

Từ cao nguyên Di Linh đến bực vinh quang thể hình châu Á

07:52 09/05/2026

Từ vùng cao nguyên Di Linh giàu truyền thống thể thao, vận động viên thể hình K'Tuyên đang từng bước khẳng định tên tuổi trên đấu trường quốc gia và quốc tế. Với tố chất nổi bật, ý chí kỷ luật cùng niềm đam mê bền bỉ, chàng trai trẻ được xem là một trong những “viên ngọc quý” của thể thao Lâm Đồng.



Vận động viên thể hình thể hình trẻ K'Tuyên, vùng cao nguyên Di Linh (tỉnh Lâm Đồng)

Tố chất nổi bật từ vùng đất Di Linh

K'Tuyên được các huấn luyện viên bộ môn thể hình của Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu thể thao Lâm Đồng phát hiện từ những giải thể thao phong trào và học đường. Ngay từ những ngày đầu tiếp cận môi trường tập luyện chuyên nghiệp, K'Tuyên đã cho thấy tiềm năng đặc biệt về thể hình và sức mạnh cơ bắp.

Ông Nguyễn Văn Tuyển – nguyên Giám đốc Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu thể thao tỉnh Lâm Đồng – từng đánh giá, các vận động viên trẻ đến từ Di Linh sở hữu tố chất rất nổi bật ở các môn thể hình và cử tạ. Theo ông, đây thực sự là “mỏ vàng” của thể thao Lâm Đồng.

Trong môi trường huấn luyện chuyên nghiệp, K'Tuyển nhanh chóng thích nghi với giáo án khắt khe, các bài tập nâng cao thể lực cùng chế độ dinh dưỡng nghiêm ngặt dành cho vận động viên thể hình. Khối cơ cân đối, khả năng phát triển hình thể tốt cùng tinh thần cầu tiến đã giúp anh sớm nổi bật trong đội tuyển trẻ.

Vươn tầm quốc tế bằng ý chí và bản lĩnh

Bằng sự nỗ lực không ngừng, K'Tuyển liên tiếp gặt hái thành tích từ các giải đấu cấp tỉnh, khu vực đến quốc gia trước khi bước ra sân chơi quốc tế. Trên các đấu trường châu Á và Đông Nam Á, nam vận động viên quê Di Linh gây ấn tượng với hình thể săn chắc, tỷ lệ cơ bắp cân đối và phong thái trình diễn tự tin.



Vận động viên thể hình K'Tuyển giành HCB giải Vô địch châu Á 2025 tại Thái Lan

Dấu ấn đáng nhớ nhất của K'Tuyển là vào cuối năm 2025 khi anh cùng đội tuyển thể hình Việt Nam giành huy chương Bạc tại Giải Vô địch thể hình châu Á và Đông Nam Á tổ chức tại Thái Lan, ở nội dung Nam bodybuilding hạng cân 75kg. Thành tích này giúp K'Tuyển được UBND tỉnh Lâm Đồng trao tặng Bằng khen.

Kỷ luật thép phía sau ánh hào quang

Theo chia sẻ của kiện tướng quốc gia K'Tuyên, thể hình là môn thể thao đòi hỏi sự hy sinh và tính kỷ luật cực kỳ nghiêm ngặt. Từ chế độ tập luyện, nghỉ ngơi đến dinh dưỡng đều phải tuân thủ tuyệt đối, đặc biệt trong giai đoạn chuẩn bị thi đấu.

“Có thời điểm vận động viên phải ăn uống theo chế độ rất khắc nghiệt, thậm chí cắt hoàn toàn muối để đạt trạng thái cơ bắp tốt nhất. Nhìn cơ thể khỏe mạnh nhưng thực tế lại rất dễ mệt mỏi, cảm cúm nếu không giữ được nền tảng thể lực ổn định”, K'Tuyên chia sẻ.

Chính tinh thần kỷ luật và niềm đam mê mãnh liệt đã giúp chàng trai trẻ vượt qua áp lực, duy trì phong độ và liên tục nâng cao thành tích thi đấu.

Niềm hy vọng mới của thể hình Lâm Đồng

Ông Lê Trí Dũng – phụ trách Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu thể thao Lâm Đồng – đánh giá K'Tuyên là một trong những vận động viên trẻ giàu triển vọng nhất của thể hình tỉnh nhà. Sinh năm 2001 nhưng K'Tuyên đã sở hữu bảng thành tích đáng nể từ trong nước đến quốc tế và hiện là kiện tướng quốc gia môn thể hình.

Hiện nay, K'Tuyên đang tích cực tập luyện để hướng tới Giải Vô địch thể hình Đông Nam Á lần thứ 20 năm 2026 tại Yangon (Myanmar). Với tinh thần quyết tâm cao, vận động viên trẻ mang theo khát vọng tiếp tục chinh phục đỉnh cao mới, góp phần khẳng định vị thế của thể thao Lâm Đồng và thể thao Việt Nam trên đấu trường quốc tế.

Hoàng Phương