

Perfil del puesto Monitor de Fitness

Ubicación: Colegio Mirasur

Función: Asistente de enseñanza

Reporta a: Coordinador de Gimnasio

Objetivo del puesto

Ofrecer un entrenamiento seguro, efectivo y adaptado a las necesidades individuales, fomentando hábitos sostenibles y un compromiso constante con la salud física y mental.

Responsabilidades clave

- Motivar, animar y acompañar a los clientes para que obtengan el máximo rendimiento de cada entrenamiento y finalicen las sesiones satisfechos.
- Informar y ayudar a los usuarios en el uso del material deportivo, las máquinas de ejercicio y las instalaciones deportivas en general. Asimismo, resolver dudas sobre prácticas y conductas para garantizar una convivencia adecuada entre todos los usuarios.
- Prescribir hábitos saludables. Muchos clientes necesitan orientación en temas relacionados con el deporte, como la alimentación o rutinas diarias para mejorar la calidad de vida. El monitor de fitness debe asesorar a los asistentes, ofreciendo consejos y recomendaciones sobre nutrición, postura corporal, horas de sueño, etc.
- Diseñar y prescribir ejercicio saludable mediante planes de entrenamiento personalizados. El monitor debe estudiar las características del cliente y crear un plan adaptado a sus necesidades, objetivos, habilidades y parámetros de salud.
- Dirigir clases colectivas siguiendo los planes de ejercicio y las coreografías establecidas. Debe adaptar el ritmo al grupo, procurando que realicen ejercicio, se diviertan y se sientan cómodos sin llegar a fatigarse en exceso.

Responsabilidades de protección

- Cumplir con las políticas, procedimientos y el código de conducta en materia de protección.
- Demostrar un compromiso personal con la protección y el bienestar de los estudiantes y compañeros de trabajo.
- Garantizar que cualquier preocupación o incidente relacionado con la protección se comunique adecuadamente, de acuerdo con la política establecida.
- Participar en los cursos de formación sobre protección cuando sea necesario.

Lo que aportarás

Esencial

Habilidades

- Conocimientos técnicos.

Cualificaciones

- Graduado universitario.

Otros

- Compromiso.
- Motivación.
- Empatía.
- Disciplina.

Principales partes interesadas con las que trabajarás

- **Internos:** Coordinador de Gimnasio.
- **Externos:** Familias o Tutores.

Debe ser firmado y fechado por el empleado/a:

Firmado:

Nombre (en letra de imprenta):

Fecha:

COGNITA