



Ja Jag Vet!!  
Skidsäsongen är slut!  
Men idag har jag dåligt  
**med bilder.... Har helt**  
enkelt helt missat  
Kameran.  
Började min Torsdag  
med ett intervallpass  
på löpbandet.



I morgon är det ett år sedan vi hade  
**invigning av Bailine på Erikslund.**

Ett helt år!!

Tiden går otroligt fort!

[www.bailine.se](http://www.bailine.se)



Eftermiddag på Friskis i  
Ängelholm.  
Träningsinstruktion.  
Kul magmaskin!!



I kväll var det  
föreläsning med Dr  
Bo Dettner.  
Hälsan i ett Nötskal

[http://www.halsolandslaget.se/  
Medicinsk\\_halsa.aspx](http://www.halsolandslaget.se/Medicinsk_halsa.aspx)



Sen kväll.  
Men en Goo  
brasa får  
symbolisera en  
del av det som  
Bosse sa i kväll.  
Att leva Gott.  
Se Historien,  
Leva i nuet och  
se Positivt på  
Framtiden.  
Skratta mycket  
och äta bra  
råvaror.

## Dr Bo Dettner

Doktor Bo Å H Dettner är läkare med specialitet allmän medicin och ortopedisk medicin.

Han är utbildad i München, Tyskland, och Innsbruck, Österrike. Bo Dettners djupa engagemang och intresse för naturen och dess fundamentala betydelse för såväl kropp som själ har hela tiden präglat hans läkargärning.

De senaste åren har han fördjupat sig i såväl österländsk medicin som så kallad funktionsmedicin, där sambandet mellan kropp och själ är avgörande för diagnos och behandling. Denna holistiska syn på människan börjar så sakteliga få fotfäste inom den västerländska medicinen. Eftersom hjärnan i princip styr alla processer i en människokropp borde en helhetssyn vara självklar för varje terapeut inklusive läkarkåren.

Bo Dettner är starkt kritisk till våra myndigheter och statliga institutioner, som han menar inte har tillräcklig kontroll på vem som producerat underlaget till de fakta och rekommendationer som presenteras av myndigheterna. En stark koppling tycks finnas till såväl stora internationella livsmedelsproducenter som läkemedelsindustrin.

Bo Dettner har ett enkelt och klart koncept för god hälsa: Ät riktig mat – baserad på naturliga råvaror. Förkasta modedieter. Var fysiskt aktiv – gärna i naturen. Skratta ofta och som vuxen – drick vin till **maten och ta gärna en "snaps" aloe vera till frukost.**

Bo Dettner är en flitigt anlita föreläsare inom området hälsa och smärta.