



Ännu en av Dessa Helt Underbara  
mornar som jag samlar på  
för att ta fram när det är mörkt  
och bryggan är borta.



En av mina Följare!  
GoMorrón Skäggis!





Varje morgon har sin egen Bild.  
Alla lika Vackra!



Med självutlösaren kan man få se hur  
**man Verkligen ser ut....**  
Fyra bilder på tio sekunder!









**16,2 är ju inte så  
mycket att frusta över.....**

I dag ska bilen storstädas och tvättas inför Morgondagen!







Mot Jobbet!

Bra planering idag! Fick in ett styrkepass. Kristina sprang. Men jag hoppade över löpbandet.





Stretch  
efter ett  
Gott pass!





## Ombyggnad på gång!

**Vi utökar vårt gym med 80 m<sup>2</sup>**

Cardio delen flyttas  
och vi kompletterar med

2 nya cyklar

1 stakmaskin

1 rodd

samt TV på väggarna

Byggstart i början av oktober

Hälsa  
*Erikslund*





Detta måste  
Ju Firas!!  
En liten AW i  
lobbyn som  
snart blir  
Gym!



Efter en Bra Jobbdag tar  
Lisa cykeln hem!

Jag borde cykla oftare!







Visst känns det som lite Sommar i den här bilden som Eric tagit idag!  
Vi måste passa på att Njuta så länge det varar!

<http://www.elgebrant.se/fotodagbok.html>