

8/2- 2010

I går var jag på information om pre-nets 100kg viktningsutmaning. Det var en grupp om tio väldigt olika personer i olika åldrar, som samlades i rummet för att ta reda på vad vi gett oss in i. Jag tror att de yngsta var 27år och den äldsta närmare 60år. Alla med samma problem. Övervikt och dåliga vanor!

När Elisabeth och Camilla gett oss informationen som vi behövde inför start nästa vecka, så kändes det som alla var taggade att starta direkt. Vi måste ju klå förra årets grupp som tappade 112,5kg på 10 veckor (om jag minns rätt). Fast det är ju inte det viktigaste även om det är en sporre för alla inblandade. Det viktigaste är ändå att vi alla skall må bra och forma nya hälsosamma vanor i våra liv. Så att vi med lättare steg kan möta livets utmaningar.

Nästa vecka gäller det alltså!!!

To be continued...

/Anna Lejdström