

CRONOLOGÍA COMPLETA

Hernán Federico Hamra (1973-2026)

■ = año activo | ✓ = título obtenido | † = fallecimiento | ¿? = por confirmar

=====

CRONOLOGÍA COMPLETA – HERNÁN FEDERICO HAMRA (1973-2026)

■ = año activo | ✓ = título obtenido | † = fallecimiento | ¿? = por confirmar

=====

———— **PARTE 1: INFANCIA Y SECUNDARIO (1973-1992)** ————

73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	← edad

PERSONAL:
Nacimiento (0) ■ (31/07/1973)

EDUCACIÓN:
Payasín (sala 3) (4) ■
Ramat Shalom (4-5) (5-6) ■ ■
Primaria CISO (7-13) ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■
ORT → ENET Nº2 (14-19) ■ ■ ■ ■ ■ ■ ✓ Téc.Nac.Electrónica

DEPORTES (CISO):
Fútbol (9-15) ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■
Natación (verano) (10-12) ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■
Tenis mesa (verano) (10-11) ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■
competitivo

ARTES / ACTIVIDADES:
Kung fu (10-14) ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■
Rikudim (15-19) ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■
Agshama (16-19) ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

CLUBES (socio deportivo):
CISO (7-15) ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■
CISSAB (rikudim) (17-19) ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

TRABAJO:
Negocio del papá (ver) (11-13) ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■
Mano Emerg.Méd.(ver) (14) ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■
Madrich (mov.juv.) (16-19) ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

———— **PARTE 2: POST-SECUNDARIO Y ERA DEPORTES (1993-2013)** ————

93	94	95	96	97	98	99	00	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	
20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	← edad

EDUCACIÓN / FORMACIÓN:
Terciario IMEF (21-24) ■ ■ ■ ■ ■ ✓ Prof.Ed.Física (98)
Esc.Nac.Danzas (20) ■ 6 meses
Danza jazz (20-21) ■ ■
Circo y acrobacia (25-26) ■ ■ post-IMEF
Teatro San Martín (22) ■
Teatro C.C.Sábato (28-31) ■ ■ ■ ■ ■ ✓ Actor (~04)
Esc.Teatro Rubén (32-33) ■ ■ 2 años
Clown (34-37) ■ ■ ■ ■ ■ ~3-4 años
PNL (37) ■ ■ ■ ■ ■
FEMEC (investig.) (38-39) ■ ■ ■ ■ ■
Lic. UNSAM (37-39) ■ ■ ■ ■ ■ ✓ Lic.Ed.Fís.(12) inicio¿?

TRABAJO 1 (principal):
Port. eléctricos (20) ■

CLUBES (socio deportivo):

CASA (41)
Lambroth a Kol (42-45)
Hacoaj (46-53) ← hasta hoy

PERSONAL:

Matrimonio Natalia (41-53) ← continúa
Bar Mitzvá Uriel (47) (5/3/2020)
Bat Mitzvá Sol (48) (fecha :?)
† Fortuna (madre) (51) (marzo 2024)
Bar Mitzvá Matías (51) (7/10/2024)
† Aharon (suegro) (52) (jul/ago 2025)

ANÁLISIS DE CARGA LABORAL POR AÑO (solo trabajos, no colonias de verano)

1993 (20 años)	1 trabajos	Port. eléctricos
1994 (21 años)	1 trabajos	Hebraica
1995 (22 años)	1 trabajos	Hebraica
1996 (23 años)	4 trabajos	Mi Refugio CC, Bialik de Devoto, Ser Dinámico, Personal trainer
1997 (24 años)	4 trabajos	Mi Refugio CC, Bialik de Devoto, Ser Dinámico, Personal trainer
1998 (25 años)	6 trabajos	Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer, Or Torá (Barracas), Esc.Deport. Filiol, Colegio Ruta 11 <<
1999 (26 años)	7 trabajos	Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer, Or Torá (Barracas), Esc.fútbol Or Torá, Esc.Deport. Filiol, Colegio Ruta 11 <<<
PICO		
2000 (27 años)	6 trabajos	Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer, Or Torá (Barracas), Esc.fútbol Or Torá, Colegio Ruta 11 <<
2001 (28 años)	4 trabajos	Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer, Or Torá (Barracas)
2002 (29 años)	3 trabajos	Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer
2003 (30 años)	3 trabajos	Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer
2004 (31 años)	3 trabajos	Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer
2005 (32 años)	3 trabajos	Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer
2006 (33 años)	3 trabajos	Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer
2007 (34 años)	3 trabajos	Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer
2008 (35 años)	3 trabajos	Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer
2009 (36 años)	3 trabajos	Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer
2010 (37 años)	3 trabajos	Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer
2011 (38 años)	3 trabajos	Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer
2012 (39 años)	4 trabajos	Mi Refugio CC, CSHA Dir.Cultura, Ser Dinámico, Personal trainer
2013 (40 años)	3 trabajos	CSHA Dir.Cultura, Ser Dinámico, Personal trainer
2014 (41 años)	3 trabajos	Ser Dinámico, Personal trainer, Asesor.licitaciones
2015 (42 años)	4 trabajos	Ser Dinámico, Personal trainer, Asesor.licitaciones, Silk Tecnologías
2016 (43 años)	4 trabajos	Ser Dinámico, Personal trainer, Silk Tecnologías, SBD
2017 (44 años)	4 trabajos	Ser Dinámico, Personal trainer, SBD, Uno Mayorista
2018 (45 años)	3 trabajos	Personal trainer, SBD, Uno Mayorista
2019 (46 años)	3 trabajos	Personal trainer, SBD, Uno Mayorista
2020 (47 años)	3 trabajos	Personal trainer, SBD, Muebles+Esteban
2021 (48 años)	3 trabajos	Personal trainer, SBD, Muebles+Esteban
2022 (49 años)	2 trabajos	Personal trainer, SBD
2023 (50 años)	2 trabajos	SBD, Freelancer dev
2024 (51 años)	3 trabajos	SBD, Freelancer dev, AiControl Seguridad
2025 (52 años)	2 trabajos	SBD, AiControl Seguridad
2026 (53 años)	3 trabajos	SBD, AiControl Seguridad, ARGOS

★ PICO MÁXIMO: 7 trabajos simultáneos en 1999 (edad 26)
★ CON COLONIAS: 10 actividades laborales en 1999 (edad 26)

→ Mi Refugio CC, Ser Dinámico, Personal trainer, Or Torá (Barracas), Esc.fútbol Or Torá, Esc.Deport. Filiol, Colegio Ruta 11, Colonia Hebraica, Colonia Mi Refugio, Colonia Barkojba

=====

Superposiciones destacadas:

- 1983-84 (10-11): Fútbol + Natación + Tenis mesa + Kung fu (4 deportes simultáneos)
- 1987-88 (14-15): Secundario + Fútbol + Kung fu
- 1989-92 (16-19): Secundario + Rikudim + Agshama + Madrich
- 1993-94 (20-21): IMEF + Danza jazz + Porteros/Hebraica
- 1996-97 (23-24): Mi Refugio + Bialik + Ser Dinámico/PT + Col.Hebraica + Col.Mi Refugio (5-6)
- 1998-2000 (25-27): PICO → Mi Refugio + Ser Dinámico/PT + Or Torá + Filiol + Ruta 11 + colonias (7-10!)
- 2001-04 (28-31): Mi Refugio + Ser Dinámico/PT + Or Torá + Teatro Sábado
- 2005-06 (32-33): Mi Refugio + Ser Dinámico/PT + Esc.Teatro Rubén
- 2007-10 (34-37): Mi Refugio + Ser Dinámico/PT + Clown (+ PNL en 10)
- 2011-12 (38-39): Mi Refugio + Ser Dinámico/PT + FEMEC + UNSAM + nace Matías
- 2014-17 (41-44): Asesor/Silk/SBD + Ser Dinámico + Personal trainer (3 trabajos)
- 2020-21 (47-48): SBD + Muebles Esteban + Personal trainer (3 trabajos)
- 2023 (50): Año explosivo – SBD + Freelancer + IFTS18 + Codo a Codo + Google PM + Mauro + PEI

=====

Casado con Natalia desde 2002 (24 años de matrimonio). Novios desde ~1997.
Estado actual SBD: en búsqueda activa para salir.