



NORGES  
STYRKELØFTFORBUND

# DIPLOM

**2026 NM benkpress utstyr**

TILDELT TIL

**Alf-Ivar Hellerud**

---

FOR

**5. plass klasse 93 Åpen klasse  
med 235.0 kg**

STED/DATO

Frænahallen, Elnesvågen, 28.02.2026

SIGNATUR

*Kjell Furesund, Marthe Stavik Aas*



NORGES  
STYRKELØFT  
FORBUND

*Vi løfter sammen og skaper rene vinnere*