

Morgonpromenad.
Granen har klarat av stormandet
bra den här säsongen.



Nästan Soluppgång idag!
Efter allt Mörker känns
det Fantastiskt!





Rejält med
vatten i sjön nu.



Stenbryggan är helt
under vatten.



Efter morgonpromenaden blev det skidor i soffan. Å det var spännande så det nästan inte gick att se! Vilket lopp han gjorde Lillebror Tynell! Kul är också att Långloppscupen satsar på att Tjejerna ska synas mer. Damklassen startar **15 minuter före Herrarna så man har full koll hela tiden.** Svenska på tredje plats!





Men nu måste vi ta tag i vår egen träning! I dag långpass med stavar på åsen.

Första slingan upp
på åsen är klar.





Nu har vi "bara" en
backe upp och en
ner kvar! 360 meter
upp och 370 meter
ner totalt idag!




För att få ihop 15 km tog vi en liten sväng fram till Rössjön också. Känns Riktigt Bra idag!!



Cooper!
Vår nya
Goa granne!

A close-up photograph of a man wearing a green beanie and a grey and black jacket, smiling and holding a golden retriever puppy. The man's jacket has the word "making" visible on the chest. The puppy is looking towards the camera. The background is an outdoor setting with grass and trees.

Jo jag vet Ernst!
Men vi måste vara
hemma mer först!



I kväll kryper temperaturen nedåt. Äntligen får man väl säga!
Å jag passar på att göra lite **trädgårdsjobb....**

Klar fin kväll!

Å för första gången i år känns det tydligt att dagen blivit längre.

Klockan är 16.30 och det känns ljus!

Å på torsdag är det Fullmåne!



Å I SYA mullrar Snökanonerna!
Vi hoppas på skidträning
till helgen!

