



Massor med Bär!  
Romeo och Julia har legat i!  
Dom är ju inte VärldsGoast!  
Men ska ju vara rysligt nyttiga  
dom där Havtornsbären.  
Tittade till buskarna på väg  
ner till sjön på morgonen.

A wide, calm lake stretches across the frame, its surface acting as a perfect mirror for the overcast, grey sky. In the distance, rolling hills are shrouded in a thick mist. On the right side, a line of dark green trees stands on the shore, their forms reflected in the water. The overall mood is serene and quiet.

En sjö som en spegel med  
Älvor som dansade mot  
Åsen.





Flera fiskare ute i den  
arla morgonstunden.

Vattentempen har  
sjunkit något till 18.3´

Körde idag Uthållighet armar med Puls. Först 5 km Rodd sedan 3 km Crosstrainer och avslutade med 2 km på skiddraget. Fast totalavslutningen blev 4 X 400 meter löpband med 100 meter vila. Totaltid 61 minuter. Super Nöjd!!



Ernst är ute och seglar. Den här bilden hittade jag på Facebook. Den ena båtägaren hade lagt ut en bild från i morse.

**Jag trodde att dom drog till Visby.....**

Ser inte mycket ut som Visby??

Men det ser mysigt ut!





Den här bilden är också från  
Thomas Facebooksida från deras segling  
igår.



En och en halv dag kvar.

Sedan tar jag semester!

Men dagboken levereras såklart varje Dag!  
Kul att Du är med!