

# ジョグメモ 165



# ステータス

- 風ほとんど
- 曇り
- 蒸し暑い



# 途中

- 腰が下がってる感じ
- あとはふつー
- そして湿度が厳しい



# 最後、ストレッチ

- 汗でだらだら
- ストレッチは特になし



# その他

たまずんの研究発表展示していた。

