



# LOWGYM MAIRENA DEL ALJARAFE

MIGUEL GÓMEZ MACÍAS  
2ºA TSEASD



# 1. FUNCIONES Y TAREAS QUE REALIZO

- Recoger la sala y mantenerla ordenada.
- Crear tablas a los clientes que nos lo soliciten.
- Corregir la técnica de ejecución de los movimientos en los ejercicios los clientes que veamos que lo hacen mal.
- Entrar a clases dirigidas para aprender como se imparten (crossfit, yoga, bodypump...)

## 2. CARACTERÍSTICAS PERSONALES, PROFESIONALES Y SOCIALES QUE REQUIERE EL PUESTO

- El puesto requiere de un persona con actitud positiva para ayudar a los clientes, buena comunicación con ellos, empatía, paciencia y capacidad de motivación.
- Debe tener conocimientos técnicos y una formación que le certifique para este puesto.

# 3. CLIENTELA Y HORARIO HABITUAL

- Mi horario siempre ha sido de mañana (7:00 - 14:00) y a esa hora la clientela solían ser personas entre 30 y 60 años, ya que la mayoría de los jóvenes estudian por la mañana.

## 4. OPCIONES DE DESPLAZAMIENTO AL CENTRO DE PRÁCTICAS

- En Metro, ya que está la estación de metro de “Ciudad Expo” justo enfrente del gimnasio.
- También se puede ir en coche y hay 3 parkings:

El del Aljarafe Center (1h. y 30 mins. gratis por ser del gimnasio).

El del Metro (gratis pero se llena muy rápido).

El del Metromar (gratis pero abre a las 9:45).

## 6. ¿CÓMO TE HAS SENTIDO DENTRO DE ESTE ÁMBITO LABORAL?

- Me he sentido muy cómodo, ya que todo este mundo del gimnasio me encanta y también gracias a mis compañeros de trabajo ya que son un grupo de trabajo excepcional.
- Estoy seguro de que he elegido bien mis prácticas ya que me han ayudado a aprender muchísimas cosas que no sabía de este mundo del gimnasio.

# 7. ¿QUÉ ME LLEVO DE MIS PRÁCTICAS?

- Me llevo unos conocimientos increíbles y un aprendizaje extraordinario de como llevar un gimnasio ya que he aprendido de los mejores.
- También me llevo amistades para toda la vida y eso al final es lo más importante.