



NORGES  
STYRKELØFTFORBUND

# DIPLOM

**NM Benkpress**

TILDELT TIL

**Helge Sviland**

---

FOR

**3. plass klasse 90 Åpen klasse  
med 197.5 kg**

STED/DATO

**Bergen, 29.03.2009**

SIGNATUR

*Linda Høiland*



NORGES  
STYRKELØFT  
FORBUND

*Vi løfter sammen og skaper rene vinnere*