

Volvió “rayado” a competir: el fisicoculturista sanrafaelino David Verdú ganó en San Juan y San Luis

30/10/2024



David Verdú es un deportista sanrafaelino que realiza fisicoculturismo. En este caso, compitió en un torneo en San Juan el 29 de septiembre y en San Luis el 26 de octubre luego de dos años de estar fuera del circuito, y obtuvo premios en distintas categorías. Habló al respecto con FM Vos (94.5) y con Diario San Rafael.

Desde hace 17 años que Verdú entrena, lo que lo fue llevando además a competir. Recordó que antes de volver a las

competencias se tomó un descanso por motivos personales, pero previo al mismo, había ganado múltiples medallas de diversas pruebas físicas, en San Luis, Neuquén, San Juan, Mendoza, torneos internacionales y algunos otros. En su vuelta al escenario, en la Copa Ciudad de San Juan, se consagró Campeón culturismo clásico, Campeón classic physique y Campeón overoll absoluto del torneo. En la Copa Ciudad de villa Mercedes, San Luis, Resultó Campeón fisicoculturismo senior, Campeón culturismo clásico y Campeón classic physique.



“Es una disciplina que conlleva mucha dedicación, dormir bien,

una buena hidratación, una buena alimentación, ya que se pesa la comida y se mide todo. Es como un escultor que arma una escultura y le va pegando, esto es lo mismo, nosotros nos miramos mucho al espejo. A veces la gente nos ve como ridículos por falta de información, porque en realidad nosotros nos miramos mucho porque vamos viendo los detalles de los músculos que faltan desarrollar para lograr la proporción estilizada”, dijo David. Esto es debido a que es lo que luego el jurado evalúa cuando el deportista está en el escenario, ya que debe ser muy pareja la musculatura del cuerpo. Aclaró que asimismo, se evalúa que el participante esté disfrutando de lo que está haciendo, con parámetros como estar bien peinado, con buen look y glamour. Respecto del factor genético, mencionó que puede incidir, pero no se trata de un factor clave pues con los años fue variando ya que no todos los humanos tienen las mismas formas de las partes óseas. Para dar las debidas oportunidades, se generan categorías divididas por edad, peso y altura. “Si una persona tiene la cintura chiquita, compite con todos los que tienen la cintura chiquita; por otra parte, los que tienen la cintura gruesa, entonces tienen posibilidades de ganar cada uno en su categoría”, expuso Verdú.



Aseguró que es un deporte sano, ya que –expresó– “manejándolo equilibradamente, sin hacer abuso de farmacología se puede tener un cuerpo estético, sano y no perjudicar al entorno con riesgos de salud y demás”.



Ph @jorge_amaya_san_juan