

# Girl power! Profesora del Tec es Top 3 de México en Crossfit



Conoce la historia de esta profesora, al destacar y posicionarse en **Crossfit** como la **Top 3 de México** en su categoría, logrando así convertirse en un gran ejemplo, al balancear el **deporte**, su **vocación** y el **emprendimiento**.

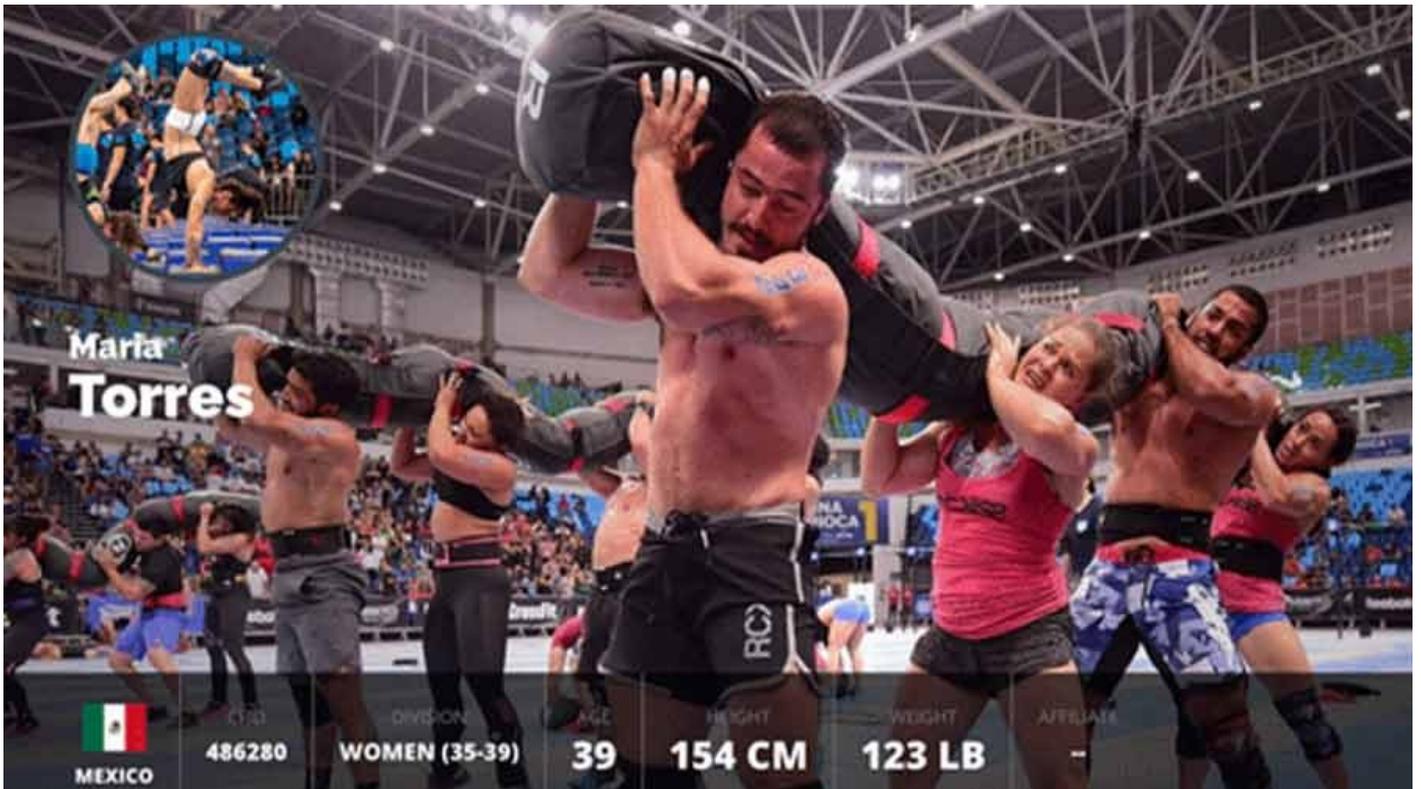
Ella es María Torres, **profesora** de economía y emprendimiento en el área de Negocios en el **Tec campus Cd. Obregón**, quien con sus **15 años de trayectoria deportiva y emprendedora**, ha obtenido más logros de los que puede contar.

Descubre todo lo que ha logrado y por qué la profesora María es un claro **ejemplo y representación** para **todas las mujeres fuertes que no descansan hasta lograr sus metas**.

## De tiempo completo al Top 3 nacional

La profesora de negocios se dedica a **crossfit de tiempo completo desde el 2013**, tan solo un año después, en 2014, la profesora empezó a competir profesionalmente en este ámbito. Tres años después, en **2017**, cuando la maestra empezó a figurar como **atleta Máster en la categoría 35-39 años**.

Gracias a esta trayectoria, la **maestra se encuentra en el top 3 de México en su categoría**. Actualmente, María nos cuenta que clasificó a regionales de **crossfit** en un **nivel semi-pro**, en **equipo, individual** y como **Máster a nivel mundial**.



width="900" loading="lazy">

Su meta a corto plazo en el ámbito deportivo es **clasificar como Semi-pro o Pro en los Crossfit Games** dentro de la categoría 40-44 años.

### **Su amor por el deporte**

María tiene **21 años haciendo ejercicio**, sin embargo, fue en el año **2005** cuando empezó a hacerlo de **manera profesional y competitiva**. En lo que fueron casi 10 años de competir en fisiculturismo, María obtuvo una gran cantidad de logros.

Empezó compitiendo local y estatalmente, hasta que **obtuvo el título de "MR. SONORA 2009"**. Después compitió durante **cuatro años en Mister Olympia**, la **máxima competición internacional de culturismo profesional**.

*"Sin duda este ha sido de mis mejores logros, ya que en la **competencia de Mister Olympia Bikini 2011**, quedé en el **lugar número 9 de casi 100 otras mujeres que estaban compitiendo a nivel internacional**"* comparte María.

La maestra María también compitió en la **NPC Worldwide**, la cual es la **mayor organización de Fisiculturismo y Fitness en el mundo**. Sin embargo, durante ese tiempo, María decidió **adentrarse en el mundo del crossfit en 2012**.



width="900" loading="lazy">

En este año fue cuando la profesora se dedicó de tiempo completo a este deporte, el **crossfit**, logrando posicionarse en esta disciplina hasta llegar a formar parte del **Top 3 de México en su categoría**.

### **Su trayectoria como docente**

La profesora María Torres forma parte del **Tec de Monterrey campus Obregón** desde **hace 12 años**, iniciando en el año 2009. Ella comenzó su carrera docente como profesora de cátedra en el área de profesional de este campus.

María imparte clases del área de negocios como micro y macroeconomía, matemáticas financieras, economía empresarial, comercio internacional, ideación y prototipado, emprendimiento, entre otras.

### **La combinación de sus tres pasiones**

*“Yo siempre he creído que **el ser humano debe de tener tres hobbies: un hobby que te genere ganancia, un hobby que te mantenga en forma y un hobby que te mantenga creativo, y si lo puedes juntar es aún mejor**”* señaló la profesora María Torres.

María jamás dejó de lado ninguna de sus pasiones y talentos, al contrario, las combinó para sacar el mayor provecho posible. Fue en **2012** cuando ella decidió emprender y **abrir su propio gimnasio de Crossfit**.

Ella nos cuenta que **su gimnasio, “NGUP” o “Never Give Up”, fue el primer gimnasio de crossfit que se abrió en su ciudad, Ciudad Obregón, Sonora.** Por lo que no solo emprendió, sino que también creó tendencia.



width="900" loading="lazy">

***“El Tec ha funcionado muy bien para mí en el sentido de que me mantiene motivada a siempre estar buscando emprender y buscar un propósito en ese emprendimiento”*** añadió la profesora.

Hasta la fecha, la profesora María de Jesús Torres se apega a su lema de los tres hobbies, además de seguir con su carrera como maestra de cátedra en el área de Negocios del campus.

### **Su mayor logro: ser mujer**

María expresa que al iniciar su carrera en el **fisicoconstructivismo** en 2009, no había tanto manejo de redes sociales, por lo que **visualizar a una mujer en ese ámbito no era algo tan común como lo es ahora.**

Sin embargo, la profesora María fue **pionera en su región al empezar a competir nacional e internacionalmente en este ámbito deportivo,** incentivando a la sociedad a dejar los estereotipos de lado y apoyar al género femenino.

***“Una de las razones por las que el Crossfit llamó mi atención fue que es un deporte muy inclusivo en el sentido de que hay estándares para hombre y mujer, que hacen igualitario la medición del esfuerzo y avance como atleta”*** expresó María.



width="900" loading="lazy">

Finalmente, al preguntarle la exitosa profesora, cuál fue su clave para llegar hasta donde está y qué mensaje les dirige a todas aquellas mujeres que buscan emprender y seguir sus sueños, ella respondió lo siguiente:

***“Hay que ser consistentes y congruentes entre lo que hacemos, decimos y queremos lograr ; y nunca hay que dejar de lado la innovación, la creatividad y el emprendimiento, nunca hay que dejar de cultivar tanto nuestra mente como nuestro cuerpo y alma”*** finalizó la profesora María Torres.

**LEE TAMBIÉN:**