

QUẢN TRỊ BÁN HÀNG – BÀI TẬP 2

- Chào anh/chị, hôm nay anh đến Trung tâm California để nhận thẻ tập đúng không ạ?
- Vâng, lúc này anh/chị đi có bị kẹt xe không? Chắc anh/chị đi đường xa lắm. Mình vào ghế ngồi nghỉ một tí nha anh/chị.
- Anh/chị có bị đau họng hay gì không, để em lấy cho mình một cốc nước lạnh nha.

– *Ngồi nghỉ 5 phút* –

- Bây giờ mình bắt đầu đi tham quan nha. Trước mắt anh đây là lồng MMA, khi mà mình muốn tập Kickfit, Kickboxing, Boxing thì mình sẽ tập tại đây. Tiếp theo là khu tập máy Cardio và máy tập các nhóm cơ. Mình lên chạy thử 1 vòng nha anh.
- Các máy tại đây sẽ giúp anh không bị sai động tác khi tập, nếu có máy nào anh không biết sử dụng thì bên em cũng có sắp xếp các anh PT trực tại khu vực này, mình có thể đến nhờ các anh ấy hướng dẫn tư thế và cách tập tối ưu nhất anh/chị nha. Anh có muốn thử chiếc máy này không, những ngày tập Lưng xô em rất thích tập chiếc máy này luôn ấy (*hướng dẫn khách sử dụng máy*).
- Nhìn thẳng về phía trước thì anh sẽ thấy khu vực Free Weight, đây là khu vực để hội viên có thể tập với tạ với mức khối lượng tùy ý anh sắp xếp. Các khối tạ luôn được sắp xếp ngay ngắn, đúng thứ tự để thuận tiện cho việc tập luyện của hội viên.
- Đi dọc hành lang thì anh sẽ thấy khu vực thảm cỏ trải dài, đây là khu vực Free Training. Bên em có chuẩn bị sẵn các tấm thảm và các dụng cụ tạ, bóng và dây để mình có thể tập các bài tập hỗ trợ, anh cũng có thể thấy đang có các PT hướng dẫn hội viên tập các bài tập hỗ trợ nhóm cơ. Các bài tập này vô cùng quan trọng, giúp anh khởi động cơ bắp, tránh tình trạng chuột rút, giúp cơ bắp anh được vận động đều hơn, cơ bắp anh sẽ tròn đẹp hơn.
- Ở bên kia cửa kính là khu vực Yoga, theo như lịch lớp bên em dán ở đây thì các lớp tập bên em đều sẽ do các thầy Yogi người Ấn Độ dạy, các thầy ở đây được đào tạo bài bản với các chứng chỉ quốc tế, và cứ vài năm thì bên em sẽ yêu cầu các thầy phải đi học để đảm bảo là các thầy vẫn đủ điều kiện để dạy Yoga cho hội viên. Bên cạnh Yoga Lounge là quầy khăn bên em. Đối với các hội viên từ hạng thẻ Platinum trở lên, thì cứ mỗi lần checkin anh/chị sẽ được nhận 1 set khăn, bao gồm khăn tắm để mình có thể sử dụng khi đi tắm và xông hơi, còn khăn nhỏ thì sử dụng để lau mồ hôi trong lúc tập anh/chị nha.
- Ở cuối hành lang là khu vực phòng vệ sinh, ở California tại em có chuẩn bị sẵn cho anh chị các tủ tập cá nhân, khi đi tập anh chị lưu ý mang theo ổ khóa cá nhân để bảo quản tài sản của mình, trong phòng vệ sinh tại em cũng có bố trí các cô/chú bảo vệ, nếu có thắc mắc gì thì mình cũng có thể hỏi cô/chú anh/chị nha, bước qua cánh cửa này chúng ta sẽ đến khu vực phòng vệ sinh, phòng tắm và phòng xông hơi. Phòng vệ sinh bên em có để sẵn xà bông tắm cho hội viên sử dụng, vòi nước bên em cũng có chế độ nóng lạnh luôn anh/chị nha. Phòng xông hơi bên em có 2

loại, phòng xông hơi nước và phòng xông hơi khô, khi dùng phòng xông hơi thì anh chị lưu ý để đồ đạc cá nhân bên ngoài. Bình thường em xông hơi thì sẽ tắm nước nóng trước, khi mà mình đã sạch rồi thì em sẽ sử dụng phòng xông hơi khô. Ở trong đó thì mồ hôi của anh/chị ra sẽ là mồ hôi sạch, và mình chỉ cần dùng khăn tắm lau rồi đi về thôi. Anh chị lưu ý giúp em là sau khi xông hơi không được tắm lại bằng nước lạnh nha, mình sẽ rất dễ bị cảm lạnh.

- Ra ngoài đi tiếp thì anh chị sẽ thấy khu vực tập luyện của hội viên VIP. Bên em có các hạng thẻ cao cấp như Centuryon, Iconic, từ hạng thẻ Centuryon trở lên thì sẽ là hội viên VIP bên em, và các hội viên VIP sẽ được sử dụng vân tay để ra vào khu vực này.
- Kế tiếp là khu vực tập luyện theo nhóm, bên em chia các bài tập nhóm thành 3 dạng: Đạp xe, Group-X và Dance, và trước mắt chị là 3 phòng dành cho 3 loại bộ môn này.
- Đi này giờ cũng mỏi chân rồi, bây giờ mình quay lại chỗ cũ ngồi nghỉ một tí rồi em sẽ mời một anh PT sắp xếp lộ trình tập luyện và hướng dẫn mình cách tập nha anh/chị.
- Mình đi đo InBody nha anh/chị, sau khi đo máy này xong thì anh chị sẽ biết được khối lượng cơ/mỡ của mình là bao nhiêu, và cho mình thấy làm sao để đạt được mức cân nặng tối ưu.

– PT tư vấn cho khách về cách ăn uống – tập luyện –

- Lúc này em có sắp xếp anh Kevin hướng dẫn cho anh chị, anh Kevin làm PT lâu rồi, chắc phải hơn 7 năm rồi, anh đang làm Giám sát bộ phận PT bên em. Lúc này anh Kevin hướng dẫn cho anh chị có cụ thể không, anh chị mà còn thắc mắc gì thì cứ nhắn zalo cho em nha.
- Vâng mình đi này giờ chắc cũng mệt lắm rồi. Vừa hay em cũng đang trong giờ nghỉ giải lao, hay mình đi ăn chung luôn nhỉ, em biết ở dưới có một tiệm hoành thánh ăn ngon lắm.
- Vâng vậy mình đi thôi.

[LINK VIDEO ĐÂY A](#)