



# Hälsogröt

Den här Gröten var riktigt God!  
Att det sen blev mer stoppat i munnen  
under dagen som det inte stod Hälsa  
framför är ju en helt annan sak!

Innehåller: Bovete,  
hela vetekorn, fyrekorns-  
kross, linfrön, råris,  
fikon & russin



Vaktelägg. Har jag nog aldrig ätit till frukost tidigare.



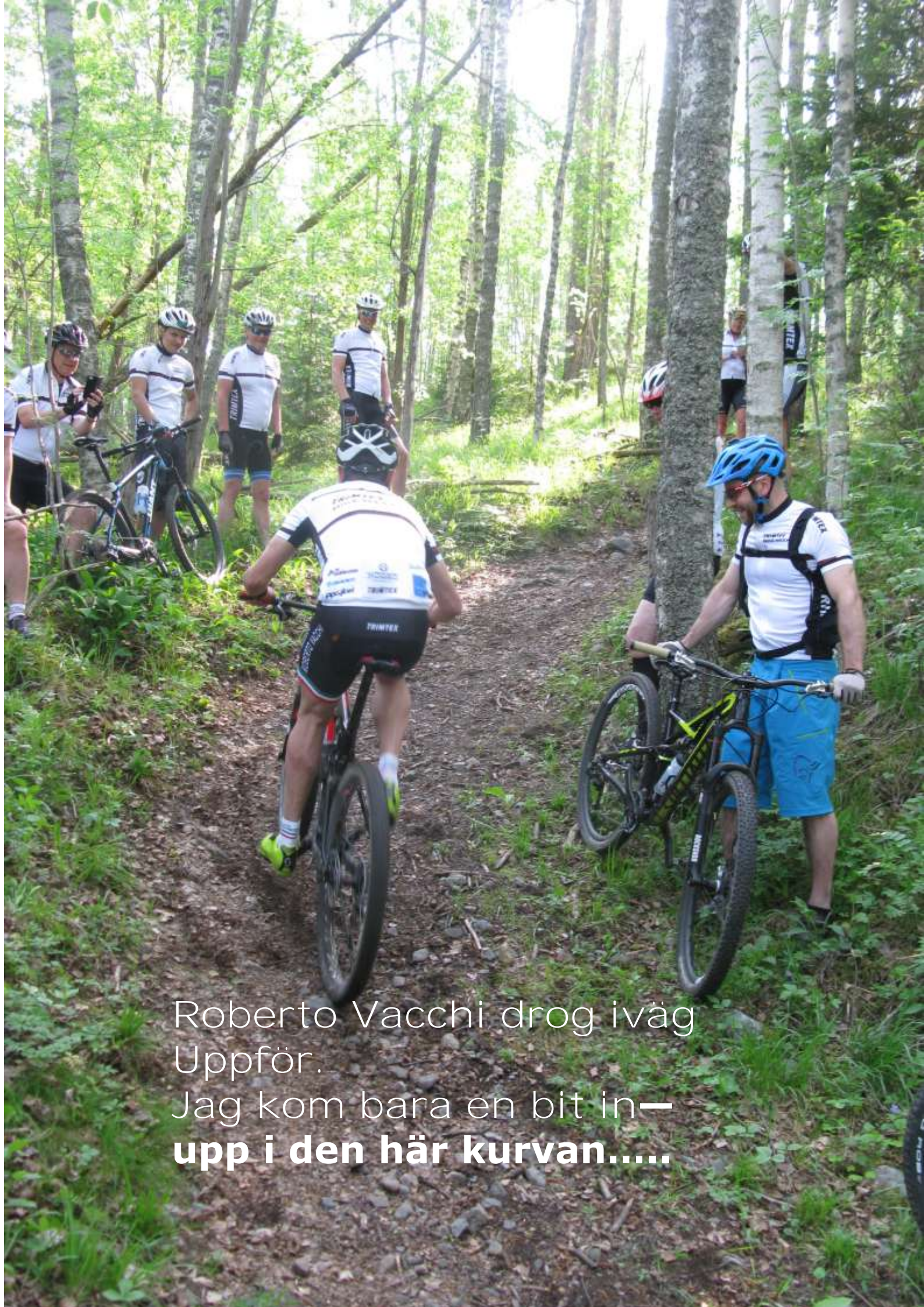
Redo för  
Dagens Första  
Pass!



Men Före träningen.  
Ett GruppFoto.



Vårt första  
Teknikpass—  
**Backe.....**  
Brant uppför  
**med sväng....**



Roberto Vacchi drog iväg  
Uppför.  
Jag kom bara en bit in—  
**upp i den här kurvan.....**



Att ta sig över  
**hinder...**  
Spännande...



Kom igen!!





Lägg märke till att vi har bytt kläder = Pass nr tre för dagen!

Det blev ett dopp efter sista  
passet i dag också.  
Fantastiskt Gott!!





Snacka om Efterrättsbuffe!  
Fantastiskt Gott!!

Kvällens Underhållning presenterades av Roberto Vacchi och Robin Bryntesson. Vi skrattade konstant! Fantastiska Killar!



Roberto fick en Puss för  
att han kom ihåg att jag  
ville ha ett par cykelbyxor.  
Bild kommer i morgon!



I sponsorkassen som vi fick  
fanns ett par solbrillor.



Det krävdes några personer för att byta glaset.

Nu ska vi se om jag kanske ska **använda glasögon.....**



Kvällen avslutades med en Auktion till förmån för Robins Läger SockerToppen. Där Ungdomar med Diabetes får lära sig hur man kan träna på högre nivå med Diabetes. Robin som Tillhör svensk skidelit fick Diabetes när han var 17 år och har fått kämpa mycket för att få hjälp. Bra Jobbat!





Å Nu! Nu är Jag ägare till en ROSA  
**Skiddräkt.... Inte riktigt så snygg  
som min egen Limegröna.....**  
Men Den Här Syns Ju Också!!!



Ännu en KanonDag på  
Högbo Bruk!

