Образец к статье «Резюме фитнес-тренера» в блоге SVX: svx-fitness.ru/blog/rezyume-fitnes-trenera/. Замените текст в квадратных скобках своими данными, удалите разделы, которые вам не подходят, и уложитесь в одну-две страницы. Фото клиентов «до и после» публикуйте только с их письменного согласия.

[Имя Фамилия]

Персональный фитнес-тренер · [специализация: снижение веса, силовой тренинг, тренировки после травм]

[Город] · [телефон] · [почта] · [Telegram или ссылка на профиль с работами]

Коротко обо мне

[2–3 предложения: сколько лет тренируете, с кем работаете и какой результат даёте.] Например: Персональный тренер тренажёрного зала, 3 года практики. Работаю со взрослыми новичками и клиентами 40+: ставлю технику, веду программу и питание, удерживаю клиентов в среднем [N] месяцев. Ищу работу в клубе с возможностью вести персональные тренировки.

Образование

- [Год] — [Колледж или вуз], специальность «[Физическая культура]», диплом.
- [Год] — Профессиональная переподготовка «[Фитнес-инструктор / Тренер]», [организация], [число] часов, диплом о профессиональной переподготовке.
- [Год] — Повышение квалификации «[Тренировки при болях в спине / Функциональный тренинг]», [организация], [число] часов, удостоверение.
- [Год] — Обучение первой помощи, [организация].

Опыт работы

[Месяц Год] — по настоящее время · Персональный тренер · [Название клуба], [город]

- Веду [N] постоянных клиентов, [N] персональных тренировок в неделю.
- Провожу вводные тренировки новым членам клуба: [N] в месяц, [N] из них покупают пакет.
- Составляю программы на 4–8 недель, контролирую технику, веду замеры и отчёты клиентов.
- [Результат с цифрой: например, средний срок работы клиента со мной — 7 месяцев.]

[Месяц Год] — [Месяц Год] · Тренер тренажёрного зала (стажёр) · [Название клуба]

- Консультировал(а) посетителей в зале, помогал с техникой и настройкой тренажёров.
- Проводил групповые занятия [название программы] [N] раз в неделю.

[Месяц Год] — по настоящее время · Онлайн-тренер, частная практика

- Веду [N] клиентов онлайн: программа, разбор видео техники, ориентиры по питанию.
- Работаю самозанятым, отчёты и оплаты клиентов веду в приложении для тренера.

Навыки

- Составление программ: силовые, на снижение веса, для новичков, для клиентов 50+.
- Постановка техники базовых упражнений и разбор техники по видео.
- Функциональное тестирование, замеры тела, анализ состава тела.
- Ориентиры по питанию для здоровых взрослых: калории, белок, дневник питания.
- Работа с ограничениями по здоровью — при допуске врача.
- Продажа персональных тренировок без давления, удержание клиентов.

Результаты клиентов

[2–3 коротких истории без имён и медицинских обещаний. Фото — только с письменного согласия клиента.]

- Клиентка 45 лет: за 4 месяца минус 7 см в талии, присед с 0 до 50 кг.
- Клиент после перерыва в 10 лет: вернулся к тренировкам 3 раза в неделю, держит ритм 9 месяцев.

Дополнительно

- Языки: [русский — родной, английский — B1].
- [Готов(а) работать в утренние и вечерние смены / по выходным.]
- [Ссылка на профиль или страницу с отзывами клиентов.]