



Grått och Regnigt.
Men jag gläds åt att nästan alla
Boklöv som låg här före stormen
har blåst iväg!



Dagens träning!
Styrka.
La på 5 kg på
Marklyftet = 55 kg.
Total vikt på Passet
= **5335 kg**..... :-)

Precis Så!



*Glöm inte vilken skatt
en vanlig dag är!*

Dagens mål:
Ny Krans på Ytterdörren i Linköping.
Tack till Familjen Nilsson och Elin!

