

ジョグメモ 206



ステータス

- 風ほとんど
- 晴れ



途中

- 空気は少し冷える
- 走ると汗
- 基本的に快適、花粉がなければ



最後、ストレッチ

- 軽くて終了
- ストレッチは腰がバキバキ
- 桜はもう少し先かねえ

