Lämnar Skåne på morgonen.
Fronten mot Östergötland.
10 plus 15 mil ska Cyklas till
Helgen.

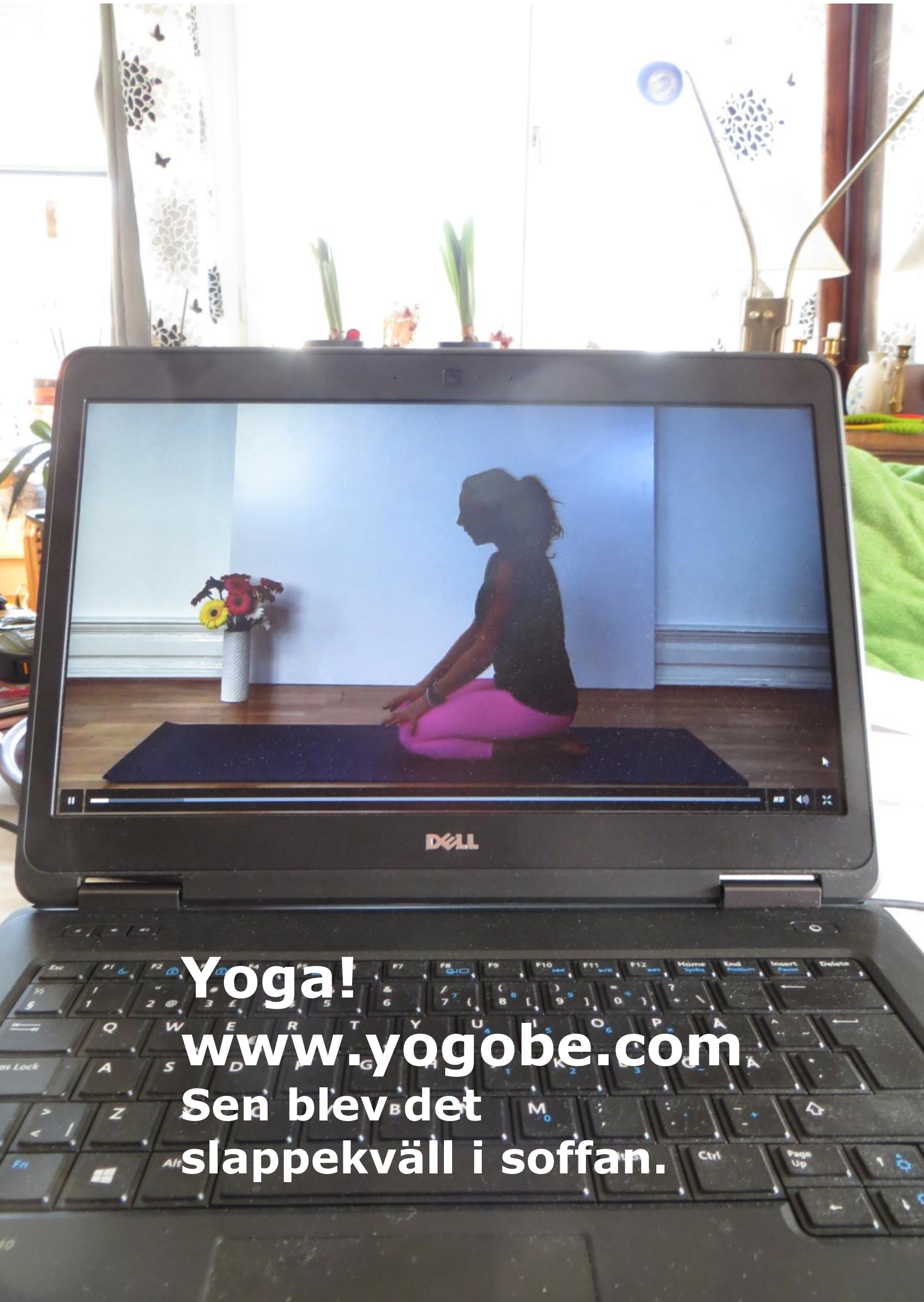
Jippie!
Äntligen kom
den här dagen!

Årets första cykelrunda med bara knän! Hoppas på bara knän i helgen också!

Liten Turistcykling i Linköping. Hittade lite nya bad i närområdet.

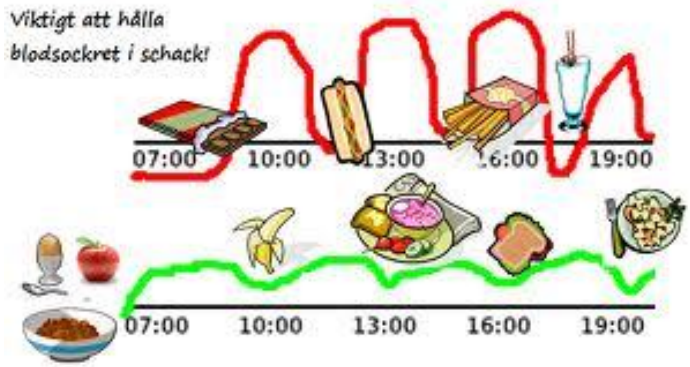
Det finns en Kanal som vi inte har provat. Men man har öppnat upp fina cykelvägar längs vattnet. Kinda Kanal

Efter 28 km Turisttur så lämnar jag racern på en liten översyn inför helgen.


Yoga!
www.yogobe.com
Sen blev det
slappekväll i soffan.

Men vinden då???

MAT



Energi och Njutning!

Hur förhåller Jag mig till maten och kan Du få några tips av mig?

Tisdag 9 Juni
kl 18.00

På Konferensavd på Hotell Erikslund delar jag med mig av mitt sätt att se på
Mat och Energi.
ALLA Välkomna!

Carina

Physiochraft