



17.0 km
 Photo: Ryusuke Nagaoka

7

JULY
 2021

月間目標

月間走行距離 

km

月間走行時間 

h

m

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
27	28	29	30	1	2	3
 km	 km	 km	 km	 km	 km	 km
 h	 h	 h	 h	 h	 h	 h
4	5	6	7	8	9	10
 km	 km	 km	 km	 km	 km	 km
 h	 h	 h	 h	 h	 h	 h
11	12	13	14	15	16	17
 km	 km	 km	 km	 km	 km	 km
 h	 h	 h	 h	 h	 h	 h
18	19	20	21	22 海の日	23 スポーツの日	24
 km	 km	 km	 km	 km	 km	 km
 h	 h	 h	 h	 h	 h	 h
25	26	27	28	29	30	31
 km	 km	 km	 km	 km	 km	 km
 h	 h	 h	 h	 h	 h	 h