

# ジョグメモ 93



# ステータス

- 風強め
- わりと涼しい
- 久々に空腹のダブルパンチ

# 途中

- わりとふつー
- 少し膝に響く



# 最後、ストレッチ

- 暑く感じてきた
- 膝のバネが衰えまくり
- ストレッチは股関節が痛い



# その他

写真だとわかりにくいですがトラックです。

