

# **La fisicoculturista Yanina Fernández se quedó con el segundo puesto de la Copa Aconcagua**

05/12/2023



En el marco del importante encuentro deportivo llevado a cabo en el teatro Luis Bianchi de Rivadavia, la fisicoculturista Yanina Fernández logró destacarse y llevarse el subcampeonato en la categoría wellness senior de la Copa Aconcagua. “Es un honor representar a San Rafael en este desafío”, manifestó.

Fernández fue una de las grandes animadoras del certamen ocurrido el reciente domingo y en ese contexto, explicó al Diario San Rafael y a FM Vos 94.5 sus experiencias y desafíos en el mundo del fisicoculturismo. La atleta expresó: “Hace seis años que me dedico a esto y decidí animarme a competir por primera vez. La dedicación y el esfuerzo diario son clave para obtener resultados”.

“El fisicoculturismo implica mucho más que el entrenamiento físico; es una disciplina que demanda dedicación constante en la alimentación, el cardio y las poses”, señaló Yanina Fernández. “Cada pose es valiosa, y mostrar seguridad y sonrisa en el escenario es fundamental”.

Al consultar sobre la competencia en la categoría wellness senior, Yanina Fernández explicó: “La categoría wellness está dividida en varios puestos, considerando aspectos como la edad, altura y peso. Mi subcampeonato es un logro significativo en mi primera participación”.

La deportista, de 32 años y bonaerense de origen, resaltó la importancia de la definición muscular en el fisicoculturismo. “La definición es fundamental para destacar los cortes musculares. El entrenamiento diario, que incluye cardio y poses específicas, es esencial para lograrlo”.

Desde el principio, Yanina Fernández llevó consigo el espíritu competitivo que la motivaba a destacarse en el fisicoculturismo. A pesar de haber entrenado toda su vida en Buenos Aires, sus anhelos de competir iban más allá de su lugar de origen. Al trasladarse a San Rafael, un nuevo capítulo se abrió para Yanina, enfrentándose al desafío de comenzar desde cero en una nueva ciudad.

Más allá de los resultados obtenidos, Yanina resaltó la experiencia en sí misma. Enfatiza que el proceso no se trata simplemente de salir bien o mal, sino de subir al escenario y mostrar todo el arduo trabajo y dedicación que conlleva el fisicoculturismo. Con orgullo, la deportista destacó que todo su recorrido en este desafío ha sido en San Rafael, convirtiéndose en una representante apasionada de su nueva ciudad.

Yanina Fernández elogió a su entrenadora Gabriel Troitiño y a Verónica García, quien la asistió con las poses. “El apoyo de mi equipo en San Rafael fue fundamental para alcanzar este éxito”, expresó.