

Swimmer: \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_

<b>Event</b>	<b>Goal Standard</b>					<b>Goal Time</b>
25 Free	Q1	Q2	A	B	C	
50 Free	Q1	Q2	A	B	C	
100 Free	Q1	Q2	A	B	C	
200 Free	Q1	Q2	A	B	C	
500 Free	Q1	Q2	A	B	C	
1000 Free	Q1	Q2	A	B	C	
1650 Free	Q1	Q2	A	B	C	
25 Back	Q1	Q2	A	B	C	
50 Back	Q1	Q2	A	B	C	
100 Back	Q1	Q2	A	B	C	
200 Back	Q1	Q2	A	B	C	
25 Breaststroke	Q1	Q2	A	B	C	
50 Breaststroke	Q1	Q2	A	B	C	
100 Breaststroke	Q1	Q2	A	B	C	
200 Breaststroke	Q1	Q2	A	B	C	
25 Fly	Q1	Q2	A	B	C	
50 Fly	Q1	Q2	A	B	C	
100 Fly	Q1	Q2	A	B	C	
200 Fly	Q1	Q2	A	B	C	
100 IM	Q1	Q2	A	B	C	
200 IM	Q1	Q2	A	B	C	
400 IM	Q1	Q2	A	B	C	