

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой: <https://studservis.ru/otvety-na-bilety/68785>

Тип работы: Ответы на билеты

Предмет: Педагогика

-

3. Почему гость должен выбрать именно TOPSTRETCHING®?
4. Какие студии/клубы являются нашими прямыми конкурентами по району и по сегменту/предоставлениям услуг?
5. История возникновения TOPSTRETCHING®
6. Как возникло авторское направление AEROSTRETCHING®?
7. В каких филиалах и когда проходят тренировки на крышах?
8. Что такое флоатинг? В каких филиалах представлен?
9. Что такое фейбилдинг? Кто его преподаёт в компании?
10. Что такое бизон-вибро? В каких филиалах представлен?
11. В каких филиалах проходят тренировки на крышах?
12. Возможное допустимое опоздание клиента на тренировку?
13. Как должен вести себя тренер, в случае конфликтной ситуации:
14. Кто такой «лояльный клиент»?
15. Что такое сервис? Как вы его видите? Что мы можем сделать чуть больше для клиента?
16. Зачем приходит клиент к нам в студию?
17. Основные мотивы клиента для покупки абонеента?
18. Что продает студия? Услугу или выгоду от услуги? Решение проблемы клиента, его достижение цели?
19. Стандарт на внешний вид Тренера групповых программ?
20. Стандарт на выполнение работ, не входящих в должностные инструкции?
21. Стандарт на поведение в конфликтной ситуации с коллегами?
22. Стандарты на взаимозаменяемость коллег?
23. Стандарт на предложение услуги персонального тренинга?
24. Стандарт на сервис?
25. Стандарт на общение с клиентом во время занятия/Стандарт на проявление внимания и заботы к клиентам во время урока?
26. Стандарт на соблюдение правил безопасности?
27. Стандарт на запрет рекомендаций, несущих вред или значительно повышающих риски здоровью клиента?
28. Стандарт на контроль над выполнением клиентами правил ТБ?

4. Блок вопросов по направлению Школа Шпагата®

Теоретические:

1. Назовите полезные эффекты растяжки.

повышение тонуса подкорковых образований в головном мозге, которое вызывает комплекс реакций в организме (эти реакции схожи с теми, которые возникают после массажа или динамической тренировки); активизирует метаболизм (обмен веществ) в растягиваемых мышцах и соединительной ткани, за счет раздражения нервных окончаний;

растяжка влияет на синтез белков, синтез РНК, репарацию (восстановление) ДНК;

интенсивная растяжка или растяжка, сопровождающаяся болевыми ощущениями, вызывает гормональный ответ, который способствует мобилизации жировых депо; совершенствует координационные способности.

2. Противопоказания к растяжке.

Недавно перенесенные переломы. Приступать к тренировкам до полного и нормального срастания костей недопустимо, поскольку упражнения оказывают воздействие также на них, а не только на мышцы.

Воспалительные заболевания суставов в острой фазе. К занятиям стретчингом можно возвращаться без допускания перенапряжения после того, как обострение пройдет.

Артроз и остеопороз. Воздействие этих процессов на связки и кости очень существенно и до конца не изучено, поэтому требует постоянного врачебного

-

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой: <https://studservis.ru/otvety-na-bilety/68785>