

ジョグメモ 199



ステータス

- 風かなり
- 曇りのち晴れ
- 日中だけど少し防風装備



途中

- キャップ飛ばされそうになる
- 追い風は楽



最後、ストレッチ

- 腰にきた
- ストレッチは冷え冷え

