



bizimodu
osasungarrien
sustapena

ATHLON KUDEAKETA



2020KO APIRILA



#ETXEANLANEAN

ZER EGIN DUGU?



Athlon kudeaketa ez da geldi
egon, eta hemen aurkezten dugu
egin dugun lanaren eta sortu
ditugun edukien laburpena.

ZELAN EGIN DUGU?

Langileen osasuna errespetatuz, etxetik eta modu birtualean egin ditugu hainbat eta hainbat lan. Horretarako, prozedura batzuk adostu genituen langileekin batera, guztien parte-hartzea bermatzeko eta beraien inplikazioa sustatzeko. Konpromiso ikaragarria erakutsi dute, eta oso pozik gaude Athlon Kudeaketan dugun lan taldearekin!

LABURPENEA

	MOTA	HELBURUA	MAIZTASUNA
BILERAK	AZALPEN BILERA	Langileei egoeraren berri eman, lan baldintzak azalduz eta jarduteko oinarriak finkatuz	Hilabetero
	KOORDINAZIO BILERA	Proposamen berrien diseñua egin eta langileen artean lan funtzio berriak banatu	Astero
	JARRAIPEN BILERA	Astero markatutako koordinazio bileretatik eratorritako funtzio eta helburuen jarraipena egin, behar izanez gero lana berregituratuz	Astero
FORMAZIOAK* *eman ditugun formazio batzuk jarri ditugu, konparazio batera.	IGERIKETA SAIOETARAKO EDUKIAK	Zelan eman saioak eta zelan egituratu berrikastea	Astero 5 egiten dira, eta hurrengo egunean erabilitako aurkezpena partekatzen dugu
	TELEFONOA NOLA ERANTZUN	Bezeroaren arretarako azalpenak ematea	
	KOMUNIKAZIO BALIABIDEEN ERABILPENA	Kiroldegiko edozein lanpostutan izan beharreko jarrerak ezagutzea	
	JARDUERETARAKO JARRERA DEKALOGOA	Jardueretan monitoreek izan beharreko balioak berrikastea	
	INTELGENTZIA EMOZIONALA	Norbere burua eta buruarekin zelan jokatu ezagutzea	
	FITNESS GELAKO AHOLKULARITZA	Zelan proposatu edukiak etxeko fitnesserako ezagutzea	
	HIIT AKUATIKOA	Igerilekurako intentsitate altuko ariketak ezagutzea	
	IKASTARoen EBALUAZIO SISTEMA MANTENUKO PERTSONALAK BEZEROARI ARRETA	Zelan ebaluatu behar den berrikastea Mantenukoak habildade sozialetan ahalduntzea	
TXOSTENAK	ARIKETA FISIKOA ETA PATOLOGIAK	Patologiak ezagutu eta ariketa fisikoa zelan egin aholkatzea	Astero 5 egiten dira, eta hurrengo egunean erabilitako aurkezpena partekatzen dugu
	JARDUERETAKO BEROKETA TXOSTENAK	Jarduera bakoitzeko beroketa espezifikoa garatzea izan da helburua.	
	HELDUENTZAKO OINARRIZKO ARIKETAK +60	Etxean dauden eta interneteko baliabideetatik gozatu ezin duten pertsonentzat, jarduera fisikoa modu osasuntsu batetan egiteko aukera helaraztea izan da helburua.	
CHALLENGE-AK	ETXEAN ZIRKUINTUAN LANTZEKO ARIKETAK	Herritaren gehiengoarentzat egokia izan daitekeen etxean egin ahal izateko indar zirkuitu bat gauzatu eta helaraztea izan da helburua.	Astero 5 egiten dira, eta hurrengo egunean erabilitako aurkezpena partekatzen dugu
	JARDUERA FISIKOA ARDATZ DUTEN ERRONKAK	Gure sare sozialak elikatu bezeroekin hartu-eman sortarazten duten erronka dibertigarriak proposatuz	

EMAITZA KUANTITATIBOAK

Etxeanlanean

Herria	Zer gai?	Bideo ikustaldiak	Valores
		Zenbat ikustaldi guztira?	Zenbat ikustaldi bataz beste?
Aramaio	CORE	143,00	47,67
	GAP	511,00	85,17
	PILATES	418,00	83,60
Aretxabaleta	AKTIBAZIOA	169,00	169,00
	CARDIO BOX	140,00	140,00
	CIRCUIT	472,00	157,33
	CORE	981,00	490,50
	GAP	340,00	340,00
	HIIT	313,00	156,50
	HIPOPRESIBOAK	740,00	370,00
	PILATES	875,00	437,50
	STRETCHING	240,00	240,00
	TRX	223,00	74,33
Elorrio	ZUMBA	633,00	316,50
	AEROBIC	137,00	68,50
	GAP	105,00	105,00
	INDAR ARIKETAK (BODY PUMP)	222,00	111,00
	KARDIO MUSIKATUA	242,00	60,50
	PILATES	63,00	63,00
	SPINNING	129,00	129,00
	ZUMBA	334,00	83,50
	GAP	556,00	556,00
	LEGUTIOFIT	206,00	103,00
Legutio	MUAYTHAI	41,00	41,00
	MUGITUZ BIZI	58,00	58,00
	PALA OCIO	40,00	40,00
	PILATES	2.427,00	809,00
	RETOS	221,00	221,00
	YOGA	107,00	107,00
	ZUMBA	1.526,00	1.526,00
Suma total		12.612,00	206,75

Zuzeneko feedback-ik jaso ez dugun arren, bideoetako ikustaldiak eta okindegitan banatutako txostenak agortu eta gehiago eskatzeko deitzeak, feedback kualitatiboki positiboak direla dakigu.

EMAITZA KUALITATIBOAK





ONDORIOAK



Proposatutako edukiek izan duten arrakasta itzela izan da. 15-20 egunetan, 12612 ikustaldi izan dituzte gure bideoek Aretxabaleta, Legutio, Aramaio eta Elorrion. Eta, batez beste, bideo bakoitza 207 aldiz ikusi dute bezeroek. Hortaz, zorionak gure lankideei egindako lanarengatik. Elorrio eta Aretxabaletako okindegietan banatutako txostenek ere arrakasta bikaina izan dute, eta horretan jarraituko dugu!

Honekin guztiarekin ondorioztatzen dugu maiatzerako aurrerapauso bat eman behar dugula. Athlon kooperatibako proposamen guztiak klik bakarrean jarriko ditugu, eta gaur egun egiten ditugun zuzeneko emankizunak gure kiroldegietako erabiltzaileentzat ere jarriko ditugu ikusgai eta gozagarri.

#Etxeanlanean