



NORGES
STYRKELØFTFORBUND

DIPLOM

Benkpress-Cup 4. runde

TILDELTE TIL

Alf-Ivar Hellerud

FOR

**4. plass klasse 93 Veteran 40-49
med 182.5 kg**

STED/DATO

Spikkestad Grendehus, 01.12.2012

SIGNATUR

Nils-Petter Knudsen



NORGES
STYRKELØFT
FORBUND

Vi løfter sammen og skaper rene vinnere