

Márcia Rocha ficou em 4º lugar em sua estreia na liga profissional de fisiculturismo, após título no Olympia amador

Por **Pedro Sobreiro**

Campeã do Olympia Amateur Brasil, disputado em outubro do ano passado em São Paulo, a personal trainer Márcia Rocha garantiu um pódio para o Brasil, no sábado (25 de julho), ao ficar em 4º lugar no NPC GOMEISA ULTIMATE BATTLE PRO, em Medellín, na Colômbia. A competição marcou a estreia da niteroiense na liga profissional do esporte.

Márcia Rocha competiu com 14 atletas de diversas nacionalidades, obtendo a quarta posição, melhor resultado de uma brasileira categoria Bikíni na competição, cujo pódio é formado por cinco atletas. A primeira colocada foi Rania Instamatiadou, da Grécia, seguida de Sharon Ramos (República Dominicana), Cassandra Rosa (México), com a colombiana Shelsy Quintana na quinta posição.

“Competir nesse nível, ao lado de atletas veteranas e renomadas de diversos países, foi uma experiência inesquecível e um enorme aprendizado. Conquistar um lugar entre as melhores logo na estreia tem um significado muito especial para mim”, diz Márcia Rocha.

SONHOS E PERSISTÊNCIA

A trajetória da atleta no fisiculturismo é a prova de que sonhos grandes são construídos com constância. Em outubro do ano passado, Márcia viveu um dos momentos mais marcantes da carreira ao conquistar o Pro Card (cartão profissional) no Olympia Amateur Brasil, título que representou anos de dedicação, renúncias e muito trabalho.

“Agora, poucos meses depois, tive a felicidade de subir novamente ao pódio, desta vez na minha estreia como atleta profissional. Também sinto um enorme orgulho por representar o Brasil em um palco internacional e contribuir para que a nossa bandeira estivesse mais uma vez no pódio. O fisiculturismo brasileiro é uma referência mundial, e fazer parte dessa história é uma honra”, afirma Marcinha.

CARREIRA CONSTRUÍDA NA DISCIPLINA

Conciliar a carreira de atleta profissional com a rotina de personal trainer é um dos maiores desafios. “Meus dias começam às 3h50 da manhã e, entre os atendimentos aos alunos, treinos, dieta,



Márcia Rocha (primeira à esquerda), com as demais vencedoras da categoria Bikíni, no NPC GOMEISA ULTIMATE BATTLE PRO, em Medellín, na Colômbia

DE NITERÓI PARA O MUNDO: Márcia Rocha estreia com pódio em Medellin



DIVULGAÇÃO

“**Acredito que o talento abre portas, mas é a disciplina, a dedicação e a constância que mantêm essas portas abertas**”

Márcia Rocha
Campeã do Olympia Amateur Brasil 2025

Márcia Rocha fez sua estreia em competições profissionais durante apresentação em Medellín

cardio e toda a preparação para as competições, a disciplina se torna a ferramenta mais importante. Nem sempre existe motivação, mas existe compromisso com os meus objetivos”, revela.

Na avaliação de Márcia Rocha, o pódio em Medellín representa muito mais do que uma colocação, demonstra que o trabalho e a perseverança transformam sonhos em realidade.

“Acredito que o talento abre portas, mas é a disciplina, a dedicação e a constância que mantêm essas portas abertas. Cada resultado que conquistei até aqui é fruto de muito esforço diário, de escolhas conscientes e da certeza de que vale a pena acreditar no processo”, conclui Márcia, que ainda encontra tempo para cursar Nutrição, com previsão de formatura em 2027.