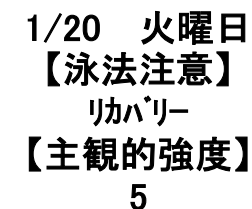


1/20 火曜日
【泳法注意】
リハビリ
【主観的強度】
5





SUNNY FISH

【テーマ】

準備期A

乳酸產生

速い 比較的持続できる

1/20 火曜日

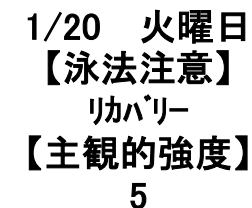
【泳法注意】

リカバリー

【主觀的強度】

5

[illegible]



1/20 火曜日
【泳法注意】
リハビリ
【主観的強度】
5