

## 23 Augustus 2008

Vanochtend 7 uur vertrokken samen met Michel voor een langzame duurloop van c.a. 26 Km. C.a. 4 km korter dan die van vorige week, omdat Michel nog een beetje trainings achterstand heeft in de voorbereiding op deze Marathon.

Op ongeveer tweederde van de tocht werden we onaangenaam verrast door een onweers bui. Omdat deze nogal dichtbij leek, hebben we besloten even te schuilen. Vandaar de dip van c.a. 5 minuten in onderstaande foto.

