

# ジョグメモ 99



# ステータス

- 風わりと
- 曇り
- 少し迷ったが袖有りシャツ



# 途中

- 久しぶりのわりに体調は良い
- ペースも直近のなかでは良い
- が、湿度が厳しい



# 最後、ストレッチ

- 少し涼しくなってきた
- 珍しく距離延ばそうかと
  - まあ思っただけですが
- ストレッチは固い



# その他

取れかかっているのかと思った。

3

