

DEPORTES

Los secretos de Robert Marchand, el ciclista que sigue rompiendo récords a los 105 años

El Ciudadano · 5 de enero de 2017



«Este hombre nos va a enterrar a todos», bromeó un amigo suyo en diálogo con *Le Parisien*, luego de que Robert Marchand recorriese 22,547 kilómetros en una hora, imponiendo una nueva marca para su edad.

Con 105 años, el francés fue testigo de las dos guerras mundiales y en la segunda incluso fue parte de La Resistencia francesa que luchó contra los alemanes y luego

fue encarcelado por negarse a dar clases a los hijos de los colaboradores de los nazis.

Marchand siempre soñó con ser ciclista, pero su altura de 1,58 metros le arrebató el sueño de joven. Sin embargo, a los 84 años volvió a subirse a una bicicleta y desde entonces se entrena en el velódromo de Saint-Quentin-en-Yvelines, donde rompió el récord este miércoles.

«Si hago 30 km, dirán que estaba dopado», bromeó en diálogo



meó en diálogo con *AFP* el hombre que supo ser campeón francés de gimnasia y se desempeñó como bombero en París, criador de pollos en Venezuela y leñador en Canadá.

«Estoy bien. No lo he pasado mal por las piernas, sino por los brazos, porque tengo reuma», explicó Marchand, quien reveló cuáles son sus secretos para seguir pedaleando a los 105 años.

Cada mañana elonga en casa, tiene un entrenador personal y pasea en bicicleta por las calles de Mitry, localidad en la que vive. Sin embargo, el truco está en su alimentación: «He comido mucha fruta y legumbres, no tomo demasiado café, nada de cigarrillos y poco alcohol».

Fuente: [El Ciudadano](#)