



LOPERSPROJECT

2011



Logboek van: _____

| Dag | Datum | Km | Tijd | Wat gedaan, hoe ging het. |
|-----|-------|----|------|---------------------------|
| Ma | | | | |
| Di | | | | |
| Wo | | | | |
| Do | | | | |
| Vr | | | | |
| Za | | | | |
| Zo | | | | |

Weektotaal km gewicht kg Hartfr. Sl/min