Симаков Олег Михайлович

Фитнес-тренер

**Дата рождения:** 11.11.1995 г.

**Город:** Москва

**Семейное положение:**  женат

**Телефон:** +7-xxx-xxx-xx-xx

**E-mail:** …@ya.ru

**Образование:**

Среднее профессиональное

2011 – 2014 гг., Колледж физической культуры и спорта Спарта, г. Москва, физическая культура

**Опыт работы:**

|  |  |
| --- | --- |
| **17.09.2014 — по наст. время** |  **«Старт», г. Москва, фитнес-центр** |

**Должность:** фитнес-тренер

**Должностные обязанности:**

1. Проведение консультаций для клиентов центра.
2. Расчет необходимых нагрузок и разработка программы занятий.
3. Проведение индивидуальных и групповых тренировок (силовые упражнения, коррекция фигуры, пилатес, Stretching).
4. Контроль выполнения программы клиентами.
5. Подготовка рекомендаций по правильному режиму дня, питанию.
6. Проведение семинаров по правильному питанию.
7. Участие в днях открытых дверей.
8. Участие в разработке сайта центра и подготовки описания его услуг.
9. Ведение документации и отчетности.

*Причина увольнения: не устраивает оплата труда, неполная загрузка на текущий момент*

**Дополнительная информация:**

**Знание иностранных языков:** английский базовый.

**Владение компьютером:** пользователь

**Навыки:**

1. Знание методик проведения групповых и индивидуальных занятий.
2. навык проведения индивидуальных занятий и групповых тренировок.
3. Знание различных фитнес-методик.
4. Навык консультирования клиентов.

**Личные качества:**

Воспитанность и такт, умение выстраивать коммуникации, отличная речь, харизма, внимание к людям, умение убеждать и мотивировать на изменения, высокая обучаемость.

**Рекомендации с предыдущего места работы:**

Предоставлю по требованию

**Ожидаемый уровень заработной платы:** от 50 000 рублей.