B C

 A H D

Сторона ромба 20:4=5см

 По условию $∠ АВD$ =750 и ΔABD- равнобедренный , так как АВ=АD=20, значит ∠BDA=750. ∠А=1800-(75+75)=300

ΔАВН прямоугольный с углом А =30 градусов , значит ВН=$\frac{1}{2}$ АВ=$\frac{1}{2}$ ·5=2,5 см

Ответ: высота равна 2,5см .