

ジョグメモ 106



ステータス

- 風わりと
- 久々に晴れ☀️
- 昨日の夕方から予感はしていたが暑い



途中

- 風があるのでわりと快適
- キャップ浅くしていたら風で飛ばされる
- 体調は少し重い



最後、ストレッチ

- トンボが飛んでいた
 - そろそろ秋なのか
- 重さは取れる
- ストレッチはふくらはぎダルい



その他

倒れる機能付き？戻すのが大変そう。

