



NORGES  
STYRKELØFTFORBUND

# DIPLOM

**Nasjonalt stevne**

TILDELTE TIL

**Jon Ruud**

---

FOR

**1. plass klasse 67.5 Åpen klasse  
med 392.5 kg**

STED/DATO  
**Oslo, 14.09.1974**

SIGNATUR



*Vi løfter sammen og skaper rene vinnere*