



DR.
MALVERN ABDULLAH

*"Jika kita letakkan sepenuh hati dan usaha terhadap
sesuatu, kejayaan pasti menanti"*



Dr. Malvern Abdullah dilahirkan pada 17 Mei 1975. Pada tahun 2011, beliau berjaya menamatkan pengajian dan menggenggam ijazah Doktor Falsafah (PhD) dalam bidang Pengurusan Perniagaan. Itulah kenangan paling manis dalam hidupnya dalam bidang akademik. Beliau kini merupakan seorang pensyarah kanan di Fakulti Pengurusan dan Perniagaan UiTM Cawangan Sarawak. Beliau juga percaya setiap kejayaan pasti diiringi dengan semangat dan keringat. Beliau juga bergiat aktif dalam bidang sukan bina badan sejak tahun 2003. Menyorot kisah insan hebat ini, beliau telah menduduki tempat pertama dalam pertandingan bina badan Mr. Borneo pada tahun 2008 dan 2011. Selain itu, beliau turut mengukir kecemerlangan dalam beberapa pertandingan sukan bina badan seperti Mr. Iron Hardcore (tahun 2014), Mr. Gym 1M Kebangsaan (tahun 2018), Mr. Kuching Championship (tahun 2005-2015) dan Mr. Sarawak Body-building Championships (tahun 2011-2013). Lebih membanggakan apabila beliau dinobatkan sebagai Juara Asia Sukan Bina Badan dan menjulang gelaran Mr. Asia 2017. Selain itu, beliau berjaya menjadi Juara Dunia Sukan Bina Badan dengan gelaran Mr. World 2022.





Kejayaan gemilang beliau adalah pada tahun 2022 di Sukan SEA di Hanoi, Vietnam, di mana atlet kebanggaan Sarawak ini telah memperoleh pingat gangsa dalam kategori Mens Bodybuilding 65kg dan Mixed Pair Open. Pencapaian beliau dalam bidang sukan bina badan tidak terhenti di situ, di mana beliau terus mengharumkan nama negara dalam Asian Championships (Asian Bodybuilding and Physique Sports Federation (ABPF)). Selain itu, dalam tahun yang sama, beliau telah mengatur langkah untuk bertanding di peringkat antarabangsa iaitu World Championships (World Bodybuilding and Physique Sports Federation (WBPF)). Keseluruhannya, beliau telah mencapai banyak kejayaan di persada antarabangsa dengan memenangi 1 emas, 4 perak dan 1 gangsa di Kejohanan Dunia di samping menggenggam 1 emas dan 4 perak di Kejohanan Asia serta 2 gangsa di Sukan SEA. Beliau turut mencatatkan rekod terbaik di peringkat kebangsaan apabila dinobatkan sebagai Juara Keseluruhan dan Mr. Malaysia sebanyak 2 kali. Di peringkat negeri pula, beliau telah menjuarai sebanyak 9 kali dalam pertandingan Mr. Kuching dan Mr. Sarawak. Kemenangan-kemenangan ini membuktikan bahawa usaha dan komitmen yang padu pasti akan membuahkan kejayaan.



WORLD BODYBUILDING AND PHYSIQUE SPORTS CHAMPIONSHIP 2021

TASHKENT, UZBEKISTAN | 01-07 OCTOBER 2021

DR. MALVERN ABDULLAH

i. 60kg - Si

CONGRATULATIONS