

TURPROGRAM FOR NÆRTURER FRA AMMERUD VÅREN 2026

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. Gruppen har også **ekstraturer**, for å utforske andre turområder og skape variasjon. Vanlige nærturer går i turområdene 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
13.01	Nærtur fra Ammerud T-banestasjon	
20.01	Ekstratur langs Langvannet i Lørenskog til rådhuset. Turen både starter og avsluttes på Ellingsrud Torg.	T- banen fra Ammerud kl. 11.02 til Grorud, buss 79 til Furuset. T-banen videre til Ellingsrud. Turen begynner kl. 11.29. fra Ellingsrud torget.
27.01	Månedens tur over Ormøya, videre ut til Malmøya og Solvik. Det blir matpause underveis.	T-banen fra Ammerud til Jernbanetorget. Videre med buss 81 eller 83 Jernbanetorget (fra Strandgata) til Nedre Bekkelaget. Retur fra Malmøya med buss 85.
03.02	Nærtur fra Ammerud T-banestasjon	
10.02	Ekstratur fra Furuset. Turen går fra Furuset kirke og videre går turen på sti nedover til Alnaparken, og videre Alnastien og til Kalbakken. Vi tar rast ved Veitvetparken, og innom Høllaløkka. Turen avsluttes på Grorud T-banestasjon.	T- banen fra Ammerud kl. 11.01 til Grorud, buss 79 til turstart på Furuset.
17.02	Nærtur fra Ammerud T-banestasjon.	
24.02	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. Ankomst ca. 11.29
03.03	Nærtur fra Ammerud T-banestasjon	
10.03	Nærtur fra Ammerud T-banestasjon	
17.03	Ekstratur til Løren med skulpturvandring. Turen går fra Løren til Tøyen, gjennom Peer Gynt parken og Torshovdalen. Turen avsluttes i Tøyenparken.	T-banen fra Ammerud til Løren kl 11.10 (linje 4). Turen starter ved Løren T-banestasjon kl. 11.22.
24.03	Nærtur fra Ammerud T-banestasjon	
31.03	Månedens tur fra Stovner til Liastua. Turen går innom Milroghytta og videre til Hellerudkoia. Deretter til Storsletta på Gjelleråsen og følger Pilgrimleden til Lahaugmoen. Turen avsluttes ved «Mortens Kro».	T-banen fra Ammerud til Stovner klokken 11.01. Retur med buss 380 til Grorudkrysset.
7.04	Nærtur fra Ammerud T-banestasjon	

- | | | |
|-------|---|--|
| 14.04 | Ekstratur fra Ellingsrud til Grønlihytta. Turen går over Kjerringmyra, videre til Furua og fortsetter ned til Lindeberg hvor turen avsluttes. | T-banen fra Ammerud til Grorud klokka 11.01. Buss 79 klokka 11.09 til Furuset. Videre med T-banen til Ellingsrud torget kl. 11.27. |
| 28.04 | Månedens tur til Tveten gård. Turen starter fra Lindeberg til Trosterud, forbi Trosterudvillaen og Trostrudparken og videre til Tveten gård, med kafe besøk på Tveten seniorsenter. | Oppmøte på Ammerud, og videre buss 79 fra Grorud skole kl. 11.20 til Lindeberg T kl. 11.32. |
| 05.05 | Nærtur fra Ammerud T-banestasjon | |
| 12.05 | Nærtur fra Ammerud T-banestasjon | |
| 19.05 | Ekstratur til Lilloseter sportstue. Turen starter fra Ammerud til Grorud, og videre til Breisjøen. Der tar vi en rast, før videre tur til Lilloseter storstue. Der er det også mulig for kafe besøk. | |
| 26.05 | Månedens tur starter turen fra Haugerud T-banestasjon. Vi følger lysløypa fra Haugerud over Nøklevann, til Ulsrudvann og Rustadsaga. | T- banen fra Ammerud kl. 11.01 buss 79 kl. 11.19 til Haugerud t-banestasjon. Turen begynner fra Haugerud T-banestasjon. |
| 02.06 | Nærtur fra Ammerud T-banestasjon | |
| 9.06 | Nærtur fra Ammerud T-banestasjon | |
| 16.06 | Avslutningstur til Ljanselva og Ole Bjørns plass ved Mortensrud. Videre til Fiskevollenbukta og til Hvervenbukta. «Turen avsluttes på Anne på Landet». | Buss Grorud 79 kl. 11.10 til Welding Olsens vei bussholdeplass. Retur buss 83 fra Fiskevollen. |

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 turledere Abbas, Aase, Stein og Audhild

