



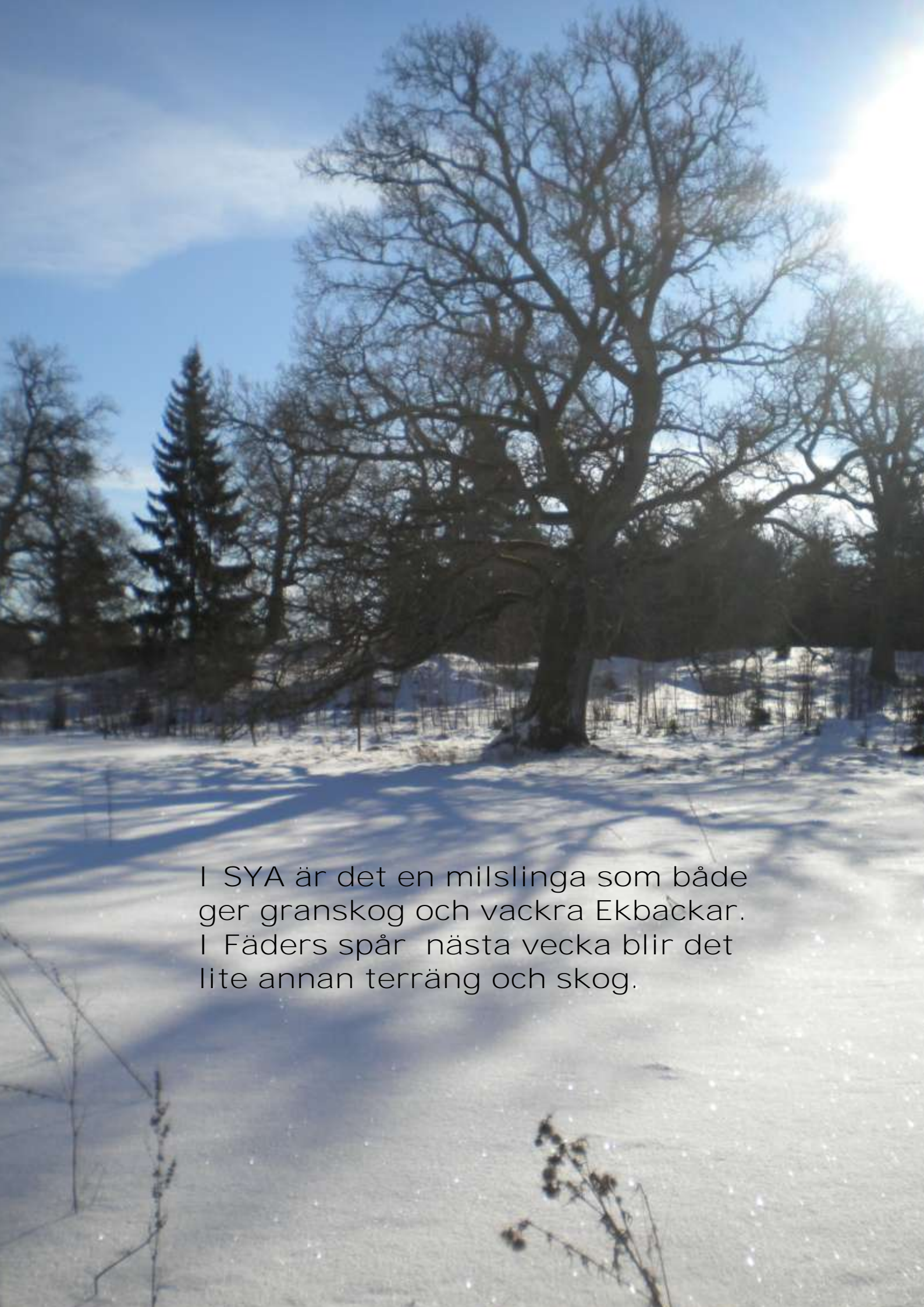
Ännu en helt Fantastisk Vinterdag.

21 minus på termometern på

morgonen. Men med solens hjälp steg det ganska snabbt till 8-10 minus istället.

Vi körde till SYA för ett litet träningspass.

Det blev 12 km med en snäll snittpuls på 132 slag = A1 pass.



I SYA är det en milslinga som både ger granskog och vackra Ekbackar. I Fäders spår nästa vecka blir det lite annan terräng och skog.



Vi passade på att besöka Vår backe.
Namngiven efter oss 070107

Passerade Vedlagret
på väg hem.





Våren är på G under Snön.
För mig är det helt Ok om det börjar
Våras på riktigt den 7 mars!