



Edición en galego | Rss

Edición Impresa: [Servicios](#) | [Diario en PDF](#) | [Monográficos](#)

# La Voz de Galicia.es

[lavoz.es](#) | [tienda](#) | [empresas](#)

 

PORTADA GALICIA DEPORTES SOCIEDAD DINERO ESPAÑA MUNDO OPINIÓN PARTICIPA BLOGS OCIO Y CULTURA SERVICIOS CANALES TIENDA INMO MOTOR EMPLEO  
A Coruña A Mariña Arousa Barbanza Carballo Deza Ferrol Lemos Lugo Ourense Pontevedra Santiago Vigo Emigración

## QUÉ FUE DE

# «La gente me decía que no iba a crecer y ahora soy de los más altos de la clase»

Rodríguez se hizo popular por levantar pesas con solo nueve años; ahora, ya adolescente, sigue fiel a la halterofilia

B. Antón | 14/2/2010

Valoración (2 votos)

El ferrolano Brais Rodríguez acaparó las páginas de La Voz en el 2004, cuando con tan solo 9 años y 40 kilos logró un primer puesto en el Campeonato de España benjamín de levantamiento de peso.

Seis años más tarde, muchísimo más alto y con casi el doble de peso, Brais es un adolescente que sigue fiel a la halterofilia, aunque también flirtea con el fútbol. «Antes jugaba en el Racing y ahora estoy en el Narón», explica tras una sesión de entrenamiento en el gimnasio del Club Halterofilia Ferrol, en el barrio de Caranza.

Brais se metió en el mundo del levantamiento de pesas por tradición familiar. Su madre fue campeona de España sub-15 en su juventud; su padre también fue haltera durante muchos años, y su abuelo, Pepe Meis, lleva media vida entrenando a las jóvenes promesas ferrolanas de esta disciplina. Por eso a nadie puede extrañar que a Brais, de niño, lo de levantar pesas le pareciese algo normal, aunque no todo el mundo en su entorno pensase como él. «Mucha gente me decía que me iba a hacer daño en la espalda por practicar este deporte y también que no iba a crecer, y ahora, ya ves, soy uno de los más altos de la clase», explica orgulloso Brais, que actualmente cursa segundo de la ESO en el colegio La Salle.

Aunque reconoce que el fútbol también le tira, al pedirle que elija, no lo duda. Y se queda con la halterofilia. Tras haberse proclamado subcampeón de España en la categoría sub-15 el año pasado, ahora entrena a diario con dos metas en el horizonte. La más próxima se sitúa en Budapest (Hungria), donde a finales del próximo mes de marzo se celebrará la Copa Soroksar, una competición internacional de prestigio en la que Brais, junto a otras tres jóvenes promesas de la halterofilia ferrolana -Alberto Díaz, Carmenza Delgado y Luz de Luna-, intentará llevarse alguna medalla, además de superar su propia marca. «Queremos que llegue a los 80 kilos en arrancada y a los 100 kilos en dos tiempos», apunta esperanzado su abuelo y preparador, Pepe Meis. El siguiente reto llegará en verano, cuando Brais se presentará al Nacional sub-15 y sub-17, donde también irá a por medallas.

### El futuro



Brais Rodríguez se prepara estos días para participar en la copa Soroksar de Budapest (Hungria)

| CÉSAR TOIMIL

[Anterior](#) | [Siguiente](#)



[Noticias + vistas](#) | [Videos](#) | [Albumes](#)

1. [Buscan a un policía nacional que huyó tras agredir a dos jóvenes en Boiro](#)
2. [Una tubería rota provoca una inundación en un centro comercial](#)
3. [Los brackets de doña Letizia](#)
4. [La sombra del cierre total planea sobre El Bulli por sus pérdidas](#)
5. [Cuatro heridos graves en tres accidentes de mañana en Galicia](#)

### AHORA EN PORTADA DE LAVOZ.ES

- Curioso multiusos en Parada de Sil
- El Obradoiro destituye a su director general y ficha al pivot estadounidense Massey
- Los accidentes laborales mortales subieron en Galicia el 4,23% el año pasado
- Bajan al actor Kevin Smith de un avión por gordo
- Hallan muertas en un cortijo de Almería a una mujer, su hija y su nieta
- Al menos veinte muertos al colisionar dos trenes de pasajeros en Bélgica
- Cielos nubosos en toda Galicia y lluvias débiles en Ourense
- «Celda 211» se impone en los Goya que premian el trabajo del gallego Luís Tosar
- La OTAN admite haber matado por error a 12 civiles en su ofensiva en Afganistán
- Las citas imprescindibles del carnaval gallego

Al preguntarle por su futuro, Brais -un muchacho tímido y al que casi hay que arancarle las palabras- asegura que todavía no sabe lo que le gustaría ser de mayor, aunque sí tiene claro que quiere seguir practicando la halterofilia y que incluso no le importaría convertirse en entrenador, como su abuelo. «Lo de estudiar no va mucho con él, pero en el deporte ha encontrado su camino, como otros muchos jóvenes de este barrio. Y eso es todo un logro. Lo de ganar medallas está bien, pero para mí lo más importante es que estos jóvenes, mientras están aquí, no están perdiendo el tiempo en la calle o metidos en cosas peores», dice Meis, preparador, entrenador y punto de apoyo para muchos chavales del a veces maltratado barrio de Caranza. Meis cuenta que, ya desde muy niño, intuyó que Brais tenía madera de levantador. Y su nieto, como devolviéndole el halago, cuenta que casi todo lo que sabe de halterofilia lo aprendió de él.

Compartir

¿Cómo compartir?

### [Compra Barras Pesas](#)

Vea Precio: Barras Discos Pesas

Envío Inmediato Todas Las

Marcas!

[FitnessDigital.com/](#)

### [Te Sobran unos Kilos?](#)

Consigue Tu Tabla de Ejercicios

Personalizada Gratis Aquí

0,99€/sms

[BlinkoGold.es/Tablaejercicios](#)

### [Calcular Seguros de Coche](#)

Compara 15 aseguradoras en 3

min. Ahorra hasta 500€ en tu

seguro

[www.AsesorSeguros.com](#)

Anuncios Google

## ULTIMA HORA EN EDICIONES

### A Coruña

- [Emalcsa no sabe la causa del reventón en Palavea y lo califica de fortuito](#)
- [El carnaval de los más pequeños](#)
- [«Los pajaritos» 29 años después](#)

### Ferrol

- [El TSXG revaloriza la expropiación de fincas por la obra de la autopista](#)
- [El Concello de Pontedeume acabará el saneamiento de la avenida Ricardo Sánchez](#)
- [Navantia tiene ya en producción el 45% de la quinta fragata F-100](#)

### Vigo

- [El Casco Vello se queda sin coches](#)
- [El BNG pide en el Congreso para que se reinicien los trabajos en el Puerto Seco](#)
- [El «Oriana» atraca en Vigo con 1.900 cruceristas](#)

Webs del grupo [RadioVoz](#) [Voz Audiovisual](#) [Sondaxe](#) [Canalvoz](#) [Voz Natura](#) [Fundación](#) [Prensa Escuela](#) [Escuela de Medios](#)

Anuncios Clasificados [Inmobiliaria](#) [Motor](#) [Empleo](#) [Mercadillo](#)

Tarifas web [Consulta](#)

Contacte con nosotros [webvoz@lavoz.es](mailto:webvoz@lavoz.es)

[Aviso legal](#)

[Política de privacidad](#)

[Condiciones generales](#)

[RSS](#)



© Copyright LA VOZ DE GALICIA S.A.

Polígono de Sabón, Arteixo, A CORUÑA (España)

Inscrita en el Registro Mercantil de A Coruña en el Tomo 2438 del Archivo, Sección General, a los folios 91 y siguientes, hoja C-2141. CIF: A-15000649.

Comercializa publicidad local:

Comercializa publicidad nacional: