



AARGAUER SKI TEAM

www.aargauerskiteam.ch

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

Aufgebot Konditraining vom 02.11.2016, Suhr

Datum: Mittwoch, 02. November 2016

Trainer: Manuel Fischer

Teilnehmer: Alle

Training: Schnelligkeit, Sprungkraft

Besammlung: 18.00 Uhr, 2-fach Turnhalle Nord, Suhr
(Mattenweg 1, 5034 Suhr)

Schluss: 20.00 Uhr

Ausrüstung: Trainingskleider, Hallenschuhe, Trinkflasche

Abmeldungen: bis Dienstag

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