

俗话说：“自古英雄出少年”，想想自己的15岁，可能连硬拉是什么都不知道，但15岁的力量举重运动员摩根·尼科尔斯已经硬拉605磅(274.5公斤)，创造了新的硬拉纪录，尼科尔斯被证明是世界上最年轻和最强壮的力量举运动员之一。



摩根的父亲查德·尼科尔斯(Chad Nicholls)是健美领域最优秀、最受尊敬的教练、药剂师和营养学家之一。他培养了像现在的奥林匹亚先生冠军大雷米，传奇的罗尼·库尔曼，弗莱克斯·惠勒和已故的健美明星达拉斯·麦卡弗，还和“拳王”迈克·泰森合作过。



金·奇泽夫斯基·尼科尔斯

耳濡目染，在这样的家庭环境下，摩根从小就喜欢运动，他喜欢打橄榄球，打棒球，田径比赛，但最擅长的是举重，他说：“我以前从来没有想过做力量举重，我开始这样做是为了打橄榄球时变得更强

，所以，
在小学，我想拥有高中生的力量，在高中，我想拥有大学生运动员的力量，当我在大学时，我可以拥有职业运动员的力量。我总是想走在所有人的前面。”



摩根12岁时就登上了力量举的舞台，他以405磅（183.7公斤）的深蹲，让8次奥林匹亚先生罗尼·库尔曼（有史以来最强壮的健美运动员，曾经深蹲800磅2次）都大为感叹：“这是我一生中见过的最惊人的力量壮举！”

从那以后，摩根·尼科尔斯开始他史无前例的崛起，创造了一些几乎令人难以置信的数字。他的父亲甚至说摩根是“一个稀有的品种。”



14岁时，摩根就能硬拉184公斤（405磅），15岁时，摩根就能连续硬拉三次238公斤(525磅)，有趣的是，他在一次疯狂的585磅(265公斤)硬拉比赛中流了鼻血。

二、摩根硬拉605磅，创造新的硬拉世界纪录

2022年4月25日，15岁的摩根·尼科尔斯在一次训练中创造了605磅（274.3公斤）硬拉新记录，超过了阿尔斯兰·博奇卡廖夫在90公斤级的硬拉世界纪录250公斤(551.1磅)多了20公斤。



摩根的食量可能是一个正常13岁孩子食量的5倍，大约每两个半小时吃一次，更多的是健身类食物，比如牛排、米饭、鱼和一些蛋白奶昔。他的作弊餐可能是披萨，或者蛋糕和甜甜圈。



尽管摩根·尼科尔斯的父母都热衷于健身，摩根18岁的哥哥多米尼奇将很快参加健美比赛，但摩根采取了不同的方式，现在参加的运动更注重力量输出。摩根目前是一名美式橄榄球跑锋，还是田径队的铁饼运动员，他将有最大的成功机会，尤其是因为他在健身房表现得如此出色。