

# *Lefont "se multiplica" con lastre en la piscina*

---

*Image not found or type unknown*



**Jhoen Lefont**

La Habana, 22 nov (ACN).- El cubano Jhoen Lefont impuso récord mundial de dominio del balón en una modalidad inédita, en la piscina del Complejo Baraguá en La Habana.

Fue en la categoría de mayor tiempo manteniendo en equilibrio un balón de fútbol sobre la cabeza, con un lastre de cinco kilogramos en la cintura. El tiempo fue de 7:02.10 minutos.

El llamado Delfín del fútbol cubano aseveró que las piernas son las que más trabajan en este intento con lastre para poder mantener el equilibrio, por lo que entrenó mucho las semicuclillas.

Lefont ostenta actualmente nueve marcas mundiales homologadas por la organización Guinness World Records.

Por José Luis López (ACN)

---

<https://www.radiohc.cu/index.php/noticias/deportes/340137-lefont-se-multiplica-con-lastre-en-la-piscina>



**Radio Habana Cuba**