



NORGES
STYRKELØFTFORBUND

DIPLOM

2026 NM benkpress utstyr

TILDELTE TIL

Ruth Kari Hole

FOR

**3. plass klasse 63 Åpen klasse
med 115.0 kg**

STED/DATO

Frænahallen, Elnesvågen, 28.02.2026

SIGNATUR

Kjell Furesund, Marthe Stavik Aas



Vi løfter sammen og skaper rene vinnere