

トレーニング記録アプリ『トレログ』

トレログ

ログイン

ログイン

メールアドレス
パスワード

表示

ログイン

アカウントをお持ちでないですか？ 新規登録

トレログ

こんにちは、いしいさん 記録 レポート 管理 ログアウト

トレーニング管理アプリ「トレログ」

ようこそ！
▶ 今日の運動を記録する
▶ レポートを見る

トレログ

こんにちは、いしいさん 記録 レポート 管理 ログアウト

今日の運動

ももあげ 回

つま先タッチ 回

ジャンプ セット

スクワット 回

保存

運動記録カレンダー

← 前月 2026年 1月 次月 →

				1 ●	2 ●	3
4	5 ●	6 ●	7 ●	8 ●	9 ●	10 ●
11 ●	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2026-01-10 の記録

ももあげ	113 回
つま先タッチ	84 回
ジャンプ	0 セット
スクワット	54 回

[← トップに戻る](#)

管理メニュー

[管理トップ](#)[ユーザー一覧](#)[全ユーザーの記録](#)[トレーニング種目設定](#)

ユーザー一覧

ユーザー名	メール	権限	操作
いしい	suchediefreiheit@gmail.com	管理者	詳細
今川	09090095757@docomo.ne.jp	一般	詳細
いのうえ	ma41245900@gmail.com	一般	詳細
shoji takuma	a09080062177@docomo.ne.jp	一般	詳細
松田	mayuchi160@gmail.com	一般	詳細
タカハシ	tkhs.k6.sss.2k@gmail.com	一般	詳細