

En Glad Onsdag!

Idag fick jag en Jätte Fin present på jobbet! Ser Du den??!

En Underbart LIME grön mössa!!

Tack Lillemor!!





I dag öppnade man ett 3 km spår i
Östersund.....

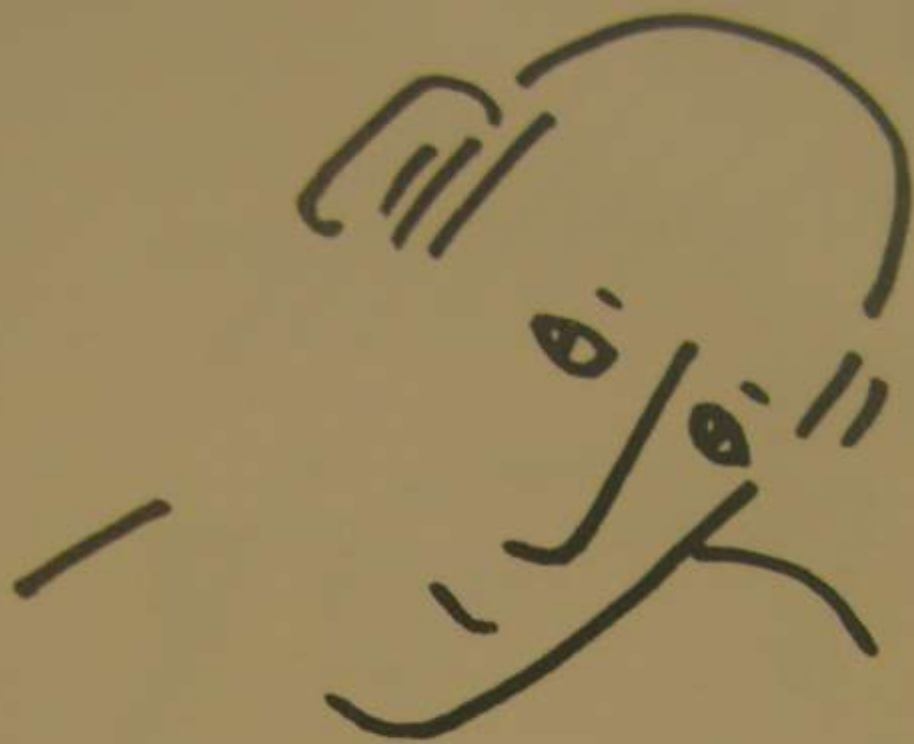
Här hade vi det lite mer Grått om man
säger så...

Min träningsdag började med Styrka på morgonen, Bailine mitt på dagen och ett blandat pass med Intervall på löpband, Vibration och stryka mage i kväll!

En Bra dag även utan Snö!!



I kväll fick
mina fötter en
välbehövlig
runda av Jenny.



*Allt sker så snabbt idag
att den som säger att något
inte kan göras,
vanligtvis blir avbruten av en
som **gör** det.*