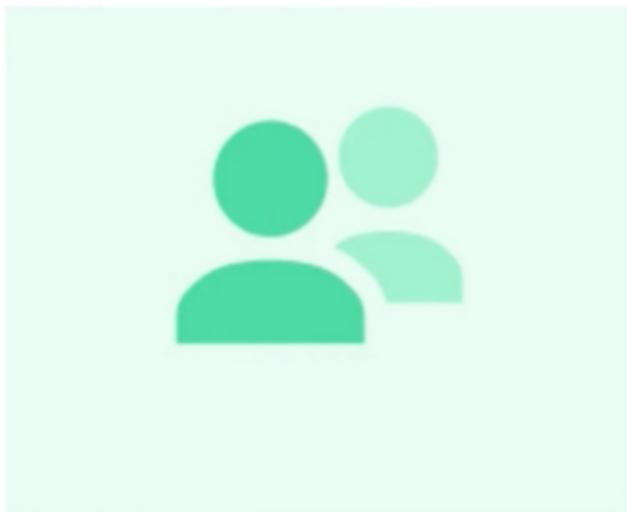




Keep运动助手

温州中西医减重训练营



 小程序





今天  
13:49



 keep

+86 ▼

获取验证码

登录



## 温州中西医减重训练营

+ 加入

全品类 9 位成员 主理人 假期流浪喵

3

运动人数

1416

总消耗 (千卡)

243

总时长 (分)

活动

动态

排行

总运动

总消耗

本周



该运动圈未公开, 请先加入

加入



活动

动态

排行

总运动 ▾

总运动时长 ▾

本周 ▾

本周排行

# 温州中西医减重训练营运动排行

@穿skims的美丽女人占领了封面

榜单每周一 0 点重新计算排名 ⓘ



穿skims的美丽女人

74 分钟



鸣zam

46 分钟



爱看书的小虾米多多

18 分钟





上周排行榜结算已出

达成「新秀」等级



社区

推荐

课程

计划

奖牌

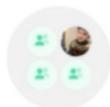
比赛



同城



温州中西...



发现运动圈



好友运动排行 我 -- 名

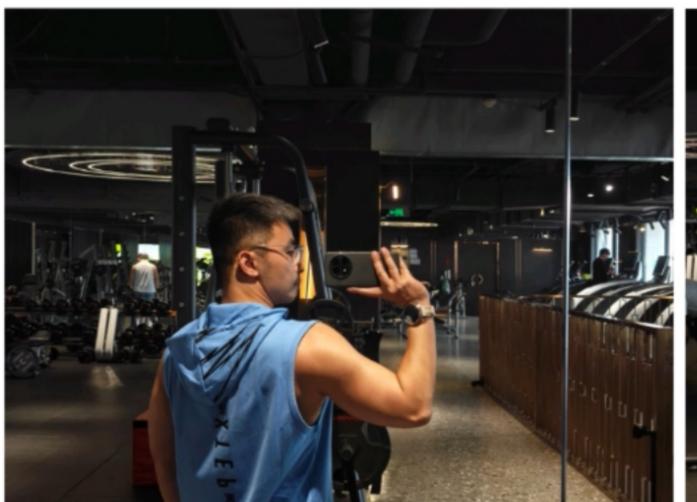
榜单每周一 0 点重新计算排名



晒阳光的老腊肉

2025/04/30 12:27 广东

+ 关注



中午练下肩

肩后 有刷新的 PB 记录，分享一下吧!

#每日健身打卡

做力量训练 268 千卡 00:41:21 13 RM



首页

今日



商城

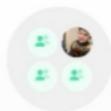
我的



同城



温州中西...



发现运动圈

## 温州中西医减重训练营

进入运动圈



运动圈好友排行 我 -- 名  
穿skims的美丽女人占领了封面





动一下找回状态  
已经 17 天没运动了

0 / 688



## AI 教练 我的日程



我的智能运动计划 · 第27/48天

管理 >



### 20 分钟甩脂塑形 · 持续消耗 · 低冲击 ... 击

训练 · 16 分钟 · 109 千卡

今日待训练

开始训练

20 分钟甩脂塑形 · 打破瓶颈 · 低冲击

猜你喜欢 **开始运动** 更多 >



### 告别肚腩计划

根据自己的方案运动。

正在直播 随进随练

更多 >



### 快乐燃脂 · 暴汗瘦全身 · 全...

921 人正在练 轻松消耗 500 千

+

运动状态 会员

05/07 >

首页

今日



商城

我的



总运动

跑步

行走

骑行

健身

总运动时长 ▾

本周 ▾

本周排行

## 温州中西医减重训练营运动排行

@穿skims的美丽女人占领了封面

榜单每周一 0 点重新计算排名 ⓘ



-   穿skims的美丽女人  
74 分钟 
-   鸣zam  
46 分钟 
-   爱看书的小虾米多多  
18 分钟 
- 4  制作人先生  
1 分钟 

运动完成就可以看到自己的运动时间啦！

4



制作人先生

1 分钟

