

Dinsdag 2 September

Afgelopen zondag een heel erg rustig herstel loopje gedaan samen met Maaïke (8KM).
Maandag weer een Climax training gedaan. Deze was weer behoorlijk zwaar.

Dezelfde climax training gedaan als vorige keer, en ik heb nu in totaal een grotere afstand afgelegd. Er zit vooruitgang in dus.

Vanavond wil ik een duurloop van 10KM doen.