

ジョグメモ 169



ステータス

- 風ほとんど
- 曇り時々晴れ
- 蒸し暑い



途中

- 後ろに沈む感じ
- 今回も無理はさける
- 復路は下側コース(ヘビを見たが、あれがマムシ?)



最後、ストレッチ

- 今回もゆるっと終了
- ストレッチはふつー

