

**Monday      Tuesday      Wednesday      Thursday      Friday      Saturday      Sunday**

----- **GYM OPENS 5:00** -----

6:00-7:00 <b>WOD</b>		6:00-7:00 <b>WOD</b>				
7:00-8:00 <b>WOD</b>	6:30-7:30 <b>WOD</b>	7:00-8:00 <b>WOD</b>	6:30-7:30 <b>WOD</b>	6:30-7:30 <b>WOD</b>		
	7:30-8:30 <b>WOD</b>		7:30-8:30 <b>STRENGTH</b>			
					9:00-10:30 <b>COMPETITION</b>	
11:00-12:00 <b>WOD</b>	11:00-12:00 <b>WOD</b>	11:00-12:00 <b>WOD</b>	11:00-12:00 <b>WOD</b>	11:00-12:00 <b>STRENGTH</b>	10:30-11:30 <b>TEAM-WOD</b>	11:00-12:00 <b>STRENGTH</b>
12:00-13:00 <b>WOD</b>	12:00-13:00 <b>WOD</b>	12:00-13:00 <b>MOBILITY</b>	12:00-13:00 <b>WOD</b>	12:00-13:00 <b>WOD</b>	12:00-13:30 <b>TEENS</b>	12:00-13:00 <b>TEAM-WOD</b>
13:00-14:00 <b>SENIOR</b>			13:00-14:00 <b>SENIOR</b>			
						14:15-15:15 <b>YOUTH</b>
16:00-17:00 <b>WOD</b>		15:30-16:30 <b>WOD</b>				15:30-16:30 <b>KIDS</b>
17:00-18:00 <b>MOBILITY</b>	16:30-17:30 <b>WOD</b>	16:30-17:30 <b>WOD</b>	16:30-17:30 <b>WOD</b>	16:30-17:30 <b>WOD</b>		
18:00-19:00 <b>WOD</b>	17:30-18:30 <b>WOD</b>	17:30-18:30 <b>WOD</b>	17:30-18:30 <b>WOD</b>	17:30-18:30 <b>WOD</b>		
	18:30-19:30 <b>WOD</b>	18:30-19:30 <b>OLY</b>				
	19:30-20:30 <b>TEENS</b>					

----- **GYM CLOSSES 22:00** -----