

Fuglene kvitret, bilene tutet, mopedene krasjet, varmen var overveldende og de muslimske bønneropene gjonet i hele byen tidlig om morgenen. det var en annerledes og interessant frokost vi gjorde vårt beste ved å fordøye men vi måtte til slutt se oss slått av chillien som fortsatt brenner på tunga.. etter måltidet hadde vi en liten pause hvor vi forberedte oss til økten som startet kl 11. Svetten rant i det vi entret hallen, den varmeste dagen hittil var et faktum. Vi jobbet og ga alt vi hadde i 2 laange timer med fokus på single spill. Etter den første halvtimen som føltes ut som en hard 2 timers økt i norge måtte vi ty til den mentale treningen vi har hatt, slik at vi klarte å hente ut alt det vi kan for å prestere godt under resten av treningen.

Etter den svetteste treningen noen gang hadde vi felles møte kl 4. Derfra var det felles tur til Kuala Lumpur City Centre (KLCC), det feteste kjøpesenteret i verden! Etter en del shopping og sushi bar det tilbake til hotellet hvor vi var fremme kl 22. Dessverre måtte Cathrine holde sengen denne dagen også på grunn av sykdom.

Neste morgen ble vi nok en gang møtt med dagens første bønn, etterfulgt av en god og mettende frokost. Og det trengte vi, for i dag sto den malaysiske landslagstreningen på programmet hvor vi fikk muligheten til å se Malaysias nummer én i aksjon. Lee Chong Wei feide 4 fire sparringsspillere av banen en etter en, i sin forberedelse til VM. Aldri før har vi sett en spiller med så mye respekt. Han styrte sin egen trening og så og si de andres også.

Når vi hadde fått nok lærdom og inspirasjon, samt en leksjon i hvordan å utstråle en overlegen og klysete oppførsel, bar det hjem til hotellet og rett på trening. Alle herresingelspillerne var samlet til kamptrening, som rustet alle til den kommende Grand Prix turneringen. Senere trente double og damespillerne. Både Sara og Cathrine deltok i dag.

Cathrine har endelig blitt frisk etter et par dager i sengen og er fit for fight som en vakker, hvit og freidig Cactaceae i det sentrale Mexico's lunefulle solnedgang. Klokken 6 hadde vi et lite spillermøte, hvor vi fikk info vedrørende de to neste dagene. Angående middagen ble den norkse tropp splittet. Marius og Carl (A.K.A GG & BB) valgte å benytte seg av den simple og effektive løsningen og ringe McDonalds delievery sentralbord. Sara og Cathrine valgte løsning x. Mens de kjekke og uimotståelige herrene Matz og Jonas (A.K.A RM-man & OO) følte seg litt mer kulturelle og satte seg sofistikert ned ved et romantisk og idyllisk bord i den lokale food court, og kunne spise fritt fra det asiatiske kjøkken. Etter de fortreffelige individuelle måltidene, var det VM for alle ringgitsene. Og litt ringgits for søvn.

A.K.A RM-man&OO