

# HERBSTTRAINING SKI-CLUB ST. JOST OBERÄGERI



Nr.	Datum	Zeit	Treffpunkt	Thema	Mitnehmen	Leitung
1	Di, 23.08.11	18.00-20.00	Feuerwehrdepot O'ägeri	Triathlon	Badekleider, Bike, Laufschuhe	Louis, Christoph, René
2	Di, 30.08.11	18.00-20.00	Feuerwehrdepot O'ägeri	Triathlon	Badekleider, Bike, Laufschuhe	Christoph, René, Linda
3	Di, 06.09.11	18.00-20.00	Schützen Unterägeri	Bikettraining	Helm & Getränk (Bidon)	René, Mäsi, Sandro
4	Di, 13.09.11	18.00-20.00	Feuerwehrdepot O'ägeri	Bikettraining	Helm & Getränk (Bidon)	Gabriela, Linda, Sandro
5	Di, 20.09.11	18.00-20.00	Feuerwehrdepot O'ägeri	Bikettraining	Helm & Getränk (Bidon)	Linda, Christoph, Gabriela
6	Di, 27.09.11	18.00-20.00	Schützen Unterägeri	Cross-Training	Getränk	Mäsi, Gabriela, Louis
7	Di, 04.10.11	18.00-20.00	Feuerwehrdepot O'ägeri	Cross-Training	Getränk	Sandro, Mäsi, Louis



Bitte vor den Trainings zusätzlich die Hotline (041 750 05 08) abrufen um sich über allfällige Ergänzungen/Änderungen zu den Trainings zu informieren.

Die Trainings finden bei jeder Witterung statt !!  
Bei schlechtem Wetter werden wir das Training in der Turnhalle Maienmatt abhalten.  
Bidon mit Getränk gehört zu jedem Training !!

Allfällige Entschuldigungen bitte frühzeitig an [trainer@scoberaegeri.ch](mailto:trainer@scoberaegeri.ch)

Hauptsponsor

**RAIFFEISEN**

