



Styret i Romerike Ultraløperklubb inviterer til

Klubbsamling i Stavern

20.-22.april 2012

Hvorfor: Komme sammen i en hyggelig atmosfære for å bli enda bedre sammensveiset som klubb. Relasjonsbygging og bli-bedre-kjent-med-hverandre er viktigere enn treningsmengden denne helgen...

Sted: JKØ, Justissektorens kurs- og øvingscenter, tidligere luftforsvarets befalsskole, se info på neste side eller: www.phs.no/no/JKO/Om-JKO/

Når: 20.-22.april 2012

Hvem: For alle klubbens medlemmer og familie etter ønske

Priser:		Enkeltrom	Dobbeltrom
pr pers			
Overnatting x2 netter			
Frokost x2			
Lunch buffet x2			
Middag buffet x1 og festmiddag x1			
Klubbens medlemmer		250,-	0,-
Andre (familiemedlemmer)		1.850,-	1.600,-

Familierom: Familierom for 2+2 vil koste 3.500,- for alle inkl alle måltider minus 1.600,- pr medlem

Melk, juice, kaffe, te er inkludert til frokost og lunch.
Øvrig drikke og drikke til middag betales av den enkelte.

Reise: Egen bil eller tog.

Program: Settes opp senere, men det kan bli omtrent som dette: Vi starter fredag kveld med en felles joggetur før middag (buffet) og sammenkomst etter middag. Lørdag blir det to lette treningsøkter og en ny kveldssammenkomst med festmiddag, og søndag langtur før lunch og hjemreise.

Programmet vil bli tilpasset ut fra hvor mange som har med seg ikke-løpende ektefeller/kjærester og barn.

Tillegg: Dersom flere har anledning til å ta fri fredag kan det bli aktuelt med en ekstra langtur på dagtid fredag.

Bindende påmelding til Olav senest torsdag 1.mars.

Vi håper mange har anledning til og har lyst til å være med.

Hilsen styret
Marit, Ellen, Frants og Olav

Om JKØ

Justissektorens kurs- og øvingscenter (JKØ) ligger på Fredriksvern Verft, som er et av Norges 10 nasjonale festningsverk. JKØ har fasiliteter for de fleste formål, alt fra politioperativ trening til konferanser i moderne lokaler.



JKØ kan tilby følgende:

- Overnatting, 197 rom med totalt 408 senger (dusj/toalett & TV på alle rom)
- Auditoriet med plass til 114 personer, godt utstyrt
- Dataklasserom, et med 25 og et med 15 pcer
- Møterom / klasserom alle utstyrt m/projektor og stasjonær PC
- Grupperom
- 20 kontorer, utstyrt med pc og telefon
- Serveringskapasitet til 250 personer, høy standard på oppgraderte middager
- Stor parkering
- Gratis trådløs internett i hele leiren
- Øvingshus til operative øvelser
- Åres skytebane, 50 meter. 20 min med bil.
- Idrettsbygg med gymsal og 3 vekt/styrkerom
- Nyoppusset Bar og tv-salong
- Bilverksted

Diverse pausemat:

Oppskåren frukt		kr 25,-
Boller		kr 20,-
Wienerbrød		kr 20,-
Kaker		kr 25,-
Urtebrød	med kyllingsalat	kr 55,-
Urtebrød	med røykelaks og pesto	kr 55,-
Foccacia	med kyllingsalat med karri	kr 55,-
Foccacia	med ost og salami	kr 55,-
Baguette	med ost/skinke, reker, Roastbiff eller eggerøre m/bacon	kr 55,-
Rundstk ½	ost eller skinke	kr 25,-
Wraps	kylling	kr 60,-
Wraps	reker	kr 60,-
Bagel	Kremost, rødløk og westfalerskinke	kr 55,-
Bagel	Kremost, rødløk og salami	kr 55,-
Pølse	Brød eller lompe	kr 20,-