

9:41



運動名を入力してください。

例) ベンチプレス、チェストプレス

運動情報を変更

kg

lbs

セット

kg

回数

1

100

12

—

2

100

12

—

3

100

12

—

4

100

12

—

+ セットを追加

運動を追加

ルーティンを保存