



NORGES  
STYRKELØFTFORBUND

# DIPLOM

**KM benkpress**

TILDELTE TIL

**Frank I. Rydheim**

---

FOR

**1. plass klasse 100 Åpen klasse  
med 192.5 kg**

STED/DATO

**Bergen, 18.09.2004**

SIGNATUR

*Arne Opheim*



*Vi løfter sammen og skaper rene vinnere*