

6 MONTH WALKING LOG



CLEARVIEW MALL

Start Month _____ Start Year _____

Week	Date	Distance (mi)	Time (h:mm:ss)	HR	Rest HR	Walk Type	Notes, Description, Comments
1	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
2	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
3	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
4	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
5	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
6	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
	/		: :				
Totals & Averages			: :				