



Du kan også få programmet på din telefon. Scan koden eller hent den på [www.livilyngby.dk](http://www.livilyngby.dk) og tilføj den din hjemmeskærm.

### LYNGBY TORV, FORAN RÅDHUSET - Musik og Street Food

#### Musikpavillon

- Kl. 11.00 Åbning
- Kl. 11.15 Uddeling af Lyngby-Taarbæk Kommunes kulturpris ved borgmester Sofia Osmani.
- Kl. 11.30 Minikoncert med Anja Bjødstrup
- Kl. 12.15 Fællessang med operasanger Ole Allermann og pianist Knud Rasmussen.
- Kl. 13.00 Præsentation af Lyngby-sange med Chili Chicks under ledelse af Martin Jantzen.
- Kl. 13.30 Jazz med The Pop-up Jazz Trio
- Kl. 14.15 Minikoncert med Joanita Zachariassen – Vinder af DR LIVE 2018.
- Kl. 15.00 Minikoncert med SOMEOVUS
- Kl. 15.45 Minikoncert med ThorN
- Kl. 16.30 Minikoncert med bandet Sylvana.
- Konferencier Amanda Bodenhoff, speaker i Lyngby Boldklub.*

#### Street Food Market

Kl. 10-17 Oplev et mekka af mad og drikke med food-trucks og boder fra:

- DTU Science Brew
- Sticks 'n' Sushi
- India Royale
- Postgaarden Madhus: Cock's & Cows, Chicks by Chicks og Pizzeria Luca
- Lyngby Boldklub – Stadionpølser
- Noble Coffee
- Uganiz Juizc
- Yatai DTU – Japansk og koreansk
- Dürüm Rulle – Kebab
- Anitas – Flæskestegssandwich, fish & chips og tarteletter.
- Falafel Bar

*Der vil også flere steder være mulighed for at få cocktails, vin, vand og øl*

### LYNGBY TORV - Kom og leg med

#### Beredskab Øst - Oplev Køretøjer og blå blink

Kl. 10-15 Kom og oplev køretøjer og blå blink med forbehold for at skulle køre, hvis alarmer går

#### Sunde Sko - Kom og leg med

Kl. 10-17 Kast med ringe og optjen rabat. Fiskedam for de mindre børn med fede præmier.

### ULRIKENBORG PLADS - Kulturmøde

#### Mød Integrationsrådet i Lyngby-Taarbæk Kommune til et kulturmøde

Kl. 11-11.45 Fællessang med operasanger Ole Allermann og pianist Knud Rasmussen.

Kl. 11:45-12:30 Gratis smagsprøver fra alverdens lande.

Kl. 12:30-13:00 Elverhøjketret.

#### Helse- & Idrætsklinikken

Kl. 11-14 Kom og tal med os om dine udfordringer og få en introduktion til vores behandlinger.

#### Frisør Dichoe

Kl. 11-14 Gratis balloner til de første 100 – og uddeling af goodiebags.

### KULTURTORVET Ved Magasin/biografen - Aktiviteter for børn

#### Eventyrridderne - Kamparena og ansigtsmaling

- Kl. 11-15
- Slås mod trolde i kamparena
  - Ansigtsmaling – bliv malet som alt fra orker til sommerfugl.
  - Kastevæg – kan du ramme de uhyggelige hoveder?

Priser: 10-20 kr. pr. aktivitet.

#### Frilandsmuseet - Heksetema

- Kl. 10-17
- Er du en heks? - Tag en heksetest.
  - Hjælp de syge sammen med heksen.
  - Deltag i heksequiz – hvad er fup og fakta om hekse?

Gratis

#### Videnskabsklubben - Sjøv videnskab for børn og unge

Kl. 11 og 14 Dus med aberne

Kl. 12 og 15 Bliv klog på dyr og planter og dyk med hajer

Kl. 13 og 16 Oplev Mikrobernes Verden

Gratis

#### Opfinderskolen - Sjove forsøg og opfindershow

Kl. 10-17 Sjove forsøg – Byg en lille båd, affyr vandraketter, byg et hus med karsehave foran.

Kl. 12.30 Opfindershow for børn -sjov og eksperimenter og kl. 15.30

Gratis

#### Sticks'n'Sushi - Sjøv for børn – på japansk

Kl. 10-17 Børneaktiviteter for børn – på japansk. Lær bl.a. at male og folde traner af papir

Kl. 11, 12, 13, Kokke-børnesushi-kursus. Pladser bestilles på 14, 15 og 16 ditte.winther@sushi.dk – du kan også bare møde op og se, om der stadig er plads. Pris 50 kr.

#### LKI Lyngby - Prøv kræfter med en springbane

Kl. 10-17 Kolbøtter, vejrmøller, hop og tumleri. Prøv kræfter med redskaber og mød de søde trænerne.

Kl. 10.30-12 og 13-15 Prøv kræfter med springbanen (ikke i tilfælde af regn)

Gratis

### MAGASIN

#### - Masser af aktiviteter og konkurrencer

Kl. 10-17 Oplev de nye efterårs kollektioner på herreeta-gen, mens du nyder et glas vin fra Vinkælderen.

Magasins dygtige Personlige Shoppere står klar til at guide dig til din stil. Besøg vores personlig shopper pop-up stand i stuen, og få mere information.

Design din egen personlige t-shirt på dameeta-gen. Ved køb af en Magasin t-shirt får du gratis muligheden for at designe dit eget tryk og dermed få et personligt udtryk.

ISAND women shoppem på 2. sal vil der være forfriskninger, mens personalet præsenterer efterårskollektionen og særligt den nye frakke lavet af genbrugsflasker.

Vinkælderen åbner op for skatkammeret og giver smagsprøver på lækre vine fra forskellige kontinenter.

Ballondyr til alle børn hos Magasin Legetøj på 3. sal.

Kl. 11-15 I vores pop-up køkken på 3. sal sætter vi steg på kniven. Oplev Sean lave lækkerier i køkkenet og få lækre smagsprøver.

Kl. 11-16 Magasin DJ på Magasintorvet.

Popcorn til alle børn i børneafdelingen på 1. sal.

Vi snurrer lykkehjulet og uddeler masser af præmier i vores Beauty Univers i stuen. Fremvis din goodie App, og vær med i konkurrencen om masser af beauty præmier (så længe lager haves).

Kl. 12-16 Få et kig på de bedste styles fra Magasins egne kollektioner, når levende modeller fremviser efterårets nye farver og trends rundt omkring i huset. Vind de udvalgte styles i en konkurrence.

Kl. 12.30 Minikoncert med Anja Bjødstrup

Kl. 13.00 Minikoncert med SOMEOVUS

Hele dagen: Konkurrencer i hele huset med fantastiske præmier samt uddeling af goodiebags

## Sticks'n'Sushi – Musik på terrassen

Kl. 16-20 Groovy musik på terrassen. Slut Liv i Lyngby af hos Sticks 'n' Sushi på Magasintorvet, hvor du kan læne dig tilbage i udendørs lounge og nyde et godt glas vin eller en velskænket fadøl. Imens vil DJ'en vende plader og sørge for ekstra god stemning.

## LYNGBY STORCENTER

### – Kunst og klovne

Kl. 10-15 Børnekunstskele på Globe Torvet – mal dit eget kunstværk, og få tips og ideer til maleriet af Vivi Amelung.

Kl. 11-14 Jazzduo sørger for sprød stemningsmusik på Lille Torv.

Kl. 10-17 Mød Hospitalsklovnene rundt omkring i centret, og hør mere om deres vigtige arbejde.

Kunstsamlingen udstiller på Lille Torv og byder velkommen til en udstilling med fantastiske værker fra deres mange dygtige kunstnere.

Kom og spil mini golf ved Globetorvet. Pris 20 kr.

Lyngby Storcenter har også aktiviteter på Klampenborgvej – se mere under dette punkt.

## MICROSOFT

### – Kig ind til Microsoft

Kl. 13-15 Nysgerrig på Microsofts aktiviteter på Kanalvej? Har du hørt om vores Quantum Lab, hvor vi forsker i fremtidens teknologier? Lyst til at høre mere? Kom forbi Microsoft, og få indblik i vores aktiviteter og internationale arbejdsplads. (Kanalvej 7).

## FOG BOLIG OG DESIGNHUS

### – Cykelevent

Kl. 11-16 Prøv kræfter med cykelsporten til Fog Bolig og Designhus' cykelevent. Få testet benene af og se hvor mange watt, du kan træde på de kendte stigninger på Wahoo hometrainers med virtuel cykelsoftware fra Zwift. Der er 50 billetter på højkant til Danish Bike Award i samarbejde med CEC Event.

Tank op med gratis kaffe fra Nespresso Kaffepar og Cult energidrikke undervejs. (Nørgaardsvej 3).

## LYNGBY HOVEDGADE

### – Boder og aktiviteter

Kl. 11-15 Tag på Bogstavjagt i udvalgte butikker, der gemmer på div. bogstaver og vind fine præmier. Blanketterne kan afhentes hos henholdsvis BOGhandleren (Hovedgaden 23), Louis Nielsen (Hovedgaden 54A) og All4U (Hovedgaden 9A), hos sidstnævnte skal de også indleveres igen.

Kl. 11-17 Lyngby Stafetten. Kom på opdagelse rundt i byen med Lyngby Stafetten, og indsamle stempler. Ved en fuldt stemplet flyer får du et valgfrit gode. Få flyeren hos Lyngby Boldklub, Hot Yoga Denmark og Mit Rum.

### All4YOU – Få flot ansigtsmaling

Kl. 11-14 Hos ALL4UBørnetøj kan du få en flot ansigtsmaling eller fletning af Sminketeatret - kendt fra Zoo. Pris kr. 50 kr.

## BOGHandleren, Lyngby Boldklub

### og Sydbank – Skyd på mål

Kl. 11-17 Lyngby Boldklub, BOGhandleren og Sydbank inviterer til spændende aktiviteter. Du vil have mulighed for at vinde præmier, når der skal skydes på mål, hvor flere Lyngby-spillere vil kigge forbi i løbet af dagen, så du også kan teste dine evner imod en professionel fodboldspiller (Over for Lyngby Hovedgade 44)

Kl. 11-14 Maskotterne Rasmus Klump og Haakon kigger forbi, så de mindste kan få et billede og en krammer.

Kl. 12-13.30 Mød professionelle spillere fra Lyngby Boldklub + 15.15-16.15 og få autografer. (Lyngby Boldklub deltager i Lyngby Stafetten)

## BOGHandleren – Tegnekurrencer

Kl. 11-16.30 Tegn de flotteste tegninger med Topmodel og Dinoworld. Der er spændende præmier til de bedste tegninger. Vinderne bliver udtrukket i butikken kl. 16.30.

## Sydbank – Få gode råd om privatøkonomi

Kl. 10-17 Kom forbi Sydbanks stand og få gode råd om privatøkonomi eller en snak om tidens bedste lånemuligheder. Deltag i konkurrence om fodboldbilletter.

## Louis Nielsen – Test øjensygdomme med VR briller

Kl. 10-17 Se de forskellige øjensygdomme: Grøn stær, grå stær og AMD i vores VR briller

Kl. 13-14 Drej på vores lykkehjul og vind præmier

Kl. 14-15 Konkurrence vind et par briller værdi 2.595 kr.

Hele dagen: Sluch ice og popcorn så længe lager haves, gratis synstest, maskotten SUPER LOUIS vil gå rundt i gaden.

## Lyngby Kirke og Christianskirken – Mød biskoppen, få kirkekaffe og lyt til barbershop sang

Kl. 11-17 Kom og få en kop gratis kirkekaffe

Kl. 11.30 Lyngbykirkernes børnekor med pianoledsagelse

Kl. 13.00 Mød biskoppen - samtale med biskop Lise-Lotte Rebel

Kl. 15.00 Oplev Barbershop sang og optræden

Hele dagen: Skriv en bøn, og sæt den på bønnestagen. Træk et tankekort. Tal med en præst.

## Butik Spiren – Guidet historisk rundvisning, dialog og indspark

Kl. 13-14 Butik Spiren inviterer indenfor til fortællinger, med fotografier, om Gudmundsens hus og beboere fra ca. 200 år tilbage og til i dag. Fulgt op af besøg i den socialøkonomiske virksomhed Butik Spiren og Spireværkstederne. Tilmelding på 45 873570 eller først til mølle princippet. (Lyngby Hovedgade 44)

Hele dagen: Tid til dialog og indspark – hjemmebag og forfriskninger.

## Lyngby Pizzeria – Rykker ud på gaden

Kl. 10-17 Lyngby Pizza fjerner vinduerne (afhængig af vejret) og rykker ud på gaden med salg af bl.a. pizzaslice.

## Danske Bank og Home – Prøv kræfter med dig selv i en Speedcage

Kl. 10-14 Speedcage foran Danske Bank. Deltag i konkurrencen og se, hvor hårdt du kan sparke. Både børn og voksne kan deltage. Pundus kommer også på besøg og vil overrække præmier til de heldige vindere kl. 14.00.

## Dyrehaven Rotary – Tilmeld dig julemandsløbet

Kl. 10-17 Dyrehaven Rotary står på Lyngby Hovedgade, ved Svane Apoteket, klar med tilmeldinger til Det Store Julemandsløb i Lyngby den 16. november. Julemandsløbet er med til at skaffe midler til Rotary Dyrehavens store tandplejeprojekt på Filippinerne.

## Lyngby Special Optik – Kan du slå verdens stærkeste brilleglas i stykker?

Kl. 11-14 Kan du slå verdens stærkeste Zeiss brilleglas i stykker? Kom og vis hvad du kan. Den første, som det lykkes for får en fed præmie.

## Aji Sushi – Prøv en Sushi og Asian box

Kl. 12-16 Udendørsbod med Sushi og Asian box og kølige forfriskninger.

## Stadsbiblioteket – Danseforestilling i en boks på åben gade

Kl. 12 og 13 Oplev en unik danseforestilling med danseteatret Gazart, der foregår i en "gul kasse" fyldt med skumklodser. Danserne prikker hul på din fantasi, så den kan flyde frit i et finurligt univers. Forestillingen varer 15 minutter (På Hovedgaden ved Toftebæksvej).

## Kræftens Bekæmpelse – Lyngby bliver lyserød

Kl. 11-15 Hør mere om Kræftens Bekæmpelses "Lyserød Lørdag" i Lyngby. Lær de 7 tegn på kræft at kende. Lotteri og smagsprøver på sunde snacks.

## Boblberg - Find nye sociale fællesskaber

Kl. 10-17 Deltag i konkurrencer, og bliv klogere på Boblberg, der er en online borger-til-borger portal, hvor man kan finde nye sociale fællesskaber blandt mere end 190.000 medlemmer. Det kan være nogle at dele interesser med, nye bekendtskaber, en træningsmakker, opstart af en mad- eller strikkeklub og meget mere.

## IKYA – Prøv Bodywork

Kl. 10-17 Kom forbi IKYA's stand og prøv Bodywork

## Frivilligcenter og Selvhjælp Lyngby-Taarbæk – Bliv frivillig og hjælp andre

Kl. 11-16 Har du tid? Besøg os i teltet, og hør om dine muligheder for at hjælpe andre og bliv en del af et stærkt fællesskab. Har du tid til at oprette en netværksgruppe sammen med andre borgere, der deler fælles udfordringer med dig? Så kom forbi og lad os tale om, hvordan vi kan hjælpe jer i gang.

## Bakken – Gøglerstemning og lykkehjul

Kl. 11, 13 og 15 Mød Bakkens gøgler, når han imponerer og tryllebinder store og små.

Kl. 12, 14 og 16 Vinderne kåres i konkurrencen om præmier fra Bakken, når det fantastiske lykkehjul spindes rundt.

## "Kulturmiljøer i Lyngby"

### – Historier på skinner – Letbanen

Kl. 10-15.10 Oplæg og præsentation af plancheudstilling "Kulturmiljøer i Lyngby" ved etnolog Lene Skodborg, projektgruppen "Kulturmiljøer Langs Letbanen".

Kl. 10.30 -12.30: Se Letbanens rute fra Ishøj til Lundtofte, og få svar om anlægsarbejdet fra Hovedstadens Letbane og Lyngby-Taarbæk Kommune.

Kl. 12.-13 og 16-17 Byvandring ved Henning Andersen. Den nordlige del af Hovedgaden, Prinsessestien og Søpromenaden.

Kl. 13.30-14 Præsentation af 6. udgave af Trap Danmark, herunder kommunebindet om Lyngby-Taarbæk ved adm. Direktør og chefredaktør Niels Elers Koch.

Hele dagen: Plancheudstilling Hvorfor blev Klampenborg-vej/Lyngby Hovedgade en hvepsetalje?  
Quiz: Se plancheudstillingen og test din viden.  
For børn: Byg en LEGO-by langs Letbanen.

### Åbne Døre Kunstforening – Mal dit eget maleri og mød kunstnerne

Kl. 10-17 Mal dit eget maleri, og tag det med hjem. Mød kunstnerne, Evelyn Christensen, Claus Rasmussen og Folmer Kristensen, mens de arbejder på deres næste værker, og hør mere om kunstnerlivet i Lyngby.

### Naturligvis Outdoor – Smag på tørmad

Kl. 11-17 Kom og oplev smagsprøver på tørmad til vandreturen og quiz med i Outdoor-quizzen, hvor du kan vinde fede præmier til voksne og børn.

### Illums Bolighus – Lækre smagsprøver

Kl. 11-15 Smag på de lækreste italienske produkter fra Made by Mama, hvor der ikke er gået på kompromis med smag og kvalitet.

### FysioDanmark Lyngby – Gode råd om fysisk træning

Kl. 10-17 Få gode råd om fysisk træning som behandling eller forebyggelse mod smerter eller sygdom, og hør om hvordan du i din dagligdag kan træne dig til et bedre liv.

### Gadekirken

Kl. 10-17 Mød Gadekirken rundt omkring i Hovedgaden, og få en snak om tro og livsværdier.

### Hästens Senge – Prøv sengen og sov godt

Kl. 10-17 Kom forbi og prøv vores senge og hør mere om, hvordan du sover godt. Se hvilken håndværk, der bliver brugt til at lave en Hästens seng.

### Bæredygtighed i Lyngby-Taarbæk Kommune – Kom med idéer og få støtte

Kl. 10-16 Bæredygtighed skal være en bærende del af Lyngby-Taarbæk Kommune, og strategien skal være klar til foråret 2020 - kom forbi og giv input på idévæg og anbefal din idé til et medlem af bæredygtighedsudvalget.

Kl. 10.30 -15.30 Få tilskud til din bæredygtige idé - hør om kommunens nye støtteordning, hvor du kan få 10-50.000 kr. i tilskud til bæredygtige initiativer.

Kl. 11. "Borgernes indflydelse på lokal bæredygtighed." Formand for Bæredygtighedsudvalget, Charlotte Algreen, fortæller om arbejdet med kommunens bæredygtighedsstrategi - som borger i kommunen.

Kl. 16 Idé-væggen lukker, og de tre bedste idéer får en præmie.

### HW- Lyngby – Coffee cocktails i brudsikre glas

Kl. 11-17 HW-Lyngby rykker ud på gaden og deltager i festlighederne, hvor der bl.a. er besøg af Bodum Coffee Truck, der byder på "Cold brew" serveret i brudsikre små krus.

Kl. 12 og 15 Uddeling af et begrænset antal gratis travelmugs.

Kl. 15-17 Coffee cocktails serveres i brudsikre Martini glas.

### Vidensby Lyngby-Taarbæk – Hvordan kan Lyngby blive en fed by for dig?

Kl. 11-15 Er du mellem 15-30 år, så giv dit på bud på om Lyngby er "herre kniv" eller "mega cringe" og kom med input til, hvordan Lyngby kan blive en fed by for dig.

For alle: Hør mere om Vidensby i Lyngby.

### hulterTbulter – Kom til krea workshop

Kl. 11-16 På hulterTbulters stand vil der igen i år være krea workshop for store og små.

### Klinik Mit Rum – Prøv en kort behandling

Kl. 10-17 Få en kort prøvebehandling og se, om vores behandlinger er noget for dig. Prøv bl.a. Body SDS, Japansk Lifting, ManuVision, dybdegående massage, sportsmassage, og hør om Naturlig Hormonterapi. (Deltager i Lyngby Stafetten)

### Meny – Grill, smagsprøver og flæskestegssandwich

Kl. 11-16 Slagteren tænder grillen og sælger flotte flæskestegssandwich. Der vil være masser af spændende demonstrationer i butikken og vinsmagsprøver på gaden.

### Stof2000 – Prøv clay, broderi og vævning

Kl. 10-11 og 14-15 Vi viser, hvordan de enkelte typer clay anvendes, afprøv produkterne, lav dine egne figurer, og få dem med hjem.

Kl. 11-12 og 15-16 Vi demonstrerer de forskellige produkter og teknikker, der bruges, når man broderer. Kom og vær med.

Kl. 12-13 og 16-17 Vi demonstrerer vores to forskellige slags væve, den lille som er god til en nybegynder, og den store der passer til den øvede. Kom og afprøv vævene sammen med eksperten.

Kl. 13-14 Introduktion til tekstilmaling. Medbring et stykke stof, mal på det, og få det med hjem.

### Nordea – Optimér din formue

Kl. 11-17 Bliv introduceret til Nordeas digitale univers, og hør mere om, hvordan du kan optimere din formue. Tegnekonkurrence, ansigtsmaling og balloner til børnene.

### Uldstedet

Kl. 10 og 12 Sjove aktiviteter med garn for børn

Kl. 11, 13 Bæredygtigt strik - rul dit eget restegarnnøgle, og skab en restebukse a la Stine Hølegård og Lærke Bagger. Garn inklusiv lækker stofnet fra Uldstedet - Pris 100. kr.

Kl. 14 og 16 Se Sus Gepards design i det eksklusive Laine Magazine - mærk originalerne, og få testgarn og anvisning til strikkeprøve.

Hele dagen: Gæt materialet, og vind et garnnøgle fra Uldstedets Big Yarn Bowl / Lodtrækning: Vind en flot Uldstedet gave til en værdi af kr. 1.250,- Vinderen trækkes kl.16.30.

### Postgaarden Madhus - Pizzakursus for børn og unge

Kl. 12, 14 og 16 Få forklæde på, kast dejen, og byg din egen pizza på "Pizzakursus for børn og unge" hos Pizzeria Luca.

Kurset er gratis for alle mellem 10-16 år. Begrænset antal pladser - tilmelding på aurora@nohopartners.dk.

### India Royale – Få flotte fødder og hænder med original indisk henna

Kl. 11-14 Henna kropsmaling er lavet af naturlige ingredienser og er perfekt til at lave flotte kropsmønstre. Få malet hænder og fødder - det er meget dekorativt og holder op til en uge.

Hele dagen: Den indiske restaurant rykker i dagens anledning ud på gaden og til Street Food Market på Torvet foran rådhuset.

### Sportsterapeuten

Kl. 10-17 Kom og prøv vores RecoveryBoots.

Kl. 11 -11.30, Prøv skadesterapi - laser eller shockwave  
13-13.30  
15-15.30

Kl. 14 -14.30 Lær om KT tape og dens virkning.  
og 16-16.30

Til skadesterapi og KT tape - skriv dig op forinden til 10. min. behandling/information.

### Pilates B – Bliv klogere på pilates

Kl. 10-17 Vi stiller vores fine studio op i Hovedgaden, og du kan helt uforpligtende opleve, hvad Pilates træningsudstyr er. Mød de dygtige instruktører til en snak om pilates, og få hjælp til din træning og genoptræning.

Hvis du er frisk, så kom i træningstøj, og prøv pilates på egen krop.

### Følgende butikker vil være repræsenteret på Lyngby Hovedgade - kom og hils på:

(Flere kan komme til efter redaktionens afslutning)

Amanda by Winther, Zenliv og Life&Yoga, Engelsk Herremagasin, Collection, Kære Børn, Bonde Boutique, Hot Yoga Denmark, Azuritten, KUNlejligheder, Asmus, Café mig og Annie, Peak Performance. Sind - Landsforeningen for psykisk sundhed, Vores Tænder – Tandklinik, Wardhog, Milium, Guldtræet, Tandprotetikeren og Poul Stig Briller.

## KLAMPENBORGVEJ – Biludstilling og boder

### Kæmpe biludstilling

Kl. 10-17 Oplev de nyeste biler og trends fra: Breinholt & Co, Virum Motor, Mercedes CPH, Jan Nygaard, Audi Gladsaxe, Autohuset Vestergaard, Andersen Biler, Sixt, Aston Martin, Krogsgaard biler, Dawall, Virum Auto, Henrik Wessel.

Kl. 10-17 Super GT køreren Nicolai Hansen kommer og viser sin racerbil frem - prøv hvordan det er sidde bag rattet i en racerbil i hans racersimulator.

Kom og se de nyeste ATV'er.

### SparNord

Kl. 10-17 Konkurrence for børn og voksne: vind fine gavekort. Maskotten Frønse kigger forbi, og der deles candyfloss og balloner ud.

### Lyngby Storcenter og Lyngby Boldklub – Mød spillere, og prøv en sumodragt driblebane

Lyngby Boldklub og Lyngby Storcenter inviterer til leg og sjov på Klampenborgvej.

Kl. 10-11.30 Mød Lyngby-spillere, og få signeret dit & 14-15 Lyngby-gear.

Kl. 10-17 Prøv den kæmpe dartske og en sumodragt driblebane, hvor du kan vinde en signeret Lyngbytrøje.

Besøg Lyngby Boldklubs stand med det nyeste Lyngby-merchandise.  
(Lyngby Boldklub deltager i Lyngby Stafetten)

### Lyngby Storcenters Boder

**Neye** – Salg af tasker og gode tilbud.

**Pieces** – Salg af tøj og gode tilbud.

## Lyngby Storcenters Boder - fortsat

**Føtex** – Pølser, brød, vin, øl, vand og frugt.

**Pandekagehuset** – Prøv Lyngby Storcenters berømte pandekager.

**Arket** – Cafévogn med kaffe, lemonade, småkager og mange andre lækkerier.

**Mandelvognen** – Smag de store blanke lysebrune mandler med et fint lag velbrændt sukker.

Lyngby Storcenter har også aktiviteter i selve centret – se mere under dette punkt.

## Oplev pop-up arrangementer

I løbet af dagen vil man ved Lyngby Storcenters boder kunne blive budt op til dans af Lyngby Dans, Stardance-studio og New Moves, lytte til jazz fra Pop-up Jazz Trio og komme til minikoncerter:

Kl. 12.00 Minikoncert med SOMEOVUS

Kl. 13.30 Minikoncert med Anja Bjødstrup

## FRØLÅRET - FDF

Græsplænen v/rundkørslen Lyngby Hovedgade og Jernbanevej

## FDF – Test mod og legelyst

Kl. 11-15 Deltag i 10-kamp, gennemfør en forhindringsbane iført svømmefødder, leg fakir og gå på glasskår, eller byg et tårn af papbægre og stå på det. Klarer man udfordringerne godt, er der mulighed for at vinde en lille præmie.

## GL. LUNDTOFTEVEJ OG NØRREGADE I BONDEBYEN

### Hot Yoga Denmark – Gratis yogatimer

Hot Yoga Denmark tilbyder gratis yogatime for alle nye i studiet. Yogamåtte og håndklæde kan lejes i studiet. Kom minimum 20 min. før klassestart.

Kl. 9-10 Hot Bikram Yoga, Full body work-out, fleksibilitet, styrke.

Kl. 11-12.15 Yin/Yang Yoga (uden varme), enkle øvelser i flow og dybe udstrækninger bagefter.

kl. 12.30 -13.45 Vinyasa Flow (uden varme). Flow med fokus på koordination af åndedræt og bevægelse, styrke og core.

Adr.: Gammel Lundtoftevej 3C

(Hot Yoga deltager i Lyngby Stafetten i deres bod i Hovedgaden)

### Pilates B – Gratis træning

Kl. 8:30 -10:30 Gratis træning i studiet hos Pilates B – tag en ven i hånden, og kom og prøv en times klassisk pilates.

Tilmelding nødvendig på [info@pilatesb.dk](mailto:info@pilatesb.dk).

Adr.: Nørregade 5A, Jernbanepladsen

## JERNBANE PLADSEN

### SengeSpecialisten – Få en snak om senge og søvn

Kl. 10-16 SengeSpecialisten byder på en god kop kaffe og vejledning i søvn og senge.

## BYVANDRINGER

### Butiksliv på Lyngby Hovedgade

Arkivar Astrid Lystbæk Andersen fra Lyngby-Taarbæk Stadsarkiv inviterer med på en byvandring med fortællinger fra Lyngby Hovedgades historie, der starter med historien om de første handelsvirksomheder på Lyngby Hovedgade 1 i midten af 1600-tallet. Derefter går det op ad Hovedgaden til nogle af de ældste butikker, hvor der også fortælles om den spændende overgang fra disk til selvbetjening.

Kl. 11.00-12.00

**Mødested: Græsplænen ved Lyngby Nordre Mølle, Lyngby Hovedgade 24**

### Historier på Skinner - Letbanen

Projektgruppen "Kulturmiljøer Langs Letbanen" (der formidler lokal- og kulturhistorien bag den kommende letbane) inviterer til en byvandring. Her er Henning Andersen fra Facebookgruppen "Kongens Lyngby i fortid og nutid" guide på en tur, der bl.a. går ad den nordlige del af Hovedgaden, Prinsessestien og Søpromenaden. Turen afsluttes ved Havnehytten.

Kl. 12.00-13.00 og igen kl. 16.00-17.00

**Mødested: Historier på skinner - Letbanens stand på Lyngby Hovedgade**

### Skulpturvandring

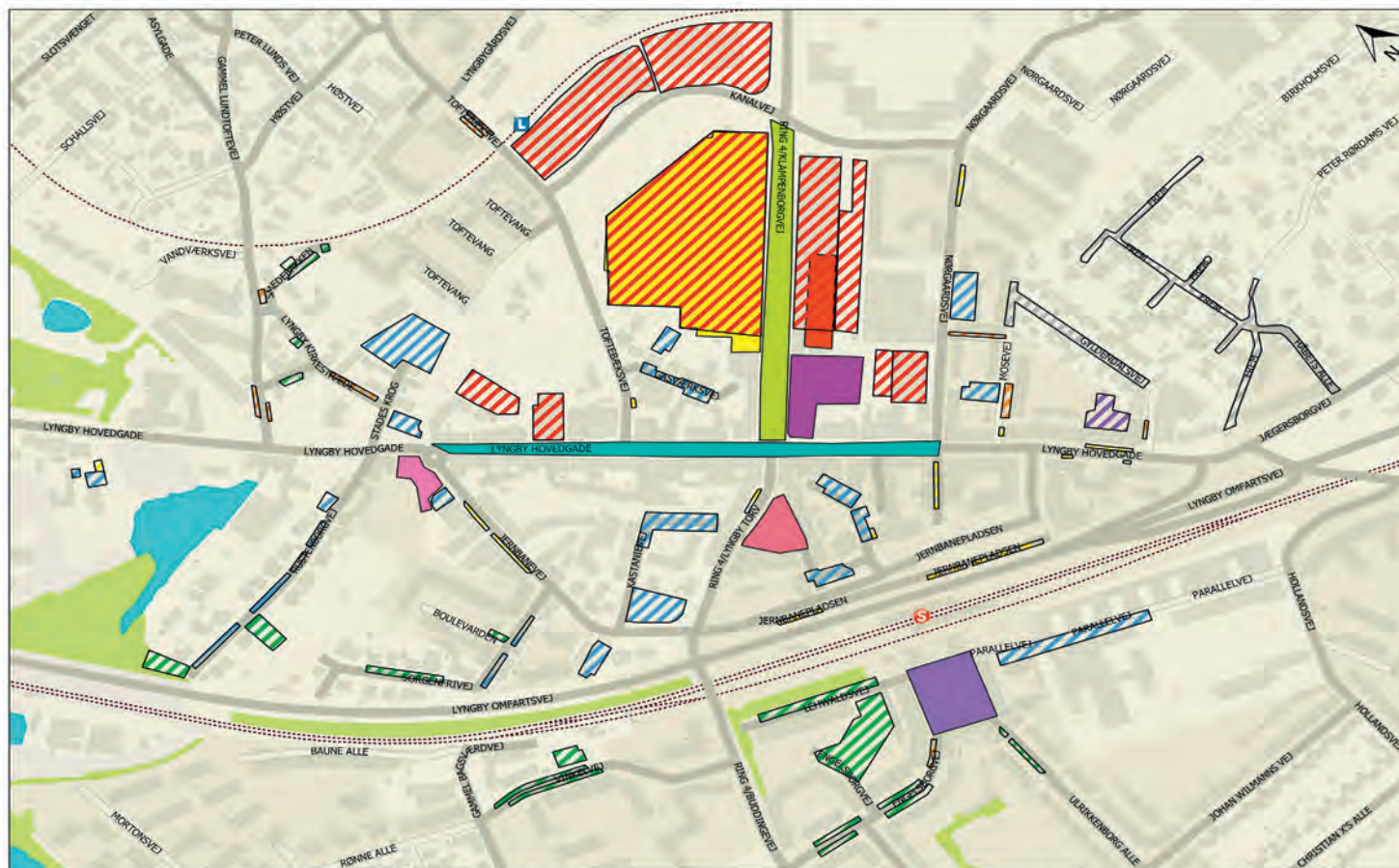
Lyngby bymidte myldrer med skulpturer. Tag med Stadsbiblioteket på en vandring rundt til et udvalg af nogle af disse skulpturer. Der er stop ved hver skulptur, hvor man f.eks. kan lytte til oplæsning fra et stykke udvalgt litteratur, der får skulpturen til at træde frem i gadebilledet.

Et digt, der afspejler den tid, skulpturen blev til i eller et romanuddrag, der tydeliggør skulpturens fortælling i byen.

Kl. 13.00-14.00 og igen kl. 15.00-16.00

**Mødested: Indgangen til Stadsbiblioteket Lyngby Hovedgade 28.**

## SÅDAN FINDER DU RUNDT I KGS. LYNGBY



- |   |  |   |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #f08080; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Frølåret: Spejder-aktiviteter</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #90ee90; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Klampenborgvej: Biludstilling og boder</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #ffa500; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Kulturtorvet: Børnetorvet</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #00ced1; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Lyngby Hovedgade: Boder og aktiviteter</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #ffff00; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Lyngby Storcenter: Div. aktiviteter</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #ff69b4; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Lyngby Torv: Musik og Street Food Market</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #800080; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Magasin: Div. aktiviteter</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #4b0082; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Ulrikkenborg Plads: Kulturmøde</li> </ul> |
|---|--|---|
- Parkeringsmuligheder**
- |   |  |  |   |  |   |   |
|---|--|--|---|--|---|---|
| <span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #ffa500; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> 1 time | <span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #add8e6; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> 2 timer | <span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #9370db; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> 3 timer | <span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #ff4500; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Betaling | <span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #32cd32; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Fri parkering | <span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #ffff00; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Halvtime | <span style="display: inline-block; width: 15px; height: 10px; background-color: #cccccc; border: 1px solid black; margin-right: 5px;"></span> Randzone |
|---|--|--|---|--|---|---|

TAK TIL VORES SPONSORER AF LIV I LYNGBY:

Magasin



LYNGBY SVANE APOTEK



DANSKE BANK I LYNGBYS FOND

Alm Brand