



AARGAUER SKI TEAM
www.aargauerskiteam.ch

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

Aufgebot Konditraining vom 14.03.2018, Suhr

Datum: Mittwoch, 14. März 2018

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