

A wide river flows through a landscape. The sky is filled with large, grey, dramatic clouds. In the background, there are buildings, including a prominent white high-rise on the left. The riverbanks are lined with green and brown vegetation. The water is dark and reflects the sky. The text 'ジョグメモ 129' is overlaid in the center of the image.

ジョグメモ 129

ステータス

- 風わりと
- 曇り時々晴れ



途中

- 少し乾燥しているがわりと快適
- 腰が少しだるい
- 空気が冷たい
 - グローブしてる人も時々



最後、ストレッチ

- 折り返しは下側からと思ったが水たまりが多いのでやめる
- 走りはふつー
- ストレッチも腰がだるい

