

ジョグメモ 178



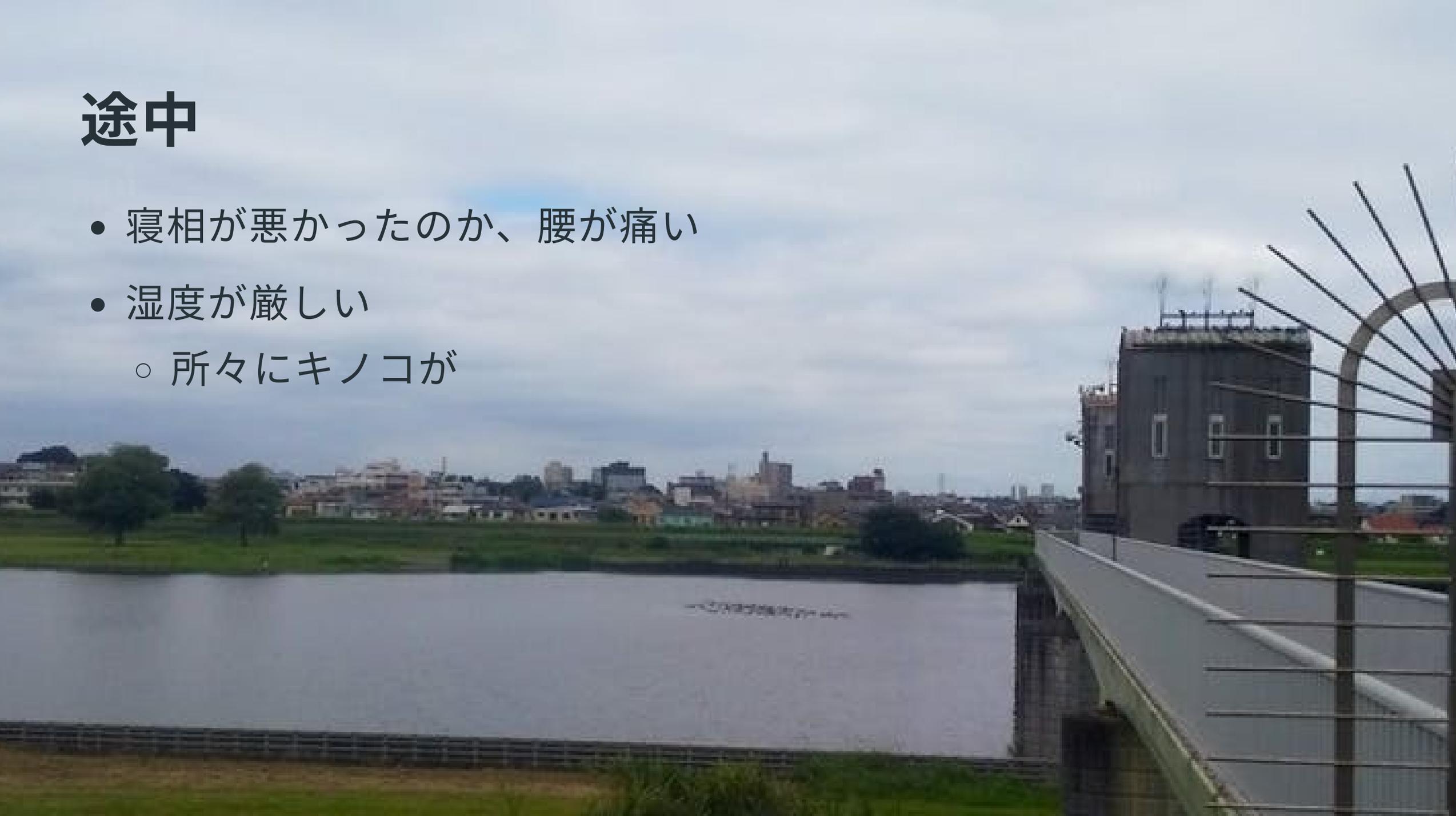
ステータス

- 風ほとんど
- 曇り



途中

- 寝相が悪かったのか、腰が痛い
- 湿度が厳しい
 - 所々にキノコが



最後、ストレッチ

- 腰はおさまる
- 少し涼しくなる
- ストレッチはももが張ってる

