



OMAR OUAHMAN

Coach professionnel

Né le 1^{er} juin 1990
Marié, 2 enfants
Suisse

PROFIL

Souriant, dynamique, sociable
Discipliné, patient & proactif

CONTACT

078/870 61 67

Rue des Fontaines 6
1148 Chavannes-le-Veyron

ouahman.omar@gmail.com

LANGUES

Français, anglais, berbère et arabe

HOBBIES

Course à pied, roller, vélo, tennis
Natation, surf, kitesurf, beachvolley
Snowboard, raquettes à neige
Discofit, breakdance, capoeira

EXPERIENCE

Instructeur au Let's Go & Reflex Fitness à Bottens

De février 2016 à ce jour
Cours de BodyPump, BodyBalance, CrossTraining, Spinning,
BodySculpt, Abdos, CXWORX et Swissball

Instructeur remplaçant au Let's Go et au Jardin du Yoga à Chailly

De décembre 2015 à mars 2016
Cours de Swissball, Stretching, BodyBalance & BodySculpt

Coach et représentant de MeMover au triathlon d'Yverdon-les-Bains

D'août à septembre 2015
Coach pour l'évènement sportif Women Sport Evasion 20 & 21 juin 2015

FORMATION

Formation instructeur Les Mills Body balance, Body Pump

Janvier 2017, Octobre 2016

Diplôme de Personal Trainer

Septembre 2016

Formation instructeur de Gymstick

Mai 2016

Diplôme Fitness & Wellness

29 février 2016

Formation Swissball à l'université de Lausanne

6 février 2016

Formation continue kitesurf et surf à El Gouna en Egypte

Novembre 2012

Formation internationale IKO en sports nautiques à Dakhla

Décembre 2009 à 2011

Formation de base des premiers secours à Dakhla

Décembre 2009

COMPETENCES

Responsable du fitness privé Bobst
Publics cibles enfants & adultes
Animation et dispense des cours
Travail en équipe et pédagogie vers la réussite