

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

ログイン

メールアドレス: JC に届け出ているメールアドレス

パスワード: メールアドレスの@の前の文字

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](#) [グループ](#) [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
カーフレイズ 回

[保存](#)

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](#)

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](#)

トレログ	こんにちは、いしいさん	記録	レポート	グループ	管理	ログアウト
グループメンバー						
いしい						あなた
今川						記録を見る
いのうえ						記録を見る
Ikeda						記録を見る
間藤 公潤						記録を見る
shoji takuma						記録を見る
井上 広樹						記録を見る
松田						記録を見る
タカハシ						記録を見る
金子 稜						記録を見る

全ユーザー継続記録

←2026年 1月→

ユーザー名	29	30	31	1/1	2	3	4	通計	5	6	7	8	9	10	11	通計	12	13	14	15	16	17	18	通計	19	20	21	22	23	24	25	通計	26	27	28	29	30	31	2/1	通計
Ikeda 会員開発								0								0								0							0									0
shoji takuma 会員開発								0								1								0							1									0
いしい 会員開発								2								7								5							4									1
いのうえ 会員開発								0								0								0							0									0
タカハシ 会員開発								0								0								0							0									0
井上 広樹 会員開発								0								0								0							0									0
間藤 公潤 会員開発								0								0								0							0									0
金子 稜 会員開発								0								0								0							0									0
今川 会員開発								0								0								0							0									0
松田 会員開発								0								0								0							0									0
横澤 政希 指導力								0								0								0							0									0
佐藤 孝人 指導力								0								0								0							0									0
手島 信幸 指導力								0								0								0							0									0
小関 達矢 指導力								0								0								0							0									0

00

※全メンバーが見れるのは管理者のみ