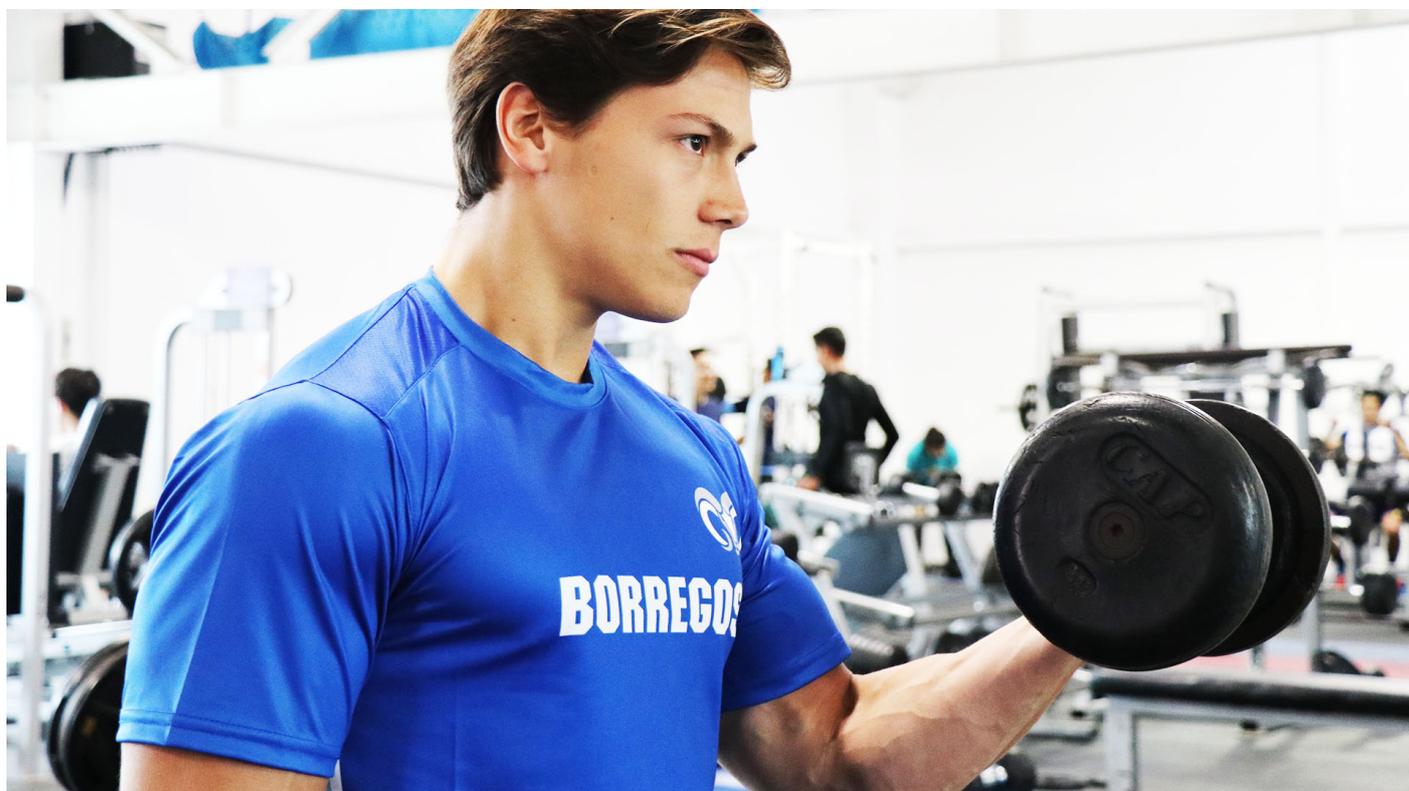


Representará a México en mundial de fisicoculturismo



Con colaboración de Enevi Quiroz y Luis Daniel Sotelo

“El sábado, acabando la competencia, **me comeré una pizza**, la que caiga, pero una pizza”.

Así lo advirtió Arturo, quien dejó en claro que **la voluntad de acero terminará este fin de semana** en Nueva York.

Y es que **Arturo Aguilar Aguiñaga**, representó a México este 16 de noviembre en el **World Natural Bodybuilding Federation (WNBF)** en la categoría **Men’s Physique**.

El **alumno de PrepaTec campus Laguna** obtuvo su pase al internacional hace tres semanas en la Ciudad de México, donde además consiguió su transición de amateur a profesional.

“Me siento emocionado por todo lo que he logrado, tengo 18 años y soy de los profesionales más jóvenes que van a ir a Nueva York”, afirmó.

Sin embargo, Arturo admitió nerviosismo, pues dice se “topará con profesionales de alrededor de 35 años”.

“Sé que va a estar difícil, pero yo voy a divertirme, es la primera vez que voy a Nueva York y la primera vez que voy a una competencia mundial y será con 18 años”, expresó.

La competencia de la WNBF obliga a los participantes al antidoping y a una prueba de polígrafo para garantizar un proceso natural en su físico.



width="768" loading="lazy">

EL INICIO EN EL FISICOCULTURISMO

Desde los 14 años Arturo Aguilar conoció el mundo de las pesas y el gimnasio, incluso relata que se preparó para su primera competencia dos meses antes.

“Lo empecé así nada más por tener la experiencia, era curiosidad y **me gustó la disciplina, te ayuda mentalmente**, a tener fuerza de voluntad. Me di cuenta que **no he comido pan de muerto en los tres últimos años**”, recordó.

Durante los fines de semana, no importan las desveladas, Arturo confiesa que el ejercicio empieza desde las 7 de la mañana.

“Mis papás están muy orgullosos, mi mamá es quien me levantaba en las mañanas a hacer el cardio en ayunas, hacía ejercicio conmigo, están orgullosos, pero ya quieren que descansen, esto es llevar tu cuerpo al límite”, señaló.

SEGURAMENTE QUERRÁS LEER TAMBIÉN:

LOS LOGROS DE UN AÑO

En tan solo dos años de trabajo **Arturo ha participado en Mister Torreón, Mister México y en el World Natural Bodybuilding Federation (WNBF)**, en los que ha obtenido los siguientes reconocimientos:

Mr Torreon 2019

- Primer lugar en Bodybuilding Novatos
- Primer lugar en Men's Physique hasta 21 años
- Primer lugar en Bodybuilding hasta 18 años

Mr Mexico Juvenil y Veterano:

- Primer lugar en Culturismo Clásico

WNBF México:

- Primer lugar en Men's Physique más de 1.75 mts.
- Primer lugar Men's Physique Absoluto

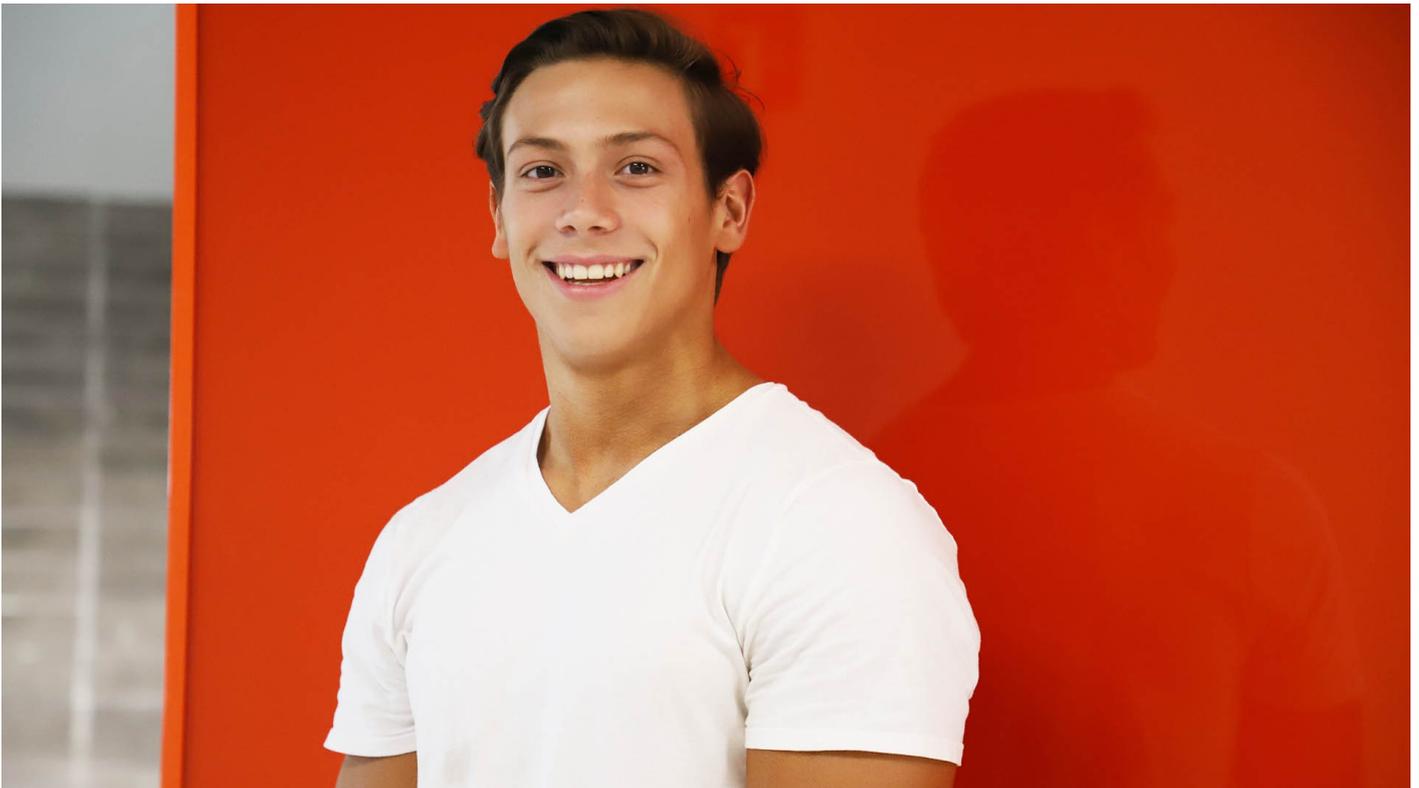
LA FORMACIÓN ACADÉMICA

Física y Matemáticas, son las materias favoritas de Arturo, quien cursa el quinto semestre de PrepaTec en Laguna con alto promedio.

“En la prepa me va bien, me gusta el ambiente de los amigos siento que todo se hace más en conjunto. Me gustan las matemáticas y física, está difícil, pero me gusta resolver problemas, la lógica”, aseguró.

A los 16 años y tras buscar una experiencia internacional logró cursar un año de sus estudios en Alemania (Bischöfliche Liebfrauenschule Eschweiler), pero la meta está fijada en la Ingeniería Industrial.

“Ahora quiero aplicar para una beca académica en profesional, me gustaría [Ingeniería Industrial](#), pues quiero estudiar aquí en el Tec, también he pensado Nutrición, pero lo veo más como un hobby”.



width="1920" loading="lazy">

Para aquellos lectores de CONECTA que desean mejorar hábitos alimenticios e incrementar su nivel de ejercicio recomendó iniciar con la consulta a un buen nutriólogo.

“Se necesita una dieta adaptada, flexible porque después si es una estricta la van a hacer, pero ya después de un mes ya no la van a querer y el entrenamiento tiene demasiados beneficios a la salud, simplemente deben hacer ejercicio”, finalizó

