

MorgonDopp!
Ernst låg kvar i sängen när jag
tog Äspenäsrundan i morse—
6.6 km i tempofart = puls
över 145 = 90% = Blir trött!

Varmt o Gott i vattnet!





I dag hälsade Stor
Snoken också på oss!



Ernst fortsatte
med sitt
Semesterjobb!

Kompostpåsar
kan användas
till mycket....

Ernst Semesterjobbar å jag
ser till att vara så Snygg
som möjligt.....



Jo Då! Jobbet igår var bra
gjort. Båten ligger tryggt!

Vi tar ett kvällsdopp
medans Svåger och Syster
fixar middagen.
Bra med gäster som sköter
hushållet!

