



eliminating racism
empowering women
ywca

August 2020 Schedule CrossFit 641 YMCA-YWCA Cultural Center Building

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
						1
2	3 5-6a WOD 830-930a WOD 930-1030SKILLS 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 530-630 WOD	4 5-6a WOD 830-930a WOD 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 530-630 WOD	5 5-6a WOD 830-930a WOD 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 530-630p WOD 630-730p SKILLS	6 5-6a WOD 830-930a WOD 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 530-630 WOD	7 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM	8 9-10a Festivus WOD
9	10 5-6a WOD 830-930a WOD 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 530-630 WOD	11 5-6a WOD 830-930a WOD 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 530-630p WOD 630-730p SKILLS	12 5-6a WOD 830-930a WOD 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 530-630p WOD	13 5-6a WOD 830-930a WOD 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 530-630 WOD	14 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD	15 9-10a Festivus WOD
16	17 5-6a WOD 830-930a WOD 930-1030SKILLS 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 530-630 WOD	18 5-6a WOD 830-930a WOD 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 530-630p WOD 630-730p SKILLS	19 5-6a WOD 830-930a WOD 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 530-630p WOD	20 5-6a WOD 830-930a WOD 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 530-630 WOD	21 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM	22 9-10a WOD
23/30 Please note that CF KIDS will not be offered 8/31 No SKILLS class Aug 31	24/31 5-6a WOD 830-930a WOD 930-1030SKILLS 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 530-630 WOD	25 5-6a WOD 830-930a WOD 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 530-630 WOD 630-730p SKILLS	26 5-6a WOD 830-930a WOD 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 530-630p WOD	27 5-6a WOD 830-930a WOD 10-11 CF KIDS 12-1p WOD 530-630 WOD	28 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM	29 9-10a WOD