



Tisdag – SOLSKEN!

Idag slapp Ragnar få kaffet utspätt med vatten på frukosten. Vi har haft finväder idag!

En del av dagens gäng till start.

Ernst å Carina

Joakim, Viktoria och Evelina

Birgitta

Ragnar

Kerstin, Camilla å Jan är ute och springer

Anders håller i kameran





Idag sprang Ernst och jag först vår ordinarie bana och sedan en Öppen 5. Det är ju vilodag i morgon.....





Det mesta fungerar bra här på O-ringen. Men duschkapaciteten har dom inte riktigt lyckats med. Runt 50 tjejer före i kön till 28 duschar är det normala. 60 duschar på 11 000 personer är ju inte så mycket.

Ernst och Kerstin kollar kartan i busskön. Ja, det är ganska mycket kö på O-ringen.





Alla tar det lugnt i köandet och väntar på sin tur. Det kommer ju en buss så småningom!

I kväll var vi och tittade på Sprinttävling i Stadsparken.

Mest sevärt var så klart världsmästarinnan

Simone Niggli-Luder. Hon har susat fram i skogen söndag och måndag och leder dam elitklassen stort. Hon var inte ett dugg sämre på sprint i stadsmiljö.

