



Дежурство в тренажёрном зале Lifestyle

Данный чек-лист предназначен для самоконтроля тренера при принятии смены, а также для оценки качества дежурства старшим тренером/помощником.

1. Внешний вид дежурного тренера

- ☐ 1.1 Наличие бейджа “Дежурный тренер”
- ☐ 1.2 Наличие маски во время дежурства

2. Дисциплина и профессиональная этика дежурного тренера

- ☐ 2.1 Своевременный прибытие на смену и ее принятие
Без опозданий, в идеале за 10 минут
- ☐ 2.2 Дружелюбное приветствие и прощание с клиентами клуба
- ☐ 2.3 Налаживание контакта с постоянными посетителями
обращаться к клиенту по имени, уточнить имя (при необходимости), поинтересоваться как дела, быть готовым поддержать беседу, предложить помощь в занятии в тренажерном зале (при необходимости)
- ☐ 2.4 Налаживание контакта с новыми посетителями
Познакомиться (знать имя), быть готовым поддержать беседу, предложить помощь в занятии в тренажерном зале (при необходимости)
- ☐ 2.5 Помощь клиентам зала в тренировочном процессе
Помочь, подсказать, исправить клиента, который занимается самостоятельно в зале при условии нарушения техники выполнения упражнения как на тренажере, так и

упражнения с собственным весом либо со свободным весом.

- ☐ **2.6** Проведение экскурсии по тренажёрному залу с описанием всех зон и интересующих клиента тренажерах

По запросам администратора

3. Чистота зала и оборудования

- ☐ **3.1** Наличие всего дополнительного инвентаря

Резинки, мячи, роллы для МФР, фитболы, гири, коврики, степы, пояса для отягощения и подтягивания, лямки, балансировочные платформы, кубики для йоги, крепления и утяжелители для ног и рук, рукоятки для кроссовера

- ☐ **3.2** Размещение дополнительного инвентаря на своих местах

Порядок должен соответствовать порядку на фото в положении ТЗ

- ☐ **3.3** Износ дополнительного инвентаря

При неисправности либо поломке проинформировать старшего тренера/помощника старшего тренера

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?