



NORGES
STYRKELØFTFORBUND

DIPLOM

Regionsmesterskap

TILDELT TIL

Jon Ruud

FOR

**3. plass klasse 67.5 Åpen klasse
med 447.5 kg**

STED/DATO

Brumunddal, 16.11.1974

SIGNATUR



NORGES
STYRKELØFT
FORBUND

Vi løfter sammen og skaper rene vinnere