

# 100 Miles in 100 Days - Healthy You Fitness Challenge

## Tracking Sheet

### June

15<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 16<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 17<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 18<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 19<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 20<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 21<sup>st</sup> \_\_\_\_\_ 22<sup>nd</sup> \_\_\_\_\_

23<sup>rd</sup> \_\_\_\_\_ 24<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 25<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 26<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 27<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 28<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 29<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 30<sup>th</sup> \_\_\_\_\_

**Total Miles or the Month:** \_\_\_\_\_

### July

1<sup>st</sup> \_\_\_\_\_ 2<sup>nd</sup> \_\_\_\_\_ 3<sup>rd</sup> \_\_\_\_\_ 4<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 5<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 6<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 7<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 8<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 9<sup>th</sup> \_\_\_\_\_

10<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 11<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 12<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 13<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 14<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 15<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 16<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 17<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 18<sup>th</sup> \_\_\_\_\_

19<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 20<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 21<sup>st</sup> \_\_\_\_\_ 22<sup>nd</sup> \_\_\_\_\_ 23<sup>rd</sup> \_\_\_\_\_ 24<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 25<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 26<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 27<sup>th</sup> \_\_\_\_\_

28<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 29<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 30<sup>th</sup> \_\_\_\_\_

**Total Miles or the Month:** \_\_\_\_\_

### August

1<sup>st</sup> \_\_\_\_\_ 2<sup>nd</sup> \_\_\_\_\_ 3<sup>rd</sup> \_\_\_\_\_ 4<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 5<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 6<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 7<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 8<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 9<sup>th</sup> \_\_\_\_\_

10<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 11<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 12<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 13<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 14<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 15<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 16<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 17<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 18<sup>th</sup> \_\_\_\_\_

19<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 20<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 21<sup>st</sup> \_\_\_\_\_ 22<sup>nd</sup> \_\_\_\_\_ 23<sup>rd</sup> \_\_\_\_\_ 24<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 25<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 26<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 27<sup>th</sup> \_\_\_\_\_

28<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 29<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 30<sup>th</sup> \_\_\_\_\_

**Total Miles or the Month:** \_\_\_\_\_

### September

1<sup>st</sup> \_\_\_\_\_ 2<sup>nd</sup> \_\_\_\_\_ 3<sup>rd</sup> \_\_\_\_\_ 4<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 5<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 6<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 7<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 8<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 9<sup>th</sup> 10<sup>th</sup> \_\_\_\_\_

11<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 12<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 13<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 14<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 15<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 16<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 17<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 18<sup>th</sup> \_\_\_\_\_

19<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 20<sup>th</sup> \_\_\_\_\_ 21<sup>st</sup> \_\_\_\_\_ 22<sup>nd</sup> \_\_\_\_\_ 23<sup>rd</sup> \_\_\_\_\_ 24<sup>th</sup> \_\_\_\_\_

**Total Miles or the Month:** \_\_\_\_\_

