



AARGAUER SKI TEAM

www.aargauerskiteam.ch

Manuel Fischer – Unterdorfstrasse 40 – 5703 Seon – manuel-fischer@gmx.ch – 079 548 24 46

Aufgebot Konditraining vom 17.08.2016, Lenzburg

Datum: Mittwoch, 17. August 2016

Trainer: Manuel Fischer

Teilnehmer: Alle

Training: Intervall, Sprungkraft

Besammlung: 18.00 Uhr, Leichtathletikanlage Wilmatten, Lenzburg
(Wilstrasse 30, 5600 Lenzburg)

Schluss: 20.00 Uhr

Ausrüstung: Trainingskleider für draussen, Laufschuhe, Trinkflasche

Abmeldungen: bis Dienstag

Bei Fragen: Manuel Fischer, 079 548 24 46, manuel-fischer@gmx.ch