

ジョグメモ 197



ステータス

- 風わりと
- 晴れ



途中

- わりと快適
- 右膝少し痛い



最後、ストレッチ

- 河原側に降りると冷える
- 軽くて終了
- ストレッチは足がダルい



その他

どんど焼きの準備してた。

