

JUNIOR AGE GROUP (JAGS)
HADEN HILL SWIMMING CLUB
MY 12 WEEK RECORD OF AIMS
& METERAGE

NAME

WK 1.THUR	TOTAL	WK 5.THUR	TOTAL	WK 9.THUR	TOTAL
FRI		FRI		FRI	
SUN		SUN		SUN	
WED		WED		WED	
WK 2. THUR		WK 6. THUR		WK 10 THUR	
FRI		FRI		FRI	
SUN		SUN		SUN	
WED		WED		WED	
WK 3.THUR		WK 7.THUR		WK 11.THUR	
FIR		FIR		FIR	
SUN		SUN		SUN	
WED		WED		WED	
WK 4 THUR		WK 8 THUR		WK 12THUR	
FRI		FRI		FRI	
SUN		SUN		SUN	
WED		WED		WED	

WERE ALL THE AIMS MET EACH WEEK		WHAT I NEED TO WORK ON NEXT WEEK
WK 1	YES / NO	
WK 1	YES / NO	
WK 2	YES / NO	
WK 3	YES / NO	
WK 4	YES / NO	
WK 5	YES / NO	
WK 6	YES / NO	
WK 7	YES / NO	
WK 8	YES / NO	
WK 9	YES / NO	
WK 10	YES / NO	
WK 11	YES / NO	
WK 12	YES / NO	