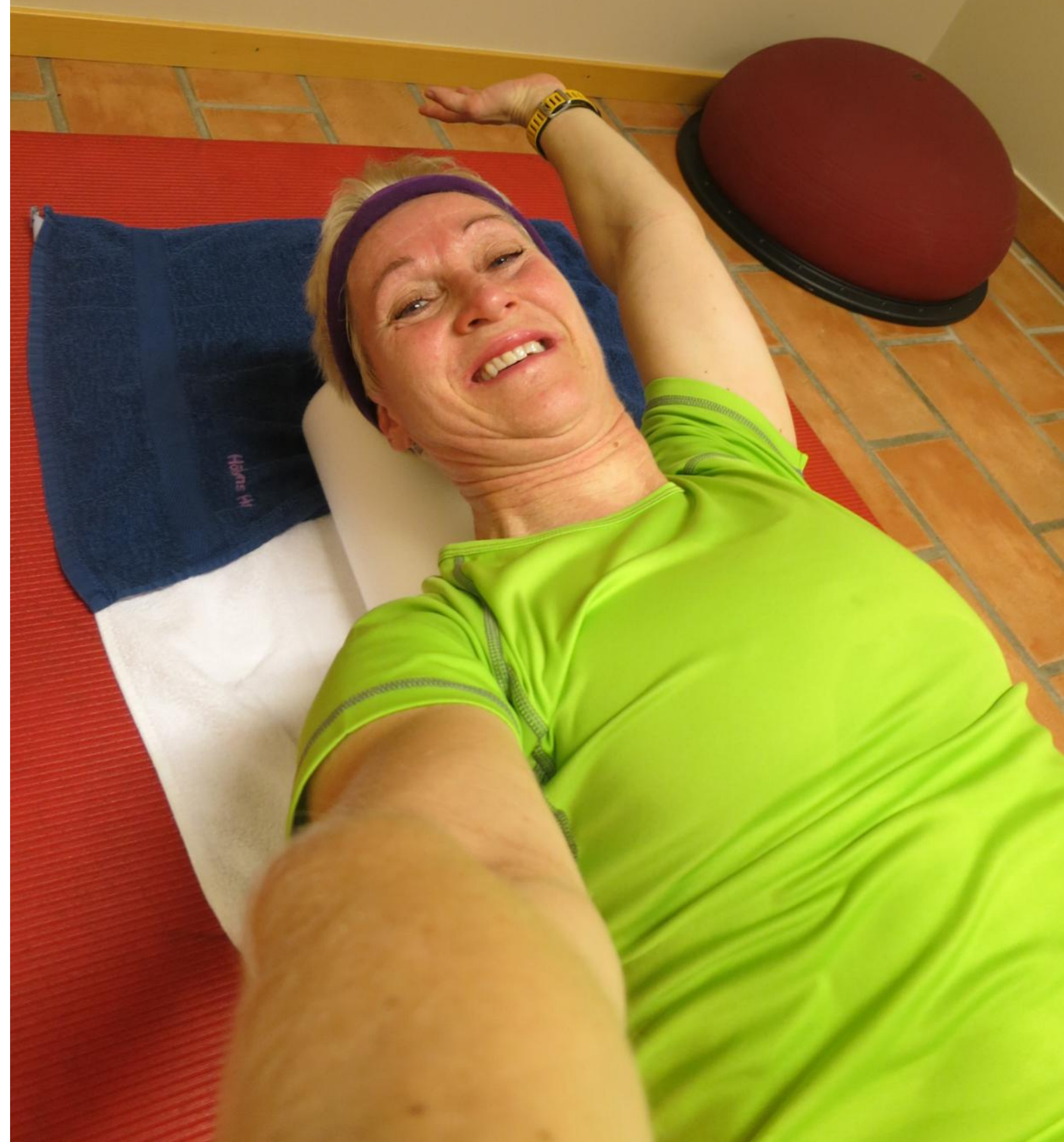


5000 meter Rodd

Det enda negativa med mitt nya träningsupplägg är att jag inte får vara ute på morgonen. Men går det inte att springa så går det inte.



**Dagens Rulle övningar.
Bra för Bålstabiliteten.
Blev lite stretch också innan
frukosten.**



**Idag har jag Bokat Eric!
Massor med Fotografering :-)**





Snygga bilder på mig och Lisa! :-)



**Eric säger att jag ska få 300!!!!!!
Bilder att jobba med i morgon!
Dom jag har fått se i kväll är jag
Super Nöjd med!!
Du är en Pärla Eric!!**

**Ett Extra Tack till Linda som fixade
till ansiktet på oss idag!
Du är så Proffsig! Å lite Bra
produkter från Forever förståss....**





**Mer träning i kväll!
RPM—Häftig Spinning med Emelie.
Jag var nog ganska trött—
darrhänt.....
Bra Puls!**



Det blev ett Gott Yogapass med Janni som avslutning på en SuperOnsdag!

Avslutar med en Klassisk Nalle Puh!

**Puh - hur stavar man till 'kärlek'?"
undrade Nasse**

**"Man stavar inte till 'kärlek', man
känner det..." svarade Nalle Puh**

