



## **ORIGENES DEL LEVANTAMIENTO DE PESAS Y SUS INICIOS EN NUESTRO PAIS** *(Preparado por Ricardo Arratia Pozo,*

### **EL MÉTODO DE RESISTENCIA PROGRESIVA Y MILÓN DE CROTONA**

Se cuenta que en la antigua Grecia, en el siglo VI A.C., regalaron un ternero a un mocetón, quién se encariñó tanto con él que lo cargaba a todas partes donde fuera, y mientras crecía el ternero, se desarrollaba y crecía el joven, al punto que después de unos años, se convirtió en uno de los más famosos atletas griegos, al ganar 6 veces los Juegos Olímpicos y 7 los Juegos Píticos. Asombró a sus contemporáneos cuando fue capaz de caminar 150 pasos cargando un buey sobre sus hombros y luego lo mató de un solo puñetazo.

Sin querer, este personaje inventó el método de resistencia progresiva para el desarrollo de la fuerza, al cargar el ternero sobre sus hombros, mientras, a lo largo del tiempo, éste creció y aumentó notablemente su peso.

### **INICIOS DEL LEVANTAMIENTO DE PESAS EN CHILE**

A comienzos del presente siglo (1910/1912) había un marinero de apellido Sepúlveda que, entrenando con los fierros del buque, estableció el primer record nacional con un levantamiento de 107 kg. en fuerza. Unos años después apareció otro joven de apellido Espinoza, que más tarde cambió por el nombre artístico de Mario Constantino, quién logró superar el record de Sepúlveda al elevar 112 kg. en el movimiento de fuerza. También logró levantar 130 kg. en envión cuando el campeón olímpico en Los Angeles sólo levantó 128 kg. Por otro lado, Mario Constantino asistió a un Campeonato Mundial de Lucha realizado en Paris, y al no dar el peso para competir en la categoría máxima, participó con 92 kg. de peso como Pesado Ligerero, y ganó el título.

Hemos creído conveniente mencionar estos antecedentes sobre Mario Constantino, porque el fue quien invitó a su casa a un grupo de bogadores del Regatas Valparaíso, para que probaran con un equipo de pesas de su propiedad

y, sin quererlo, encendió la primera chispa que iniciaría oficialmente este deporte olímpico en nuestro país.

Así fue como Sergio García Moreno, Alberto Villalobos, Manuel Méndez Muñoz y Ricardo Arratia Pozo, formaron la rama de Levantamiento de Pesas en el Club San Rafael, que funcionaba en el Seminario de Valparaíso. A comienzos de 1951 ya había un buen grupo practicando esta especialidad, y al saber que en la YMCA también se practicaba este deporte, se hizo una primera competencia, a la cual asistieron representantes de Quillota. Miguel Briceño, Traductor de la Armada, lideraba a los deportistas de la YMCA y gracias a su entusiasmo, llegó a un acuerdo con Sergio García Moreno del San Rafael y con Germán Bermúdez de Quillota, para formar la primera Asociación del país. Así fue como el 18 de Julio de 1951, se realizó una sesión solemne en la YMCA, y ante una gran concurrencia, quedó formada la Asociación Valparaíso, presidida por Miguel Briceño, directores Germán Bermúdez y Sergio García Moreno y secretario Ricardo Arratia Pozo.

La principal consecuencia de esta oficialización fue la confección de un nutrido programa de actividades, se elaboró un programa de competencias para novicios y avanzados. Destacaron en estas competencias, por el San Rafael: Sergio García, Alberto Villalobos, Manuel Méndez y Ricardo Arratia; por la YMCA: Andrés Gardella, los pesos pesados Ramírez y Marincovich y el mediano Joe Bordón; por Quillota: el profesor Mellado y el extraordinario deportista Germán Bermúdez.

Como una manera de incentivar las actividades, se iniciaron las competencias con gimnasios de la capital, especialmente con el que pertenecía al "ciego" Vicuña, a Kurt Michel y con otro que existía en Mac-Iver, próximo al cerro Santa Lucía de René Castel. Ya en el año 1953 se iniciaron las competencias anuales con la Asociación Mendocina, las que se mantienen hasta 1960. En 1954 viene a estudiar arquitectura en la U.C.V., Simón Lacerna, mendocino, recordman Sudamericano de la categoría de 56 Kg. Aunque lleva tiempo retirado del deporte, representa un valioso y decidido aporte al progreso de los deportistas del Club San Rafael, donde entrena, al aportar conocimientos sobre técnica y velocidad que eran totalmente desconocidos en nuestro país. Ese año aparecen nuevos valores, como Roberto Longo y Manuel Arduiz, que se mantuvieron por largos años liderando sus categorías en el país, siendo incluidos en la primera selección que viajó al Campeonato Sudamericano, en el año 1965 en Río de Janeiro.

El sábado 11 de Enero de 1958, a las 18:30 horas, se realiza en el teatro IPA, calle Condell 1349 en Valparaíso, el primer CAMPEONATO NACIONAL, donde participan competidores de Santiago, Rancagua, Quillota y Valparaíso. Una vez terminada esta competencia, se lleva a efecto una comida en los comedores del mismo establecimiento, a la cual asisten 35 deportistas y dirigentes, y al término de la misma, se elige la primera directiva de la Federación Chilena de Levantamiento de Pesas, la cual es presidida por el comerciante de Santiago, don Carlos Menares, y con la aprobación de todos los presentes, se acuerda que su primera tarea consista en elaborar los estatutos de la federación y, hasta que estos estatutos sean aprobados por las asociaciones que la integran, se acuerda

que su nombre sea Federación Chilena de Levantamiento de Pesas (en formación).

En el mes de febrero de ese año (1958), el Club Deportivo San Rafael de la Asociación Valparaíso enfrenta a la selección de Mendoza, y la derrota en el Fortín Prat ante buena asistencia de público. destacan Werner Vogel quién eleva 115 Kg. en fuerza y no bate el record sudamericano por ignorar que estaba en 117 Kg. por su parte, Manuel Arduiz, de 21 años de edad, eleva 135 Kg. en envión, marca hasta ese momento desconocida en nuestro medio, y gana la categoría pesado. Esto llamó la atención de los argentinos y fue invitado al Campeonato Sudamericano extraordinario realizado en el año 1960 en Buenos Aires, con motivo de los 100 años del club Gimnasia y Esgrima. En esta primera participación de un chileno en los sudamericanos, Arduiz empata el primer lugar con José Poquet de Argentina.

En el mismo año 1960, la Asociación Valparaíso, invita a una selección argentina que integra el Campeón Mundial Humberto Selvetti y el Campeón Mundial de las Macabeadas 1958 Seigelshiefr, entre otros y participan en una competencia que se realiza en el Gimnasio del Club Arabe, en la calle Colón de Valparaíso. Selvetti da una exhibición y hace 5 repeticiones con 165 Kg. A esa fecha detentaba el record mundial con 182.5 Kg. en este movimiento.

Con la constitución oficial de la Federación chilena, se inicia la historia oficial de nuestro deporte en el país.....