

Datum		Plats
Syfte		Väder
Antal		
Tempo		
Puls	Efter min	Efter min
	Efter min	Efter min
	Efter min	Efter min
	Efter min	Efter min
Återhämtningspuls		
	Efter min	
Kändes	<input type="checkbox"/> toppenfin	<input type="checkbox"/> vill mera efter sista
	<input type="checkbox"/> som en ökenvind	<input type="checkbox"/> bjuder lagom
	<input type="checkbox"/> inte som vanligt	<input type="checkbox"/>
Övrigt		

Datum		Plats
Syfte		Väder
Antal		
Tempo		
Puls	Efter min	Efter min
	Efter min	Efter min
	Efter min	Efter min
	Efter min	Efter min
Återhämtningspuls		
	Efter min	
Kändes	<input type="checkbox"/> toppenfin	<input type="checkbox"/> vill mera efter sista
	<input type="checkbox"/> som en ökenvind	<input type="checkbox"/> bjuder lagom
	<input type="checkbox"/> inte som vanligt	<input type="checkbox"/>
Övrigt		