

SINDA BEJAOU

Personal Trainer

+32 4 95 64 75 34
sinda@sihha-training.com
www.sihha-training.com

Nationalité belge
Née le 1^{er} octobre 1974

Coach sportif personnel, remise en forme et conseil nutritionnel
Professeur de fitness



EXPÉRIENCES PROFESSIONNELLES

- | Coach sportif des TopModels Belgium (2009 et 2010)
- | Nike Academy Presenter Award lors du Nike Training Tour (2008)
- | Convention Nike Training Tour www.nikettrainingtour.be (2007)
- | Championne de Belgique de fitness en step par équipe à l'Open de Belgique pour la FISAF (Fédération Internationale des Sports Aérobics et Fitness - 2006)
- | Professeur de fitness (step, abdo-fessiers, aérobic, latino, body-scult, renforcement musculaire et Pilates)
- | Professeur de fitness et chorégraphe dans différentes agences de mannequins à Liège
- | Nombreuses conventions: Nike Training Tour, XScconnexion, Islandfit 2007, 2008, 2009 et 2010 à Majorque

FORMATIONS | BREVETS | CERTIFICATS

- | La prise de masse maigre et la perte de poids (décembre 2009)
- | L'entraînement fonctionnel (novembre 2009)
- | Workshop Strech Yoga (octobre 2009)
- | Pilates (mars 2009)
- | Nike Academy Workshop Personal Training : gymnastique fonctionnelle (février 2008)
- | Nike Academy Workshop Personal Trainer (Steve Boedt), Nike Academy Workshop Ashtanga Yoga avec Elsie MATTHIJSENS diplômée par la "world alliance yoga" et responsable de la Nike Academy en Flandres (octobre 2007)
- | Nike Academy Workshop Step et Dance Aerobic (avril 2007)
- | Certificat Nike Presenter Step & Aérobic (mars 2007)
- | FISAF Fitness Training Instructeur (Personal Training partie 2 - février 2007)
- | FISAF Fitness Training Instructeur (Personal Training partie 1 - novembre 2006)
- | FISAF Module de base (anatomie, physiologie, traumatologie), Nike Academy Workshop Body Sculpt, Nike Academy Workshop Multi Steps, Nike Academy Workshop Dance Aérobic (octobre 2006)
- | Certificat Nike Academy Aérobic & Steps Choreography (mars 2006)
- | Certificat Nike Academy Step Choreography (Techniques of insertion & Cross phrasing - janvier 2006)
- | Certificat Nike Academy Step & Aérobic Basic (décembre 2005)