

Final för tisdagsmotionen - 2006-03-14

Så har vi nått Examen för vår motions-insats denna vinter, allt har gått fint och vi har stärkt våra kroppar och själar högst avsevärt.

Mått- och viktmässigt har alla deltagarna visat goda resultat, vissa mått har ökat (muskelrelaterade) och midjemåtten har pendlat både upp och ner...(magmuskler är lite nyckfulla).

Benstyrkan har över lag stärkts och vi går med spänstiga steg från gymmet.

Finalkvällen avslutades i vanlig ordning med Korv från GUSTAFS (<http://www.gustafskorv.se>), som för övrigt är så nära nyckelhål man kan komma.....

RO



PRO kontrollerar midjemåttet efter de två lyften



Spänstiga grabbar



Äntligen dags för Gustafskorv