



## CrossFit dal 31 luglio al 03 settembre 2023

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
12.15-13.15 WOD	12.15-13.15 WOD	12.15-13.15 WEIGHTLIFTING	12.15-13.15 WOD	12.15-13.15 WOD
	17.30-18.30 WOD		17.30-18.30 WOD	
18.00-19.00 WOD	18.30-19.30 WOD	18.00-19.00 WOD	18.30-19.30 WOD	18.00-19.00 WOD
19.00-20.00 WOD	19.30-20.30 WOD	19.00-20.00 WOD	19.30-20.30 WOD	19.00-20.00 WOD