

# Obsluha fitness centra

Obsluha fitness centra zajišťuje provoz fitness centra, obsluhuje posilovací stroje, poskytuje poradenství v oblasti zdravého životního stylu a skladuje, eviduje a prodává doplňky stravy.

<b>Odborný směr:</b>	Pohostinství a cestovní ruch
<b>Kvalifikační úroveň:</b>	Střední vzdělání s výučním listem tříleté
<b>Alternativní názvy:</b>	Obsluha fitnesscentra, Obsluha sportovního střediska, Obsluha cvičebních strojů, Betreiber eines Fitnesscenters, Fitness center operator
<b>Regulovaná jednotka práce:</b>	Ne

## Pracovní činnosti

- Organizace a řízení provozu fitness centra.
- Obsluha a údržba posilovacích strojů.
- Poskytování poradenství o způsobu cvičení na různých druzích posilovacích strojů.
- Poskytování poradenství v oblasti zdravého životního stylu včetně zdravé výživy, doplňků stravy a pitného režimu.
- Vysvětlení a předvedení posilovacích cviků, včetně techniky provedení pohybu a korekce nesprávného provedení.
- Analýza držení těla v polohách a pohybech a analýza pohybových stereotypů pro potřeby posilovacích forem cvičení.
- Dozor nad návštěvníky fitcentra v souladu se schváleným provozním řádem.
- Vedení provozního deníku vč. záznamu o úrazech a péče o stav lékárničky.

## CZ-ISCO

- 51690 - Pracovníci v oblasti osobních služeb jinde neuvedení
- 5169 - Pracovníci v oblasti osobních služeb jinde neuvedení

## Hrubé měsíční mzdy podle krajů v roce 2020

Pracovníci v oblasti osobních služeb jinde neuvedení (CZ-ISCO 5169)

Kraj	Mzdová sféra			Platová sféra		
	Od	Medián	Do	Od	Medián	Do
Karlovarský kraj	18 538 Kč	20 740 Kč	23 835 Kč	-	-	-
Olomoucký kraj	17 805 Kč	22 604 Kč	31 433 Kč	-	-	-

## Hrubé měsíční mzdy v roce 2020 celkem

CZ-ISCO		Medián za ČR celkem	
CZ-ISCO	Název podskupiny	Mzdová sféra	Platová sféra
5169	Pracovníci v oblasti osobních služeb jinde neuvedení	19 773 Kč	25 496 Kč

## ESCO

Kód podskupiny	Název podskupiny v ESCO	URL - podskupiny v ESCO
5169	Pracovníci v oblasti osobních služeb jinde neuvedení	<a href="http://data.europa.eu/esco/isco/C5169">http://data.europa.eu/esco/isco/C5169</a>

## Pracovní podmínky

WorkUnitTypeEnum.1

101018

Název	1	2	3	4
Zátěž hlukem	x	x		
Celková fyzická zátěž		x		
Zátěž trupu a páteře s převahou statické práce (manipulace s břemeny)		x		
Duševní zátěž	x	x		
Zvýšené riziko úrazu pracovníka		x		
Pracovní doba, směnnost		x		
Zátěž teplem	x			
Zátěž chladem	x			
Zátěž vibracemi	x			
Zátěž prachem	x			
Zátěž chemickými látkami	x			
Zátěž invazivními alergeny	x			
Zátěž biologickými činiteli způsobujícími onemocnění	x			
Zátěž ionizujícím zářením	x			
Zátěž neionizujícím zářením a elektromagnetickým polem včetně laserů	x			
Zraková zátěž	x			
Lokální zátěž - zátěž malých svalových skupin	x			
Lokální zátěž jemné motoriky	x			
Zátěž prací v omezeném nebo uzavřeném prostoru	x			
Zátěž prací v nevhodných pracovních polohách	x			
Práce ve výškách	x			
Zvýšené riziko obecného ohrožení	x			

## Legenda:

- 1. Stupeň zátěže (minimální zdravotní riziko)  
Faktor se při výkonu práce nevyskytuje nebo je zátěž faktorem minimální, vliv faktoru je ze zdravotního hlediska nevýznamný.
- 2. Stupeň zátěže (únosná míra zdravotního rizika)  
Ze zdravotního hlediska je míra zátěže faktorem únosná, nepřekračuje limity stanovené předpisy, vliv faktoru je akceptovatelný pro zdravého člověka.
- 3. Stupeň zátěže (významná míra zdravotního rizika)  
Úroveň zátěže překračuje stanovené limitní hodnoty expozice (zátěže), na pracovištích je nutná realizace náhradních technických a organizačních opatření, nelze vyloučit negativní vliv na zdraví pracovníků.
- 4. Stupeň zátěže (vysoká míra zdravotního rizika)  
Úroveň zátěže vysoce překračuje stanovené limitní hodnoty expozice, na pracovištích musí být dodržován soubor preventivních opatření, častěji dochází k poškození zdraví.

## Kvalifikace k výkonu povolání

## Školní vzdělání

Nejvhodnější školní přípravu poskytují obory:

Typ	Název	Kód
RVP	Provozní služby	69-54-E/01

Vhodnou školní přípravu poskytují také obory:

Typ	Název	Kód
KKOVTypeEnum.1	Střední vzdělání s výučním listem	xxxxH
KKOVTypeEnum.1	Střední vzdělání s maturitní zkouškou	xxxxL
KKOVTypeEnum.1	Provoz služeb	6953
KKOVTypeEnum.3	Provoz služeb	6953H003

## Kompetenční požadavky

### Odborné dovednosti

Kód	Název	Úroveň 1-8	Vhodnost
l24.E.2023	Zajišťování bezpečnosti a ochrany zdraví návštěvníků fitness centra	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
k21.C.7015	Poskytování první pomoci	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
k12.C.2302	Nákup, skladování, evidence, prodej a likvidace doplňků stravy	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
i31.D.8202	Vedení provozního deníku vč. záznamů o úrazech a péče o stav lékárníčky	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
h44.A.5022	Provádění úklidu provozu podle dezinfekčního řádu	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31.E.4500	Obsluha posilovacích strojů	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
h44.C.1001	Poskytování rad a informací zákazníkům o nabízeném zboží a službách a jejich cenách	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
h42.C.1914	Poradenství v oblasti zdravé výživy, pitného režimu a doplňků stravy ve fitness	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
k11.D.6043	Analýza držení těla v polohách a pohybech a analýza pohybových stereotypů pro potřeby posilovacích forem cvičení	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
m31.C.6011	Vysvětlení a předvedení posilovacích cviků, včetně techniky provedení pohybu a korekce nesprávného provedení	3	CompetenceSuitabilityEnum.2

Popisy úrovní naleznete zde: [https://nsp.cz/downloads/Priloha\\_c2\\_manualu.pdf](https://nsp.cz/downloads/Priloha_c2_manualu.pdf)

## Odborné znalosti

Kód	Název	Úroveň 1-8	Vhodnost
k11._.0007	první pomoc	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
k12._.0080	zdravý životní styl	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
k12._.0099	hygienické předpisy	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
h42._.0001	služby fitness a zdravého životního stylu	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
k11._.0030	anatomie, fyziologie a patofyziologie člověka	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
l24._.0018	bezpečnost práce a požární ochrana	3	CompetenceSuitabilityEnum.2
h42._.0004	provozní řád a bezpečnostní předpisy provozního zařízení	3	CompetenceSuitabilityEnum.2

Popisy úrovní naleznete zde: [https://nsp.cz/downloads/Priloha\\_c2\\_manualu.pdf](https://nsp.cz/downloads/Priloha_c2_manualu.pdf)

## Obecné dovednosti

Kód	Název	Úroveň 0-3
b01	Počítačová způsobilost	1
b02	Způsobilost k řízení osobního automobilu	0
b03	Numerická způsobilost	1
b04	Ekonomické povědomí	0
b05	Právní povědomí	1
b06	Jazyková způsobilost v češtině	2
b07	Jazyková způsobilost v angličtině	0
b08	Jazyková způsobilost v dalším cizím jazyce	0

Popisy úrovní naleznete zde: [https://nsp.cz/downloads/Priloha\\_c10\\_manualu.pdf](https://nsp.cz/downloads/Priloha_c10_manualu.pdf)

## Digitální kompetence

Kód	Název	Úroveň 1-4
1.1	Prohlížení, vyhledávání a filtrování dat, informací a digitálního obsahu	2
4.4	Ochrana životního prostředí	1
4.2	Ochrana osobních dat a soukromí	1
4.1	Ochrana zařízení	1
2.3	Spolupráce prostřednictvím digitálních technologií	2

## Digitální kompetence

Kód	Název	Úroveň 1-4
2.2	Sdílení prostřednictvím digitálních technologií	2
2.1	Interakce prostřednictvím digitálních technologií	2
1.3	Správa dat, informací a digitálního obsahu	1
1.2	Hodnocení dat, informací a digitálního obsahu	2
5.1	Řešení technických problémů	2

Popisy úrovní naleznete zde: [https://nsp.cz/downloads/Priloha\\_c15\\_manualu.pdf](https://nsp.cz/downloads/Priloha_c15_manualu.pdf)

## Měkké kompetence

Kód	Název	Úroveň 0-5
2.1	Kompetence k efektivní komunikaci	3
4.5	Kompetence k samostatnosti	3
4.2	Kompetence k plánování a organizování práce	2
1.4	Kompetence ke zvládnání stresu a zátěže	3
3.3	Kompetence k objevování a orientaci v informacích	2

Popisy úrovní naleznete zde: [https://nsp.cz/downloads/Priloha\\_c9\\_manualu.pdf](https://nsp.cz/downloads/Priloha_c9_manualu.pdf)

## Zdravotní podmínky

### Onemocnění omezující výkon povolání

- Duševní poruchy
- Těžká, prognosticky závažná onemocnění oběhové soustavy
- Osoby s kardiostimulátorem
- Onemocnění oběhové soustavy
- Nemoci cév a nervů horních končetin
- Chronická onemocnění dýchacích cest s poruchou funkce včetně alergických onemocnění a těžších funkčně významných deformit hrudníku
- Onemocnění oběhové soustavy s funkčním omezením
- Onemocnění končetin s poruchou funkce včetně poúrazových stavů

### Onemocnění vylučující výkon povolání

- Záchvatovitě a kolapsové stavy
- Závažná degenerativní a zánětlivá onemocnění pohybového systému
- Závažná onemocnění páteře
- Závažná onemocnění pohybového a nervového systému, omezující jemnou motoriku a koordinaci pohybů
- Nemoci pohybového systému, omezující pohyblivost a svalovou sílu

Přesné posouzení zdravotního stavu s následným doporučením nebo nedoporučením výkonu tohoto povolání je možné pouze po konzultaci s lékařem.