



eliminating racism
empowering women
ywca

June 2022 Schedule CrossFit 641 YMCA-YWCA Cultural Center Building

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
<i>Special Classes</i> <i>Fundamentals</i> -6:15-6:45a M/W -4:45-5:15p M/W <i>Kids CF</i> 10:15-11:15a M-Th			1 5-6a WOD 8:30-9:30a WOD 12-1p WOD 4:15-5:15p WOD 5:30-6:30p WOD	2 5-6a WOD 8:30-9:30a WOD 12-1p WOD 4:15-5:15p WOD 5:30-6:30p WOD	3 5-6a WOD 8:30-9:30a WOD 12-1p WOD 5:30-6:30pm WOD	4 9-10a WOD
5	6 5-6a WOD 6:15-6:45a WOD 8:30-9:30a WOD 10:15-11:15a WOD 12-1p WOD 4:45-5:15p WOD 5:30-6:30p WOD	7 5-6a WOD 8:30-9:30a WOD 10:15-11:15a WOD 12-1p WOD 5:30-6:30p WOD	8 5-6a WOD 6:15-6:45a WOD 8:30-9:30a Curt 10:15-11:15a WOD 12-1p Curt 4:45-5:15p WOD 5:30-6:30p WOD	9 5-6a WOD 8:30-9:30a WOD 10:15-11:15a WOD 12-1p WOD 5:30-6:30p WOD	10 5-6a WOD 8:30-9:30a WOD 12-1p WOD 5:30-6:30p WOD	11 9-10a WOD
12	13 5-6a WOD 6:15-6:45a WOD 8:30-9:30a WOD 10:15-11:15a WOD 12-1p WOD 4:45-5:15p WOD 5:30-6:30p WOD	14 5-6a WOD 8:30-9:30a WOD 10:15-11:15a WOD 12-1p WOD 5:30-6:30p WOD	15 5-6a WOD 6:15-6:45a WOD 8:30-9:30a Curt 10:15-11:15a WOD 12-1p Curt 4:45-5:15p WOD 5:30-6:30p WOD	16 5-6a WOD 8:30-9:30a WOD 10:15-11:15a WOD 12-1p WOD 5:30-6:30p WOD	17 5-6a WOF 8:30-9:30a WOD 12-1p WOD 5:30-6:30p WOD	18 9-10a WOD 10:30-12 O-Lift Clinic
19	20 5-6a WOD 6:15-6:45a WOD 8:30-9:30a WOD 10:15-11:15a WOD 12-1p WOD 4:45-5:15p WOD 5:30-6:30p WOD	21 5-6a WOD 8:30-9:30a WOD 10:15-11:15a WOD 12-1p WOD 5:30-6:30p WOD	22 5-6a WOD 6:15-6:45a WOD 8:30-9:30a Curt 10:15-11:15a WOD 12-1p Curt 4:45-5:15p WOD 5:30-6:30p WOD	23 5-6a WOD 8:30-9:30a WOD 10:15-11:15a WOD 12-1p WOD 5:30-6:30p WOD	24 5-6a WOD 8:30-9:30a WOD 12-1p WOD 5:30-6:30p WOD	25 9-10a WOD
26	27 5-6a WOD 6:15-6:45a WOD 8:30-9:30a WOD 10:15-11:15a WOD 12-1p WOD 4:45-5:15p WOD 5:30-6:30p WOD	28 5-6a WOD 8:30-9:30a WOD 10:15-11:15a WOD 12-1p WOD 5:30-6:30p WOD	29 5-6a WOD 6:15-6:45a WOD 8:30-9:30a Curt 10:15-11:15a WOD 12-1p Curt 4:45-5:15p WOD 5:30-6:30p WOD	30 5-6a WOD 8:30-9:30a WOD 10:15-11:15a WOD 12-1p WOD 5:30-6:30p WOD		