



AARGAUER SKI TEAM
www.aargauerskitem.ch

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

Aufgebot Konditraining + Kleideranprobe vom 13.06.2018, Lenzburg

Datum: Mittwoch, 13. Juni 2018

Trainer: Mario Märki

Teilnehmer: Alle

Training: Koordination, Schnelligkeit, Sprungkraft, Ausdauer

Besammlung: **18.00 Uhr, Albanisport, Lenzburg**
(Aavorstadt 39, 5600 Lenzburg)

Schluss: 20.00 Uhr

Ausrüstung: **Regenjacke**, Trainingskleider, Joggingsschuhe, Trinkflasche

Abmeldungen: bis Dienstagabend

Bei Fragen: Mario Märki, 076 581 00 98, mario@maerki-giger.ch