



真是稀奇的情景…

…顺带一提

我有那么
一丢丢一丝丝在意

二位是
互相认识吗？

是啊的

以前就经常听他提起
这个健身房的事…

是这样哦

矶原小姐是
我公司的前辈



哦

片仓
第4年

片冈
第1年

科长偶尔会搞混

跟我同部门的
有位叫片仓的人

太容易搞混
就直接叫名字了

那「大和」的称呼是……

是我的名字

原来是同事啊

原来如此

我大概了解了

矶原小姐为什么
会来健身房呢？

矶原小姐
不是24岁吗……？

我还都快三十了
也缺乏运动……

我很在意自己
太纤瘦了

我想多多少少
练点肌肉出来……

没有那种算法啦

三舍四入
就是30了哦！

70千克……？

我先来
做个示范

重量选择
我一
直做
的
70
千
克

那么……
总之最开始的话

就从简单的
作开始
来试试蹬腿机吧

嗯

あ
ら
。

呼

き
や
。

あ
ら
。





元
力



没事的哦

典范……
我就是缺乏运动的

竟然连30千克
都做不了……

也就是和工作
一样……？

……是啊

像是什么小宝宝
没法举起哑铃……

刚才我也听到了
片冈先生说的话

但一点点努力下来
就会熟悉一样吗……

就像还是新人的时候
做不成什么事

小宝宝……

大和也是
在工作上
还跟小宝宝一样呢



好的

最初的目标
就定为30千克吧

就从更轻一点的重量
开始做

那：
这样吧

…?

我会把这些都坚持下去
直到变得
跟椎名小姐一样强大的

今天谢谢你了

以后
也拜托了！

：加油吧



：那个

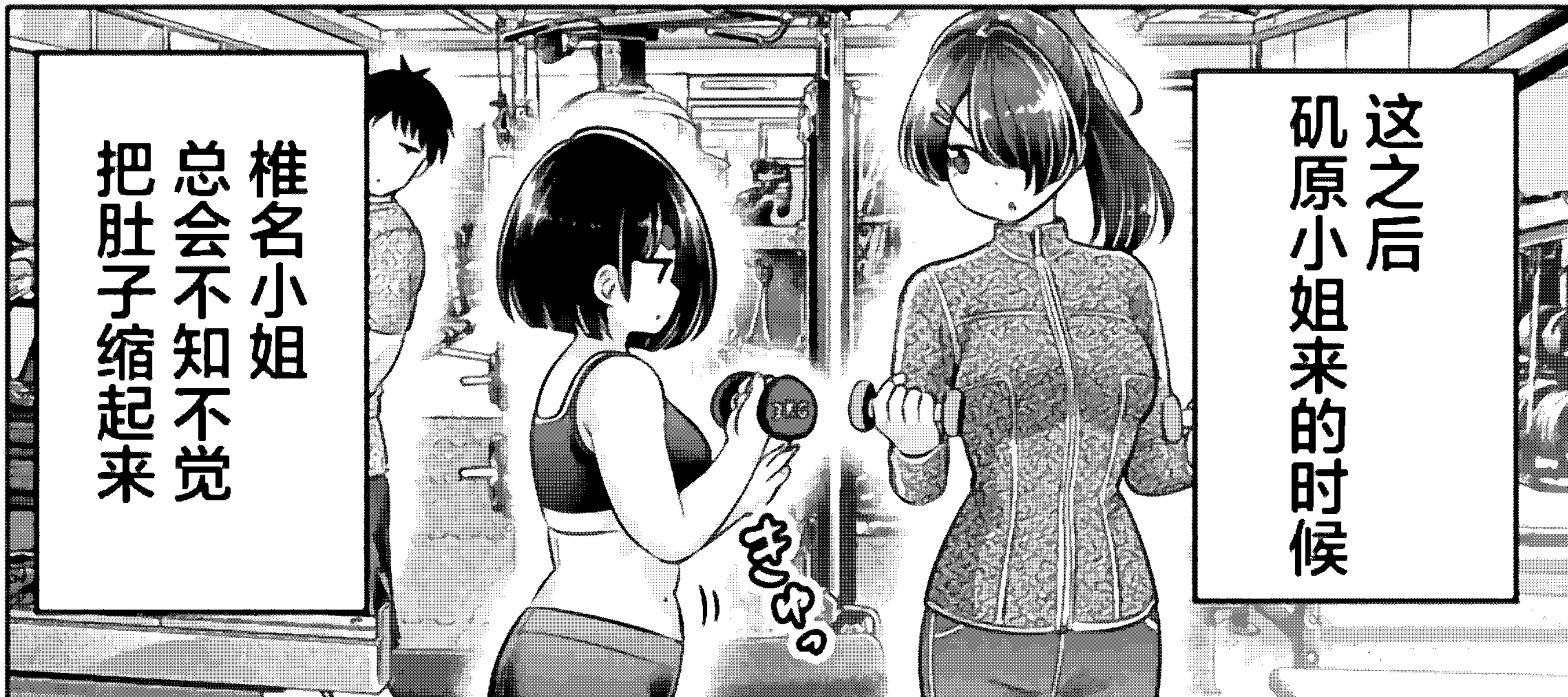
身材好
人又漂亮
在公司的工作
好像也很开心：

当然
椎名小姐
也很漂亮哦

肉乎乎之美
是地表最棒的



肉
肉





萌十七汉化小组
QQ群号:549638895
(仅限大陆地区)

关注我们
微博: @萌十七汉化组
微信: 萌十七汉化组
QQ: 860653674