



Här följer något jag hittade på ett företag i ett privat ärende! :)

De tio budorden!

1. Du skall inga andra intressen hava jämte träning.
2. En dag utan träning, är en dag utan mening
3. När du vilar, tränar dina konkurrenter.
4. Den som tycker träning är roligt, tränar för lite.
5. Träning är ett tillfälle att tävla.
6. Så länge du är seg kan du inte bli övertränad.
7. Det som inte dödar, det härdar.
8. Smärta är en upphöjd form av njutning.
9. Många är kallade, få äro utvalda.
10. Det finns många sätt att bli dålig på, men bara ett sätt att bli bra! TRÄNING!

Vi tar med ett elfte budord för att mjuka upp det hela en smula.

11. Sköt dig själv och hjälp varandra.

Ni som haft mig i träning vet att det finns en annan version av det elfte budordet...

/Fredde