

Roteiro de Briefing — Entrevista com Personal Trainer

Tema: Sistema de Gestão de Academia

Entrevistado: Personal Trainer / Instrutor

Objetivo: Entender a rotina do personal, suas dificuldades e o que ele espera de um sistema que facilite a gestão e o acompanhamento dos alunos.

1. Contexto

1. Há quanto tempo você trabalha como personal ou instrutor de academia?

2 anos

2. Em quantas academias você atua atualmente?

2 academias

3. Você costuma acompanhar quantos alunos por semana?

20 há 25 alunos

4. (Alternativa) Cada aluno tem uma planilha própria, ou você controla tudo num lugar só?

Somente em um lugar

2. Organização e rotina

5. Como você costuma registrar os treinos dos alunos hoje? (papel, celular, planilha, app, WhatsApp...)

Tento organizar em grupo no WhatsApp que só tenha o meu contato

6. Você tem algum método para acompanhar a evolução dos alunos (carga, medidas, frequência)?

Acompanho e tenho noção por conta do registro que faço no próprio WhatsApp

7. (Alternativa) Você enfrenta dificuldades para atualizar ou consultar as informações rapidamente?

Sim, há uma demora pra procurar a “ficha” de cada aluno

3. Uso de sistemas e tecnologias

8. Já usou algum sistema ou aplicativo para ajudar na sua rotina de personal? Qual?

Nao

9. O que achou de positivo e negativo nele?

10. (Alternativa) O que te faria realmente usar um sistema todos os dias?

Se realmente fosse me ajudar na otimização de tempo de busca.

Porque pra ser sincero, personal com uma demanda grande de alunos, procura praticidade.

4. Funcionalidades desejadas

11. Se pudesse ter um sistema perfeito pra te ajudar no trabalho, o que ele teria?

Procuro um sistema que me ajude a achar toda a ficha de um aluno apenas ao pesquisar o nome ou algum número específico do próprio aluno

12. Quais funções seriam mais úteis pra você?

(ex.: cadastro de alunos, histórico de treinos, lembrete de avaliações, controle de pagamentos, chat com aluno)

Historico de treinos, lembrete de avaliações e controles de pagamento

13. (Alternativa) Quais funções você considera desnecessárias ou complicadas?

Acho que algumas funções acabam sendo desnecessárias no sistema. Por exemplo, aquelas avaliações físicas cheias de campos que ninguém usa na prática, e um agendamento de treino muito detalhado que só complica. Na real, a maioria das academias usa algo mais simples, então essas partes acabam só deixando o sistema mais pesado.

5. Comunicação e relacionamento

14. Como você se comunica com os alunos atualmente? (WhatsApp, presencial, app, outro)

Somente WhatsApp ou Instagram

15. Acha que seria útil ter um canal de contato dentro do próprio sistema (mensagens, lembretes, notificações)?

Depende. Ter um canal de contato no sistema até ajuda, mas se for pra funcionar igual ao WhatsApp, onde as mensagens se perdem e ficam lá pra baixo, acaba não sendo tão útil. Pra valer a pena, teria que ter algo bem organizado, tipo notificações claras e mensagens separadas por assunto.

16. (Alternativa) Que tipo de mensagem automática poderia ajudar (lembrete de treino, avaliação, vencimento)?

Todas essas opções seriam de grande ajuda

6. Dores e prioridades

17. Quais são os maiores problemas que você enfrenta na sua rotina com alunos?

Sinceramente, o maior problema é a disposição de cada aluno. Tem dia que eles tão motivados, tem dia que somem ou não rendem nada, e isso acaba atrapalhando o andamento dos treinos.

18. Se pudesse resolver três coisas de imediato, quais seriam?

Resolveria a questão das fichas de treino, porque cada aluno tem um objetivo diferente e isso toma tempo. Também queria que fosse mais fácil achar as cargas do

último treino do aluno. E, por fim, melhorar a organização do acompanhamento deles, pra não ter que ficar caçando informação em vários lugares.

(Alternativa) O que mais te atrapalha na organização dos treinos e horários?

Nesse caso, somente se algum aluno atrasar.

7. Acessibilidade e experiência

20. Você já atendeu alunos com alguma necessidade especial?

Sim. Já atendi alunos com histórico de fraturas em membros e outros com problemas na coluna por algum acidente ou condição anterior.

21. Que tipo de recurso digital ajudaria nesses casos?

Acho que recursos como vídeos explicativos dos exercícios ajudariam bastante, porque mostram a execução certinha. Além disso, ter letras maiores e avisos mais claros no sistema também ajudaria quem tem alguma limitação.

8. Expectativas finais

22. Se existisse um sistema assim, o que faria você recomendá-lo para outros pessoais?

Comentaria com eles, na academia há muita comunicação!

23. (Alternativa) Você toparia testar uma versão simples (protótipo) e dar feedback depois?

Sim

9. Encerramento

24. Posso tirar uma foto rápida da nossa conversa (pra evidência do trabalho)?