



NORGES  
STYRKELØFTFORBUND

# DIPLOM

**NM Benkpress**

TILDELT TIL

**Frode Rui**

---

FOR

**3. plass klasse 100 Åpen klasse  
med 167.5 kg**

STED/DATO

Hof, Sundbyfoss, 26.08.2000

SIGNATUR

*Arnulf Wahlstrøm*



*Vi løfter sammen og skaper rene vinnere*