

WINTER ARC TRACKER

RULE (yes or no in ten seconds)

FLOOR (the bad-day version - counts as a full day)

1

2

3

4

5

RATE TARGET

/ 92

WITNESS

PROOF FORMAT

☒ did it

☒ floor day - counts the same

☐ missed - no reset, keep going

OCTOBER

		1	2	3	4	5	HELD
T	1	D1	☐	☐	☐	☐	☐
F	2	D2	☐	☐	☐	☐	☐
S	3	D3	☐	☐	☐	☐	☐
S	4	D4	☐	☐	☐	☐	☐
M	5	D5	☐	☐	☐	☐	☐
T	6	D6	☐	☐	☐	☐	☐
W	7	D7	☐	☐	☐	☐	☐
T	8	D8	☐	☐	☐	☐	☐
F	9	D9	☐	☐	☐	☐	☐
S	10	D10	☐	☐	☐	☐	☐
S	11	D11	☐	☐	☐	☐	☐
M	12	D12	☐	☐	☐	☐	☐
T	13	D13	☐	☐	☐	☐	☐
W	14	D14	☐	☐	☐	☐	☐
T	15	D15	☐	☐	☐	☐	☐
F	16	D16	☐	☐	☐	☐	☐
S	17	D17	☐	☐	☐	☐	☐
S	18	D18	☐	☐	☐	☐	☐
M	19	D19	☐	☐	☐	☐	☐
T	20	D20	☐	☐	☐	☐	☐
W	21	D21	☐	☐	☐	☐	☐
T	22	D22	☐	☐	☐	☐	☐
F	23	D23	☐	☐	☐	☐	☐
S	24	D24	☐	☐	☐	☐	☐
S	25	D25	☐	☐	☐	☐	☐
M	26	D26	☐	☐	☐	☐	☐
T	27	D27	☐	☐	☐	☐	☐
W	28	D28	☐	☐	☐	☐	☐
T	29	D29	☐	☐	☐	☐	☐
F	30	D30	☐	☐	☐	☐	☐
S	31	D31	☐	☐	☐	☐	☐

NOVEMBER

		1	2	3	4	5	HELD
S	1	D32	☐	☐	☐	☐	☐
M	2	D33	☐	☐	☐	☐	☐
T	3	D34	☐	☐	☐	☐	☐
W	4	D35	☐	☐	☐	☐	☐
T	5	D36	☐	☐	☐	☐	☐
F	6	D37	☐	☐	☐	☐	☐
S	7	D38	☐	☐	☐	☐	☐
S	8	D39	☐	☐	☐	☐	☐
M	9	D40	☐	☐	☐	☐	☐
T	10	D41	☐	☐	☐	☐	☐
W	11	D42	☐	☐	☐	☐	☐
T	12	D43	☐	☐	☐	☐	☐
F	13	D44	☐	☐	☐	☐	☐
S	14	D45	☐	☐	☐	☐	☐
S	15	D46	☐	☐	☐	☐	☐
M	16	D47	☐	☐	☐	☐	☐
T	17	D48	☐	☐	☐	☐	☐
W	18	D49	☐	☐	☐	☐	☐
T	19	D50	☐	☐	☐	☐	☐
F	20	D51	☐	☐	☐	☐	☐
S	21	D52	☐	☐	☐	☐	☐
S	22	D53	☐	☐	☐	☐	☐
M	23	D54	☐	☐	☐	☐	☐
T	24	D55	☐	☐	☐	☐	☐
W	25	D56	☐	☐	☐	☐	☐
T	26	D57	☐	☐	☐	☐	☐
F	27	D58	☐	☐	☐	☐	☐
S	28	D59	☐	☐	☐	☐	☐
S	29	D60	☐	☐	☐	☐	☐
M	30	D61	☐	☐	☐	☐	☐

DECEMBER

		1	2	3	4	5	HELD
T	1	D62	☐	☐	☐	☐	☐
W	2	D63	☐	☐	☐	☐	☐
T	3	D64	☐	☐	☐	☐	☐
F	4	D65	☐	☐	☐	☐	☐
S	5	D66	☐	☐	☐	☐	☐
S	6	D67	☐	☐	☐	☐	☐
M	7	D68	☐	☐	☐	☐	☐
T	8	D69	☐	☐	☐	☐	☐
W	9	D70	☐	☐	☐	☐	☐
T	10	D71	☐	☐	☐	☐	☐
F	11	D72	☐	☐	☐	☐	☐
S	12	D73	☐	☐	☐	☐	☐
S	13	D74	☐	☐	☐	☐	☐
M	14	D75	☐	☐	☐	☐	☐
T	15	D76	☐	☐	☐	☐	☐
W	16	D77	☐	☐	☐	☐	☐
T	17	D78	☐	☐	☐	☐	☐
F	18	D79	☐	☐	☐	☐	☐
S	19	D80	☐	☐	☐	☐	☐
S	20	D81	☐	☐	☐	☐	☐
M	21	D82	☐	☐	☐	☐	☐
T	22	D83	☐	☐	☐	☐	☐
W	23	D84	☐	☐	☐	☐	☐
T	24	D85	☐	☐	☐	☐	☐
F	25	D86	☐	☐	☐	☐	☐
S	26	D87	☐	☐	☐	☐	☐
S	27	D88	☐	☐	☐	☐	☐
M	28	D89	☐	☐	☐	☐	☐
T	29	D90	☐	☐	☐	☐	☐
W	30	D91	☐	☐	☐	☐	☐
T	31	FINISH	☐	☐	☐	☐	☐

HELD THIS MONTH ____ / 31

HELD THIS MONTH ____ / 30

HELD THIS MONTH ____ / 31