

PERSONAL TRAINER

&

PILATES INSTRUCTOR

ASSIGNMENT

ได้ฝึกเหมือนเป็น Trainer จริง ๆ โดยจะมีรุ่นพี่ Trainer คอยช่วยซัพพอร์ต การเข้างาน และออกงานตามเวลาที่ Leader ได้ตั้ง Roaster ไว้ให้จะแตกต่างตรงที่เราไม่สามารถปิดการขายลูกค้าเองได้ แต่สามารถเซวีสลูกค้าที่ต้องการความช่วยเหลือในการเล่นอุปกรณ์ต่าง ๆ ได้ มีการเข้า Meeting ในช่วงเวลา 12.00น. ของทุก ๆ วันเพื่อ สัมผัสบรรยากาศจริงในการทำงานว่ามี Process อย่างไร ถ้าเข้ามาทำงานจะต้องเจอแรงกดดันแบบไหนบ้าง

- Service members พาเยี่ยมชมฟิตเนส
- Shadow Group class
- Training service one on one
- ได้ออกกำลังกายและเข้าคลาสที่สนใจ
- ออกบูทให้ข้อมูลแก่สมาชิกที่สนใจออกกำลังกาย
- เปิด - ปิด club

EXPERIENCE

รูปแบบการทำงานว่าใครมีหน้าที่อะไรต้องทำอะไรในช่วงเวลาไหนบ้าง การทำหน้าที่จากการฝึกตามที่ได้รับมอบหมาย ส่วนใหญ่จะต้องมีการสื่อสารกับลูกค้า เพื่อชี้แจงในส่วนต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการสอนเล่นเครื่องเล่นซึ่งลูกค้าที่เข้ามาในคลับมีหลากหลายรูปแบบ ทำให้ต้องปรับการสื่อสารให้เข้ากับกลุ่มลูกค้า นั้น ๆ รวมไปถึงการประเมินข้อมูลลูกค้า การอ่านค่าข้อมูลร่างกายของลูกค้า แล้วปรับโปรแกรมให้เข้ากับความต้องการของลูกค้าได้อย่างถูกต้อง มีการเสริมความรู้จากการ Training เพิ่มเติม การ Shadow class ทำให้ได้ประสบการณ์ตรงที่สามารถนำมาใช้งานได้อย่างจริง ๆ

- รู้ระบบการทำงานในฟิตเนส เพื่อประกอบการตัดสินใจในการทำงานในอนาคต
- ได้รู้ข้อมูลพื้นฐานที่ต้องใช้ เช่น โภชนาการ, ระบบพลังงาน, Anatomy, Program design, การอ่าน Inbody
- รู้วิธีการเทรน หรือการสอนคลาสว่าต้องทำอะไร เตรียมตัวอย่างไรบ้าง
- ได้รู้จักวิธีการพูด การเข้าหาสมาชิก

BENEFITS

ได้รับอะไรหลาย ๆ อย่างไม่ว่าจะเป็นความรู้ และสวัสดิการที่คล้ายพนักงานจริง สามารถเข้ามาออกกำลังกายที่คลับได้เหมือนสมาชิกปกติทั่วไปเลย การขอเบิกผ้าเพื่อใช้อาบน้ำ หรือส่วนลดจากร้านค้าในเครือเดียวกัน สุดท้ายสำหรับคนที่สนใจอยากลองทำงานเป็นเทรนเนอร์จริง ๆ จะตอบโจทย์ในการมาฝึกเพราะมีสิทธิ์ในการได้รับ Fast track ในการเข้ามาเป็นพนักงาน ในช่วงที่ยังฝึกงานอยู่ได้เลย

SUGGESTION

สำหรับคนที่อยากลองมาฝึกงาน Trainer ที่นี้ แนะนำในช่วงที่เข้ามาฝึกมีอะไรที่เราอยากรู้หรือสงสัย สามารถสอบถามตัวพี่ Trainer หรือพี่ในตำแหน่งอื่นได้เลย เพราะส่วนใหญ่พนักงานจะค่อนข้างยุ่งกับการดูแลสมาชิกภายในคลับอาจจะไม่ได้มีเวลามานัดเราเพื่อไปสอนขนาดนั้น เนื่องจากเวลาในการทำงานค่อนข้างจะยืดหยุ่นตามตัวสมาชิก ต่อมาคือเราสามารถเรียนรู้หรือลองทำอะไรได้ค่อนข้างอิสระ พยายามลองในสิ่งที่ตัวเองไม่ถนัดเพิ่มเติม

แนะนำสำหรับคนที่ตั้งใจ หรืออยากลองในการเป็น Trainer ที่นี้ค่อนข้างเปิดโอกาสมาก ๆ เราสามารถมีสิทธิ์ในการเข้าไปทำงานได้เลยในช่วงที่ฝึกงานอยู่ ข้อดีคือเราจะได้เรียนรู้ในสภาพแวดล้อมในการทำงานจริง ๆ ประสบการณ์จะได้อย่างเต็มที่ สุดท้ายถือว่าเป็นช่วงเวลาที่ดีในการค้นหาตัวเองว่าเราชอบในสายงานนี้ หรือสายงานนี้เหมาะกับเรารึป่าว ถ้าไม่ชอบมันทำให้เรายังพอมีเวลาในการตัดสินใจในอนาคตได้





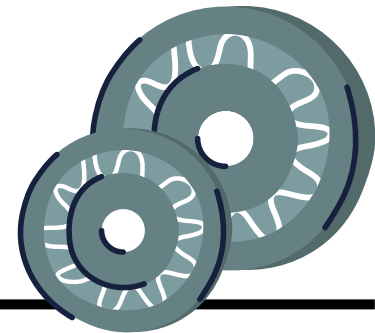
ฝึกประสบการณ์วิชาชีพ

นายชานน ชวนเจริญ

รหัสนักศึกษา: 6430029639

ตำแหน่งที่ได้รับมอบหมาย: TRAINEE

อาจารย์นิเทศก์: ดร.วรพงษ์ คงทอง



บริษัท วี ฟิตเนส จำกัด (WE FITNESS COMPANY LIMITED) สาขาเอสพลานาด รัชดา



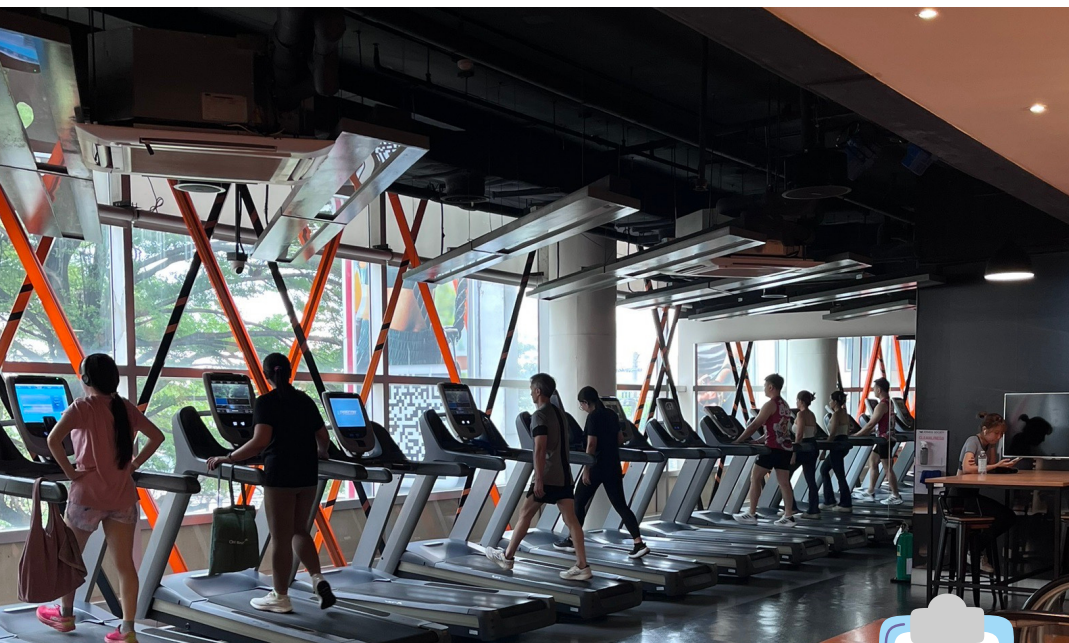
ชั้น M ห้างสรรพสินค้าเอสพลานาด รัชดา



wecare@wefitnesssociety.com



02-059-3939 ต่อ 3

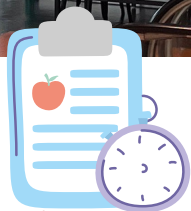


ประสบการณ์ที่ได้รับจากการฝึกงาน

1. เรียนรู้ระบบการทำงานของบริษัท WE Fitness ในแผนก Trainer
2. มีโอกาสทดลองสอนคลาสออกกำลังกาย
3. ปฏิบัติงานบริการลูกค้าแบบตัวต่อตัว (One on One Service)



ประโยชน์จากการฝึกประสบการณ์



1. เข้าใจระบบงานของ *Personal Trainer* และขั้นตอนการบริการลูกค้า
2. ได้ฝึกทักษะการสอนคลาสต่างๆ อาทิ *Group Circuit Strength Training*
3. ได้รับการอบรมเชิงลึกจากบริษัท ในหัวข้อที่เกี่ยวข้อง เช่น
 - กายวิภาคศาสตร์ (*Anatomy*)
 - รูปแบบและท่าทางการออกกำลังกาย
 - ระบบงานภายในองค์กรเบื้องต้น



ข้อเสนอแนะ

บริษัท วี ฟิตเนส จำกัด เป็นสถานประกอบการที่เหมาะสมอย่างยิ่งสำหรับผู้ที่ต้องการพัฒนาทักษะในสายงานเทรนเนอร์อย่างมืออาชีพ โดยเฉพาะผู้ที่สนใจเรียนรู้จากประสบการณ์จริงในสถานการณทำงานจริง

