

الخالص

منوعات, محطات

23 مارس 2023 21:28 مساءً

«أقوى تلميذ في مدارس بريطانيا» يرفع ضعف وزنه





بعدها تمكن من رفع أثقال بأكثر من ضعف وزنه، أصبح الطفل روان أومالي (10 سنوات)، يلقب بـ«أقوى تلميذ بريطاني».

الطفل الذي يملي النفس بتحطيم الأرقام القياسية العالمية في هذا المجال، بات يصنف ضمن أقوى تلاميذ المدارس في بريطانيا، رغم أن وزنه لا يتجاوز 54 كيلوغراماً

ما يمثل «squat lift» و110 كيلوغرامات في تمرين «Deadlift» ونجح روان في رفع 115 كيلوغراماً في تمرين أكثر من ضعف وزنه، ما جعله يحظى بشعبية كبيرة في بلاده، وفقاً لصحيفة «ديلي ميل» البريطانية، وفي ما يتعلق بالنظام الغذائي لـ«أومالي»، الذي يقطن في مدينة كوفنتري، أوضحت الصحيفة أنه يتبع نظاماً غذائياً غنياً بالبروتين، كما يتناول 3500 سعرة حرارية يومياً، وفي اليوم العادي يتناول ثلاث حصص من البيض المخفوق في الصباح، وشرائح اللحم أو السمك في وجبة العشاء

أيضاً تداول رواد مواقع التواصل الاجتماعي صوراً تظهر الطفل البريطاني روان أومالي وهو يرفع أريكة تجلس عليها شقيقته بكل سهولة

ورغم أنه ما زال صغيراً على المشاركة في مسابقات رفع الأثقال في المملكة المتحدة، لكن روان يأمل في أن يحطم، في يوم من الأيام، الأرقام القياسية العالمية