

ジョグメモ 190



ステータス

- 風かなり
- 晴れ



途中

- 昨日は雨だったので、いつもと違うサイクル
- 風でキャップ飛ばされそうに



最後、ストレッチ

- 風で冷える
- ストレッチも固い
- ADIDAS RUNNING がバージョンアップするとの通知
 - 難しくならないといいな

