

# ジョグメモ 184



# ステータス

- 風少し
- 曇り



# 途中

- わりと快適
- と、言いたいが羽虫がすごい



# 最後、ストレッチ

- 汗が少しでてきた
- ストレッチはふつー
- ちょっと晴れてきた

