

SOULFIT PILATES SRINAKARIN

✉ soulfit.srinakarin@gmail.com

☎ 065-587-9094

SOULFIT



618 หมู่ที่ 5 ถนนศรีนครินทร์

ตำบลลำโรงเหนือ

อำเภอเมืองสมุทรปราการ

จังหวัดสมุทรปราการ 10270

หน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย

1. เรียนรู้การบริการลูกค้าและต้อนรับลูกค้า
2. เรียนรู้และฝึกฝนการใช้อุปกรณ์พิลาทิส
3. เรียนรู้การเป็นครูสอนพิลาทิส
4. เรียนรู้การขายคอร์สและแนะนำโปรแกรมให้ลูกค้า
5. ฝึกออกแบบโปรแกรมและวิเคราะห์ ALIGNMENTS
6. ให้ความช่วยเหลือ ดูแลทำความสะอาดอุปกรณ์และเครื่องออกกำลังกาย



ประสบการณ์ที่ได้รับ

1. ได้พัฒนาทักษะการสื่อสาร และการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น
2. มีความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย และมีความตรงต่อเวลา
3. มีวินัย ปฏิบัติตามกฎหมายระเบียบของสถานฝึกประสบการณ์วิชาชีพ
4. ได้พัฒนาบุคลิกภาพ และการให้บริการลูกค้าที่มาใช้บริการ
5. ได้พัฒนาการฝึกสอนพิลาทิส จากการเทรนและออกแบบโปรแกรมให้สอดคล้องกับเป้าหมายของลูกค้า



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ได้รู้หลักการสอนพิลาทิสและ การเคลื่อนไหวที่ถูกต้องตาม Alignments
2. ได้พัฒนาการออกแบบโปรแกรมและเรียนรู้การแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าให้สถานการณ์ต่างๆ
3. ได้เรียนรู้วิธีการทำงาน เทคนิคการขายและการสอนเฉพาะบุคคล
4. ได้เรียนรู้การวางแผนและจัดการตารางเวลาในการใช้ชีวิตประจำวัน
5. มีความละเอียดรอบคอบ ใส่ใจรายละเอียดของงานที่ได้รับ

ข้อเสนอแนะ

1. เตรียมความพร้อมเกี่ยวกับความรู้ทางสรีรวิทยา (Anatomy) และชีวกลศาสตร์ทางการเคลื่อนไหว (Biomechanics)
2. ควรฝึกทักษะในการสื่อสารที่ดี ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย มีความชัดเจน
3. การจัดการเวลา เพื่อให้มีวินัยและความตรงต่อเวลา

ธนกนกช แสนสนธิ 6330037539 / สุวพันธ์ สาราคูณ 6330119339