



NORGES
STYRKELØFTFORBUND

DIPLOM

Syd Norsk Benkpress

TILDELT TIL

Frode Flinth Westby

FOR

**1. plass klasse 82.5 Åpen klasse
med 170.0 kg**

STED/DATO

Melløs Skole, 18.10.2009

SIGNATUR

Bjørn Astad



Vi løfter sammen og skaper rene vinnere