



lower valley branch

yw zones

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday
9:00 - 10:00 AM	YW Agility Mobility	YW Functional Fitness	YW Fun and Funky Rhythm & Dance	Body Mechanics
10:00 - 11:00AM	YW Agility Mobility	YW Functional Fitness	YW Fun and Funky Rhythm & Dance	Body Mechanics
4:30 - 5:30 PM	YW Agility Mobility	YW Functional Fitness	YW Fun and Funky Rhythm & Dance	Body Mechanics
5:30 - 6:30 PM	YW Agility Mobility	YW Functional Fitness	YW Fun and Funky Rhythm & Dance	Body Mechanics