

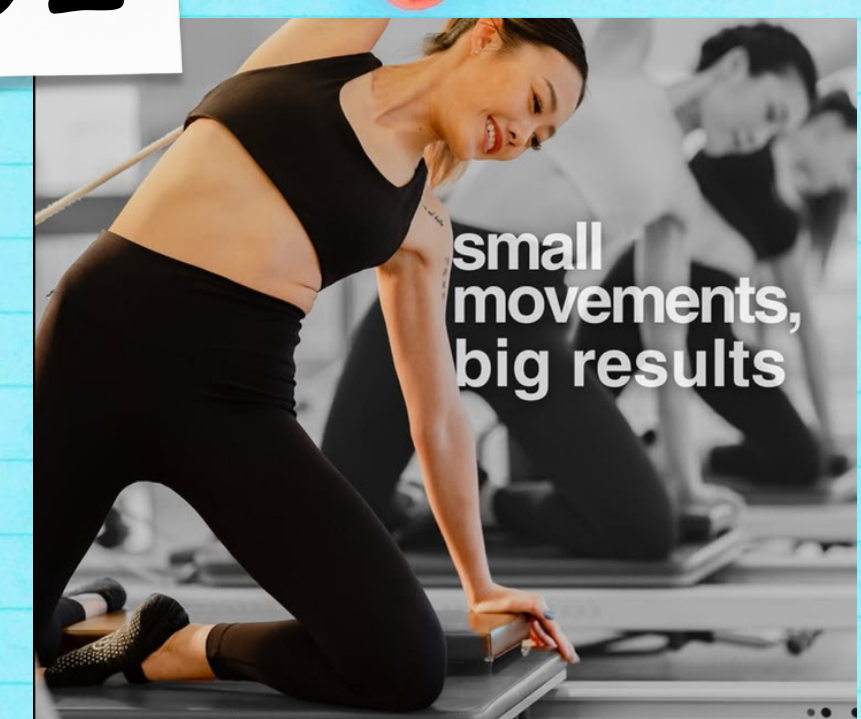


ABSOLUTE

Boutique Fitness Studio



01



Introduce myself

ชื่อ ธัญรดา รัตตโอภาส

รหัสนิติ 6430058839

อาจารย์นิเทศก์ : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฏฐพร นกแก้ว

ชื่อสถานฝึกประสบการณ์วิชาชีพ : Absolute Boutique Fitness Studio สาขา Gaysorn Amarin ชั้นที่ 11

ถนนเพลินจิต แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร

เบอร์โทรศัพท์ : 0659862550

E-mail : info@absoluteyou.com



About work

ตำแหน่งงาน / หน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย :

ตำแหน่ง Reception คอยบริการต้อนรับลูกค้า

และเข้าคลาสเรียนพิลาทิสวันละ 1 คลาส

ประสบการณ์การฝึกประสบการณ์วิชาชีพที่ได้รับ :

การทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ การที่ได้เรียนรู้บุคลิกภาพ

ของแต่ละคนมากขึ้นในสถานที่ทำงาน และการรับมือ

และแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้มากขึ้น

02



03



Benefits

ประโยชน์ที่ได้รับ :

- ได้เรียนรู้วิธีการสอน การพูดและเทคนิคต่างๆ

ของครูแต่ละคน

- ได้เรียนรู้ท่าออกกำลังกายมากขึ้น และได้เรียนรู้ว่า

เนื้อหาแต่ละคลาสใช้ท่าออกกำลังกายไหนบ้าง

- ได้กล้ามเนื้อและหุ่นที่เฟิร์มและแข็งแรงมากขึ้น

- ได้มีวินัยกับตัวเองมากขึ้น

- ได้เพื่อนร่วมงานเพิ่มขึ้น

ข้อเสนอแนะ : พยายามค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติม จัดสมุดบันทึกทุกๆวันว่าจะทำอะไรบ้าง
แสดงออกให้สถานที่ฝึกเห็นถึงความพยายามและความมุ่งมั่นตั้งใจของเรา