Erick Hernández, récord mundial en dominio del balón

05/09/2015



En el lobby del hotel Copacabana, Erick consiguió mantener la pelota Brazuca sin que cayera al suelo durante tres horas, 16 minutos y 31 segundos, para romper la anterior plusmarca que ostentaba su coterráneo Luis Carlos García (3:15.01) desde el 13 de diciembre del pasado año.

«Estuve tres meses preparándome para este intento, haciendo mucho más hincapié en la preparación física que en el dominio del balón propiamente. En los entrenamientos he conseguido llegar hasta las tres horas y 33 minutos, por eso sabía que hoy podía lograrlo», comentó Erick a la AIN.

«Por cuestiones personales y las propias del récord estaba algo tenso antes de comenzar. Apenas pude dormir en toda la noche y por eso me cansé más rápido de lo que esperaba, pero tenía que terminarlo ya que no podía decepcionar a quienes asistieron a la cita», aseguró el bien llamado Dominador.

«Se me cansaron mucho los cuádriceps, la espalda baja y los glúteos, zona en la cual cae todo el peso del cuerpo en esta prueba. No obstante, yo había realizado ejercicios como abdominales de piernas y tronco, semicuclillas y dominio con los muslos, que me posibilitaron dominar la bola», sentenció Erick.

Hernández posee dos récords Guinness en estas modalidades: por tocar el balón en 319 ocasiones durante un minuto con la cabeza, y por pegarle a la pelota con los muslos durante una hora y 28 minutos.

Además, entre sus principales cotas universales están la del hectómetro (17:83 segundos), la de maratón (7:17

horas) y más tiempo pegándole con todo el cuerpo (19:10 horas).