

CANSADA DE LAS BURLAS POR SER DELGADA, SANDRA GRAJALES SE METIÓ A LEVANTAR PESAS Y AHORA ES CAMPEONA MUNDIAL DE FITNESS

10 de noviembre de 2016.- Antes se burlaban de ella y le decían que el aire se la iba a llevar por ser delgada, ahora, Sandra Grajales se ha convertido en una campeona del mundo; nada la puede mover y está más firme que nunca. El pasado miércoles, Sandra Grajales Romero, fisiculturista internacional ofreció en el Tecnológico de Misantla una plática motivacional llamada: “En Busca de un Sueño”, donde narró a estudiantes su historia de cómo ha logrado ser una campeona mundial en fitness, a base de disciplina y sacrificios.



Antes de iniciar la plática, realizada en el salón once del Tecnológico de Misantla, Sandra Grajales, llegó acompañada de su mamá “La Nena” Romero y su esposo, el entrenador Oscar Alejandro Domínguez. Recordó que ya son cinco años de entrenamiento. Todos los éxitos se han logrado a base de esfuerzo, con una dieta rigurosa. Empecé a entrenar en Misantla y cuando me fui a estudiar belleza a Xalapa, seguí con mis ejercicios. Con poco dinero lograba pagarme mis estudios y mi gimnasio, aunque debo reconocer que mis padres siempre me apoyaron.

Con su inigualable sonrisa y un cuerpo escultural, Sandra Grajales dijo a los estudiantes del Tecnológico que cuando empezó a concursar pensó en la familia de su padre y de su madre, por el tema de que son católicos y en las competencias tenía que ponerse bikini. Pensaba que no la dejarían, pero al final de cuentas con el apoyo de su entrenador logró contender, ganando el tercer lugar internacional en Sacramento, California; en Miami también otro tercer lugar, en Virginia el primer lugar; en Tampa, Florida el segundo lugar y en San Antonio, Texas el tercer lugar.



Dijo que su recorrido ha sido largo en este tipo de competencias, no sin antes ganar concursos municipales, estatales y nacionales en México. Comentó que en Estados Unidos califican no solo que el cuerpo esté bien atlético sino que la mujer no pierda la feminidad en su rostro, en la voz y en su cabello.

Este deporte es poco apoyado y se necesita dinero para ir a competencias, pero en base a esfuerzos he logrado tener patrocinadores que me pagan casi todo en las competencias. He realizado un gran esfuerzo, pero hoy tengo muchas satisfacciones y vale la pena lo que he realizado a lo largo de cinco años.

Sencilla como siempre, Sandra Grajales contestó todas las preguntas que hicieron los estudiantes y recordó que es originaria de Santa Cruz, Hidalgo, municipio de Misantla.

De esta manera, Sandra Grajales Romero motivó a los estudiantes del Tecnológico de Misantla al presentar la plática: “En busca de un sueño”, reafirmando que cuando se trazan objetivos si se pueden lograr.

