



H. Cámara de Diputados de la Nación

PROYECTO DE RESOLUCIÓN

La Honorable Cámara de Diputados de la Nación...

Expresar beneplácito por el desempeño de los deportistas misioneros **RAFAEL SILVA, CARINA CHAVEZ, LITO DIRIÉ, ROLANDO MARTÍNEZ, FREDY HAYDAZ, PATRICIO RODRÍGUEZ y MICAELA ALVEZ** quienes cosecharon podios y récords en el "CAMPEONATO ARGENTINO DE POWERLIFTING" realizado del día 29 al 31 de Octubre del 2021 en la ciudad capital de Córdoba.

FUNDAMENTOS

Señor Presidente:

La delegación de deportistas de la Unión Powerlifting Misiones (UPoMi) partió hacia Córdoba con un sueño cargado de sacrificios y metas personales como conjuntas para participar del "**Campeonato Argentino de Powerlifting**", que tenía lugar en la ciudad capital de Córdoba los días 29, 30 y 31 del mes de octubre de éste año. Y fue ahí donde **todos coronaron su actuación con un primer puesto e incluso con récords nacionales** lo cual nos llena de orgullo por su destacada presencia, su esfuerzo y compromiso.

Siete fueron los competidores de la tierra colorada que dijeron presente en dicho certamen organizado por la Federación Argentina. Se trata de deportistas de distintos lugares de la provincia de Misiones, ellos son:

- Rafael Silva**, de Posadas.
- Carina Chávez**, de Posadas.
- Lito Dirié**, de San José.
- Rolando Martínez**, de San José.
- Fredy Haydaz**, de Leandro N. Alem.
- Patricio Rodríguez**, de Posadas.
- **Micaela Álvarez**, de Iguazú.

En tanto es vital destacar a **Mirian Alcaráz** y **Matías Santa Cruz**, quienes también acompañaron al equipo como parte de la delegación pero no compitieron.

Los siete misioneros lograron subirse a lo más alto del podio, pero es para resaltar la actuación de **Carina Chávez**, que fue campeona en dos modalidades. Compitió en la **categoría Open hasta 60 kilogramos**, donde pesando 57.5 kg, hizo un total de 425kg en Powerlifting y 175kg en Despegue. Además fue **mejor coeficientes femenino en los dos**: Powerlifting (787 puntos) y Despegue (324).

Lito Dirié, también **dio la nota con sendos récords nacionales en Sentadillas y Peso Muerto, en la categoría Máster 1** (hasta 82 kg). En el primero registró 210 kg y en el segundo 220 kg.

Además, el resto de la delegación también festejó con diversos podios. **Rolando Martínez** quien obtuvo el **primer puesto en Powerlifting, en Máster 1 hasta 100 kg**.

En tanto, **Fredy Haydaz**, fue el **mejor de Banco Plano en la divisional Máster 2**, con 170 kg alzados.

Así mismo **Patricio Rodríguez**, festejó en **Open Raw hasta 82.500 kg**.

Micaela Álvez, terminó **primera en la categoría Teen (13 a 15) con 80kg levantados en Despegue**.

Por su parte, **Silva Rafael** compitió en **Máster 3 (50 a 54 hasta 90 kg)**, donde se **subió a lo más alto del podio en Banco Plano Raw, con récord nacional incluido**.

Por todo esto es que el presidente de la UPoMi y competidor Rafael Silva expresaba que "...Fue un éxito total nuestra participación. Todos se destacaron y dejaron a la provincia en lo más alto...".

El **POWERLIFTING** es el levantamiento de potencia, pesas potencia, o simplemente potencia (en inglés powerlifting) es un deporte de fuerza que consiste en tres eventos: la sentadilla, el preso de banca y el peso muerto.

Las primeras competencias de levantamiento de potencia modernas comenzaron en la década de 1960 y es para hombres y mujeres. En 1972 se creó la primera federación que rige el deporte, la Federación Internacional de Potencia (International Powerlifting Federation, IPF).

A diferencia de la halterofilia, donde los movimientos son desde el suelo hacia la cabeza, los movimientos del levantamiento de potencia realizan una menor trayectoria, aunque ambos deportes requieren de mucha fuerza, en el levantamiento de potencia se usa más la fuerza máxima.

Los levantadores de potencia utilizan diferentes sistemas de entrenamiento. En el entrenamiento convencional de potencia, se incrementa gradualmente el peso y se disminuyen las repeticiones a lo largo del tiempo, aunque hoy en día hay mayor énfasis en la potencia explosiva y la velocidad.

Sobre el entrenamiento, hay que buscar la mejora en los tres ejercicios, por lo que, aparte de hacer el entrenamiento del ejercicio concreto, hay que trabajar con otros ejercicios auxiliares que puedan dar fuerza a los principales grupos musculares que intervienen en el levantamiento de potencia.

Los motivos que los impulsan al mismo, es su inclinación personal hacia la práctica del deporte en general; es ésa una filosofía de vida, con los beneficios y sacrificios que conlleva.

Anteriormente éste proyecto fue presentado oportunamente el 9 de Noviembre de 2021, obteniendo el número de Expte. 4397-D- 2021.

Por el gran esfuerzo personal de cada uno de éstos deportistas y por su alto desempeño, preseas y records nacionales alcanzados es que solicito a mis pares que me acompañen con su voto.



"Las Malvinas son argentinas"

.....

**DIEGO HORACIO
SARTORI**

DIPUTADO NACIONAL