

TURPROGRAM FOR NÆRTURER FRA AMMERUD Høsten 2025

Oppmøte på Ammerud T-banestasjon tirsdager klokka 11:00. Siste tirsdag i måneden arrangerer vi Månedens tur. På disse turene reiser vi til et annet turutgangspunkt. Vi bruker gjerne to - tre timer på turen, eksklusiv reise og spisepause. Husk å ta med reisekort, drikke og matpakke når vi skal raste underveis. Denne høsten har vi også lagt inn noen **ekstraturer**, for å utforske andre turområder og skape variasjon. Vanlige nærturer går i tuområdene rundt Ammerud. Turene varer mellom to og tre timer, avhengig av vær og føre. På alle turene er det gjerne en matpause underveis, så ta med drikke og matpakke.

DATO	TURBESKRIVELSE	TRANSPORT
19.08	Nærtur fra Ammerud T-banestasjon	
26.08	Månedens tur til Sognsvann og Solvang kolonihager. Tur i området rundt før turen avsluttes med hyggelig kolonihagebesøk.	T-banen fra Ammerud 11.10 til Ullevål stadion. Bytte til T-banen til Sognsvann klokka 11:46. Turen starter fra Sognsvann når banen ankommer ca. 11.54.
2.09	Nærtur fra Ammerud T-banestasjon	
9.09	Ekstratur: Lysåsen til Lintjern. Turen starter og avsluttes på Ellingsrudåsen T-banestasjon. Ta med mat og drikke.	T-banen fra Ammerud til Grorud klokka 11.01. Buss 79 klokka 11.09 til Furuset. Videre med T-banen til Ellingsrudåsen 11.27.
16.09	Nærtur fra Ammerud T-banestasjon.	
23.09	Nærtur fra Ammerud T-banestasjon	
30.09	Månedens tur langs Alnaelva. Turen starter fra Haugerud T-bane og går til Breivollen og Smalvollen. Videre til Svartdalen, gjennom Svartdalsparken og til Galgeberg. Matpause underveis. Ca. 9 km	T-banen fra Ammerud 11.01 til Grorud. Buss 79 klokka 11.09 til Haugerud. Turen starter når bussen ankommer ca. 11.27.
7.10	Nærtur fra Ammerud T-banestasjon	
14.10	Ekstratur langs Frognerbekken til Bygdøy. Turen går fra Majorstua, gjennom Frognerparken og videre langs Frognerbekken til Bygdøylokket. Vi fortsetter utover Bygdøy, med mulighet for besøk på Kafe Arkadia på Folkemuseet.	T-banen fra Ammerud klokka 11.04 til Majorstua. Turen starter fra Majorstua når banen ankommer ca. 11.30.
21.10	Nærtur fra Ammerud T-banestasjon	
28.10	Månedens tur til Gjelleråsmarka og Galleri Wurth. Turen starter fra Stovner T-banestasjon, og går forbi Liastua og til Vestli. Videre på gangvei	T-banen fra Ammerud til Stovner klokka 11.01.

opptil Salamanderparken og Galleri Wurth. Turen avslutter på Vestli. Det er også mulig returnere med buss 380 fra Morteveien til Ammerud. Kafemuligheter på Galleri Wurth.

04.11 Nærtur fra Ammerud T-banestasjon

11.11 Nærtur fra Ammerud T-banestasjon

18.11 **Ekstratur fra Ekeberg til Sørenga.** Turen går fra Simensbråten og gjennom Ekebergparken. Deretter ned til Gamlebyen og ut til Sørenga. Mulighet for å kjøpe kaffe og vafler i DNTs lokaler på Sørenga. T-banen fra Ammerud 11.10 til Økern. Videre med buss 23 til Simensbråten klokka 11.25. Turen starter fra Simensbråten når bussen ankommer ca. 11.39.

25.11 **Månedens tur** fra Bogerud til Galgeberg. Turen går fra Bogerud og ned langs Østensjøvannet. Videre til Manglerud, med kaffepause på Manglerud gård. Deretter på sti ned til Svartdalen og Alnaelva. Mulig å fortsette til Brynseng eller Galgeberg. T-banen fra Ammerud til Tøyen 11.04. Bytte til T-banens linje 3 klokka 11.28 til Bogerud. Turen starter fra Bogerud når banen ankommer ca. 11.44.

2.12 Nærtur fra Ammerud T-banestasjon

9.12 **Årets siste nærtur før jul**

Første tur etter jul er 13 januar. Nærturgruppene er også på [Facebook](#). Lik oss gjerne på siden [Nærturgrupper i Oslo – Aktiv i 100](#). Ta gjerne kontakt med Abbas på mobil 918 21 918 dersom noe er uklart.

Velkommen ut på tur 😊

Hilsen Synnøve og Abbas

DNT Oslo og Omegn

