

# ジョグメモ 205



# ステータス

- 風少し
- 晴れ
- あったけえ



# 途中

- わりと快適
- ゆるっと走るには丁度よい



# 最後、ストレッチ

- 軽くで切り上げ
- ストレッチはわりと汗だら
- そろそろ春用のウェア準備かな

