



ジョグメモ 59

モバイル検証シリーズから改題

ステータス

- 風すこし
- 快晴☀️
- 暑い
- が、ムシムシしてないから厳しくはない

途中

- 最近、開始直後に右足首痛い
- 中盤からはふつー
- 風があるので快適



後半

- 妙に息切れする
- 腰ダルい
- が、わりと快適気分



最後、ストレッチ

- ゆったりペースで流す
- ストレッチはやはり腰



メモ

- 検証は一区切り
- 見出しも変更
- と、言いながら変更箇所を思い付いてしまう

その他

風景に緑色が増えてきた。

