

Error: Logo Conecta no disponible

Error: Logo Tec no disponible

Coach del Tec es top 3 de los hombres más fuertes de México



Uriel Gutiérrez, entrenador en Tec campus Aguascalientes, **forma parte de uno de los tres hombres más fuertes de México y se prepara para representar a su país en competencia internacional.**

Actualmente **Uriel es competidor nacional en dos disciplinas deportivas: *Strongman* que es atletismo de fuerza y *Powerlifting*, levantamiento de potencia (sentadilla, el press de banca y el peso muerto).**

En ambas se pone a prueba a los participantes para buscar al atleta más completo, **en el ámbito de la fuerza.**

En el campeonato nacional de Strongman **el deportista consiguió calificar para el Arnold Sports, festival de fuerza más importante en mundo**, que se llevará a cabo en marzo del próximo año en Columbus, Ohio.

“Definitivamente uno de mis mayores logros fue calificar para el festival de esta talla, cuando era niño veía programas y transmisiones sobre el Arnold Sports y jamás me imaginé que yo participaría”.

En dicho festival **compiten cerca de 22 mil atletas** de 80 naciones que compiten en más de 80 eventos, **siendo Uriel uno de los pocos que representará a México** en la categoría amateur.

A sus 28 años y con dos años de experiencia en las disciplinas, **Uriel es considerado uno de los tres hombres más fuertes de México según la Federación Strongman Corporation.**

En esta disciplina los pesos son variados, ya que consiste en caminatas de diez a quince metros con cargas de 360 kg o levantamiento de piedras de más de 120 kg.

"Desarrollarme como atleta me ha impulsado a querer ser alguien, me motiva muchísimo poder ser un guía con la gente, ayudarlos a alcanzar sus metas y lograr resultados, eso me mueve".

Entre sus marcas más altas de levantamiento en la categoría Powerlifting que lo han llevado a destacar entre los mejores **han sido 307 kg en peso muerto, 285 kg en sentadilla y alrededor de 190 y 196 kilos en pecho.**

{"preview_thumbnail":"/sites/default/files/styles/video_embed_wysiwyg_preview/public/video_thumbnails/EdygLEnEE.jpg?itok=GOMG6Fmf","video_url":"https://www.youtube.com/watch?v=Bc-dygLEnEE","settings":{"responsive":0,"width":"854","height":"480","autoplay":1},"settings_summary":["Embed Video (854x480, autoplaying)."]}

En este tipo de deportes **los participantes deben demostrar su fuerza** de diferentes formas.

La habilidad más importante es la fuerza física, **sin embargo la velocidad, la flexibilidad y la técnica son muy importantes.**

Juan Carlos Guerra, coordinador de atlético y deportivo en campus Aguascalientes, **comentó que tener tipo de colaboradores en el campus es uno de los primeros pasos para resaltar.**

"Me siento orgulloso y es el primer paso hacia donde nos queremos mover en el área de deportes, los alumnos merecen profesores de la mejor calidad y Uriel es un claro ejemplo de lo que buscamos", expresó.

Actualmente **Uriel se encuentra en constante preparación para su competencia en Ohio, USA** en donde **pretende poner en alto a México y su estado.**

Por otro lado, **invita a los jóvenes a confiar en ellos mismos,** seguir seguir sus sueños y **rodearse de gente que los impulsen a conseguir sus metas.**

SEGURAMENTE QUERRÁS LEER TAMBIÉN:

Logra quinto lugar en mundial de fisicoculturismo

ENTRENAMIENTO Y PREPARACIÓN