



## **Stützpunkttraining Gewichtheben 07.10.2023 in Roding**

Liebe Sportfreunde,

der BGKV-Stützpunkt Roding lädt alle Kadersportler\*innen zum Stützpunkttraining am Samstag 07.10.2023 herzlich ein. Auch weitere interessierte Athlet\*innen können teilnehmen, sofern noch Plätze vorhanden sind. Insbesondere Jugendliche (auch Neueinsteiger) sind willkommen.

Treffpunkt: Samstag, 07.10.2023, 10 Uhr  
Städtische Dreifachturnhalle, Sportlereingang  
Max-Reger-Str. 12, 93426 Roding

Ablauf: 10.15 bis 12.00 Uhr, Athletiktraining  
12.00 bis 13.30 Uhr, Mittagspause  
13.30 bis 15.30 Uhr, Training Gewichtheben

Für das Training sind Sportkleidung, Gewichtheber- und Hallenschuhe mitzubringen.  
Ein Mittagessen wird auf Wunsch organisiert.

Um Anmeldung an Matthias Hecht wird bis spätestens 03.10.2023 gebeten.

Kontakt: Hecht Matthias, Frieshölzlweg 3, 93426 Roding, Mail: [hecht.matthias@freenet.de](mailto:hecht.matthias@freenet.de),  
Mobil: 0160/7527196

Ich freue mich auf zahlreiche Teilnahme.

A handwritten signature in blue ink that reads 'Matthias Hecht'.

Matthias Hecht  
Stützpunkttrainer