

Александр Волкановски рассказал о наборе массы перед боем с Исламом Махачевым.

«Я понял, что весогонка – это легкотня, если сравнивать ее с набором веса. Количество еды, которое мне приходилось употреблять перед первым боем, было огромным. Я никогда не думал, что буду плакать из-за пищи.

Это было очень сложно. Я съедал по четыре-пять тысяч калорий в день. Конечно, это была полезная пища – белки и углеводы. Никаких соусов. Это был настоящий кошмар – я заставлял себя есть», – сказал бывший чемпион UFC в полулегком весе Александр Волкановски.

«Готов спасти турнир». Волкановски не против заменить Макгрегора в поединке с Чендлером

Волкановски готов провести четвертый бой с Холлоуэем: «Я еще не прикасался к титулу BMF»