


A man with a shaved head, wearing a green jacket with "ERSTEN SWICA" on the sleeve, is seated at a table. He is holding a small sandwich with a slice of pickled cucumber on top. The table is set with a white plate, a glass of yellow liquid with colorful polka dots, a black mug, and a smartphone. In the background, there are other people and a window with lace curtains showing a snowy outdoor scene.

Frukost inför lopp är inte Ernsts bästa gren! Men idag gick det riktigt Bra!

A photograph of a snowy street scene, likely in a ski resort town. In the foreground, a metal crowd control barrier runs diagonally across the frame. To the left of the barrier, dozens of skis are laid out in neat rows on the snow. In the middle ground, several people are walking, some wearing bright yellow safety vests. The background shows snow-covered buildings, bare trees, and a street sign that says "TOD". The sky is overcast and grey.

Efter frukosten går vi ut
med våra skidor.
Det är många startande
idag så det kan vara skönt
att stå långt fram i ledet.



Skidorna på
plats så nu
går vi tillbaka
på rummet
och lägger oss
och tittar i
taket en
stund.....

Slut på att ligga å titta i taket....

Snart start för årets Engelbrektslopp.

I år lite avkortat från 60 km till **48,5 km pga snöbrist.**



Dagens start innebär starten på
Mitt 20de Klassiker år!
Känns riktigt Häftigt!
Gudrun här på bilden är den Kvinna
som var först till 20 Klassiker.
Vi är tre stycken som jagar och om allt
går som det ska så klarar vi vårt 20de
år i år!





På Toppen, nästan, av Håberg.
Tre gånger upp idag.....
Nu "bara" mot mål.
11 km kvar.



NÖJD!!

Inte det loppet som vi satte några
Personliga rekord på....
Men Super Nöjda med
Skidor och Kropp!



Nu ska jag bara få
av mig allt blött....

Ska bara bli av
med krampen
i foten först....





I går i kyrkan var det Cissi från Tv programmet om En Svensk Klassiker som var Högtidstalare. Idag var filmteamet på plats för att spela in för nästa omgång.

Dom filmade Hannah som här kommer på upploppet.



Några kvar i spåret.
Pistmaskinen står redo för
att skrapa bort spåren.
När vi äter frukost i morgon
är all snö borta från torget.
Nu Myskväll för oss!!

