

El eldense Manuel Sánchez se proclama subcampeón del mundo de Culturismo

10/12/2018



Manuel Sánchez ha conseguido la plata en el Campeonato del Mundo de Culturismo.

El eldense **Manuel Sánchez** ha cosechado un gran éxito **deportivo**, a los **41 años** se ha proclamado **subcampeón absoluto del mundo de Culturismo** este

fin de semana en Tarragona. Sánchez representó a España en esta competición amateur. El de 2018 ha sido el **mejor año deportivo de este culturista**, pues hace

unos meses [se proclamó campeón de Europa](#).

Manuel Sánchez está muy satisfecho con los resultados pues ha trabajado duro para prepararse desde enero, momento en el que decidió luchar por acudir al mundial. Admite que la competición fue muy reñida, pues participaron 14 hombres y seis llegaron a la final.

Para llegar a este punto ha tenido un largo recorrido, primero se proclamó **campeón de España**, después de **Europa junto a la Selección Española de Culturismo y Fitness IFBB** y ha sido esta la que ha vuelto a confiar en él para **representar al país en la competición más importante de culturismo**.

Su esfuerzo ha sido grande, no solo con duros entrenamientos, sino que **de lunes a domingo tenía**

que controlar su peso no en kilos sino en gramos, pesaba desde la sal hasta el agua que tomaba, **todo está milimetrado** pues tiene que conseguir el máximo volumen sin superar el peso permitido: **“Es un trabajo arduo, sobre todo mentalmente**, acudir a celebraciones con el táper bajo el brazo viendo hasta fuentes de chocolate, es duro, pero merece la pena”, asegura.

Ahora se tomará un **merecido descanso**. Aunque seguirá disfrutando del deporte que tanto le apasiona y que tantas alegrías le ha dado, lo hará sin tanta presión, **sin controlar tanto lo que come y se dará algún capricho con la comida**, **“si un domingo hay paella ya podré comer sin tanta presión”**, bromea. Más adelante volverá a competir, lo tiene claro.