

ジョグメモ 117



ステータス

- 風ほとんど
- 小雨
- シューズに砂利が入る、痛い



途中

- 日が出てきて蒸し暑い
- 体調的にはふつー



最後、ストレッチ

- 雲ってきた
- 汗が冷えてくる
- ストレッチもふつー
- そして雨が降る



その他

先週から挑戦しているが、うまく撮れない。

