

INTERVIEW EXCLUSIVE

LEILANI OSMONT NOUS PARLE DE BIKINI

En Polynésie Française, les jolies filles en bikini ne sont pas un mythe ! Leilani Osmont en est la preuve vivante. Cette jeune athlète BIKINI FITNESS incarne cette nouvelle génération de femme qui allie merveilleusement bien le muscle à la féminité. L'IFBB Tahiti Bodybuilding et Fitness tend à développer cette discipline en Polynésie Française et nous présente celle qui pourrait bien devenir l'ambassadrice Bikini sur l'île, la sublime Leilani Osmont.

Comment t'es venue l'idée de participer à une compétition de Bikini Fitness ?

Il y a un an maintenant, j'ai eu une envie de changement dans ma vie, j'ai eu surtout envie de me remettre au sport car j'avais pris quelques kilos en trop. Mon fiancé étant depuis plusieurs années déjà dans la musculation, j'ai alors commencé à regarder des photos des femmes faisant de la musculation et je suis tombée sur celles des Miss Bikini Fitness. J'ai tout de suite adoré ! C'est ainsi que je me suis dit : « Je veux être comme elles ! » et je me suis donc donné les moyens de le devenir...

Intégrer à l'IFBB Tahiti est un choix ?

Pour être honnête, ce n'était pas réellement un choix à la base, car à Tahiti, il n'y a que cette organisation qui permet d'accéder aux compétitions internationales ! Mais maintenant que je fais partie de l'équipe des athlètes, je m'aperçois que l'IFBB Tahiti est en constante évolution et qu'elle a un bon potentiel pour se développer dans de bonnes conditions grâce à un soutien constant de personnes extérieures très importantes et une implication énorme de notre président Jerry YEUNG. C'est donc un réel plaisir de faire partie d'une telle organisation.

Raconte nous brièvement ta préparation

Lorsque j'ai repris le sport, manger sainement était une évidence. Mais 12 semaines avant la compétition, il a fallu se mettre au régime pour sécher, heureusement pour moi, cela n'a pas du tout été une épreuve car j'avais déjà une alimentation saine et les gâteaux ne me manquaient pas !

Par contre les entraînements devenaient plus intenses et là, il fallait s'accrocher ! Ensuite en ce qui concerne les accessoires, maillot, maquillage etc pour la compétition, nous avons eu de la chance d'avoir un partenariat avec un salon d'esthétique et l'aide de notre coach pour nous préparer.

Côtoyer des athlètes expérimentés doit être impressionnant pour un début ?

Oh oui, très impressionnant mais surtout MOTIVANT et ENRICHISSANT ! J'en ai profité pour parler avec elles et m'informer : apprendre toujours plus sur les compétitions, les poses, la nutrition, les entraînements etc. Nous avons pu également côtoyer les juges et les coaches. Cela m'a permis de créer des relations avec eux et me donne un atout supplémentaire pour mes préparations à venir.

Fort de cette expérience, quels seront les prochains objectifs ?

L'objectif physique en un seul mot : PROGRESSION, donc gagner du muscle et affiner les parties nécessaires. Concernant les compétitions, un de mes premiers objectifs : la finale de France ! Compétition très importante et qui me tient beaucoup à cœur car sortir du pays et pouvoir aller concurrencer les meilleures de France est un défi que je relève avec fierté. Ensuite, il y aura le South Pacific Championship 2014 où il faudra également que je donne le meilleur de moi-même afin de pouvoir montrer ma progression.



DIAPORAMA
CLIQUEZ ICI



Rejoignez **LEILANI OSMONT** sur

