

## Turer med «Aktiv i 100» fra Ellingsrud høsten 2016

Velkommen til ny tursesong! Her finner du oversikt over alle turene. Frammøte er ved Ellingsrudåsen T-banestasjon (senteret) fredager kl 11.00.

Nærturene er på 2-3 timer inkl pause. Vi har som mål å holde gruppen samlet fram til rast/matpause. Dersom vi har nok turledere, og vær/føre frister til det, kan vi etter pausen dele gruppen og tilby en lengre og litt mer krevende tur for de som ønsker det. Uansett deler vi gruppen når det er behov for det.

Siste fredag i måneden har vi Månedens tur, som ofte har annet startsted enn Ellingsrud. Månedens turer har også frammøte på Ellingsrud, men da er det også mulig å henge seg på turfølget underveis. Vi bruker ca 2-3 timer på disse turene, reise kommer i tillegg. Det er ofte mulig å legge opp til to turalternativer.

Vi raster vanligvis ute, husk å ta med drikke og matpakke. Vi har også mulighet til å avslutte nærturene i Kulturkjelleren på Ellingsrud, hvor vi kan kjøpe kaffe og vaffel.

Vi anbefaler å **alltid** ha med kort/billett til buss/bane, i tilfelle turen ender et annet sted enn Ellingsrud.

Informasjon om turene legges ut på nettsidene til DNT, og kan også fås som epost (gjelder først og fremst månedens tur). Send en epost til [naerturellingsrud@gmail.com](mailto:naerturellingsrud@gmail.com) hvis du ønsker å motta informasjon på epost.

Dato	Turbeskrivelse	Transport
19.08	<b>Nærtur</b> på stier og veier rundt Ellingsrud	
26.08	<b>Månedens tur.</b> Østmarka nordøst. Skogsvei og sti langs Åmotdammen til Blåtjern, Østbyputten og stikjerrevei til Østby. Ca 7 km. Rast i det fri.	Buss 411 fra Karihaugen kl 11.16 til Sandbekkallen (sone 2), (11.48). Buss 411 tilbake hvert kvarter fra Østbyveien.
02.09	<b>Nærtur</b> på stier og veier rundt Ellingsrud	
09.09	<b>Nærtur</b> på stier og veier rundt Ellingsrud	
16.09	<b>Nærtur</b> på stier og veier rundt Ellingsrud	
23.09	<b>Nærtur</b> på stier og veier rundt Ellingsrud	
30.09	<b>Månedens tur.</b> Lillomarka. På stier og skogsvei fra Tonsenhagen til Isdammen, Trollvann og innom uteliggerhytte fra etterkrigstidens boligmangel, tur i spennende landskap. 5-6 km. Rast i det fri.	Buss 25 fra Karihaugen kl 11.23 til Tonsenhagen (11.47). Buss 25 tilbake fra Lofthus.
07.10	<b>Nærtur</b> på stier og veier rundt Ellingsrud	
14.10	<b>Nærtur</b> på stier og veier rundt Ellingsrud	
21.10	<b>Nærtur</b> på stier og veier rundt Ellingsrud	
28.10	<b>Månedens tur.</b> Skjettenkollen. På stier i variert landskap med gamle gravrøyser. Ca 6 km. Rast i det fri.	Buss 25 fra Karihaugen kl 11.13 til Lørenskog st (11.17). Buss 25 tilbake fra Lørenskog st.
04.11	<b>Nærtur</b> på stier og veier rundt Ellingsrud	
11.11	<b>Nærtur</b> på stier og veier rundt Ellingsrud	
18.11	<b>Nærtur</b> på stier og veier rundt Ellingsrud	
25.11	<b>Månedens tur.</b> «Grorud rundt». Langs Alna og opp til Badedammen, Steinbruvann rundt på sti/vei, ned til Grorud til Steinbra kafe. Mulighet for å gå Alna videre nedover til Hølaløkka/Grorud st.	T-bane fra Ellingsrud kl 11.05 til Furuset, buss 79 videre kl 11.19 til Grorud (11.31).

02.12	<b>Nærtur</b> på stier og veier rundt Ellingsrud	
09.12	<b>Juleavslutning.</b> Bogstad Gård. Vi starter ved Radiumhospitalet og går Mærradalen og Hovseterdalen til Bogstad Camping og videre til Bogstad Gård. Kafe. Ca 6 km.	T-bane fra Ellingsrud kl 11.05 til Smestad. Buss 23 kl 11.43 til Radiumhospitalet (11.46). Retur med buss 41 (hver halvtime) til Røa (T-bane linje 2).
06.01	<b>Første tur etter nyttår.</b>	

Turene er også beskrevet på [www.dntoslo.no](http://www.dntoslo.no)

Vi gjør oppmerksom på at det noen ganger blir tatt bilder på turene. Disse bildene kan bli lagt ut på [www.dntoslo.no](http://www.dntoslo.no). Gi oss beskjed dersom du ikke ønsker å bli tatt bilde av.

Ta gjerne kontakt med Hanne Tretterud Lund dersom noe er uklart: 22 82 28 00 / 905 13 405, epost: [hanne.lund@dntoslo.no](mailto:hanne.lund@dntoslo.no), eller Ellingsrudgruppas egen epost: [naerturellingsrud@gmail.com](mailto:naerturellingsrud@gmail.com).

Se også vår facebook-gruppe **Nærturgrupper i Oslo - Aktiv i 100** (og trykk gjerne liker..). Der legger vi ut både korte referat fra turer, og informasjon om kommende turer.

Vel møtt til tur.

Hilsen

Anne Berit ( 971 32 511), Aud (997 22 587), Tove (478 36 733), Abbas og Hanne.

DNT Oslo og Omegn

