



AARGAUER SKI TEAM

www.aargauerskiteam.ch

Michael Preiser – Luegetshalde 15 – 5703 Seon – preisi@bluewin.ch – 079 / 275 30 06

Kondiweekend 14./16.5.2016 Aigle

zusammen mit LUSV

Datum: 14.-16.5.16

Ort/Unterkunft: Centre Mondial du Cyclisme, UCI. Aigle (VD)
<http://www.uci.ch>

Trainer: Adi Immer, Manuel Fischer

Teilnehmer: Blumenthal Sereina
 Seiler Nicolas
 Sebright Jonah
 Frey Raphaela
Entschuldigt: Stampfli Tobias
 Zbinden Janine
 Zbinden Lukas

Programm:

	Samstag 14	Sonntag 15	Montag 16
6		Morning Gym	Morning Gym
7	Hinreise	Frühstück	Frühstück
8		Trampoline	Trampoline
9		Rumpf	Barebell
10	Via Ferrata	Athletics	Trampoline
11			Coordination
12	Lunch	Lunch	Lunch
13			
14	Via Ferrata	BMX	Spiel
15			
16		Pumptrack	Roller
17	Roller	Aktiv Erholung	Aktiv Erholung
18	Dinner	Dinner	Heimreise
19			
20	Track	Team Sitzung	
21			



AARGAUER SKI TEAM

www.aargauerskiteam.ch

Michael Preiser – Luegetshalde 15 – 5703 Seon – preisi@bluewin.ch – 079 / 275 30 06

Anreise: 06.00 ab Hero Lenzburg

Unterkunft: Centre Mondial du Cyclisme, UCI. Aigle (VD)
<http://www.uci.ch>

Rückreise: ca.20:00

Ausrüstung:

- **Lunch für Samstag Mittag**
- Sportkleidung für inne und aussen
- Rollerblade mit Helm und Schutzausrüstung
- Swissball (ohne Luft), Springseil
- Badzeugs
- Rucksack für kleine Verpflegung
- **Gute Schuhe für Klettersteig**
- ID

Kosten: 270.--

Versicherung: Ist Sache der Teilnehmer

An-/Abmeldungen: Abmeldungen bis Sonntagabend an mich

Bei Fragen: Michael Preiser 079 275 30 06

preisi@bluewin.ch

Bemerkung: -

Grüess Michi