



Контактные данные предоставляются за дополнительную плату. Подробности здесь: <https://www.lucru.md/ro/preturi/cv>

Персональный тренер

Обо мне

Работаю персональным фитнес-тренером и нутрициологом с опытом управления тренажёрным залом. Умею работать с клиентами и их целями. Легко нахожу контакт с людьми, быстро учусь новому, люблю порядок и эффективность. Готов развиваться в сфере, где мои знания и опыт приносят реальную пользу.

Опыт работы

Персональный тренер · Личный бренд ·

Тирасполь

Июль 2019 - Настоящее время · 6 лет 5 месяцев

Обязанности и функции:

Проведение персональных тренировок в тренажёрном зале и онлайн

Подбор тренировочной программы под цели, уровень и состояние здоровья клиента

Ведение клиентов «под ключ»: от стартовой диагностики до контроля питания и восстановления

Работа с клиентами с лишним весом, проблемами спины, суставов, гиподинамией

Ведение отчетности по тренировкам и прогрессу (замеры, фото, контроль веса и самочувствия)

Консультации по питанию и нутрициологической поддержке (без назначения медикаментов)

Постоянное обучение и обновление знаний (научный подход, работа с исследованиями)

Создание обучающего и развлекательного контента по фитнесу и питанию

Ведение соцсетей, привлечение новых клиентов через экспертный и личный контент

Достижения:

Более 80 клиентов успешно достигли поставленных целей (снижение веса, восстановление после травм, улучшение формы)

Высокий уровень удержания клиентов: более 85% работают со мной 6+ месяцев

Повышение лояльности и вовлечённости клиентов за счёт индивидуального подхода и понятного объяснения сложных вещей

- ♀ 29 лет
- ♂ Мужской
- ⌚ Кишинев
- ✉ 12 000 MDL

ТОП Навыки

- **Ориентированность на результат** · 6 лет
- **Стрессоустойчивость** · 6 лет
- **Коммуникабельность** · 6 лет
- **Ведение клиентской базы** · 6 лет
- **Работа с CRM** · 6 лет
- **Обучающие материалы по тренировкам и питанию** · 6 лет

Пожелания

- Полный день
- По сменному графику
- Частичная занятость
- На территории работодателя
- Гибрид (Дом/Офис)
- Разъездная работа

Языки

- **Румынский** · Не знаю
- **Русский** · Родной
- **Английский** · Средний
- **Украинский** · Свободно владею

Навыки

- Консультирование и продажи
- Управление закупками и товарным ассортиментом
- Работа с поставщиками и логистикой заказов
- Документооборот
- Работа с клиентами
- Кассовыми программами
- Google Sheets
- Владение Excel
- Умение работать в команде и самостоятельно
- Обучаемость
- Гибкость

Разоблачение популярных мифов в питании и тренировках в публичном пространстве (Instagram, YouTube, TikTok)
Построена сильная личная бренд-платформа в соцсетях, которая помогает привлекать и удерживать клиентов
Навыки: Ориентированность на результат, Стрессоустойчивость, Коммуникабельность, Ведение клиентской базы, Работа с CRM, Обучающие материалы по тренировкам и питанию, Навыки создания контента, Оценка физического состояния и прогресса клиентов, Составление рационов и рекомендаций по питанию, Реабилитации и противопоказаний к нагрузкам

Персональный тренер · Mart's Fitness ·

Тирасполь

Май 2024 - Сентябрь 2024 · 5 месяцев

Обязанности и функции:

Проведение персональных тренировок в тренажёрном зале и онлайн

Подбор тренировочной программы под цели, уровень и состояние здоровья клиента

Ведение клиентов «под ключ»: от стартовой диагностики до контроля питания и восстановления

Работа с клиентами с лишним весом, проблемами спины, суставов, гиподинамией

Ведение отчетности по тренировкам и прогрессу (замеры, фото, контроль веса и самочувствия)

Консультации по питанию и нутрициологической поддержке (без назначения медикаментов)

Постоянное обучение и обновление знаний (научный подход, работа с исследованиями)

Создание обучающего и развлекательного контента по фитнесу и питанию

Ведение соцсетей, привлечение новых клиентов через экспертный и личный контент

Достижения:

Более 25 (за указанный период) клиентов успешно достигли поставленных целей (снижение веса, восстановление после травм, улучшение формы)

Высокий уровень удержания клиентов: более 85% работают со мной 6+ месяцев

Повышение лояльности и вовлечённости клиентов за счёт индивидуального подхода и понятного объяснения сложных вещей

Разоблачение популярных мифов в питании и тренировках в публичном пространстве (Instagram, YouTube, TikTok)

Построена сильная личная бренд-платформа в соцсетях, которая помогает привлекать и удерживать клиентов

Навыки: Ориентированность на результат, Стрессоустойчивость, Коммуникабельность, Планирование расписания, Ведение клиентской базы, Работа с CRM, Навыки создания контента, Оценка физического состояния и прогресса клиентов, Составление рационов и рекомендаций по питанию, Реабилитации и противопоказаний к нагрузкам

Управляющий тренажёрным залом СССР ·

Fitness Mafia · Тирасполь

Сентябрь 2023 - Февраль 2024 · 6 месяцев

Подбор персонала, их стажировка и консультирование
Организация и поддержка в организации спортивных секций

Закупка спортивного питания, контроль остатков, ведение учёта и документации

Поиск и работа с поставщиками, оформление заказов и контроль логистики

Формирование цен, участие в разработке акций и сезонных предложений

Визуальное оформление витрин, выкладка товара, презентация новинок

Образовательные консультации по нутрициологии и рациону на основе фитнес-целей

Управление ассортиментом зала: закупка тренажёров, мелкого инвентаря, экипировки

Организация работы зала: расписание, персонал, клининг, техническое состояние

Маркетинг и реклама: продвижение зала и продукции через соцсети (Instagram, VK), онлайн-реклама, акции

Ведение учёта: товарооборот, инвентаризация, работа с Excel и внутренними системами

Общение с клиентами, решение спорных ситуаций, повышение качества сервиса

Увеличение продаж спортивного питания за счёт экспертных консультаций и внедрения новых товарных позиций

Оптимизация закупок: снижение складских остатков и рост оборачиваемости продукции

Рост числа постоянных клиентов и повышения их среднего чека

Разработка эффективной системы учёта товара и взаимодействия с поставщиками

Повышение узнаваемости зала в регионе за счёт активной рекламной работы и партнёрских акций

Навыки: Базовые навыки маркетинга, Уверенные коммуникативные навыки и знание техники продаж, Консультирование клиентов по продуктам и составам

Желаемая отрасль

- Спорт / Красота

Образование: Неполное высшее

ПГУ, Тиарсполь

Год окончания: 2015

Факультет: Экономический

Курсы, тренинги

Фитнес-нутрициолог

Год окончания 2020

Организатор: Лицей "Учёный фитнес"

Персональный тренер

Год окончания 2021

Организатор: Лицей "Учёный фитнес"