

# ジョグメモ 90



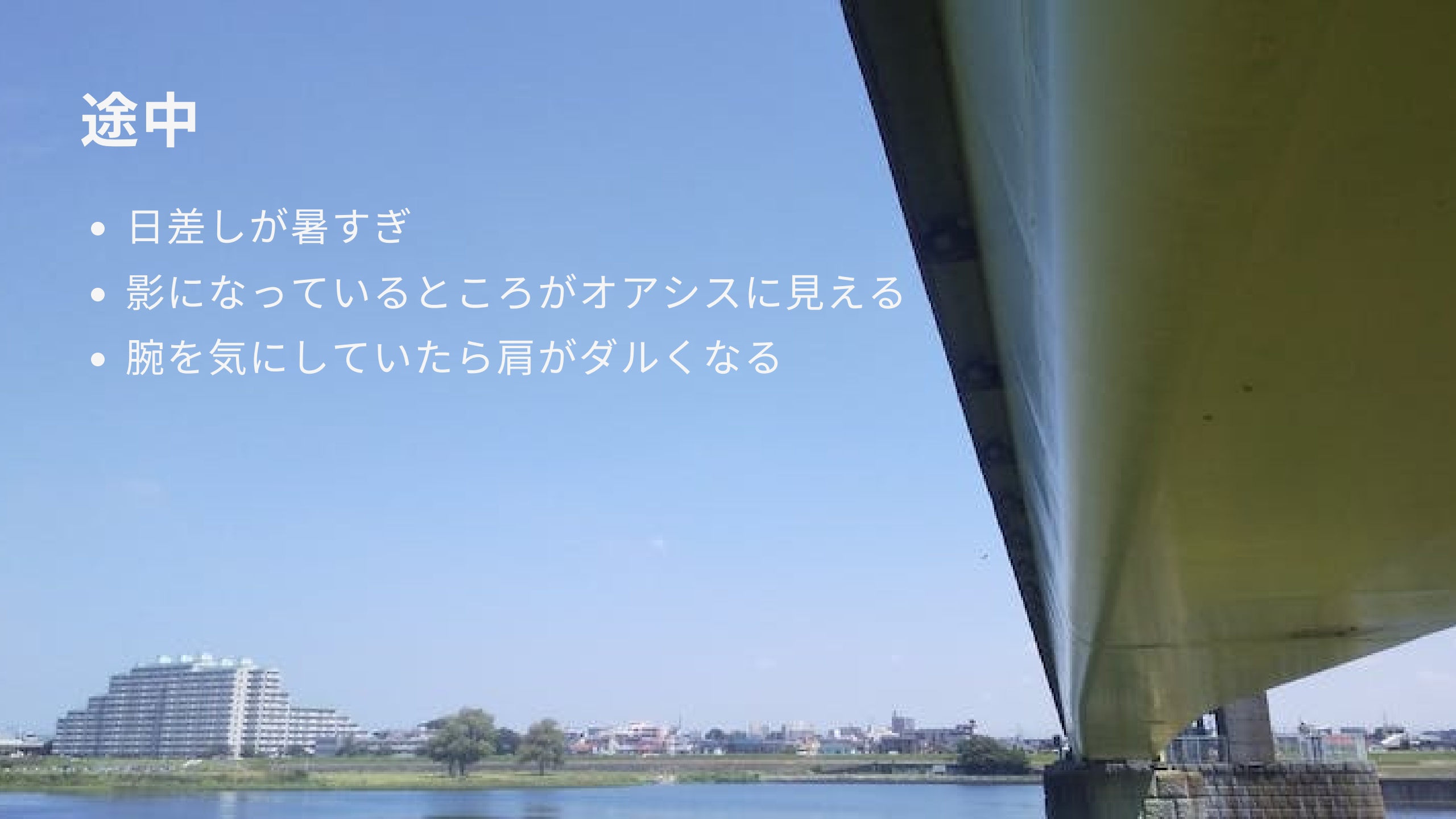
# ステータス

- 風すこし
- 快晴☀️!
- 曇り空のありがたみ実感



# 途中

- 日差しが暑すぎ
- 影になっているところがオアシスに見える
- 腕を気にしていたら肩がダルくなる



# 最後、ストレッチ

- ゆるっと終了
- ストレッチは腰



その他

ハト。

