Tracking Log

14 weeks (5/23 to 8/22)

How to track your steps and compete for official Let's Move With the Mayor T-shirt and prizes:

The Mayor's challenge is to take 10,000 steps a day. With your Let's Move pedometer and tracking form, record the number of steps you make each week from May 23, 2010 through August 22, 2010. Record the number on the tracking form to compete for prizes. On August 25, hand in your log at your school. Winners will be announced in September.

Week	Steps
May 23	
May 30	
June 6	
June 13	
June 20	
June 27	
July 4	
July 11	
July 18	
July 25	
August 1	
August 8	
August 15	
August 22	

If you misplace this Tracking Form, visit www.ArlingtonTx.gov to download a new one.

Follow the Movement…

www.ArlingtonTX.gov/Move www.LetsMove.org

Hoja de Registro

14 semanas (5/23 al 8/22)

Como registrar sus pasos y competir por las camisetas oficiales del Alcalde, "Let's Move With Mayor" y otros premios:

El reto del Alcalde es para que realicen 10,000 pasos al día. Con su podómetro de "Moverse" y la forma de registro, entre el número de pasos que haga cada semana del 23 de mayo, 2010 al 22 de agosto, 2010. Registre el número en la forma para que compita por los premios. El 25 de agosto entregue su forma en la escuela. Los ganadores serán anunciados en septiembre.

Semana	Pasos
23 de mayo	
30 de mayo	
6 de junio	
13 de junio	
20 de junio	
27 de junio	
4 de julio	
11 de julio	
18 de julio	
25 de julio	
1º de agosto	
8 de agosto	
15 de agosto	
22 de agosto	

Si usted pierde esta forma de registro, visite: www.ArlingtonTx.gov para descargar una nueva.

¡Observe el Movimiento!

www.ArlingtonTX.gov/Move www.LetsMove.org