



eliminating racism
empowering women
ywca

April 2023 Schedule CrossFit 641 YMCA-YWCA Cultural Center Building

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
						1 9-10a WOD
2	3 5-6a WOD 6-7a WOD 12-1p WOD 415-515p KIDS 530-630p WOD	4 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515p KIDS 530-630p WOD	5 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515p KIDS 530-630p WOD	6 5-6a WOD 12-1p WOD 530-630p WOD	7 5-6a Open Gym 830-930a WOD 12-1p WOD 530-630p WOD	8 9-10a WOD
9	10 5-6a WOD 6-7a WOD 12-1p WOD 415-515p KIDS 530-630p WOD	11 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515p KIDS 530-630p WOD	12 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515p KIDS 530-630p WOD	13 5-6a WOD 12-1p WOD 530-630p WOD	14 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 530-630p WOD	15 9-10a WOD
16	17 5-6a WOD 6-7a WOD 12-1p WOD 415-515p KIDS 530-630p WOD	18 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515p KIDS 530-630p WOD	19 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515p KIDS 530-630p WOD	20 5-6a WOD 12-1p WOD 530-630p WOD	21 5-6a Open Gym 830-930a WOD 12-1p WOD 530-630p WOD	22 9-10a WOD
23/30	24 5-6a WOD 6-7a WOD 12-1p WOD 415-515p KIDS 530-630p WOD	25 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515p KIDS 530-630p WOD	26 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515p KIDS 530-630p WOD	27 5-6a WOD 12-1p WOD 530-630p WOD	28 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 530-630p WOD	29 9-10a WOD