

# El Físico-Culturismo Rejuvenece

## Dice Pesista Napoleón Hasbún

(Por Marvin Portillo). "Nunca es demasiado tarde para iniciarse en el deporte del físico-culturismo, incluso para personas en edad madura, que con él pueden recuperar y enriquecer sus recursos físicos y mentales", asegura el pesista salvadoreño Napoleón Hasbún.

Hasbún ha practicado el "deporte de hierro" durante 43 años. Al borde los 60, ha ganado varios títulos nacionales e internacionales y posee más fuerza y músculos que cualquier otro atleta salvadoreño, por lo que se sigue considerando el hombre más fuerte del país, título que adquirió durante su juventud.

"Los jóvenes, los que se sienten viejos, las mujeres y los niños, pueden llegar a desarrollar una fuerza física increíble por medio de la disciplina y la práctica constante de este deporte", afirma el veterano atleta, ganador del título "Mister Atlas" en 1954.

El experimentado atleta de escasa cabellera y ya completamente blanca, mide 1.77 mts. de altura y pesa 210 libras. Comenzó a practicar el físico-culturismo en 1946, a la edad de 15 años, al través de un curso por correspondencia dirigido por el entonces "Mister Universo", Charles Atlas.

Insatisfecho con los resultados obtenidos en la práctica sin maestro, el joven atleta se incorporó al único gimnasio que entonces existía en El Salvador, el "Atlas",

de los hermanos Magaña, el cual funcionaba en una vetusta galera de lámina que amenazaba con caerse.

Después de algunos años de práctica, el incipiente deportista logró ganar el título de "Mister Atlas", en 1954, después de lo cual viajó a Miami, Estados Unidos, donde concursó en el certamen "Mister Florida", desafiando con sus músculos criollos a los mejores exponentes del físico-culturismo norteamericano. También fue Campeón Centroamericano de Levantamiento de Pesas en 1952.

Después de vivir 5 años en el extranjero y coronar su carrera en Administración de Empresas, Hasbún retornó a El Salvador para dedicarse al comercio del vestuario, pero sin desvincularse del deporte de hierro, pues a la vez fungía como representante de la firma "York", fabricante de pesas.

Señala que entre sus alumnos contó al desaparecido cantante mexicano Pedro Infante, a quien, en ocasión de su visita a El Salvador en 1956, le enseñó el arte de las pesas, aprovechando que el artista se hospedó en su casa, lo cual ayudó al famoso cantante a representar el papel de "Pepe el Toro" en los filmes "Nosotros los Pobres" y "Ustedes los Ricos".

### NUNCA ES TARDE PARA EMPEZAR

Las marcas de fuerza establecidas por Napoleón Hasbún en 1952 se

han mantenido por más de 35 años sin ser superadas y según parece, el único atleta que podría romperlos es él mismo, pues a sus 58 años es de los pocos físico-culturistas (quizá el único) que levanta más de 200 libras en "Crul Francés" (flexión de brazos juntos hacia atrás) y puede alzar a tres hombres al mismo tiempo.

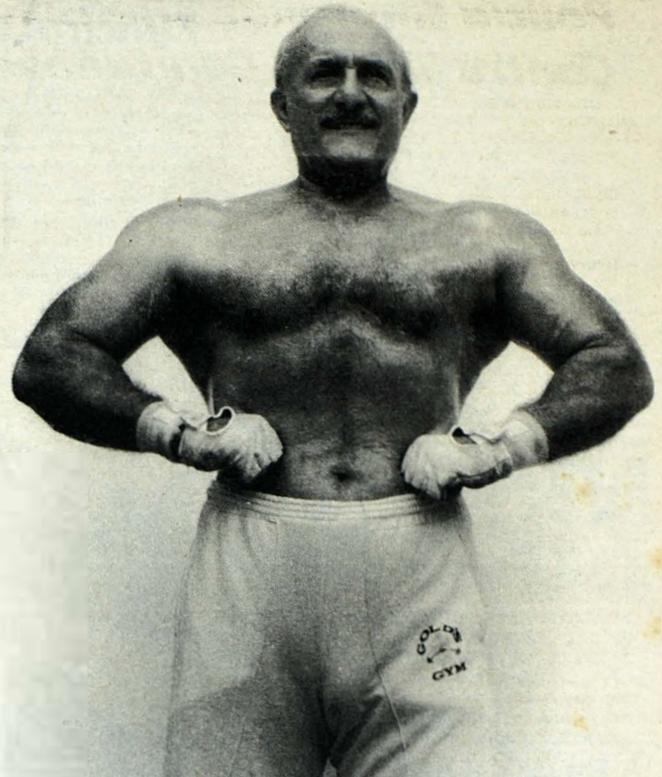
Durante su juventud también practicó Tae Kwan Do coreano con el destacado maestro Byung Ho Choi, bajo cuya dirección obtuvo cinta negra en dicha especialidad.

Choi es actualmente director del equipo olímpico de tae kwon do de los Estados Unidos.

Preguntado sobre si una persona arriba de los 40 puede lograr algún progreso en el físico-culturismo, Hasbún sonríe y contesta: "La edad sólo existe en la partida de nacimiento, para iniciar cualquier deporte no existe edad. Nadie es muy viejo ni muy joven para el deporte".

Agrega que aun los enfermos de la columna o de otra dolencia pueden, por medio de ejercicios dirigidos, corregir sus achaques y desarrollar un cuerpo que nunca imaginaron que podrían llegar a tener.

Así lo afirma uno de sus discípulos, el señor Mauricio Nostas, quien llegó al "Golds Gym" desahuciado por la ciencia médica a causa de un dolor en la región sacro-lumbar de la espina dorsal.



**¡TIENE 58 AÑOS!** No hay edad para comenzar a practicar el físico-culturismo, dice Napoleón Hasbún, "Mister Atlas 1954", quien a sus 58 años se considera el hombre más fuerte de El Salvador.

"Ingresé al gimnasio con mucho temor y sólo después de haber visitado a casi todos los ortopedas y neurólogos del país, quienes concordaban en asegurar que nunca más llevaría una vida normal", dice el entrevistado.

El señor Nostas refiere que antes de iniciarse en el físico-culturismo adolecía de fuertes dolores en la columna,

no podía realizar ningún tipo de fuerza y en ocasiones se quedaba "trabado" aun por un leve estornudo.

"Permanecía acostado en cama rígida sin poder levantarme por más de 15 días y esa situación fue mermando mi espíritu al grado de llegar a sentirme inseguro de mi mismo e inútil", agrega.

En el peor momento

de su dolencia el señor Nostas tuvo una conversación ocasional con el maestro Hasbún, quien le invitó a su gimnasio, y en término de pocos meses el ejercicio sistemático había hecho desaparecer todas las dolencias que aquejaban al desahuciado profesional.

Hoy, después de 4

—Favor pase a la página 11.



**COMANDOS "MONTERROSA".** Un grupo de "Comandos Monterrosa", del Destacamento Militar 4, de San Francisco Gotera, Morazán, fue juramentado por el teniente coronel Humberto Corado Figueroa.

**CAMPAÑA DE REFORESTACION.** Estudiantes del Instituto "Francisco Morazán" contribuyen a la siembra de arbolitos en la capital. Alumnas siembran un árbol en la Alameda "Juan Pablo II".