

PC 日誌

練習日	2014年2月22日
天気	晴
アスリート名	大坂省悟

メニュー (全体)

項目	練習内容
内容 1	準備体操
内容 2	ウォーキング(2000m、花見)
内容 3	駅伝大会の練習

内容 4 体操

コメント

2000mを歩いている時にロウバイの花を見ました。咲きがけでした。以前に何回か見ていました。白くてきれいでした。駅伝大会の練習を1年振りにやりました。何事はなかったです。風があつて寒かったです。