




Fredag—Jag hängde på låset till
Frukosten klockan 06.00



Mina skidor
och jag tog
tunnelbanan
till Songsvann.
20 minuter
från hotellet
som ligger mitt
i Oslo.
Fantastisk
Skidåkning!



A night-time photograph of a snow-covered road. In the distance, a bright light source, possibly a vehicle or a fire, illuminates the path, creating a strong glow and casting long shadows. The road is marked with tracks, and the surrounding area is dark and snowy.

Från början var det jag
och Pistmaskinen.
Men på vägen tillbaka
mötte jag massor med
folk.



Bailinekonferens.
Mycket matnyttigt
idag!
Först berättade Mu-
zeyyen från Uppsala
om hur hon jobbar
med
Ansiktsbehandlingar.
JätteSpännande!



Suddig bild "skjuten" från höften...

Fredrik Paulun pratade Fett och Fettförbränning.

Många spännande saker.

T.ex. 1,5 röd Grape om dagen = $\frac{1}{2}$ till varje måltid i 30 dagar kan ge viktminskning på 1,6 kg.

Han har precis släppt en bok som heter:

50 genvägar till Fettförbränning.



Hemma i Skåne fångade Eric ett vårtecken
vid Kullaberg. Fina Ejdrar.
www.elgebrant.se
Men jag tar nog skidorna i Oslo i morgon

