

## Nyttig viden, inden du cykler.

### 5 gode råd

1. Pump dækkene: Flade dæk gør cyklen tung, øger modstanden og risikoen for punktering.
2. Smør kæden: Undgå rustne og snavsede kæder.
3. Stram op: Løse skruer, kæder og gear kan rasle og gå itu.
4. Indstil sadlen: Sæt dig i sadlen og træng pedalen i bund med forfoden. Dit knæ skal være let bøjet. Sadlen skal sidde vandret, men må gerne pege lidt nedad fortil - aldrig opad. At cyklens størrelse passer er særlig vigtig, når børn skal lære at cykle.
5. Pak cyklen rigtigt: Fordel vægten lavest muligt.

### Gode ting at medbringe

Cykelhjelm, cykelpumpe, lappegrej og dækjern.

Vandflaske og måske lidt godt til dig og dine cykelvenner.

Cykelkortet/cykelguiden, telefon og opladerstik. Åndbart regntøj, let overtøj og cykelbukser alt efter rutelængde og vejr.

### Cykelbagage

Cykeltasker til at montere på bagagebæreren er gode. Så kan du fordele vægten så langt mod jorden som muligt. Det giver den bedste balance og mindste belastning. En lille cykeltaske på styret med kortholder og plads til f.eks. pung og telefon er også smart og anvendelig.

### Cyklen med i tog og bus

Der er mange stoppesteder for tog og bus langs Kulturringen. På Rejseplanen.dk kan du se hvilke togafgange, der medtager cykler. I IC-tog skal du huske at bestille plads til cyklen. Aarhus Letbane er den nye togforbindelse, som åbner i løbet af 2017.

Den forbinder Aarhus med oplandet via fem strækninger mod Odder, Hasselager, Brabrand, Hinnerup og Grenaa. Aarhus Letbanes kørerplaner finder du på [Rejseplanen.dk](http://Rejseplanen.dk).

Alle regionale busser og X-busser medtager cykler. Dog ikke i myldretid og kun, når der er plads. Der er ikke mulighed for pladsreservation. Du skal købe en cykelbillet. Forvent, at du selv skal placere cyklen i bagagerummet. Orienter dig på [Rejseplanen.dk](http://Rejseplanen.dk) og på [Midttrafik.dk](http://Midttrafik.dk).

### Cyklen med i bilen

Har bilen anhængertræk, kan du montere et cykelstativ. Hvis du dækker bilens nummerplade, skal du have en såkaldt 3. nummerplade. Husk også at fastgøre cyklernes forhjul med en cykel-elastik. Du kan også få cykelholdere til tagbagagebærer.

### Cykel og kanoferie

Flere kanoudejlere tilbyder bil og cykeltransport mellem landingsstederne i forbindelse med kanopakture. Kontakt kanoudejlerne og campingpladser med kanoudejning og spørg om logistik og transportmuligheder. Se [kanosiden.dk](http://kanosiden.dk).

### Nyttige links:

[Kulturringen.dk](http://Kulturringen.dk)

[Find cykelstier - danskecykelstier.dk](http://Findcykelstier-danskecykelstier.dk)

[Ruteplanlægger - cyklistforbundet.dk](http://Ruteplanlægger-cyklistforbundet.dk)

[Digitalt kort med cykelruter og cykelstier - opencyclemap.org](http://Digitalt kort med cykelruter og cykelstier - opencyclemap.org)

[Generelt - visitdenmark.dk](http://Generelt - visitdenmark.dk)

[Cykelferie - ruby-rejser.dk](http://Cykelferie - ruby-rejser.dk)

[Shelters - shelterapp.dk](http://Shelters - shelterapp.dk)

[Overnatning i det fri - udnaturen.dk](http://Overnatning i det fri - udnaturen.dk)

[Åbne kirker - vejkirker.dk](http://Åbne kirker - vejkirker.dk)

[Arrangementer - kultunaut.dk](http://Arrangementer - kultunaut.dk)

© Kulturringen og forfatterne

Udgiver: Kulturringen, C/O Skanderborg Kommune, Skanderborg  
Fælled 1, 8660 Skanderborg

Redaktion: Skanderborg Kommune og Lene Bilgrav-Nielsen

Forfattere: Aarhus, Odder, Skanderborg, Favrskov, Norddjurs, Syddjurs  
og Samsø kommuner

Oversættelse: Helene Franck Mortensen, CreativeSpaces

Grafisk tilrettelæggelse: Kirstine Hedensten

Trykkeri: Hornslet Bogtrykkeri

Fotografer: Morten Rygaard, Fedja Salihbasic, Anders Hede, Ann  
Malmgren, Jens Reddersen, Marianne Graversen, Ditte Isager,  
Photopop, Kim Wyon, Thomas Ivarsson, Claes Bech-Poulsen, Henrik  
Bentsen, Nicolai Bauer, Mads Dalegaard, Steffen N. Christensen,  
Morten Jac, Gert Skærlund, Gerhard Burock, Niclas Jessen, Davis Slater,  
Bjørn Thunæs, Jens Reddersen, Nicolai Perjesi, Erik Schou, Max Steinar  
Danmarks Jægerforbund, VisitDenmark, VisitAarhus, VisitDjursland,  
VisitSkanderborg og VisitGudenåen.

Side (78) "En af de ti glasmosaikruder udført af Peter Brandes til Galten  
Kirke." Foto Tinas Fotostudie

Side 159: Arkitekt C.F. Møller og fotograf Julian Weyer

ISBN 978-87-999782-0-5

