



## KUNTOSALI

### Lämmittely

Käytkö kuntosalilla?

Miksi?

Missä?

Kuinka usein?

Mitkä asiat ovat tärkeitä, kun valitset kuntosalin?

Mitkä asiat harmittavat?

Mitä teet, jos joku ei toimi hyvin?

Mitä kuntosaleja tiedät? Millaisia ne ovat?

Mitä varusteita tarvitset, kun kuntoilet?

### Dialogit

- A. Kysy kuntosalin palveluista.
- B. Osta kortti kuntosalille.
- C. Irtisano kuntosalin sopimuksesi. Miksi irtisanot sen?
- D. Varaa aika Personal Trainerille
- E. Kysy jostakin kuntosalin palvelusta. Mistä?

### MALLI

#### B. Kuntosalilla

- Moro!
- Moro! Mitäs..... ?
- No mä haluaisin alkaa käymään kuntosalilla, mut mitä vaihtoehtoja teillä on?
- Sä voit tulla kokeilemaan ilmaiseksi, mutta jos haluat jäsenyyden, sun pitäs ostaa tää kortti. Se on 67€ kuukausi.
- Tai sit jos otat vuoden jäsenyyden, mulla on sulle hyvä tarjous, 49€ ensimmäinen kuukausi ja siihen saa personal trainerin yhden kerran kaupan päälle.
- Jaa? Onko teillä ryhmäliikuntatunteja myös?
- Joo, on meillä. Joka iltapäivä on 1-4 erilaista tuntia ja kaikki sisältyy sun kuukausikorttiin.
- Okei. Mut on toi 67€/kuukausi aika paljon. Onko teillä halvempia vaihtoehtoja?
- Mihin aikaan sä pääset salille? Jos pääset aamulla, miellä on päiväkortti kello 6 ja 14 välillä 52€ kuukausi.



## KUNTOSALI

- Tai sitten pelkkä salikortti ilman ryhmäliikuntatunteja, se olis 54€ / kuukausi. Käviskö joku niistä sulle?
- No joo, ite asiassa mä pääsen parhaiten aamulla. Se on hyvä Onko teillä aamulla jotain ryhmäliikuntatunteja?
- No joo on...tiistaina ja torstaina on stretching. Ja sitten jos pääset viikonloppuna silloin on useampi tunti.
- No joo, toi päiväkortti kuulostaa hyvältä. Kuinka pitkäksi aikaa mä sitoudun, jos otan sen?
- Se on vuoden sopimus.
- Okei, mä otan sen.
- Selvä! Allekirjoita soppari tähän, niin saat kortin heti ja mä voin tulla näyttään sulle vähän paikkoja! - Joo, se sopii tosi hyvin! Mulla on vaatteet mukana.

## Tilannetehtävät

1. Haluat asiakkaaksi, kysyt sopimuksista.
2. Haluat ilmaisen kokeilukerran.
3. Haluat tutustumiskäynnin ystävälle.
4. Haluat alkaa käydä ryhmäliikuntatunneilla myös.
5. Haluat treeniohjelman.
6. Haluat naisten / miesten kuntosalin erikseen.
7. Haluat infrapunasunaan kuntosalin jälkeen.
8. Haluat hierontaa.
9. Sinun kortti ei toiminut eilen illalla ovenlukijassa.
10. Haluat irtisanoa sinun sopimuksen, koska et ole tyytyväinen.
11. Kysyt neuvoa tai teet valituksen.
12. Joku paikka on likainen, valitat.
13. Jokin laite (mikä?) on rikki tai huonossa kunnossa, valitat.
14. Muuta? Mitä?



## KUNTOSALI

### Mielipide / Kertominen

- A. Kuntosalilla käyminen on hyvä asia, mutta se on kamalan tylsää. Keksi vähintään 10 hyvää selitystä, miksi et halua mennä kuntosalille.
- B. Unelmieni kuntosali tai urheilupalvelu.
- C. Kamala kuntosalikokemus. Ei enää koskaan!
- D. Tästä syystä tykkään käydä kuntosalilla.
- E. Hyvä kuntosaliohjelma. Minun vinkkini sinulle.
- F. Haluatko laihtua? Näin se onnistuu!
- G. Fitness-urheilu. Hyvä vai huono laji?
- H. Ravinteet ja kuntoilu. Mitä pitäisi syödä / käyttää, jos urheilee paljon. Miksi?
- I. Minun tapani kuntoilla. Se, mikä sopii toiselle, ei sovi minulle 😊
- J. Kuntosalit vertailussa. Miksi minun valintani on paras?
- K. Minun suosikkidieettini