

Running Log:

Month _____ Year _____

Week	Date	Distance (mi)	Time (h:mm:ss)	Pace	Comments	Parent/Guardian Signature
1	/		: :			
1	/		: :			
1	/		: :			
2	/		: :			
2	/		: :			
2	/		: :			
3	/		: :			
3	/		: :			
3	/		: :			
4	/		: :			
4	/		: :			
4	/		: :			
5	/		: :			
5	/		: :			
5	/		: :			
6	/		: :			
6	/		: :			
6	/		: :			
7	/		: :			
7	/		: :			
7	/		: :			