



January / June 2019

FROM	TILL	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
6:00 AM	7:00 AM	WOD		WOD		WOD		
7:00 AM	8:00 AM	WOD		WOD	OPEN GYM	WOD		
8:00 AM	9:00 AM	OPEN GYM		OPEN GYM		OPEN GYM		
9:00 AM	10:00 AM	WOD		WOD		WOD	WOD	WOD
10:00 AM	11:00 AM	OPEN GYM		OPEN GYM		OPEN GYM	WOD	TEENS
11:00 AM	12:00 PM	OPEN GYM		OPEN GYM		OPEN GYM	WOD	WOD
12:00 PM	1:00 PM	WOD		WOD		WOD	WOD	WOD
1:00 PM	2:00 PM						OPEN GYM	OPEN GYM
2:00 PM	3:00 PM							
3:00 PM	4:00 PM			KIDS				
4:00 PM	5:00 PM	OPEN GYM	OPEN GYM	PRE TEENS	OPEN GYM	OPEN GYM		
5:00 PM	6:00 PM	WOD	WOD	WOD	WOD	WOD		
6:00 PM	7:00 PM	WOD	WOD	WOD	WOD	WOD		
7:00 PM	8:00 PM	WOD	OPEN GYM	WOD	OPEN GYM			
8:00 PM	9:00 PM	WOD	WOD	WOD	WOD	ADVANCED		