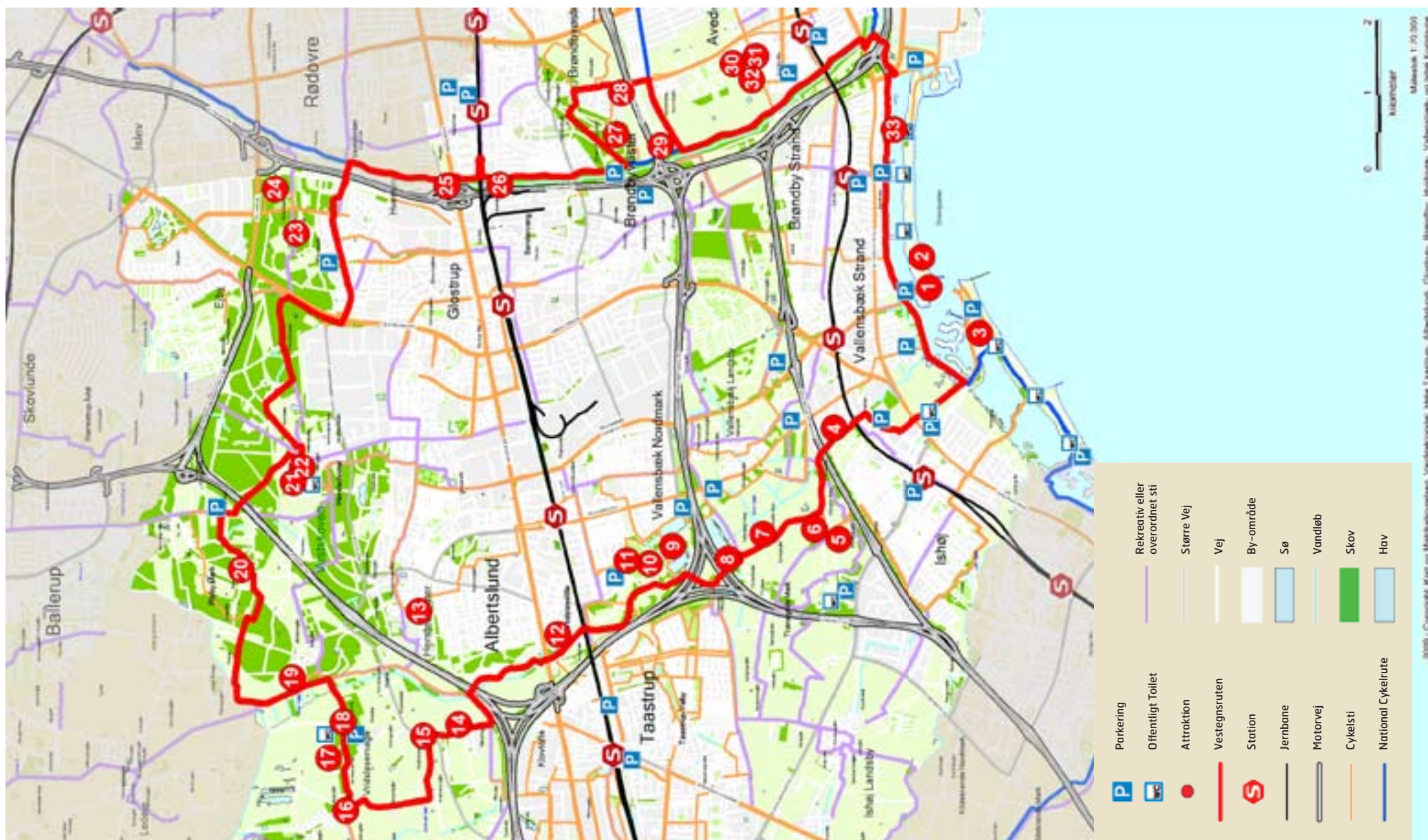
Vestegnsruten er nu ved at være tilendebragt og de godt 42 km bliver afsluttet langs den rolige strandparksti i **Brøndby Strand (33)**, som især om sommeren bliver brugt til en række fritidsaktiviteter.

Måske er det værd at blive hængende lidt her og få hvilet benene, mens du nyder en is? Ellers kan ruten jo også køres i modsat retning...



Badeliv på Vestegnen. Foto: D. Solhauge.

CYKELKORT OVER VESTEGNSRUTEN





Cykelturen er ca. 17 km. og starter ved **Hvidovre Rådhus (1)**.

Fra rådhuset køres ind i det hyggelige Risbjerg-kvarter ad Risbjerggårds Alle, Sydkærvej, Kvistgådsvej. Derefter drejes til venstre ad Brostykkevej til Gl. Køge Landevej, der krydses. Herefter fortsættes lige ud ad Åmarksvej.

Efter S-togstunnellen drejes til venstre ind på cykelstisystemet i **Kystagerparken (2)**. Parken blev anlagt i slutningen af 1970'erne, og især "Bjerget" (21 meter) syner godt i landskabet.

Følger man Planetstien, som er en model af vores solsystem, kommer man til **Mørtel-**

værkshavnen (3). Havnen var fra 1808 til begyndelsen af 1930'erne Kalvebodernes lodseri. Man passerer ligeledes **Hvidovre Havn (4)**, som primært fungerer som lystbådehavn.

Fra Hvidovre Havn køres et kort stykke ad Hvidovre Strandvej. Her drejes til venstre ind på cykelstien langs **Avedøre Strandeng (5)**. Strandengen er et inddæmmet område fra 1960'erne, som afgræsses af får og kalve.

Turen går videre under motorvejstunnellen (Amagermotorvejen) mod Avedøre Holme, som er et af Danmarks største erhvervsområder, der afspejler et interessant møde mellem industri og natur. Stisystemet på Avedøre Holme følges så langt ud mod vandet som muligt.



Zentropa. Foto: Ebbe Forup.



Historiens Hus. Foto: Ebbe Forup.

Oplevelsen af kystlandskabet bliver fuldendt, idet man cykler til venstre forbi Avedøreværket og ud på diget langs med Køge Bugt.

Herefter køres ad cykelstien til venstre mod Brøndby Havn, hvor Holmesø med kajakkklubens hus passerer til venstre og stisystemet følges til højre igen under Amagermotorvejen.

Nu følges stien frem til første T-kryds, hvor der drejes til venstre og der køres ud til Gl. Køge Landevej. På vejen passerer **Vestvolden (6)**, som er det godt 100 år gamle og 14 kilometer lange befæstningsværk, som strækker sig fra Avedøre til Utterslev Mose.

Dernæst passerer Gl. Køge Landevej og stien langs Vestvolden følges. Der drejes til højre efter broen over S-banen, og stien følges gennem **Avedøre Stationsby (7)**. Stationsbyen blev opført i årene 1972-1984 ud fra en funktionalistisk tanke: Alle faciliteter og institutioner skulle således være tilgængelige "inden for murene", dvs. inden for den kæde af rækkehuse, som danner en bymur i Stationsbyen.

For enden af cykelstien drejes der til venstre ad Avedøre Tværvej og umiddelbart efter til højre gennem Hovedporten til **Avedørelejren (8)**. I dette attraktive bolig- og erhvervskvarter, finder man Danmarks Hollywood, **Filmbyen (9)**, hvor mere end 20 film- og tv-selskaber holder til. Også **Historiens Hus (10)**, hvor Hvidovres skatkammer arkiveres og formidles til Hvidovres borgere og **Cirkusmuseet (11)**, som med mere end 110.000 effekter om cirkus og artister er en af Europas største samlinger, holder til i Avedørelejren.

Efter Cirkusmuseet køres til højre ad Avedøre Tværvej til stien langs Vestvolden, hvor der drejes til højre. Stien følges til cykelturens endemål, **Quark Centret (12)**; Hvidovre Kommunes byøkologiske center og naturligfaglige base, der formidler viden og information om natur og miljø til institutioner og folkeskoler.

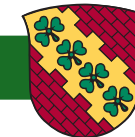
Mere information om Hvidovre Kommune findes på www.hvidovre.dk



Klovn. Foto: Cirkusmuseet.

CYKELKORT OVER HVIDOVRE





Thors Hammer. Foto: Høje-Taastrup Kommune.

Cykelruten er på ca. 17 km og starter ved **Høje-Taastrup Rådhus (1)**. Rådhuset er bygget i 1981-1982, og er tegnet af arkitekt Robert Rasmussen. Med sine røde mursten harmonerer Høje-Taastrup Rådhus flot med sin nabo **Høje Taastrup Kirke (2)**.

Cykelturen går igennem Høje Taastrup landsby, hvor Høje Taastrup Kirke er placeret, opført i frådsten i 1050-1150. Høje Taastrup Kirke er kendt fra danmarkshistorien som den kirke, ved hvis fod kongeslaget mellem Svend og Knud blev udkæmpet i 1149. I kirkegårdsmuren mod nord ses en mindetavle, som beretter om den blodige strid. Ligeledes beretter en mindetavle om, hvordan Danmark under fredsforhandlingerne ved Roskilde-freden mistede Skåne, Halland og Blekinge i Sverige, Bohus og Trondhjem Len i Norge, samt Hveen og Bornholm. Fredsforhandlingerne fandt sted i præstegården i Høje Taastrup i 1658.

Cykelturen forsættes ad Bygaden og igennem landsbyen Kragehave. I dag ser man fortsat tre gamle gårde stående side om side med landsbyens øvrige huse. Cykelturen fortsætter

ad stier til Hedehusene. Her passerer **Hedehushallen (3)**. Et idrætsanlæg bygget i 1970. Cykelturen går nu sydover og krydser jernbanen, hvorefter der cykles langs **Stejlberg (4)**. En naturlig forhøjning på 39 meter, som i sin tid blev brugt som galgebakke. Navnet Stejlberg henviser til aktiviteterne på galgebakken, hvor folk blev lagt på "hjul og stejle".

Cykelturen fastholder sin kurs sydpå og passerer de åbne marker med en del gravhøje, som omslutter **Reerslev (5)**, som er én af Høje-Taastrup Kommunes i alt 14 landsbyer. Bystævnet på Tingstedet er originalt og har ligget her siden middelalderen. Reerslev Kirke fra 1100-tallet er udsmykket med unikke kalkmalerier af en af 1400-tallets kendte malere – Isefjordsmesteren – og er bestemt et besøg værd. I Reerslev passerer cykelturen endvidere



Høje Taastrup Kirke. Foto: FB Gruppen.

Tingstedvejs gadekær (6) – renoveret af beboerne i slutningen af 1990'erne. Det rindende vand tændes og slukkes hvert år ved en lille ceremoni. Ca. midt i Reerslev landsby slår cykelruten et sving til højre af M.W. Gjøs Vej. Herefter krydser ruten Brandhøjgaardsvej og fortsætter langs med Tranemosevej ud i natur- og fritidsområdet Hedeland.

Hedeland er et 15 km² stort rekreativt naturområde, der strækker sig ind i tre kommuner (Høje-Taastrup, Greve og Roskilde). Området er en tidligere grusgrav, og er stadig under udbygning. Cykelturen passerer forbi Hedeland Amfiteater. Amfiteateret er Danmarks største friluftsscene med plads til op mod 4.500 tilskuere. Den store åbne scene tilbyder den perfekte ramme om blandt andet de klassiske operaopsætninger, som vises hvert år i august. Hedeland rummer også en golfbane, fiskesøer, ridecenter med ridebaner, vinmarker, motocrossbane, kolonihaver og ikke mindst en stor skibakke som nok vil udfordre cyklisten. Toppen af bakken ligger 48 meter over havets overflade, og tilbyder en udsigt der rækker til Roskilde i vest og København i øst. Når temperaturen kommer under nul grader, sørger snekanoner for, at gæster kan kælke og stå på ski.

Undervejs cykles forbi **Hedelands Veteranbane (7)**. Med sine 5 km spor udgør Hedelands Veteranbane Danmarks længste smalsporede jernbane. Veteranbanen tilbyder sine passagerer at blive transporteret rundt i landskabet – også med cyklen. Passagerer kan stige af og på undervejs. Togdriften udføres af damp- og motorlokomotiver, og er åben for gæster hver søndag i sæsonen, der løber fra midten af maj



Opera Hedeland. Foto: Marie Rosenkrantz.

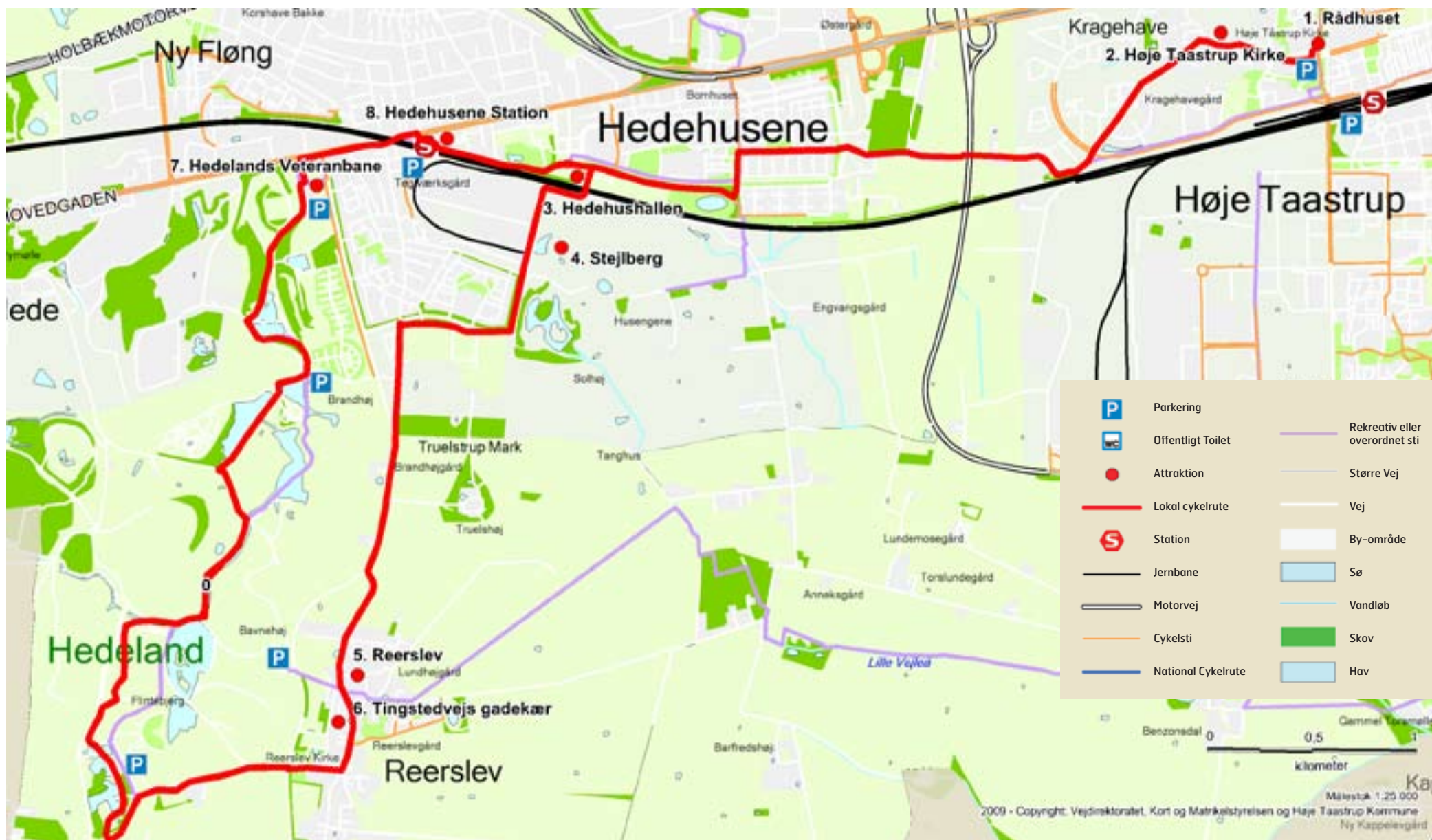
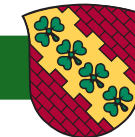
til begyndelsen af september. I december kører juletræstoget ud med familierne og henter årets træ.

Efter at være kommet godt omkring i det naturskønne Hedeland når cykelturen igen Hedehusene by. Fra Veteranbanens remiser cykles der til højre ad Hovedgaden, som føres under en viadukt i retning af Hedehusenes hyggelige bykerne. Hovedgaden er et centralt handelsstrøg for Hedehusenes indbyggere og besøgende, som har mulighed for at gå på indkøb i mange spændende specialforretninger. På højre hånd passerer **Hedehusene Station (8)** som er fra 1847, hvor den første jernbane i Danmark blev anlagt. Den nuværende stationsbygning er opført i 1917. Indtil 1950'erne var Hedehusene Station blandt de største godstationer i Danmark.

Herfra går cykelturen ad stier mod Høje Taastrup Landsby og tilbage til startstedet ved **Høje-Taastrup Rådhus (1)**.

Mere information om Høje-Taastrup Kommune findes på www.htk.dk og www.hojetaastrup.dk

CYKELKORT OVER HØJE-TAASTRUP





Vejleåstien. Foto: Tonny Mårtensen.

Cykelruten er på ca. 13,5 km.

I det nye Ishøj findes rådhus, butikker, spisesteder og overnatningsmuligheder. Det gamle Ishøj, som også er et besøg værd, ses i landsbyerne Torslunde, Tranegilde og Ishøj Landsby. Her er der stråttækte huse, gamle kirker og gravhøje.

Ishøj er en grøn kommune med vådområder, mark og skov på mere end 75 procent af arealet. Ishøj er byen ved stranden med lystbådehavn, campingplads og indsøer. Ishøj er en flerkulturel by med mange nationaliteter, et spirende musikliv, enestående museer og gode uddannelsesmuligheder.

Cykelruten fører dig igennem det nye Ishøj, Tranegilde – én af de gamle landsbyer – og langs Store Vejleå, tilbage over den nye bydel og ud til strandområdet for at slutte ved Ishøj Idræts & Fritidscenter.

Turen starter ved **Ishøj Idræts & Fritidscenter (1)**. På med cykelhelmen, op på cyklen og hen ad stien mod Vejlebrovej. Drej til højre ad cykelstien lige før den krydser Vejlebrovej, og fortsæt hen ad stien. Sving til venstre forbi

nyttehaverne og langs **Vejleåstien (2)**. Tænk tilbage på gamle dage, og forstil dig vikingeskibene komme sejlen forbi dig på Store Vejleå. Følg stien ca. 2 km og drej derefter til venstre ind gennem Tranegilde Landsby.

Kirkebakken (3). Her fortæller sagnet, at der skulle bygges en kirke. Men hver nat hjemsøgte nisser, alfer og andet troldebyggeriet, som de rev ned og flyttede til Ishøj landsby, hvor kirken så omsider blev bygget.

Kør videre gennem Tranegilde Bygade, som også har en lang historie, og frem til Bredekærgård.

Bredekærgård (4), som i 1979 blev overtaget af Ishøj Kommune, og bevares som et stykke dansk bondegårdskultur fra tiden 1930 til 1950. Besøg staldene, med køer, grise, heste og får. Bag gården, er der bure til dyr, som passes af børn i Ishøj Kommune. Om sommeren er der Jazz på gårdspladsen. Hvis du vil blive lidt lænere i Tranegilde eller vende tilbage en anden dag, kan du besøge **Ishøj Naturcenter (5)**, eller nogle af de andre muligheder. I dette område findes også Ishøj Dyrepark, Ishøj Teater, Den Kinesiske Portal, Naturstien og en hel del informationstavler om området.

Cykelturen fortsætter ved at svinge til venstre lige før Bredekærgård op ad Tranegilde Bygade og køre over motorvejsbroen, drej derefter til højre ad Voldstien.

Følg Voldstien til den ender og drej til højre ad Ishøjstien. Efter 4. vej drej til venstre ad vilavejen og fortsæt ad Baldersbækstien under

Ishøj Parkvej, og videre forbi Ishøj Sø. Gør eventuelt et hold her og nyd det rige fugleliv og den smukke natur.

Op på cyklen igen og følg stien til T-krydset. Her drejes til venstre og du kommer forbi Danmarks største byggerenovering af boligområdet Vejleåparken og **Strandgårdsskolen (6)**.

Kør ad Østergården forbi Strandgården og Bjerggården og drej til højre ad Skyttestien og under jernbanen. Vær opmærksom på mulige tværkørende cyklister for enden af tunnelen. Følg stien forbi Ishøj Musikskole, Jægerkrogen og Lille Strandvej, ud mod **Piletangen (7)**, ud over Jægerbro og Pilebro. Giv dig selv lov til at standse op et øjeblik og nyde naturen.

Drej til venstre ad stien for enden af vejen. Følg **Hjelmestien (8)** langs stranden, og hvis vejret

tillader det, og du har badetøjet med er det oplagt at tage en tur i bølgen blå.

Fortsæt cykelturen hen til **Naturlegepladsen (9)** og forbi **Arken (10)**. Arkitekten Søren Robert Lund har skabt en bygning, der leder tankerne hen på et strandet skib.

Derefter videre ud til **Ishøj Tange (11)**. Følg stien tilbage ad Ishøj Tange og vælg Mosestien, forbi Tangloppen og følg stien til højre og straks derefter til venstre ad Strandparkstien forbi **Fugletårnet (12)** og videre frem forbi Vandrehjemmet. Følg stien under Ishøj Strandvej og du kan nu skimte Ishøj Idræts & Fritidscenter og turen er slut for denne gang. Håber du har haft en god tur.

Mere information om Ishøj Kommune findes på www.ishoj.dk eller www.visitishoj.dk



Arken. Foto: Tonny Mårtensen.

CYKELKORT OVER ISHØJ





Cykelruten er på ca. 16 km, og starter ved **Vallensbæk Rådhus (1)**. I marts 1987 stod det nybyggede rådhus klar til indflytning.

Fra rådhuset kører man mod syd ad Vallensbæk Torvevej mod **Vallensbæk Havn (2)**, der er en populær lystbådehavn med et meget hyggeligt havnemiljø, gode sejladsmuligheder samt øvrige aktiviteter som kano og kajak, dykkerklub m.m.

Fra Vallensbæk Havn kører man ad Nælde- stien i vestlig retning langs med vandet. Lige før Ishøj kører man til højre ad Sandvejen videre over Gammel Køge Landevej og til højre ad Bækkeskovvej og over Søndre Ringvej og videre ad Vejlegårdsvej. Lige efter motorvejen kører man til venstre af Lundbækvej.

Vallensbæk Ungdomsskole (3) har til huse i det gamle kommunekontor. Ungdomsskolen tilbyder undervisning og fritidsaktiviteter for unge mellem 13 og 18 år.

For enden af Lundbækvej begynder det natur-



Vallensbæk Havn. Foto: Ebbe Forup.

skønne område **Vallensbæk Mose (4)**, der er et stort rekreativt naturområde, der kan få enhver til at glemme, at man befinder sig tæt på hovedstaden. Oprindeligt var området blandet moseareal og åbent landbrugsland.

I området følger man stien i vestlig retning ca. 400 meter. Herefter kører man i nordlig retning ad Mosestien mod Vallensbæk Ridecenter. Fra Mosestien kører/går man ind på ridecentret.

Vallensbæk Ridecenter (5) er et topmoderne ridecenter, der i dag er et af landets største. Centret er en del af et større, harmonisk anlagt parkanlæg, der består af 60 td. land. I nærområdet er der 50 km. offentlige ridestier.

Fra ridecentret kører man ad stien i nordlig retning langs med Vejlegårdsvej. Herefter kører man i vestlig retning ad Søholmstien til **Vallensbæk Vandskicenter (6)**, der er blandt verdens bedste vandskianlæg. Vandskiaktiviteterne finder sted på Vallensbæk Sø, som blev etableret i begyndelsen af 1970'erne. Søen er anlagt som et opsamlingsbassin for regnvand fra Vestmotorvejen.

Fra vandskicentret kører man i nordlig retning under motorvejen. Efter motorvejen kører man til højre. **Tueholm Sø (7)** er et dejligt område, hvor man bl.a. har mulighed for lystfiskeri. Der kan lejes robåde og købes 1-dagsfiskekort. Fra Spisestedet Mosen fortsætter man ca. 300 m i nordlig retning langs Tueholm Sø ad Tueholmstien. Herefter kører man ad Skolestien, under Albertslundvej og ca. 100 m frem til Pilestien, hvor man så kører i vestlig retning ad Pilestien.



Vallensbæk Mose. Foto: Leif Jeppesen.

Pilehaveskolen (8) blev bygget i 1969 og er en af kommunes tre folkeskoler. Efter Pilehaveskolen drejer man i østlig retning ad Løkkekrogen til Horsestien, og fortsætter i sydlig retning over Vallensbækvej, videre ad Horsestien, under motorvejen, hold til venstre ad Horsestien. Ca. 150 meter fremme skal man dreje til højre ad Kirkebakke Allé.

Vallensbæk Kirke (9) er Vallensbæks ældste bygning som formodes bygget i årene 1150-1200. Kirken ligger i et hyggeligt landsbyområde. Kirken er især kendt for sine mange smukke kalkmalerier, der stammer fra ca. 1450, og er udført af 'Isefjordsmesteren'.

For enden af Kirkebakke Allé drejer man til venstre ad Brøndbyvej. Ca. 100 meter fremme kører man til venstre ad Bygaden, og fortsætter ad Idræts Allé i sydlig retning, forbi Vallensbæk skole, videre af Vejlegårdsstien og under Idræts Allé.

Vallensbæk Idrætscenter (10) er opført i 1978-1979 og består bl.a. af to sportshaller, fodboldbaner, rulleskøjtebane, tennisanlæg og petanqueanlæg.

Fra idrætscentret kører man ud på Idræts Allé i østlig retning over Vallensbæk Torvevej og videre af Golfsvinget.

Vallensbæk Naturlegeplads (11) er beliggende i en rummelig gammel frugtspark. Der er masser af plads og gode legefaciliteter, bålplads, grill, bænke og borde. Legepladsen er altid åben, og er et oplagt udflygtsmål for børnefamilier.

Fra naturlegepladsen kører man videre ad Golfsvinget mod **Copenhagen Golf Center, Vallensbæk (12)**, der er et af de største golfcentre i Danmark med en 18-huller bane og to 9-huller baner samt en driving range.

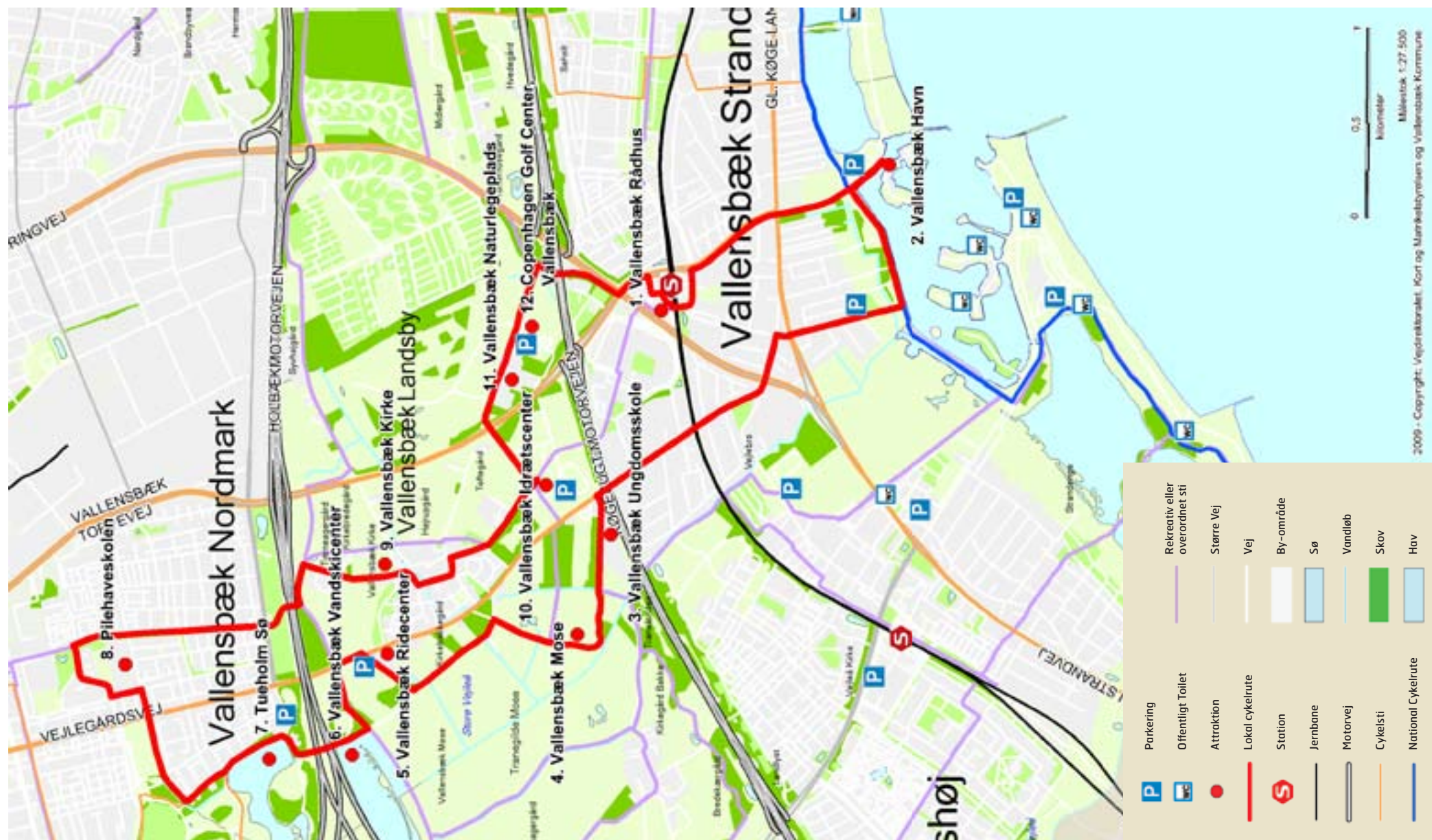
Fra golfcentret fortsætter man ad en sti gennem centret. For enden af stien kører man til højre under motorvejen, og til højre ad Søndre Ringvej og til venstre ad Vallensbæk Torvevej og tilbage til Vallensbæk Rådhus.

Mere information om Vallensbæk Kommune findes på www.vallensbaek.dk



Vallensbæk Naturlegeplads. Foto: Henning Elmelund.

CYKELKORT OVER VALLENSBÆK



ALT UNDER ÉT TAG

WELLNESS, KURBAD OG MOTIONSCENTER, KONFERENCELOKALE OG CAFÉ

VI KAN TILBYDE:

Kursus- og konferencelokale med AV-udstyr
Wellness og kurbadsafdeling m. diverse behandlinger
Motionscenter med aerobic lokale
Stort svømme- og badeland samt friluftsbad
Babysvømning, fødselsforberedelse og efterfødselstræning
Genoptræning i varmtvandsbassin, knæ- og hoftehold
Sundhedstjek og KOL-hold
Café

WELLNESS ARRANGEMENTER:

Kvinde-veninde aftener, drop-in wellness for kvinder, midnatswellness, stilhedsaftener, drop-in wellness for mænd, indiansk svedehytte, drop-in familiewellness.

HOLD PERSONALEDAG ELLER FIRMAMØDE I VESTBAD:

Kombiner med wellness og massage.

Vestbad har miljøcertificeringen
DEN GRØNNE NØGLE

Følg med på www.vestbad.dk



WELLNESS, KURBAD & MOTIONSCENTER
NYKÆR 26, 2605 BRØNDBY • TLF. 36 75 36 26 • www.vestbad.dk



Vestegnen



Kun 20 minutter fra Københavns Rådhusplads finder du Vestegnen - et fristed, hvor børn og voksne kan lege, opleve og slappe af.



www.visitvestegnen.dk

EL CYKEL

Det store 10 amp.
Lithium Ion-batteri
jo flere ampere desto længere køretid

Kører i test
58 km. for
nogle få øre
pr. opladning

Vejl. pris
kr. 10.999,-

6.999,-

DANMARKS
BEDSTE
EL CYKEL
KØB

Elvira Madigan
Lithium Ion Technology

Cykelland

Se mere på
www.cykelland.com

Hvidovrevej 90 • 2610 Rødovre • Tlf. 36 70 54 44 (lige over for Hvidovre Station)
Åbningstider: Man.-tors. 10.00-17.30 • Fredag 10.00-18.00 • Lørdag 10.00-14.00

Pjecen er udgivet i forbindelse med Store Cykeldag på Vestegnen 2009. Store Cykeldag er arrangeret af Vestegnssamarbejdet, Albertslund, Brøndby, Glostrup, Hvidovre, Høje-Taastrup, Ishøj og Vallensbæk Kommuner, Dansk Cyklist Forbunds lokalafdelinger på Vestegnen og DGI Roskilde. Store Cykeldag på Vestegnen er en tilbagevendende begivenhed og udspringer af Dansk Cyklist Forbunds årlige mærkedag for cykelglæden.



Dansk Cyklist Forbund



Hovedsponsorer på Store Cykeldag på Vestegnen 2009:
Regionalavisen Vestegnen, Brøndby IF og Cykelland.



Pjecen er realiseret med støtte fra Nordea-fonden.

NORDEA
FONDEN

Skiltning af Vestegnstruten er realiseret med støtte fra Skov- og Naturstyrelsen.

