



NORGES  
STYRKELØFTFORBUND

# DIPLOM

**RM Øst**

TILDELT TIL

**Jan Monstad**

---

FOR

**1. plass klasse 110 Veteran 50-59  
med 540.0 kg**

STED/DATO

Norges Idrettshøyskole, 07.10.1989

SIGNATUR

*Nils-Petter Knudsen / Arnulf Wahlstrøm*



NORGES  
STYRKELØFT  
FORBUND

*Vi løfter sammen og skaper rene vinnere*