



eliminating racism
empowering women
ywca

October 2020 Schedule CrossFit 641 YMCA-YWCA Cultural Center Building

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515 CF KIDS 530-630p WOD	2 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD	3
4	5 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 415-515 CF KIDS 530-630p WOD	6 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515 CF KIDS 530-630p WOD	7 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 415-515 CF KIDS 530-630p WOD 630-730p SKILLS	8 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515 CF KIDS 530-630p WOD	9 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD	10 9-10a WOD
11	12 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 415-515 CF KIDS 530-630p WOD	13 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515 CF KIDS 530-630p WOD 630-730p SKILLS	14 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 415-515 CF KIDS 530-630p WOD	15 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515 CF KIDS 530-630p WOD	16 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD	17
18	19 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 415-515 CF KIDS 530-630p WOD	20 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515 CF KIDS 530-630p WOD 630-730p SKILLS	21 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 415-515 CF KIDS 530-630p WOD	22 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515 CF KIDS 530-630p WOD	23 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD	24 9-10a WOD
25	26 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 415-515 CF KIDS 530-630p WOD	27 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515 CF KIDS 530-630p WOD	28 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 1-2p OPEN GYM 415-515 CF KIDS 530-630p WOD 630-730p SKILLS	29 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD 415-515 CF KIDS 530-630p WOD	30 5-6a WOD 830-930a WOD 12-1p WOD	31 HAPPY HALLOWEEN