

## Nog c.a. 7 maanden.....

En dan hoop ik te starten in de Limburg 226 - Lange afstand triathlon.



Ik zag dat het inschrijfgeld wel aan de hoge kant is....250 Euro.....

Maar dat is dan voor de sponsor ict-oke bv :-)

Afgelopen weekend weer een lange duurloop gedaan, en dit ging goed. Geen problemen overgehouden aan de marathon, dus da's mooi....

Zondag nog 1u40min op de Tax trainer gezeten en ook dat ging goed.