

Policial Militar do 9º BPM é Campeão de Fisiculturismo



No último mês de maio, ocorreu em Belo Horizonte, o Campeonato Estadual Estreante de Fisiculturismo pela Federação Mineira de Musculação e Fitness, cuja disputa almejava-se buscar o perfil estético do atleta que demonstre mais perfeição quanto ao volume, definição, proporcionalidade e simetria muscular.

Determinado a buscar este título, o 2º Sargento da Polícia Militar, Douglas Mendonça, do 9ºBPM de Barbacena, enfrentou concorrentes de todo Estado, o que lhe rendeu a conquista na disputa na Categoria Sênior, até 80 quilos.

O atleta contou que a busca por um objetivo como este não é fácil, no entanto, não é impossível, sendo necessário, antes de tudo, determinação: “Traçar um plano para atingir um objetivo e ter a certeza a cada dia que irá alcançá-lo é a peça chave para o Sucesso”, comentou o Militar.

Entre as rotinas do atleta, compreendia atividades no período matinal e vespertino, entre as quais citou as corridas com os amigos do Quartel nas manhãs e tardes e, propriamente, o treino de musculação. O 2º Sargento fez questão de ressaltar a gratidão que tem por todos que o ajudaram a conseguir o título.