

# Tatjana Baranova

[taty.freid@gmail.com](mailto:taty.freid@gmail.com)

+371 26826027

in russian (native), english, latvian

## Кто такая?

- Фитнес тренер
- Дипломированный психолог
- И приятный в общении человек

## Что умеет?

- Использую **тренерский опыт** и **знания психологии** в работе с людьми. Коммуникабельна, нахожу индивидуальный подход к людям.
- Если я что-то делаю, то ответственно **довожу начатое** до логического завершения
- Нормально работаю **с компьютером и его программами** (Office, редакторы, настройки). Легко обучаюсь новому.
- **photoshop**: простое редактирование фотографий или картинок



## Как работает?

- Энергичная
- Я знаю что можно достичь большого результата небольшими шагами
- К любым сложностям отношусь с позитивом
- Когда передо мной стоит задача, которая меня пугает (не понимаю её), то сначала я справляюсь со своим страхом, затем берусь за задачу
- Усидчивая. не сложно заниматься по долгу рутинной работой
- В роли ведущего я не теряю контроль над ситуацией
- В роли ведомого не отвлекаюсь и соблюдаю правила
- Легко беру инициативу в свои руки

## Опыт

- 8 лет работаю в сфере фитнеса. Индивидуальные тренировки, групповые занятия, семинары. Как самозанятое лицо или в фитнес центрах.
- Большинство моих деловых отношений построены на экстренной помощи. Я всегда отзывалась на просьбы и давала быстрый ответ.
- Чаще всего я исполняла роль помощника/ассистента в малом бизнесе. Например:
  - Менеджер в ресторане грузинской кухни. Помощь в открытии и во время работы.
  - Помощник бухгалтера (без углубления в специфику)
  - Была в команде аниматоров, где отвечала за физическую подготовку. Подготавливала план и была ответственной за проведение тренировок.
- Никогда не боялась работать как с большой группой людей, так и индивидуально
- Работала как самозанятое лицо и объединила небольшой коллектив.

## Формальности

- Водительские права В-категории.
- Свободное общение на русском, латышском и английском языках
- Бакалавр психологии (Даугавпилский университет)
- Сертификат фитнес-инструктора по аэробике и пилатес-йога (Pi-Yo)
- Латвийское гражданство (EU)

## Что хочет?

- Интересует перспектива роста. Как зарплаты, так и моего личностного развития
- Хочу иметь возможность применять свои навыки
- Стабильный и предсказуемый рабочий график
- Хочу знать что надо делать, и как делать
- И знать, что надо делать, если я чего то не знаю