

ジョグメモ 203



ステータス

- 風少し
- 晴れ



途中

- 腰は夜ジョグでは問題なかった
- が、少し様子見



最後、ストレッチ

- 念のため徒歩
- ストレッチはふつー



その他

河津桜の時期になったもよう。

