PhysicalSolutions
PHYSIOTHERAPY • TRAINING • EDUCATION

www.physical-solutions.co.uk, tel: 07816 854828

RACE LOG

name_____

Race	Date	Distance (mi or km)	Time (h:mm:ss)	Pace	HR	Rest HR	Temp (°C/°F)	Shoes	# in Age	Place	Event	Comments
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	/ /		: :									
TOTALS & AVERAGES			: :									