

PIYAWAT THANOM

ABOUT ME

ผมสำเร็จการศึกษาด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา และผ่านการทำงานด้านฟิตเนสมาเป็นระยะเวลา 1 ปี 3 เดือน มีประสบการณ์ในการส่งเสริมสุขภาพ มีความสามารถในการสื่อสารที่ดี เคยเป็นวิทยากรในการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อเลี้ยง ออฟฟิศซินโดรม ผมกำลังมองหางานที่มั่นคง สามารถนำประสบการณ์จากการเป็นผู้ฝึกสอนออกกำลังกายมาใช้ประโยชน์ได้อย่างเต็มที่ และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้ร่วมงานกับทาง คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

Experience

Fitness First Hatyai

Jan 2022- March 2023 ผู้ฝึกสอนออกกำลังกาย
แนะนำการออกกำลังกายที่ถูกต้องกับเป้าหมายแก่สมาชิก
สอนการออกกำลังกายแบบตัวต่อตัว สอนออกกำลังกายแบบกลุ่ม
ดูแลความสะอาดพื้นที่และอุปกรณ์ออกกำลังกายให้พร้อมใช้งาน
เสนอโปรแกรมออกกำลังกายแบบตัวต่อตัวแก่สมาชิก
ทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและประชาสัมพันธ์กิจกรรมของบริษัท

Fitness First

Dec 2020 - April 2021 ฝึกประสบการณ์วิชาชีพ
เรียนรู้การทำงานในรูปแบบฟิตเนส หลักการในการออกกำลังกาย
การออกแบบโปรแกรมออกกำลังกายเพื่อให้สอดคล้องการเป้าหมายของสมาชิก การทำงานร่วมกันเป็นทีม การให้บริการที่ดี

Education

THAKSIN UNIVERSITY

2017-2021

คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา
สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา




Skills


- Weight training
- สอนโยคะพื้นฐาน
- Group fitness exercises
- Microsoft office
- ทำสื่อ Multimedia เพื่อประชาสัมพันธ์

Contact

 ปิยะวัฒน์ ถนอม

 098-019-5856

 trapit.1p@gmail.com

 หอพักสุขสมบุญ 237 ม.3 ถนนทุ่งรี
ต.คอหงส์ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา