



## Дежурство в тренажёрном зале Lifestyle

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

### Внешний вид дежурного тренера

- Наличие бейджа “Дежурный тренер”
- Наличие маски во время дежурства

### Дисциплина и профессиональная этика дежурного тренера

- Своевременный прибытие на смену и ее принятие  
*Без опозданий, в идеале за 10 минут*
- Дружелюбное приветствие и прощание с клиентами клуба
- 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)*
- Налаживание контакта с новыми посетителями  
*Познакомиться (знать имя), быть готовым поддержать беседу, предложить помощь в занятии в тренажерном зале (при необходимости)*
- 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.*

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

*По запросам администратора*

## **Чистота зала и оборудования**

- 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*

- Размещение дополнительного инвентаря на своих местах

*Порядок должен соответствовать порядку на фото в положении ТЗ*

- 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?