



# Persona: Personal

## Certezas

- Conhecimento e experiência na área fitness.
- Adaptação de exercícios de acordo com as necessidades e limitações individuais do cliente.

## Dúvidas

- Como adaptar um programa de treinamento para atender às necessidades do cliente?
- Como motivar os clientes a manterem-se comprometidos com seu programa de exercícios?
- Como diversificar os treinos dos meus clientes para evitar o tédio e garantir progresso contínuo?
- Quais são as últimas tendências e pesquisas esportivas e como posso aplicá-las aos programas dos meus clientes?

# Persona: Personal (Depois)

## Certezas

- Conhecimento e experiência na área fitness.
- Adaptação de exercícios de acordo com as necessidades e limitações individuais do cliente.
- A comunicação é mais importante do que a dinâmica dos treinos, pois a musculação é repetitiva.
- Necessário participação em workshops, eventos e palestras, somado a leituras constante dos estudos na área além de atenção devida ao cliente, olhando para além da estética.
- A adaptação de treinos acontece com estudos e análises caso a caso.



# Persona: Dono de Academia

## Certezas

- Importância do acompanhamento personalizado para ajudar os membros a alcançarem seus objetivos de condicionamento físico.
- Construir um ambiente adequado e saudável.
- Bom relacionamento com os profissionais.

## Dúvidas

- Quais estratégias eficazes para reter membros a longo prazo?
- Onde poder investir, mantendo o custo-benefício?
- O que fazer a respeito das insatisfações dos clientes?

# Persona: Dono de Academia (Depois)

## Certezas

- Bom relacionamento com os profissionais.
- Investimentos em maquinários e melhorias
- Busca de constante evolução na oferta de serviços
- Importância do acompanhamento personalizado para ajudar os membros a alcançarem seus objetivos de condicionamento físico
- Construir um ambiente adequado e saudável.

# Persona: Aluno de Academia

## Certezas

- Conseguir ou manter um bom condicionamento físico.
- Foco em melhorar a saúde.
- Desejo de realizar atividades de lazer.

## Dúvidas

- Tem medo de se lesionar?
- Tem dificuldade em manter a motivação?
- Insatisfação com os treinos, e/ou demora pelas trocas?
- Sempre tem auxílio do profissional quando precisa?
- Consegue realizar todos os exercícios passados?

# Persona: Aluno de Academia (Depois)

## Certezas

- Conseguir ou manter um bom condicionamento físico.
- Foco em melhorar a saúde.
- Desejo de realizar atividades de lazer.
- Possuem medo de se lesionar
- Muitos possuem dificuldade em manter a motivação
- Muitos possuem insatisfação com o treinamento atual
- Alguns sentem vergonha de pedir ajuda ao Personal, e não realizam todos os exercícios