

**En Frostnupen Maskros som
nog ångrar att den stack upp
just nu. En halv minus visade
termometern.**







**En Riktigt Vacker morgon med
Mycket spring i benen.
Svårt att sitta stilla när det är
någon man vill prata med.**



Bara Underbart Vackert!



Min Lyckliga Frissa som blev mormor när jag satt i bilen på väg till henne. Så snacka om Färskt!

**En Riktigt Fin dag utanför
fönstren.
Men det får ändå bli
träning inomhus.**



**Vi är riktigt på G nu,
Kristina och jag.
30 sek repdrag och samma tid
på Bergklättrare och byte.
Tre av varje som Avslutning på
ett Bra styrkepass.**





**Hade jag vetat vad jag vet nu när jag summerat vårt pass.
Så hade jag kört en övning till.
Summan av passet blev 5999 kg.....**



En dag med fullt ös!
Avslutar jobbet med en
Aloe Vera kväll.
Gick så bra att jag glömde
fotografera....



Den här bilden kom från Erika som också hade en Bra kväll i Stockholm!

Vi hoppas på bra spel på lördag också mot Västerås.

