



## Tour de HjerTEBRO



Forsommerens nye cykelklassiker



**NYHEDSBREV**

maj/juni 2022

### GÅ MED

Har du lyst til at blive en del af vores gå-gruppe i København S? Vi har afviklet 2 hyggelige ture, og du er så hjertelig velkommen.  
Der er arrangeret 2 ture mere inden sommerferien.

#### GÅ MED på Amager Strandpark

Tidspunkt: Fredag den 20.05 – kl 13.  
Startsted: Cafe Cibo, Amager Strandvej 53, (Græsarealet overfor Lidl på Øresundsvej).  
Turen ender samme sted. Varighed af gåtur ca. 1,5 time.

#### GÅ MED på Amager Fælled

Tidspunkt: Fredag den 27.05 – kl 13.  
Startsted: Ved betonbroen ved indgangen til Amager Fælled (overfor Metrostation Danmarks Radio)  
Turen ender samme sted. Varighed af gåtur ca. 1,5 time.

Vi holder ferie i juni og juli måned og vender tilbage i august måned.

### Invitation til 3 cykelture: 10., 11. og 12. juni 2022.

Glæd dig til at deltage i forsommerens store nye cykelklassiker **Tour de HjerTEBRO**, hvor vi sammen danner et cykelhold, som gennem tre etaper cykler byen tynd.

Denne TOUR er arrangeret af de lokale HjerTE-foreninger i København og på Frederiksberg i vores fælles samarbejde, som hedder HjerTEBROEN.

Touren er for alle uanset form og vi spurter ikke undervejs, da vi kun kan vinde ved at "stå" sammen i HjerTEBROEN.

Har du lyst til at læse mere så klik på vedhæftede folder. Både i folderen og her er der links til **din** tilmelding til årets Tour de HjerTEBRO.

Hvis du klikker på linkene herunder, kan du både læse om de enkelte ture og tilmelde dig.

ETAPE 1: Bro-etapen: Klik [HER](#)

ETAPE 2: Konge-etapen: Klik [HER](#)

ETAPE 3: By-etapen: Klik [HER](#)

Vi glæder os til at "toure" derud - sammen!

Med hjertelig hilsen HjerTEBROEN

### Godt golf-tilbud



Prøv golf i City Golf Copenhagen – gratis og uforpligtende.

Det er hver torsdag og søndag fra klokken 10:00 til 12:00. Der er opvarmning inden man svinger køllerne. Mere information og tilmelding i vedlagte folder.

Et af vores bestyrelsesmedlemmer, Ole Beier, som er hjerTEpatient, har prøvet det.

Ønsker du yderligere op-lysninger er du velkommen til at kontakte ham på telefon 21 60 04 75.

## Faste aktiviteter

Gode ideer til aktiviteter efterlyses. Tøv ikke med at kontakte formanden, hvis du/l har forslag til nye aktiviteter.

### Søndags - gåture på Amager Fælled

Gåture på Amager Fælled hver søndag kl. 10:00. Alle er velkomne - der er ingen tilmelding - bare mød op.

Startsted: DR Byens Metrostation, og vi slutter samme sted.

Ruten er Hjertestien på Amager Fælled. Ruten er i alt på mellem 4,4 og 5,8 km - varighed ca. 1,5 time.

Ved gåture på helligdage – hermed menes ikke almindelige søndage – kan der ikke forventes en leder på turen – men alle er velkomne til selv at gå tur på Amager Fælled.

### Sommer-aften-gåture på Amager Fælled

Gåture hver onsdag kl.19:00 med start onsdag den 11. maj 2022 til og med onsdag den 28. september 2022.

Startsted: DR Byens Metrostation, og vi slutter samme sted.

OBS. På aftenurene benyttes ofte alternative ruter, og længden kan variere.

### ”Fodbold for hjertet” - Hjertevenlig fodbold i trygge rammer.



Tidspunkt: Hver mandag klokken 11:00 - 12:00.  
Sted: Sundby Boldklub, Raffinaderivej 3,  
2300 København S.

Både mænd og kvinder er velkomne..

Kontakt: Flemming Jacobsen - Mobil: 42 24 40 56.  
Mail: [partner@sundbyboldklub.dk](mailto:partner@sundbyboldklub.dk)

## Hjemmeside/Kalender og Facebook

Vores aktiviteter indsættes løbende i vores hjemmeside/kalender, og ligeledes omtales de på vores Facebookside.

Hjemmeside/Kalender  
<https://lokal.hjerteforeningen.dk/kbhs/>

Facebook  
<https://www.facebook.com/hjerte2300s/>

Hvis du ”liker” vore Facebook-side får du automatisk besked, når der sker noget nyt.



Med de herteligste hilsener  
Margit Grome