



KUL-HELG 2009

6-8 NOVEMBER

ULRICEHAMN



Det är dags för KUL-helg igen! Ni som minns KUL-helgen 2008 vet att detta är ett gyllene tillfälle att träna, umgås och ha trevligt med likasinnade ultradistanslöpare under avslappnade och trivsamma former.

Vad händer 2009? Kommer det att bli en KUL-helg igen?

SJÄLVKLART!

Preliminärt program KUL-helg 6-8 november 2009:

Fredag:

Incheckning på vandrarhem i Ulricehamn (Hotell Nyboholm).
Gemensam middag med samling och information om helgen på vandrarhemmet (ungefär klockan 19).

Lördag:

Gemensam frukost. Vi springer på vandringsled runt sjön Åsunden (ca. 50 km). Start och mål vid vandrarhemmet. Gemensam middag på kvällen. Vi hoppas kunna ordna en inbjuden föreläsare till kvällen.

Söndag:

Gemensam frukost. Vi går gemensamt till buss (cirka 900 meter) som går till Borås (8:10 preliminärt). Vi springer från Borås till Ulricehamn på Sjuhäradsleden (cirka 42 km med möjlighet till förlängning). Efter etappen finns möjlighet att duscha på vandrarhemmet.

Middag på söndagen ombesörjer deltagarna på egen hand. Vi beräknar att vara tillbaka i Ulricehamn mellan klockan 15-16.

Arrangörerna ska ordna vätskekontroller under både lördag och söndag dit deltagarna kan skicka ut egen mat och dryck.

Viktig information om KUL-helg:

Var är KUL-helgen?

Ulricehamn. Vi bor på vandrarhemmet Nyboholm (www.hotellnyboholm.se) hela helgen.

När kommer KUL-helgen att ske?

6-8 november.

Vad kostar det att delta i KUL-helgen?

750:-

Vad ingår i KUL-helgen?

Middag fredag och lördag

Frukost lördag och söndag

Boende på vandrarhem 2 nätter (Tag med egna lakan och handduk)

Resa mellan Ulricehamn och Borås

Hur anmäler man sig?

Skicka mail till info@ultradistans.se med information om:

Namn, kontaktinformation, adress, eventuella allergier.

Sätt in anmälningsavgift (750 :-) på bankkonto (Handelsbanken):

Clearing nummer: 6513

Kontonummer: 559 329 792

Vid inbetalning ange namn på vem betalning avser. Sista anmälnings och betalningsdag är 30 oktober!

Vandrarhemmet har 58 sängplatser uppdelade i dubbelrum och antalet bäddar blir begränsande för hur många som kan delta.

Mer information eller ändringar meddelas via hemsidan www.ultradistans.se och mail till de som anmäler sig.