



AARGAUER SKI TEAM
www.aargauerskiteam.ch

Mario Märki – Angelweg 6 – 5603 Staufen – mario@maerki-giger.ch – 076 581 00 98

Aufgebot Konditraining vom 22.11.2017, Suhr

- Datum: Mittwoch, 22. November 2017
- Trainer: Joel und Mario Märki
- Teilnehmer: Alle
- Training: Koordination, 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 Mittwochmittag
- Bei Fragen: Mario Märki, 076 581 00 98, mario@maerki-giger.ch