# 健身房内部工作总结(精选34篇)

来源：网络 作者：空山新雨 更新时间：2025-03-18

*健身房内部工作总结1认真贯彻《学校体育工作条例》，牢固树立“健康第一”的指导思想，扎扎实实地从每一个细节入手、抓普及、促提高、精雕细琢，使我校武术健身操的整体水平再上一个台阶。>一、提高认识、突出地位；我校全体师生在对武术健身操的认识上都达...*

**健身房内部工作总结1**

认真贯彻《学校体育工作条例》，牢固树立“健康第一”的指导思想，扎扎实实地从每一个细节入手、抓普及、促提高、精雕细琢，使我校武术健身操的整体水平再上一个台阶。

>一、提高认识、突出地位；

我校全体师生在对武术健身操的认识上都达到共识。武术健身操的质量不仅能够反映一个学校常规教育的扎实程度，更能体现一个学校学生的精神面貌，从一个侧面还能体现出学生的健康状况。对此，我校上到校长、下到每一个学生都对此有个清醒的认识。学校在每学期都会举行一次广播操评比，平时都有严格的检查、抽查制度。为了更好地开展广播操，我校成立了专门机构：

组长：陈智敏校长副组长：徐万兴

成员：各年级级组长、班主任、全体体育老师

>二、周密部署、狠抓落实；

为抓好广播操的学习，校领导认真研究、周密部署，从人员上、时间上保证学生进行学习提高。

（一）、人员保证

我校共有班级20个，专职体育教师5人，主抓各班的广播操学习，我校还进行了班主任，各科任老师武术健身操学习，要求全体老师必须会做武术健身操，并且规定全体班子成员、班主任每天出操必须及时到位。到位后的任务就是辅助体育老师对学生进行广播操细节的纠正，这从师资上保证了落实力度。

（二）、时间保证

我校针对实际情况，研究制定出了一套方案，从时间上保证了广播操的质量。

第一阶段：纠正和复习阶段。

《武术健身操》节奏明快、幅度变化大，很多同学不能很好地把动作做到位，而且力度也不够，我校把第一阶段的纠正和复习工作做为重点，利用体育课和集体出操的时间，进行逐节推敲分解、定位，不放过每个有疑问的细节。每一节操、每一个动作都纠正到全校同学整齐划一为止。

第二阶段：测评和巩固阶段。

如果说第一阶段是基础，那么第二阶段则是关键，第二阶段是对第一阶段成绩的巩固和定型。我们在集体复习的基础上开展班级测评，让每位学生都能熟练掌握，正确认识自己的动作到位程度、动作的力度、动作的准确程度，锻炼每一位同学都能认真练习武术健身操，利用学生的集体主义荣誉感进行自我促进，也收到了很好的效果。

第三阶段：互评阶段。

在一系列的复习、巩固和测评后，我们见时机已经成熟，便开始分年级交叉评分，由体育老师交叉对各年级各班学生出操情况进行评分，每一次检查结果都进行反馈，对做得好的班级及时进行表扬，对做得不好的班级进行单独纠正，大到班级，小到每一位同学，我们不希望有任何一个班级落伍。

第四阶段：保持阶段。

武术健身操是学校的一张“面孔”，一个学校常规工作扎实与否，从武术健身操就能“窥一斑见豹”。第四阶段是可以大做常规管理文章的阶段。武术健身操训练要的就是持之以恒，所有的纠正、复习、检查都是为保持服务的，如何保持武术健身操的质量才是最关键的，在这方面，我们主要抓了：

1、继续严格规范广播操进出场的纪律及做操质量，做到出操快、静、齐。动作规范、美观。

我们从队列入手，狠抓排队快、静、齐。以锻炼学生的组织纪律性。学生听到铃声都会非常迅速和有序地走出教室排好队伍，听到指令后能尽快跑步到指定位置。

2、加强广播操检查工作，督促两操一活动的正常开展。我校正确知道学生开展检查工作，我们严格要求和引导学生，实事求是进行检查考评。教导处也不定期对体育活动课进行检查，发现问题，及时反馈。利用各种手段督促和保证两操一活动开展的质量。

3、进一步落实检查结果每天评比制度。

我们对每天的检查结果进行点评，并形成制度，旨在促进广播操朝着健康、有序、高质量的方向发展。

4、我校每年在学期末都进行全校性的广播体操比赛，各年级评出前六名参加总决赛，最后评出一、二、三等奖及优胜年级，并进行表彰。在全校师生面前树立榜样，做到学有先进。

通过以上方法和措施，我校的广播操质量总体上了一个台阶，学生出现了可喜的精神风貌，学校也以此为契机，一如既往的贯彻《学校体育卫生工作条例》，扎扎实实地贯彻“健康第一”的思想，把学校其他各项常规管理工作做得更加到位。但我们知道，追求无止境，没有最好，只有更好。严格要求、持之以恒将是我校今后追求的目标。

**健身房内部工作总结2**

1. 加大对战备工作的指导和建设的力度。

2. 加强对战备工作的理论研究。

一个好的健身教练，可以给客人们带来更好的帮助，这也是为什么会有那么多人选择健身房的原因，因为有一个专业的健身教练在一旁指导，这样会更加有利于帮助自己塑造体形，而且还可以时刻提点自己哪些方面做得不正确，可以便于及时更改。

20xx年来，我在健身教练岗位上学习了许多，也有些许心得，现将其总结如下：

1、不断地学习

想成为一个优秀的教练，关键在于如何训练，如何成长提高自己，当教练不是一天就能成的事情，健身行业发展快，不断跟上时代的变化。才能取得成功，不断学习，培训更新新的技术，千万不能永远原地踏步。

2、多接触好的环境

保持良好心态的秘诀在于，让自己身处良好的环境，人是环境的产物，努力给自己创造良好的环境

3、时间的积累

很多教练刚开始的时候还不如你呢，关键是他们从业时间长，跳的时间长了有经验而已。

4、关键靠自己

任何的天才，取得成功人，都是自己训练出来的。老师只是起到指引作用。

5、成功秘诀

练一万遍就比练100遍强，身体协调性性，越练越好。协调性不是天生的，是后天训练出来的。复习就能出成绩，锁定目标，专注重复。

6、虚心教练

不能轻浮，不要盲目自大，勇敢接受别人的意见，完善自己。

20xx即将到来，我会根据20xx年的领悟，做好健身教练本职工作，不断向前!

**健身房内部工作总结3**

思想有多远，人就能走多远。这是出自央视一个公益广告的广告词。所以，我认为思想工作是各项工作的根本、能让学生健康成长的保健品。现在部份的学生性格上出现了点小叛逆。他们现正处于成长于人生价值观的行程阶段。每个人对人生价值观的认识各有不同的看法。意志稍有不坚定，思想就容易出现问题。如今，班里出现的“小问题”也少了。因为本学期我所带的学生从对散打一窍不懂的学生变成了各个都长的有板有眼的帅小伙了，所以整天就想着“干大事”慢慢地现实版的《宫心计》就开始独家上映了，同学之间的勾心斗角也随之激发。

这令我倍感压力大增，时而心浮气躁。我只能及时跟进，了解情况，而后上报，找出问题的导火线，争取解决问题避免出现萌芽状态。我时常反思自己的教育和管理手段是否妥当。将自己位置将到朋友甚至是兄弟的平等角度去感染他们、感化他们。想要成功，只有真心付出。得到的或许是一份理解、一个微笑、更是一股向上的动力。对此，我也进行了有针对性的管理，更深入学生的学习与生活中，做到了解、关心、教育并且督促其养成良好的习惯。

发挥教练言传身教的示范效果，发扬武术健身协会树立一帜的优良传统。 秉承“以武健身，以武养性”的办学宗旨;灌输“团结、奋进、求实、创新，弘扬中华武术”的办学理念。全面贯彻落实协会的各项工作要求以及管理制度。做到坚决服从，部署到位，落实有策。着力抓好本班的各项工作，加强日常生活管理。

**健身房内部工作总结4**

我校在“发展体育运动，增强人民体质”的精神鼓舞下，认真组织全校师生积极学习、贯彻《全民健身计划纲要》，明确全民强身运动的重大意义，增强全校师生自觉强身健体意识，为促进两个文明建设，提高教育教学质量作出贡献。根据我校的实际情况，在今年实施《全民健身计划纲要》的群众活动中做了以下具体工作：

1、建立健全了我校实施《全民健身计划纲要》和学校体育工作领导小组，以xxx为组长，xxx为副组长，学校班主任和武术教练、体育教师为组员，负责组织实施《全民健身计划纲要》和开展全校师生体育锻炼活动。

2、学校全民健身领导小组每学期定期召开会议，研究和部署师生健身活动项目、时间和内容，并列入学校工作计划，把师生的健身活动和健康状况作为学期教师工作考核和学生操行评定的重要内容之一。

3、学校从幼儿班至初中毕业班都按国家规定排足了体育和课外活动课，并结合我校实际情况，每个班都安排了四节传统武术课，除了按国家体育锻炼标准训练学生外，还坚持训练武术基本功，并配备刀、枪、棍、棒等武术器械，并坚持天天练习。

4、我校师生做到了坚持两操（早操、课间操）、两课（体育课、活动课）和眼保健操活动，每个学生都达到了一小时的体育锻炼时间。

5、我校每年都按计划举办了春季运动会和冬季运动会，比赛的项目有武术、体操、球类、跳绳、踢毽等，使全校学生都参加了体育锻炼。

6、我校还与XX技校联合举办了篮球和乒乓球比赛活动，师生共同参赛，既锻炼了身体，又培养了师生的团队精神。

7、我校还先后在xxx等开展了庆“六一”、“庆国庆”、“迎元旦”等文体表演活动和武术训练，受到社会各界及学生家长的好评。

8、在今年防“非典”期间专门组织师生再学了《全民健身计划纲要》，强调了开展体育活动，坚持锻炼身体，不断提高健康水平是预防非典和其它疾病的重要措施，使师生受到教育，自觉坚持锻炼。

9、我校今年在校内举办了两次武术体操和武术套路比赛活动，并给予优胜者表彰和奖励，以激励广大师生都积极参加体育锻炼活动。

10、我校武术教练和体育教师在节假日组织校武术和体操表演队深入……为广大群众表演，起到了推动群众体育运动深入开展的作用。

11、我校组队参加了“ＢＢ市首届运动会”武术散打比赛，获得金牌一枚、银牌一枚、铜牌五枚、项目团体第三名，被县政府评为先进组织奖、学校校长xxx评为先进个人、武术教练xxx，xxx分别受到县政府的表彰奖励。

12、目前，我校正积极筹备开展20xx年“元旦”文体活动，将使全校师生的健身活动更有特色，更能体现《全民健身计划纲要》在我校的深入贯彻实施。

我们将不懈地努力，进一步在校内宣传、落实《全民健身计划纲要》，以促进我校教育教学改革的不断发展，同时也推动全民健身计划的不断深入。

**健身房内部工作总结5**

一个好的健身教练，可以给客人们带来更好的帮助，这也是为什么会有那么多人选择健身房的原因，因为有一个专业的健身教练在一旁指导，这样会更加有利于帮助自己塑造体形，而且还可以时刻提点自己哪些方面做得不正确，可以便于及时更改。

20xx年来，我在健身教练岗位上学习了许多，也有些许心得，现将其总结如下：

1.不断地学习想成为一个优秀的教练，关键在于如何训练，如何成长提高自己，当教练不是一天就能成的事情，健身行业发展快，不断跟上时代的变化。才能取得成功，不断学习，培训更新新的技术，千万不能永远原地踏步。

2.多接触好的环境保持良好心态的秘诀在于，让自己身处良好的环境，人是环境的产物，努力给自己创造良好的环境

3.时间的积累很多教练刚开始的时候还不如你呢，关键是他们从业时间长，跳的时间长了有经验而已。

4.关键靠自己任何的天才，取得成功人，都是自己训练出来的。老师只是起到指引作用。

5.成功秘诀练一万遍就比练100遍强，身体协调性性，越练越好。协调性不是天生的，是后天训练出来的。复习就能出成绩，锁定目标，专注重复

6.虚心教练不能轻浮，不要盲目自大，勇敢接受别人的意见，完善自己。

20xx即将到来，我会根据15年的领悟，做好健身教练本职工作，不断向前!

**健身房内部工作总结6**

今年以来，我团认真学习贯彻上级战备工作有关指示，依据师制定的战备工作细则，结合我团战备建设的现状，扎实有效地开展了各项工作。全年落实战备教育时间xx天，到课率为xx%。修订完善了战备方案(计划)，并对方案进行了实践验证;注重增大战备工作的科技含量，突出抓了战备工作标准化建设，完成了战备库室整修、指挥设施器材革新和制作。通过战备教育和各项战备工作的落实，全团官兵的战备意识进一步增强，战备物资储备齐全，战备设施配套，战备制度落实，战备秩序正规，战备水平和应急机动作战能力明显提高。

**健身房内部工作总结7**

1. 某区交通局按照省、市某公路指挥部的工作安排，统一思想、提高认识、加强领导、成立组织、扎实有效地开展各项工作，并全线率先完成征地拆迁任务，为施工单位顺利进场、正常施工提供了保障，受到省、市领导小组的充分肯定。

2. 加快县乡公路建设步伐，继续做好国债项目和通达项目改造工程。

3. 202x年我区农村公路续建、新建项目个，建设规模某公里，其中通达项目个，建设规模某公里，国债项目个，建设规模公里。同时按年初计划完成村村通油(水泥)路面建设某公里，进一步实现全区公路网络计划。

4. 站、场建设。为适应我区交通战备客运保障的需要，继续抓好站、场规范化管理工作，在某街道新设站点停靠牌个，某市场西边新建一座某客运站，并投入正常运营，大大地促进了我区站、场建设步伐。

**健身房内部工作总结8**

今年是“国际体育运动年”，是《体育法》、《全民健身计划纲要》颁布实施十周年，又逢自治区成立xx周年大庆。为倡导全新的全民健身理念，不断扩大体育人口，大力宣传全民健身的意义及宗旨，广泛开展形式多样的体育健身活动，提高广大村民健身的意识，营造区庆热流浓厚氛围，把20xx年全民健身体育周办成隆重、热烈、精彩、简述、农牧民群众

积极参与的一次大型全民健身活动，使村民能够充分认识到养成体育健身的习惯对提高身体素质的重要性，从而自觉加入到健身活动中去，我乡积极开展各项活动，现总结如下：

>一、统一思想，整合资源，激励健康的活动氛围

大力开展群众体育活动，是时代的需要，是国情的需要，也是广大人民群众的迫切需求。我乡领导和责任部门努力抓好群众性的体育活动项目，积极引导健康向上的活动氛围。由于统一了思想，整合了我乡传统的体育活动项目，开展了健康向上的体育活动，使得体育周活动开展的有声有色。

>二、围绕主题，制定方案，扎实有效地开展工作

根据上级精神，我乡及时制定了工作方案，并根据活动主题开展了各种系列活动，确保了活动团队、活动时间、活动内容、活动场地四落实，通过活动加大宣传力度，大力宣传《体育法》、《纲要》、《条例》的内容和健身日的要求，发放体育小知识宣传单1xx0份，积极组织了以村民和学生为主要参加者的五个阶段的体育健身活动，各项活动受到群众的热烈欢迎。

>三、活动特点

1、党委、政府高度重视

由乡党委成立的全民健身周活动领导小组牵头，召开全乡的专题工作会议，体现了乡党委、政府对村民身体健康的高度重视。各村、各校积极响应，纷纷结合各自特点制定健身计划，形成全民健身工作齐抓共管个新局面。

2、乡、村互动

从乡机关、站（所）到村委会、学校，健身周活动统一部署，统一行动。

3、活动在基层

健身活动完全贴近群众，在群众身边举行，在活动内容上，有拔河比赛、自行车比赛、足球篮球等求类比赛，适合村民和学生参与，并且都是群众喜闻乐见的健身项目。

4、计划有创新

今年的\'全民健身周活动，计划周密，内容丰富，在组织形式上充分体现了社会体育社会办的新思路。

5、放眼未来，真抓实干，建立长效的活动机制

群众性的体育活动是提升国民身体素质的重要渠道，为了有效的开展此项工作，我们在今后的工作中将从以下两个方面开展好工作。第一，提高对群众性体育活动的认识，把群众体育活动工作摆上重要的议事日程，积极开展丰富多彩、形式多样、生动活波、科学文明的群众体育健身活动。第二，按年、按季度、按团队、按部门开展好竞赛活动，参与组织好学校体育竞赛活动。逐步建立起长效活动与管理体制，使全民健身后活动既有一定的规模性，又有一定的群众性。

**健身房内部工作总结9**

1. 从效果出发，搞好战备教育

我们坚持把战备教育纳入年度正常政治教育体系，当做战备工作的重要内容来抓。一是团拟制下发了战备教育年度(阶段)计划，编写了战备教育系列提纲;二是突出抓了任务转换、节假曰等时机的战备教育;三是团领导亲自讲课，讲形势，讲任务，确保了教育效果，强化了官兵的职能、使命和任务意识。

2. 从适用、规范入手，修订战备方案

为提高部队的机动作战能力，团采取统一组织，专题培训，分级专人负责的方法，修订了战备方案。通过修订，各种方案达到了要素齐全、内容适用、科学规范。在修订方案的基础上，利用节曰战备组织了对各种方案的学习、演练，使各类人员达到了情况明、任务明、职责明、位置明。

3. 搞好战备设施(器材)规划

加大建设投入在战备基础设施建设上，团坚持把库室建设纳入营房综合治理规划，按照统一规划、因地制宜、便于出动的原则，投资xx万元用于战备基础设施建设，修建了xx个战备器材库，改造了机动道路;在指挥器材建设上，投资xx万元，研究制作了野战化、轻便化、组合化的作业器材和指挥自动化设备。达到了基础设施基本齐全配套，野战指挥器材基本能满足野战条件下指挥作业的需要，个人战备物资储备充足，规范统一。

4. 加强战备演练，提高部队应急反应能力

我们着眼提高部队的应急反应能力，结合部队训练任务，认真坚持了战备演练制度。一是将战备演练纳入年度训练计划，搞好战备演练。二是结合正常的训练任务，积极穿插战备演练内容。组织了战备等级转换、摩托化机动、铁路输送和山地进攻战斗演练。三是注重加大演练难度。在组织战备演练中，着眼提高各级军官的组织指挥水平和部队的应急出动能力，坚持从实战需要出发，从难从严要求，不搞花架子，不走过场，逐个内容演练，昼夜连续实施。

5. 强化管理，确保战备制度落实一是严格落实了战备值班制度，.二是加强了战备物资管理。三是加强了武器装备管理，四是加强了兵员管理。

**健身房内部工作总结10**

岁月如梭，转眼又快迎来了新的一年。在即将过去的20xx年里，我在公司领导是同事的关心和热情帮助下，顺利完成了前台接待相应的工作。现在对20xx年的工作作出总结。

>一、前台工作的基本内容。

前台的工作是一个需要有耐心和责任心的岗位，热诚、积极的工作态度很重要。20xx年11月，我开始从事前台接待工作，深知接待人员是展示公司形象的第一人。在工作中，严格按照公司的要求，工装上岗，五官清秀。热情对待每一个来访客户，并热心的指引到相关的办公室。为公司提供了方便，也为客户提供了方便。接电话时，做到耐心听客户的询问，并力所能及的作出相应的解答。

>二、前台工作的经验和教训。

在到XXX企业工作前，虽然也有过前台接待的工作经验，但是，还是需要不断学习和努力的。比如综合素质方面，责任心和事业心有待进一步提高，服务观念有待进一步深入。在工作期间，让我学会的如何更好的沟通，如何踏实的积极进取。

>三、前台工作的下一步计划。

基于对前台接待工作的热爱，我会严格要求自己不但要遵守公司的相关工作制度，还要更积极踏实的对待工作。努力提高工作素质，加强对工作的责任心和事业心。我将进一步更好的展示自己的优点，克服不足，扬长避短。与公司及同事团结一致，为公司创造更好的工作业绩!

拓展阅读：健身会所前台接待岗位职责

一、接待宾客时要礼貌、主动、热情、快捷，做到微笑服务，使客人满意;;

二、具有谦虚、上进、认真、有责任心的工作态度，有灵活机敏的头脑;

三、熟悉前台接待、预订的工作程序，完成好到店宾客入住，办理开房手续，处理宾客住期延长，为客人预订房间及具体服务工作;

四、熟练地操作电脑，并有较扎实的外语听、说、写能力;

五、负责有关住房、房价、会所服务设施以及查找住客等方面的问讯工作;

六、接受订房，要服从客人的要求，并准确填写订房单，做到无错、无误、无漏;

七、与客房部沟通，做到团结、合作，保持最正确的房态，做好钥匙管理工作;

八、制作前台有关统计表，及时传递信息各资料，并保存好各类资料;

九、认真做好上、下班交接工作，仔细记录工作情况，填写交班本;

十、遇事沉着、冷静，有紧急情况时应及时向上级报告，同时采取相对措施;

十一、与同事关系良好，尊敬上级领导，可随时向上司反映工作之不足，积极大胆地提出合理建议。

**健身房内部工作总结11**

xx社区全面贯彻“全民健康生活方式”、推动群众文体工作持续发展的一年，也是构建和谐社会的关键之年。

xx社区在有限的条件下努力创造体育文化阵地，达到推动普及、不断满足广大居民对体育文化的日益需求，让广大社区群众享受体育健身带来的实惠。下面就全民健身日期间社区全民健身活动，群众体育工作做如下总结：

至xx社区成立以来，我们成立了相关领导小组，把全民健身计划列入社区工作日程，以推动“全民健康生活方式”为主题，取得了显著成绩，得到了有关部门和广大居民的支持，特别是通过一些重大节日活动的贯彻实施，人民群众参与健身的意识不断增强，体育健身项目不断得到了普及。

一、8月8日全民健身日全面推动社区群众体育工作蓬勃发展。

8月8日＂全民健身日＂期间，社区经常在文化广场开展中老年户外活动，结合“xx老人学校”、“xx艺术团”、“xx艺术社”、“广场舞志愿服务舞蹈队”等团体，展示一系列文体活动，内容丰富、形式多样、突出特色、放大整体效益。参与活动达100多人次，观众达5000多人次。

社区有专职的文体指导员，近些年来先后组织老年武术爱好者参加区级以上培训班2期、并推选2名老人参加丰泽区老年人运动会乒乓球项目，组织社区职工参与街道五一节趣味运动会取得团体第一，三八节组织妇女职工参与登山活动、xx慢跑比赛及趣味运动会等，另外，还动员企业职工参与丰泽区消防志愿者技术竞赛并获得二等奖。通过一系列活动，让健身热潮持续在新秀社区这个大家庭中发酵，自发组织健身开始崛起。

老年体育在整个群体工作中起到由小到大、由弱到强、由点到面的推动作用，在整个体育工作中创新了工作方法整合了纵横力度，特别是在以朱国成为会长的带领下，xx社区老人文体活动取得了显著的成效，建立了老年人体育工作联系会制度，重点开展了＂老年体育科普年＂活动、开展了一系列老年文化活动、体育展示活动。

目前，设立社区文化活动场所2个，新建一间文化活动室，文艺队2支30余人，20xx年新成立志愿服务腰鼓队8人，每年参加老年人活动近300多人次，形成xx社区文体活动的主力军。

社区体育健身项目在不断加强，我们在超500人的小区或物业均设有1套健身路径等运动器械，今年通过为民办实事项目我们在泉秀花园西区新设置了1套健身路径共计18个器械，方便广大居民能够在自家门口进行各项健身锻炼。

二、存在不足和困难

1、群众体育健身发展存在年龄断层，特别是xx属于纯居民社区，在体育基础设施建设方面相比较其他资产社区属于财力相对薄弱的，另外，xx社区偏老龄化，老年人占常住人口的比例大、流动人口相对密集，使得全民健身工作的开展难度大，期望和实现的可能性之间存在较大的差距。

2、群体工作不够＂活＂不够＂深＂

群众体育的发展是一个地区经济繁荣，社会稳定，生活富裕，生活方式进步，文化先进的重要表现，由于广大群众生活水平不均衡，生活方式不一样，体育健身意识不强，体育经费短缺，各个团体及相关部门不能充分发挥作用，全民健身工作只能少部分个人参与，还不能深入广大人心，群众体育工作没有蓬勃发展起来。

群众体育事业正在希望的田野上，我们一定要以更加昂扬的斗志和饱满的热情，鼓足干劲，突出重点，扎实工作，加快推进群众体育的发展，努力为构建社会主义和谐社会奉献新的力量。

**健身房内部工作总结12**

今年上半年，按照市、区国动委202x年下达任务的要求，进一步加强国防动员工作，认真抓好完成“三级三类”保障队伍建设，明确指挥和任务分工落实到人，编制五十人汽车运输、渡口保障、路桥抢修及交通管制四个交通专业保障队伍整组工作。结合从事运输生产、超限治理工作的交通战备职工，实行半军事化管理，队伍的作风纪律建设得到加强，确保了以良好的军姿执行公务，保证了执法中公正、廉洁、及时、有序地处理各类突发事件，为突发状态下的应急任务提供了保证。同时，我局定期组织交通战备职工的素质教育，努力提高职工文化水平，202x年组织干部职工培训xxx人次，学历教育x人，全局基本上都达到大专学历以上。

**健身房内部工作总结13**

在以后的工作中，我会更加认真地去钻研教育管理手段、训练技能与各项理论。关注学生们的思想动态，让学生们对自己的要求更加严格。同时，我也不断学习创新、刻苦钻研、努力奋斗把各项工作做得更上一层楼，使武术健身协会散打班的学子们一飞冲天，一鸣惊人!

要做好前台这个岗位的话，就要对前台工作有重要性的认识。这个岗位不单单体现出公司的形象；还是外来客户对公司的第一形象。 所以，从前台迎客开始，好的开始是成功的一半。我觉得，不管哪一个岗位，不管从事哪一项工作，都是公司整体组织结构中的一部分，都是为了公司的总体目标而努力。有了对其重要性的认识，促使我进一步思考如何做好本职工作。以下是我x月份工作总结：

一、上下班时要整理好前台的物品，察看一切电器是否完好，是否关闭好电源。

当天看看备忘录还有什么事情要做。前台大厅是随时都要保持整洁大方。每天报纸要整理好。保洁饮用水不够时要及时叫送水。前台所需物品不够时，都要及时申请购买如：纸巾、笔、玻璃胶等。登记好预约，避免重复时间预约。打印机没有墨时，要电话通知送机送墨。如果前台的物品坏了如：对讲机坏了要叫维修工维修。有什么问题都要想办法解决。

二、接收文件

要注意对方传给谁，以免接收送错文件，接受到文件要及时转交给相关人员，要查收传真有无缺漏。复印时要注意复印的资料完整否，避免复印资料缺漏。如有信件也要及时交给相关人员。

三、前台接待客人

做好这项工作，最重要的是服务态度和服务效率。看到有来访客人，要立即起身主动问好。对第一次来访客人要问清楚对方贵姓，找谁有什么事，了解来访者的目的后通知相关负责人，其中也要了解是否把客人留在前台大厅还是引客到负责人办公室。接待客人要笑脸相迎，耐心细致，亲切大方。引客入座后倒上茶水，告知客人已通知相关负责人，请稍等。

四、转接电话

要注意礼貌用语，使用公司的标准用语：您好！xx健身俱乐部！之后问有什么可以帮到您的，问清楚对方找哪位，贵姓有什么事情，了解情况后转给相关人员。熟悉俱乐部内部人员的办公电话短号。如果来电方是作广告、推销、网络这些都是与公司无关的来电就要拒绝。看到领导来电也可亲切问候。

做前台工作也有四个月多了，工作范围较小；工作内容也比较少。但自己也有不足的地方，工作时集中力不够，会犯迷糊；我希望以后能够更认真上班工作，勤力做事。为公司做的多些。

本社团在加强自身培训下,还积极参与学校活动，在社联巡礼闭幕式上有两个我们社团的节目，还积极参加歌手大赛及海报制作大赛等。

现在回首协会走过的道路，我们之所以能圆满开展工作有如下原因：

1、要归功于老师的殷切指导。任何一级组织在发展中都离不开上级领导的关怀和帮助。我们亦不例外，在这一年的发展中没有老师的言传身教，没有的亲临指导，对于工作经验还很欠缺的我们来说是很难迈步向前的。

2、协会成员的团结友爱、协作务实。人们都说在社团事多、工作累，的\'确如此，而我们正是由于有这样一群不怕苦、不怕累，一心为协会发展的人，并使之转化为强大的凝聚力和向心力，才创造了协会的累累硕果。

3、兄弟协会的大力支持和配合“社团一家人”这是每一位社团成员值得骄傲的理念，每一个协会要想把活动办好，往往要靠其他协会的协助和支持。

当然在发展中也显现出了不成熟和许多问题，具体总结起来有以下几个方面：

1、普通社员对活动参与程度不高，特别是越到后期，社员或说功课忙或说工作忙。

2、在理事会成员中，工作中分工不明确，造成在具体工作中没有程序性、系统性。

3、对会员积极性的调动力度不够，在工作中不论做什么都是由几位部长来完成。

4、过于关注重点活动，对日常工作重视不足

5、总结不够及时，忽视经验积累

这许许多多的问题也许是一个协会发展中必然遇到的一些问题，但是只要是问题总有解决它的办法，在实践中不断取精华去糟粕，总结经验，我们社团需要学习的地方还很多。如以下几个方面：

一、树立正确理念，提高工作觉悟

二、加强组织建设，培养人才梯队

三、加强内部交流，提升组织凝聚力

四、加强制度建设，完善奖励机制

五、整合资源，拓展平台，提高社团影响力

今天的总结，是对这近一年工作的全面回顾，大学生健身操俱乐部本学年的工作已经落下了帷幕，其中有成就也有不足，在今后的工作中，我们会扬长避短，更好得规划我们的工作，协调各部门的运作，组织好所有的社员，认真计划好下学年的工作。

全民健身日工作总结

全民健身日工作总结范文一：

今天，是20\_年8月8日，是东湖区全民健身活动日。我校对此项体育工作非常重视，根据东湖区教科体局的统一安排，组织学生开展了多样跳绳活动，有效地促进了学校全民健身活动的开展，使学生在德、智、体等几方面得到全面发展，推动我区体育工作跃上新台阶起到了积极作用。下面就我校一年来全民健身工作小结如下：

一、确立健身目标抓落实

学校体育工作是学校教育工作的组成部分之一。一个学校教育质量的好差，不能单纯地只看文化课分数的高低，还要从学校育人体育环境和学生精神面貌、健康状况等多方面去衡量，使教育者从思想上确立学生的健身为办学的导向目标。一个学生聪明智慧，主要依靠他的正常的体力和精力去支撑学习现代化科学文化知识，掌握为人民服务的本领。一个学校体育环境和卫生制度，正是显示出办学整体水平和衡量学校教育质量的物质基础。

俗话说：健壮的体魄是美的象征，在素质教育深入发展的今天，身体素质是基础，一个人只要有着良好的身体才有精力学习文化知识，掌握为人民服务的本领，在社会主义建设中立新功。

我校历来对体育工作非常重视，坚持体育工作常抓不懈，常抓常新，不断进取，取得了教学、科研双丰收，着力提高广大学生的体质与健康，围绕学校中的工作，全面贯彻党的教育方针，充分发挥体育育人的功能，为学校体育工作和素质教育的深入发展作出应有的贡献。

二.组织机构（领导小组）

长：罗先凤

副组长：章元治

章玉玲

梁咏梅

总调度：梁咏梅

员：涂汉红、雷志远、颜国金、万玮玮、刘行、万莉娜、付刚、杨雪等，各年级组长.各位体育教师。

三、具体措施

1、积极响应xxxxxx号召认真学习国家颁发的有关体育工作精神，理解精神实质，掌握其要求和内容，结合学校实际，科学安排内容。

2、坚持普及与提高相结合方针，经常性开展小型多样的竞赛群体活动，尤其是结合本校田径传统项目学校特色开展工作，为上级部门提供较好水平的体育苗子。

3、加大教改力量，不断改进教学方法，突出创新意识，因材施教，努力减轻学生的学业负担，以愉快教学贯穿于课堂中，使学生不仅掌握了知识，技术，而且带着愉快的心情和充沛的精力转入下一堂文化课的学习。

4、抓好两课、两操、三活动，积极开展第二课堂，坚持素质教育，不断丰富学生的锻炼内容和时间，确保学生每天体育锻炼时间不少于1个小时。

5、加强学校田径队训练，力争早出人才，快出人才，出好人才，学有特长。

6、抓好《学生体质健康标准》训练工作，促进学生身体正常发育和健康成长，确保年级和班级达标率在区检测中达到百分之九十以上，否则不予评为先进年级和班级，对未达标的学生不能评为三好学生，以此激励学生参加体育锻炼积极性和自觉性。

7、办好校一年一度的田径运动会或体育活动周，提高运动水平。发现特长学生，经过集中一段时间训练，成绩好的选拔到校田径运动或其它比赛项目队，为国家输送好苗子打下良好基础。同时规定任何班级必须参加，否则，不予评为先进班集体。

四、效果

1、体育教学方面

体育课是学校体育工作的基本组织形式，也是体育实施素质教育的主渠道。通过备课、上课、考核、总评等过程，使学生掌握了一定的知识和健康常识，运动技能和方法，培养了学生的体育活动兴趣、爱好、逐步养成了锻炼身体的习惯。

教学中能因势利导，坚持以教师为主导，以学生为主体原则，循序渐进，重点突出，难点分散，利于各个击破，充分发挥学生的主动性和能动性，真正达到教书育人健体的目的。

体育教师要履行监护义务和权力，时刻不忘安全教育，尽可能避免一切重大伤害事故，不体罚和变相体罚学生，争做一名合格的人民教师。

2、体育课外活动方面：

早操是课外体育活动的一个方面，有着广泛性，群众性，时效性特点，管理严格（每天有早操），组织有序（同在一个操场上按年级划分），检查不断（每天检查）。

课外体育活动丰富多彩，由于场地小，操场人均面积不到平方米，加上器材存放，施展等原因，给我校课外活动的开展带来了许多重重困难。但是我们并没有被困难所吓倒，想方设法开展工作，如在每周的三次课外活动中，尽量安排在下午的二三节课中，并做到室内室外同时进行，使课外体育活动常抓不懈，一抓到底。课外体育活动是体育课的延续，我校作为市区田径传统项目学校，根据上级部门的统一部署，要求做到了每周三次课外活动，加上早操，课间活动（家庭体育锻炼除外）等，确保学生每天一小时以上体育锻炼时间。每年三、四、五月为《学生体质健康标准》活动月，学生锻炼时间达两小时以上。

课间活动中，学校有意识地嘱咐班主任安排一些游戏性活动，如跳绳、跳皮筋，踢毽子，看谁摸得高，看谁跳的远等，使课间活动成为既是文化课的间歇时间，又是陶冶情操，锻炼身体的最佳时机。

注重学生个性发展，经常性地开展班与班，年级之间等体育比赛活动，如队列、广播操比赛、校田径运动会或体育活动周，组队参加市区游泳比赛，田径比赛，棋类比赛，软式排球比赛等，为全校师生争得了荣誉。

3、教研、科研成果方面

重视教研，发展科研，推动我校体育工作迈向新台阶，这不仅是体育教师美好心愿，而且是我校广大师生达成的共识，由于领导的重视，班主任及课任老师的配合帮助，我校体育教研活动开展的红红火火，老师们能积极主动参与与校内外组织的教研活动，不断学习经验，认真摘抄业务笔记，吸取精华，取长补短，尤其是对体育教师在教育教学工作中如何施行素质教育问题和减轻学生课业负担，确保学生在校锻炼时间达到一小时以上多次进行了有益大胆的研讨，为加大学校体育教研、科研力度，深化学校体育改革，振兴学校各项体育事业奠定了可靠的保证。

全民健身日工作总结范文二：

为满足广大人民群众日益增长的体育需求，纪念北京奥运会的成功举办，xxx决定从20xx年起，把每年的8月8日定为全民健身日是。根据上级有关通知要求，为促进第一个全民健身日活动的开展，扩大全民健身日的社会影响，丰富我县群众体育文化生活，县委、政府决定举办\*\*县20xx年全民健身日系列体育活动，现将活动有关情况总结汇报如下：

一、领导重视

为加强对本次活动的领导，县委、政府成立了以县委书记为名誉主任，县委副书记、县长为主任，县委、人大、政府、政协分管联系体育工作的领导为副主任，县委办、政府办、教育局、财政局、卫生局、体育局、广电中心、团县委、县妇联等相关部门领导为成员的\*\*县20xx年全民健身日系列体育活动组委会，组委会下设办公室在体育局，负责日常工作，组委会的成产，确保了本次活动各项工作的顺利进行。

二、活动内容丰富

\*\*县20xx年全民健身日系列体育活动从8月1日开始至8月10日结束，主要活动内容包括以下几个方面：

(一)乡(镇)活动

根据县委、政府的统一安排，本次全民健身日系列体育活动各乡(镇)的活动内容，各乡(镇)均认真落实县委、政府工作布署，组织开展了贴近生活、方便群众参与的体育活动，活动主要包括篮球、乒乓球、羽毛球、田径比赛、拔河比赛、趣味性体育活动，老年门球、老年人健身操等。

(二)县体育局统一组织的活动

按照县委、政府的要求，结合我县全民健身工作的实际，县体育局在本次活动期间，组织开展了以下活动。

1、云南省少数民族健身操培训

为推动全县全民健身运动及少数民族体育运动健康快速发展，县体育局于8月3日至6日举办了云南省少数民族健身操(\*\*)培训班。

本次培训班由我局参加市局培训班的两位同志担任教练，共有来自全县各乡(镇)、各部门的100余名健身操骨干参加了培训，广大参训人员积极性高，学习干劲足，通过培训，为我县的少数民族健身操推广工作吹响了冲锋号。

2、穿城赛跑

8月7日上午，我县召开了\*\*县20xx年全民健身日系列体育活动开幕式，县委、政府、人大、政协、省中长跑队张国伟教练等领导及嘉宾出席了开幕式。开幕式结束后，穿城赛跑比赛开始，共有来自全县各行业的540余人参加了男女中学生组、青年组、中年组等六个组别的角逐。为扩大宣传力度，还邀请了在\*\*集训的省中长跑队全体队员为穿城跑赛领跑。

3、乒乓球比赛

乒乓球比赛分邀请单位组和县直单位组。其中邀请单位组有男、女各3支代表队参加比赛，县直单位组有21支男队，13支女队报名参赛。比赛时间从8月7日开始，8月9日结束，共进行了73场比赛。

4、羽毛球比赛

羽毛球比赛分邀请单位组和县直单位组两个组。邀请单位组有男队4支，女队3支代表队参赛，县直单位组有男队12支，女队9支代表队参赛。比赛时间从8月7日开始、8月9日结束，共进行了61场比赛。

三、活动成效显著

\*\*县20xx年全民健身日系列体育活动的开展，为我县第一个全民健身日营造了良好的氛围，并迅速在全县掀起了全民健身的新热潮，有力地推动了全县全民健身工作的快速健康发展。

全民健身日工作总结范文三：

为全面贯彻实施《全民健身条例》和《全民健身计划（20\_年20\_年）》，陆良县人民政府接市人民政府曲府办明电〔20\_〕112号文件后，县人民政府陈县长和分管文体xxx的县委常委、县人民政府赵副县长，立即作出批示：县文化体育广播电视局拿出实施方案组织开展好20\_年全民健身日活动，进一步丰富全县人民群众的体育文化生活，推动全民健身活动深入持久开展。《实施方案》以陆府办明电〔20\_〕102号下发后，各乡（镇）、县直各机关、企事业单位、学校、驻陆单位、各体育协会积极行动，宣传和活动并举，比赛与健身结合，营造了陆良体育大县、健康生活、构建和谐、科学发展的体育节日氛围。具体开展活动总结如下：

一、加强领导，提高认识

为加强对我县全民健身日系列活动的组织领导，确保各项活动有序开展，县人民政府在接到通知后，分管副县长即做出批示：请县全民健身领导小组各成员单位相互配合支持，做好各自的工作，积极搞好第三个全民健身日的各项活动。文体局积极贯彻落实县政府的要求，结合我县实际制定措施，由文体局牵头，把全民健身日活动的项目计划组织落实到各单位和协会，项目分到个人，个人联系到项目的实施者，未落实的追究个人责任，形成了层层负责，层层落实的项目责任制，为整个活动的顺利开展提供了组织保障。

二、加快宣传，营造氛围

1. 前台来电的转、接以及来访人员的接待。

2. 前台日常事务的处理。

3. 完成报刊的接收和整理。

4. 完成图书室的日常管理。

5. 图书的入库及编号、借阅登记。

6. 健身房的日常事务管理。

7. 根据每月所需的生活用品及办公用品制定采购计划，上报领导审批后交给同事采购。

8. 生活用品及办公用品的入库及出库领用的登记。

9. 完成每月仓库的入、出库台账的建立。

10. 配合领导和同事完成了多次的外联接待工作。

11. 配合领导完成了晚会的各项事宜。

12. 积极参与每次的学习和拓展训练，服务大家增长自己的知识见闻。

13. 认真的完成每次体育活动的安排，使大家都能积极的参与锻炼，让自己拥有健康的身体。

14. 和同事配合认真的完成每次的员工生日聚餐，让大家能充分的感受到公司这个大家庭的温暖，更促进了同事之间的感情。

15. 积极的完成领导临时交代的各项工作。

前台是展示公司的形象、服务的起点。所以前台在一定程度上代表了公司的形象。前台的工作很琐碎，需要更多的耐心和更加的细心，大小事都要认真才能做好。所以我都会用心的去做每一件事。

总之，在20xx年的工作中，离不开各位领导的悉心关怀和指导以及各位同事的帮助与支持。在新的一年里，我会脚踏实地一步一个脚印走下去，对过去的不足，将不懈的努力争取做到最好，我将会用行动来证明我的努力。20xx年是全新的一年，是自我挑战的一年，我将努力改正过去一年中的不足，把新一年的工作做得更好，为公司的发展做最大的努力。

酒店工作各方各面，日常琐事，要做好酒店工作需要的是耐心和仔细，坚持做好自己的工作，完美完成工作任务。

过去的20xx年是充实忙碌而又快乐的一年。在这新年到来之际，回首来时的路，在来到我们x酒店的差不多5个月里，作为一名刚入职的员工，在我们前厅部部门领导及同事的关心帮助下，我从对于酒店前台接待工作的一无所知到现在能够独立当班。从不敢开口说话到能够与客自如的交流！在此我由衷的感谢给与我帮助的部门领导和同事们，谢谢！现在我对前面5个月来的工作做一个总结。

前台是展示酒店的形象、服务的起点。对于客人来说，前台是他们接触我们酒店的第一步，是对酒店的第一印象，是酒店的门面，是非常重要的。所以前台在一定程度上代表了酒店的形象。同时，酒店对客人的服务，从前台迎客开始，好的开始是成功的一半。有了对其重要性的认识，所以我们一定要认真做好本职工作。所以，我在过去的5个月我一直都严格依照酒店的规定。总结起来可以用以下的五个方面来说：

一、像所有其他的服务行业一样，礼貌，礼仪：

怎样保持微笑，怎样问候客人，如何为客人提供服务，在服务中对客所要用的语言等。

二、注意形象，前台是酒店的第一印象，是酒店的门面。

所以，我们前台的工作人员一定要求淡妆，着工装上岗，用良好的精神面貌对客，从而维护酒店的形象，让客人了解并看到我们亿邦的精神面貌。从而留下深刻的良好印象！并且，也有利于我们自身的形象和修养的提高。从而，影响我们以后的人生。

三、前台业务知识的培训

。主要是日常工作流程，前台的日常工作很繁琐，客人入住，退房的办理，电话的转接，问询，提供信息，行李寄存，接送机信息的查询与核对。订单的检查与核对，排房，交接班时的交接工作等。所以，我们随时都要保持认真，细致工作作风和责任心！以免给客人和自己的同事带来很多的不便！酒店前台接待半年工作总结

四、前台英语，一些前台英语能力的具备是对我们每个前台接待员的基本要求，这样才能好为来自外国的客人服务。

对于英语的接待方面，我本以为对于像我一个英语专业的人来说不是问题，可是，后来在接待外国客人的时候，好多问题出来了，对于我已经一年多没有接触英语这才明白我好些单词都已生疏，还酒店的好多设施设备的名称都是以前没有接触过的。还好我们酒店组织了前台接待的英语培训，使我对以前学过得到单词到了温习和巩固。也学到了很多以前没有接触的单词，比如好多的设施设备名称。通过这样的培训使明白这样一个道理就是不管什么时候都不要忘记了学习，给自己不断充电！唯有不断的学习才能使自己有更好进步，才让自己各个方面的能力不断增强！

五、以大局为重，不计较个人得失。

不管是工作时间还是休假时间，如果酒店有临时任务分配，我将服从安排，积极去配合，不找理由推脱。作为亿邦的一员，我将奉献自己的一份力量为酒店。平时积极参加酒店组织的活动，加强同事之间的感情和部门之间的沟通。并且多了解我们酒店的基本情况和经营内容。为了往后能更好的工作不断的打下基础。酒店前台接待半年工作总结

在过去的五个月里我好多方面的不足，比如和领导和同事的交流有些不足，还工作上也有些不足，同事和我提的建议就是客人多时候我会紧张，在新的一年到来之际，在往后的工作上我一定会克服这种心理。我也很感谢给我提意见的同事！因为你们我认识到自己的不足，才有机会去改正。对我也有很大的帮助！虽然前台的工作有时是比较的琐碎，但大小事都是要认真才能做好。所以我都会用心的去做每一件事。感谢部门领导的教诲和公司给予我的机会，在以后的日子里我将加强学习，努力工作！

岁月如梭，转眼又快迎来了新的一年。在即将过去的20xx年里，我在领导是同事的关心和热情帮助下，顺利完成了前台接待相应的工作。现在对20xx年的工作作出总结。

**健身房内部工作总结14**

为适应战时运力保障的需要，认真开展了民用运力国防动员状况调查摸底工作。重点对营运车辆、维修企业、客运站点、运力补偿标准等分类进行调查。调查结果显示：全县拥有专业运输企业x家;二、三类维修厂店xx 家;货运车辆xx 辆;客运班车xx辆;运力补偿标准为：货车元/吨公里，客车元/公里，铲车xxx元/小时，挖掘机xxx元/小时，吊车xxXX元/小时。通过运力调查登记，各项民用运力资源均统计在册，以备战时快速启动调用，保障国防运输。

**健身房内部工作总结15**

20\_年度健康教育工作总结

健康教育是学校教育的重要组成部分，是培养学生良好卫生习惯和建立健康生活方式的重要途径，更是提高整个民族文明、卫生、健康素质的根本措施。根据上级有关部门的要求,注重学生良好卫生习惯的培养，为提高学生的健康卫生意识和健康水平做了一些工作，现将20\_年度工作总结如下：

一、规范管理体制，强化管理理念。

1、认真落实好学校健康教育工作计划。以明确的工作计划为指导，学校把健康教育作为一项长期工作来抓，明确了健康教育工作的长期\*、持久\*，从思想上重视健康教育工作的开展。

2、立足根

**健身房内部工作总结16**

盛年不再来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人。不知不觉日历已经快翻到了xx年。蓦然回首，酸甜苦辣应有尽有。“新生”时期，工作的千丝万缕，学生的繁琐哆嗦对于我来说不再是力不从心。不过还是有几个“调皮大王”有时也会弄得我感到手足无措。多得王亚龙教练以及几个助教的亲临指导啊!

在他们那我取得了不少经验，使我的业务水平能在短时间内飞速升级。我是任教散打班的教练。本班是由126名成员组成的团体，途中有两名同学辍学了。各种原由或许是出自我个人、又或许是出自他们自己身上吧?吾以真心诚意对学生负责的态度，较圆满地完成了本学期的武训教育工作以及学生们的思想工作。一下是我本学期的工作总结报告。不才之处，还请海涵。

>一、思想工作

思想有多远，人就能走多远。这是出自央视一个公益广告的广告词。所以，我认为思想工作是各项工作的根本、能让学生健康成长的保健品。现在部份的学生性格上出现了点小叛逆。他们现正处于成长于人生价值观的行程阶段。每个人对人生价值观的认识各有不同的看法。意志稍有不坚定，思想就容易出现问题。如今，班里出现的“小问题”也少了。因为本学期我所带的学生从对散打一窍不懂的学生变成了各个都长的有板有眼的帅小伙了，所以整天就想着“干大事”慢慢地现实版的《宫心计》就开始独家上映了，同学之间的勾心斗角也随之激发。

这令我倍感压力大增，时而心浮气躁。我只能及时跟进，了解情况，而后上报，找出问题的导火线，争取解决问题避免出现萌芽状态。我时常反思自己的教育和管理手段是否妥当。将自己位置将到朋友甚至是兄弟的平等角度去感染他们、感化他们。想要成功，只有真心付出。得到的或许是一份理解、一个微笑、更是一股向上的动力。对此，我也进行了有针对性的管理，更深入学生的学习与生活中，做到了解、关心、教育并且督促其养成良好的习惯。

发挥教练言传身教的示范效果，发扬武术健身协会树立一帜的优良传统。秉承“以武健身，以武养性”的办学宗旨;灌输“团结、奋进、求实、创新，弘扬中华武术”的办学理念。全面贯彻落实协会的各项工作要求以及管理制度。做到坚决服从，部署到位，落实有策。着力抓好本班的各项工作，加强日常生活管理。

>二、武术训练的教学

由于本学期我带的武术队相对来说学员比较杂。学生们对武术的认识较浅，兴趣不够浓烈。对于类似这些患有厌学症的学生，一方面我从学生那边着力了解，另一方面我也自身投入到训练中。从而激发学生们的兴趣与热情。这样的相互促进，不仅提高了武训的气氛与训练效果，也成为了我的教学动力。

>三、努力创新、不断改进

在以后的工作中，我会更加认真地去钻研教育管理手段、训练技能与各项理论。关注学生们的思想动态，让学生们对自己的要求更加严格。同时，我也不断学习创新、刻苦钻研、努力奋斗把各项工作做得更上一层楼，使武术健身协会散打班的学子们一飞冲天，一鸣惊人!

**健身房内部工作总结17**

为不断提高职工的政治敏锐力和政治鉴别能力，确保队伍的纯洁，我局根据上级安排，并结合正在开展的保持\_员先进性教育活动，在广大交通战备职工中开展了“从我做起、拒绝腐败”的教育活动，组织广大职工召开座谈会、讨论会、民主生活会，观看反腐记录片，听取专题报告会等活动，要求每位职工必须写出心得体会和感想。通过这些活动，提高了广大交通战备职工的认识，确保了交通战备职工的抗腐拒变的能力。

同时，我局又进一步加强了交通战备职工的专项业务培训，重点对《国防法》、《国防教育法》、《国防交通培训》、《人民防空法》、《新形势下交通战备工作正规化建设意见》等法律法规的学习，提高职工交通战备的法律意识，明确了交通战备的任务和目的、权利和义务的关系，牢固树立了交通战备职工国防观念，完善军地一体化保障系统，促进了各项工作落到实处。

202x年，我局交通战备工作取得了一定成绩，但也存在着不足，我局将在今后的工作中不断加强自身建设，争取在今后的战备工作中作出更大、更新的贡献

回顾这一年里所发生的事，以及所改变的，对于它人来说也许这一年里它是平凡与平淡的。但对于‘新世纪国际大酒店餐饮部’来说它是具有着多么不平凡的意义所在，因为在这一年里‘餐饮部’又迈进了更高更稳的一个台阶。更加的规范了，并在酒店高管和部门领导的带领下、以及各位同事的支持与努力下共同完成了部门领导下达的必保指标760万和力争指标960万。并且出色的完成了( )与指定的指标超出了( )是值得庆贺的，但同时也有不足之处需改变。

在现如今餐饮市场如此严峻的情况下、在酒店领导正确的指导思想下，将一楼宴会厅进行扩建升级打造出一个高规格的婚宴接待及大型酒席接待，在市场上取得了极大的影响力和创建了非常好的口碑和宣传，同时宴会厅的接待桌数及营业额不断的上升，与去年同期相比大幅的增长。与此同时在服务质量上和宴席接待上对客交接和跟踪都要求每一位管理层和员工做到让客人感受到“宾至如归、做到让宾客高兴而来满意而归”

在金秋的8月里酒店餐饮部举办的“徽府菜走进丹阳暨有机食品推荐会”的美食节活动，我们顺利并出色的完成了接待。在繁忙的十月黄金周里迎来了“星级复查”,面对困难重重的工作，在大家团结一致、共同努力下，我们通过了星评。而餐饮部通过星评期间的努力和学习下也更加的规范，无论是管理、物品摆放、卫生以及服务员的操作都更加的规范化了。

针对一、二楼不同于包厢固定接待，属于多功能型的，岗点较多，在服务员岗位不固定的情况下，怎样合理安排员工的工作岗位和接待工作尤为重要，所以每个月制定出员工的岗位调换工作及每日工作安排的工作计划进行合理分工，并对每天的\'工作做出总结及突发事件的妥善处理及分析，并对每个管理层的工作进行督导和检查。

在未来的一年里有着怎样的故事，有着怎样的收获。

新的一年已经到来，回顾过去一年的工作，可以用辛苦快乐敬业六个字来概括，一年来，在领导的关怀和同事们的帮助支持下，能够比较圆满的完成本年度的工作任务，在思想觉悟等方面都有了一定的提高。

一、业务知识和工作能力方面：在目前的工作岗位上，能够不断地去学习、积累工作经验，经过自己的努力，具备了一定的工作能力，平时注重对电脑知识及会计电算化知识的深入学习，能够熟练的掌握会计操作流程，做到条理清晰，账帐相符。

二、工作态度和勤奋敬业方面：热爱自己的本职工作，能够正确认真的对待每一项工作任务。在工作中积极主动，能够积极的参加单位组织的各项业务技能培训，认真遵守各项规章制度保证出勤，有效利用各项工作时间。

三、工作数量质量效益及贡献：能够及时完成指定的工作任务，达到预期的效果，同时在工作中学习了许多新的业务知识，丰富了自己，也锻炼了自己。进过一年不懈的努力，使工作水平有了长足的进步，为社里作出了应有的贡献。

总结一年的工作，虽然有了一定进步和成绩，但在一些反面也存在着不足。比如有创造性的工作思路还不是很多，个别工作还做得还不是很完善，这有待于以后的工作中加以改进。在新的一年里，我将努力提高工作质量和效率，进一步提高自身的素质，寻找差距，克服不足，在今后的工作中取得更大的进步。

盛年不再来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人。不知不觉日历已经快翻到了20XX年。蓦然回首，酸甜苦辣应有尽有。“新生”时期，工作的千丝万缕，学生的繁琐哆嗦对于我来说不再是力不从心。不过还是有几个“调皮大王”有时也会弄得我感到手足无措。多得王亚龙教练以及几个助教的亲临指导啊!

在他们那我取得了不少经验，使我的业务水平能在短时间内飞速升级。我是任教散打班的教练。本班是由126名成员组成的团体，途中有两名同学辍学了。各种原由或许是出自我个人、又或许是出自他们自己身上吧?吾以真心诚意对学生负责的态度，较圆满地完成了本学期的武训教育工作以及学生们的思想工作。一下是我本学期的工作总结报告。不才之处，还请海涵。

**健身房内部工作总结18**

在大二第二学期，我们班级进行了为期两周的实训。在大一下半学期，我们已经进行了两周的实训，两次实训的感觉完全不同，这次更加注重“实训”二字，我们班级的同学分布在各大健身汇所，这次我们在了解健身房的健身同时更加注重宣传和营销。大一的实训工作时，我们是带着新鲜感去了解，去探知。这次，我们更多的是实践，亲身体验健身这个行业的更多知识和要求。以及它将来的市场发展方向。

面对现在社会许多人都对自己的身体健康状况和体形都不是太满意的一种情况下，我们健身行业，首先要做好宣传工作，好好的把这些健身方面的推销出去，

**健身房内部工作总结19**

在到xxx企业工作前，虽然也有过前台接待的工作经验，但是，还是需要不断学习和努力的。比如综合素质方面，责任心和事业心有待进一步提高，服务观念有待进一步深入。在工作期间，让我学会的如何更好的沟通，如何踏实的积极进取。

不能轻浮，不要盲目自大，勇敢接受别人的意见，完善自己。

20xx即将到来，我会根据15年的领悟，做好健身教练本职工作，不断向前！

时光荏苒，岁月如梭，转眼间短短几十天的暑期生活已经结束，首先在此感谢中国xx大学勤工助学服务中心这个平台，给予我们每个人的一个锻炼自己，同时收获到一份工资的机会，感谢中心老师和主任对我们工作的信任，感谢所有部员对工作的大力支持、积极配合，有了大家的团结一致，才迎来了暑期勤工助学工作的欣欣向荣。

在这短短五十天的工作中，我们收获到的不仅仅是那一份工资，更重要的是认识到了很多优秀的哥们姐妹，大家在一起谈天论地，说说笑笑，那是一种幸福......

五十天的时间，说长不长说短不短，但期间发生了许许多多的事情，我的思想和观念也发生了很大的转变。走了这么久，回头看看自己在健身房走过的每一天，脸上都会洒满笑容。每当看到一张张可爱的笑脸时，我会感到特别的幸福。

健身房见证了我们的努力，我们在一起也互相鼓励过彼此的成长虽然我们来自不同地方，不同学院，可是，我们是一家人，在这一暑假中，有太多的欢笑和努力。让我们将欢声笑语用文字记录于此，让我们将感动和幸福分享给每一个人，让我们将爱传递......

五十天的风风雨雨我们都到了今天，转眼间，我们都长大了许多，看到自己的一点点的进步，会很开心，在这个大家庭中，我成长了。可是我始终知道自己还有很多的不足，我希望在接下来的工作和学习，进一步的成长，让自己不断的进步。

健身房的兄弟姐妹们，谢谢你们教会了我许多，我会用这些，努力的，自信的走下去。也希望每一个人都生活愉快，前途无量，一切都好！！！

《全民健身工作总结》

一、提高认识，加强领导

开展全民健身活动是构建和谐社会的需要和广大人民群众的迫切需求，是提高全民素质和促进“三个文明”建设的重要形式，是构建亲民、便民、利民的全民健身体系和和谐蒲江的重大举措。为此，我局按照县委、县政府20\_年全民健身活动工作的总体部署和要求，及时制定了《蒲江县财政局20\_年全民健身活动方案》，成立了由局长任组长、分管领导任副组长、各科室负责人为成员的蒲江县财政局全民健身活动领导小组，并围绕“文明成都、运动成都、活力成都”这一全民健身活动主题，认真开展了系列活动，确保了活动时间、活动内容、活动经费的落实，真正做到了认识到位、工作到位、责任到位，营造了“新体育、新生活、我运动、我健康”和“生活奔小康、身体要健康”的良好氛围，使全民健身活动开展得有声有色，进一步焕发出了全体干部职工的工作热情和工作积极性。

二、具体做法和活动开展情况

（一）切实把全民健身活动作为一项日常工作来抓。按照文广局统一部署和要求，为贯彻落实《全民健身计划纲要》、促进全民健身活动的有效开展，不断满足广大干部职工日益增强的健身需求，全面提高广大干部职工的身体素质，以健康的体魄和饱满的精神投身于工作中，以“每天锻炼一小时、健康工作四十年、幸福生活一辈子”为目标，营造“全民健身、全民受益”、“天天健身、天天快乐”、“好体魄、好生活”、“全民健身、你我同行”的良好氛围，我们把全民健身活动工作作为一项重要任务来落实。一是制订活动方案。以提高广大干部职工身体素质为目标，发动广大干部职工积极参与各种形式的体育锻炼、体育活动，增强健康意识，提高身体素质，树立财政形象，提升蒲江创建文明城市水平，促进我县社会经济事业的全面发展为指导思想；从单位的工作特点和实际出发，以开展职工群众喜闻乐见的体育活动为载体，积极推进全民健身活动的有效开展，增强科学的健身意识和身体素质为工作思路，制订了《蒲江县财政局20\_年全民健身活动方案》，确定每年开展活动不少于5次，参与全面健身活动的人数不少于60%。二是健全组织体系。切实加强全民健身工作的组织领导，充分发挥工会、共青团、妇女组织的作用，成立健身活动小组，建立活动骨干队伍。形成以工会为主导，共青团、妇女组织为基础、体育爱好者为骨干、广大干部职工为主体的覆盖面广、包容量大的全民健身组织体系。三是广泛宣传发动。通过开会、发放宣传资料等形式，大张旗鼓地宣传全民健身的重要意义，宣传和普及科学、文明、有效的体育健身项目和方法，发动广大干部职工积极参加各类健身活动，提高科学健身的认识和科学健身能力。四是经费保障。在单位预算经费比较困难的情况下，打紧开支，压缩其他办公经费，挤出经费专项用于健身活动经费，为搞好活动提供了经费保障。

（二）紧扣主题，积极开展活动。今年，我局紧紧围绕“文明成都、运动成都、活力成都” 这一健身主题，组织开展了内容丰富的全民健身活动。一是积极参加县组织的各项全民健身活动，让广大干部职工感受热烈的全民健身气息，激发广大干部职工健身热情，自觉投身到全民健身活动中去。二是充分开展节日活动。利用“庆三

八、迎国庆”开展趣味运动，组织了拔河、跳绳接力赛、运球接力赛、踢毽子等趣味性体育比赛2次，为庆节日增添了气氛。三是积极开展户外活动。每季开展一次爬山活动，通过爬山，不仅增强了干部职工的体质，还磨砺了干部职工的意志，进一步焕发出不怕苦、不怕累勤奋工作的热情。

（三）支持退休职工参加体育活动。积极支持单位退休职工参加县上组织的各种体育协会，每年安排一定的经费用于退休职工体育活动。同时，还积极为退休职工外出参加体育比赛提供方便。

三、开展全民健身活动的体会

（一）领导重视，认识到位是关键。开展全民健身活动是构建和谐社会的需要和广大人民群众的迫切需求，是提高全民素质和促进“三个文明”建设的重要形式。只有领导重视，认识到位，才能真正做到工作到位、责任到位，才能真正唱响了“全民健身、全民共享”这一主旋律，才能真正营造出“新体育、新生活、我运动、我健康”和“生活奔小康、身体要健康”的良好氛围，促使全民健身活动有声有色开展。

（二）人人参与，全民共享是目的。全民健身活动需要人人参与，确保人人受益。因此，我们在制定活动方案时，要根据单位的特点和单位的实际，制定出贴近群众的健身活动项目、活动内容，才能吸引更多人参与，才能起到全民健身的效果。

（三）开展活动，经费是保障。开展全民健身活动意义非常重大，要使活动开展好，除了在组织形式上充分体现社会活动社会办和全社会参与的新思路，在具体工作中有周密计划、有周密安排外，有一定经费是开展活动的保障。

四、今后工作的努力方向

在今后的工作中，我们要进一步加强领导，统一思想，提高认识，以更好地适应群众健身要求为根本出发点。针对财政工作的实际，充分调动广大干部职工的积极性，以更加扎实和完善的措施，更丰富多彩的形式，广泛开展全民健身活动，努力营造全民健身的浓厚氛围，切实增强广大干部职工健身意识，从职能部门指导、引导、要求健身，变成了自觉健身和我要健身，不断提高广大干部职工的健康素质，更好地为构建和谐蒲江和建设全面小康社会服务。

总结过去，展望未来。为更好的发展建设好大学生健身操俱乐部，繁荣社团文化，扩大本社团在校的影响力、号召力，提高社员的积极性、主动性，现在对本学年我社的工作做一份总结。希望能在总结过去的基础上，更好的发展未来。

【20xx年健身教练工作总结一】

一个好的健身教练，可以给客人们带来更好的帮助，这也是为什么会有那么多人选择健身房的原因，因为有一个专业的健身教练在一旁指导，这样会更加有利于帮助自己塑造体形，而且还可以时刻提点自己哪些方面做得不正确，可以便于及时更改。

20xx年来，我在健身教练岗位上学习了许多，也有些许心得，现将其总结如下：

1.不断地学习

想成为一个优秀的教练，关键在于如何训练，如何成长提高自己，当教练不是一天就能成的事情，健身行业发展快，不断跟上时代的变化。才能取得成功，不断学习，培训更新新的技术，千万不能永远原地踏步。

2.多接触好的环境

保持良好心态的秘诀在于，让自己身处良好的环境，人是环境的产物，努力给自己创造良好的环境3.时间的积累很多大牌教练刚开始的时候还不如你呢，关键是他们从业时间长，跳的时间长了有经验而已。

4.关键靠自己

任何的天才，取得成功人，都是自己训练出来的。老师只是起到指引作用。

5.成功秘诀

练一万遍就比练100遍强，身体协调性性，越练越好。协调性不是天生的，是后天训练出来的。复习就能出成绩，锁定目标，专注重复

6.虚心教练

不能轻浮，不要盲目自大，勇敢接受别人的意见，完善自己。

20xx即将到来，我会根据15年的领悟，做好健身教练本职工作，不断向前!

【20xx年健身教练工作总结二】

本人回到人和健身从事私教总监工作接近一年，在这一年工作当中整体感觉得大于失。但无论从本职工作还是其他工作的角度我觉得有很大的不足，以至于工作上得过且过，畏手畏脚。首先回顾一下20xx年工作当中发现的问题。

1. 私人教练的服务意识没有改变和提高，经常会发现会员在健身区域内穿拖鞋，皮鞋，高跟鞋，不着健身服装或光膀子的违反俱乐部会员管理规定的事情，但很少或者说基本没有发现当值教练劝阻和引导。

2. 基础工作和服务没有达到俱乐部的要求，也无法令人满意，这表现在工作流程执行不到位，布置的工作完成不到位。对会员的健身专业指导和服务没有责任感。

3. 各家俱乐部的教练素质和职业素养参差不齐，这表现在教练对本职工作的感念不清晰，对俱乐部所起到的作用没有认识，新的教练加入到团队，也被老的形式迅速的同化了，从而导致教练工作态度不端正，违反俱乐部规定，影响俱乐部的品质。

4. 教练的非正常流失情况比较普遍，原因有的是教练对俱乐部的管理不适应，还有就是健身部本部门管理的原因，也有部门主管根据个人喜好的原因。

5. 有的店健身部门有销售无管理，这表现在工作重心只停留在督促教练课时销售，但很少检查教练的基础工作落实情况，对工作流程不做指导检查，工作表格填写不详细和不连续，对健身部的管理规定没有认真执行，对会员的保有工作没有跟进和监督，对销售分析没有细致的分析和指导。

6. 教练的专业技能普遍性没有提高和改进，销售没有针对性，销售的铺垫大都以和会员情感做基础而并不是靠实力打动客户。教练月平均销售会员量每人不足3人，这表明私教销售构成的会员基数比较其他城市的平均值6到8人有很大差距。

7. 健身私教销售存在误区，大多数的教练没有以达到和培养会员的训练目标的要求做计划销售安排，而是单纯的以销售为目的接触和指导会员，一旦没有形成销售便不再为之服务，从而影响了整个俱乐部会员量的保有。

8. 销售大多依赖政策，根据统计今年三月到现在8000元以上的课时销售80%都有赠卡的情况发生，赠卡从季卡到两年卡不等，这间接的造成了一线销售部门障碍，而发生的弊端也在慢慢显露出来。

9. 教练课时记录管理混乱，教练在预约和上课记录与课时卡不相符，课时卡的会员签字真实性令人担忧。这表现在离职教练在准备离职前突击签课时，教练部经理不认真审核，现有教练为了得到高提成和清课奖做课时卡的虚报。

10. 部门为了追求个人利益，在销售过程当中违背了俱乐部的管理规定，擅自修改销售政策，导致会员对销售不统一结果的疑虑，对俱乐部的销售没有信任感。

11. 与其他部门衔接与合作不到位，部门员工的相互不信任，相互抵触，相互争单，从而使会员的保有工作和客户的衍生呈现消极态势。

12. 教练部在与一线销售部门配合没有成效，教练部收集新入会会员预约体测时，没有准确的资料，或者没有新入会会员的名单，而新入会的会员确由会籍顾问私下介绍给其他教练。导致预约体测管理混乱，长期没有体测会员的教练因为不满现状而离职。教练也没有起到健身核心作用，这表现在会籍在做参观导览时遇到专业问题教练没有及时帮助解决，会籍在遇到会员升级时常常会因为教练的基本服务不到位，信息交流不到位造成会员的流失。

13. 教练在个人需求与会员的需求相对俱乐部的要求上摆不正位置，这便发生了负面的传闻，从而影响了俱乐部的声誉。

以上所发生的问题主要责任还在于我对工作的不努力，不思进取，与各店的店总主动缺少沟通和配合造成的。

对即将到来的20xx年私人教练团队的工作计划安排如下:

一月份对20xx年度各家店综合排名后三位和新加入的教练进行评估和我本人和其他教练经理对评估教练的集中培训。并把人和体适能学院建立起来，考核通过可以继续留任，考核没有通过的予以劝退。对现有教练团队的级别重新调整。针对课时卡的真实性做全面的清查工作，发现有问题的教练按当时发放提成的课时费退回俱乐部并对相应的处理。

二月对健身体系的综合整理并针对俱乐部所属各家店健身部进行强化推行，对落实不到位和执行不彻底的部门和部门成员进行评估和处罚。对现有的课时提成进行统一调整，取消课时清课奖，从而避免为了追求高提成和清课奖采取虚假课时情况的发生。

三月针对目前的状况，调整教练团队的工作状态和工作态度，主动吸收新的教练群体作为新鲜血液触动团队积极的工作。主动与其他销售部门的员工和负责人交流，听取意见，改善部门间的合作。对春季的到来与各家店经理研究和设计新的私教课时迎接新的销售。

四月制定新的销售政策以统一销售模式，针对春天的季节特点开展新的私教课程。有组织的举办会员健身趣味性比赛和活动。

五月组织优秀的教练学习当下健身市场中新的私教培训课程，扭转目前私教团队中普遍存在的销售高于专业的现状。有组织有步骤的对现有教练进行新课程的培训和考核。

六月督促各家店健身部组织会员春游活动，促进会员与教练的情感交流。对俱乐部每年安排的传统健身活动给予扶助和支撑。销售方面以夏季人们对自身的身材要求为切入点，开设形体塑造的私教课程。对长江路的店庆活动与店总和健身经理制定销售方案和活动。

七月对俱乐部所属各家店的教练做评估，实行教练的星级升降级措施。在学生假期开办暑期减肥训练营，督促和检查各家店经理的落实情况。对俱乐部承办的传统赛事做前期宣传，帮助企划部做好前期准备工作。对龙电店的店庆活动与店总和健身经理制定销售方案和活动。

八月与游泳馆和羽毛球馆做联合销售，促进各部门的私教销售，相互做到资源信息共享。

九月针对每年该时期健身人群的减少，强化对以前体测会员的跟进工作的检查，尽量避免销售的断档。对私人教练团队进行授课质量的检查，对发现的问题帮助教练在专业方面得到提高和改进。对定期的赛事活动有组织的合理的进行部署安排。

十月正值国庆和中秋的长假，也是健身市场的淡季，为了提高会员的来场率，重点检查教练对会员的授课预约情况，对以往有课但不愿意来场训练的会员敦促各家店经理做回访和调查工作，真实的了解当下私教所面临的问题，做好内功寻求解决方案。

十一月准备年度销售的铺垫策略，对各家店的销售做部署，集中全体私教团队做销售动员会。提高私教的精神面貌，为迎接新的销售任务做基础准备。对泰山店的店庆与店总和健身经理制定销售和活动方案。

十二月针对当时销售的情况和发现的问题，逐一找各店的经理和教练谈话，帮助分析并解决实际的问题。对果戈理店的店庆与店总和健身经理制定销售和活动方案。

常态工作方面:

1. 每日对所属各店健身部的健身教练的日常基础工作和行为规范进行检查和督促

2. 对俱乐部所属各店健身经理及管理人员的日常工作进行监管

3. 针对俱乐部所属各家店的健身教练和部门管理人员的情况及所发生的问题及时与该店总经理进行沟通

4. 每月不少于两次对各家店健身主管经理主持健身经理会议，研究并检查各店实际工作情况

5. 每周至少一次对各家店的工作进行核实和检查，及时解决并督促落实工作当中发现的所有问题

6. 每月至少一次对各家店的健身教练做本岗位的专业培训和职能考核

7. 对规定的被评估的健身教练进行定期的谈话，了解并改进该教练需要帮助解决的问题

8. 对各家店健身部门的岗位需要，进行人员调整，并与该店经理和相关的教练进行协调和沟通

9. 按公司的要求和规定检查各家店的实际销售情况，对违规销售操作的情况及时上报

10.导入目前市场比较先进和适合本俱乐部长远发展的健身体系，并进行与之相关的培训

11.对现有的体系和工作流程进行完善，并对各家的落实情况进行抽查，发现问题及时与该店人力经理沟通进行处罚

12.对各家店健身部所属的物品损坏情况进行检查和了解，及时与该店的相关负责人进行沟通，对修复的问题和情况及时掌握

13.掌握并了解会员对教练实际需求，对需求的情况与各教练进行分析与解决，以提高教练团队整体的专业技能和服务品质

14.对私人教练会员的投诉情况和发现的问题及时与该店的负责人沟通和解决，并上报俱乐部

15.对新兴的健身课程及时组织教练进行学习和培训

16.对新入职的健身教练和需要评估的教练进行岗位专业技能培训，并按照实际情况调整教练的工作状态

17.对工作态度不端正，没有责任心，损害俱乐部声誉和利益的教练及时评估和上报处罚

18.对各店的其他部门定期进行沟通，对反应的情况和问题与健身教练经理进行解决，使之协调好各部门的衔接与合作，促进各部门对健身部门的了解和沟通

19.发现并鼓励有潜质的的人成为本俱乐部的健身教练，引入优秀的健身教练成为我们中的一员，并对新教练试岗情况进行了解

20.协调好各店之间的健身部门工作，减少并解决问题和矛盾的产生。

【20xx年健身教练工作总结三】

20xx年就要过去了，今年是本俱乐部明确发展方向的一年，在过去的一年里，通过大家的不懈努力，俱乐部在各个方面都取得了长足的进步和可喜的成绩，俱乐部迎来了加速发展的良好契机。在这里做个简短的总结：

自“龙德”健身俱乐部20\_年成立以来，我们一直以“立足服务建体系，创新思路促发展”为宗旨，将俱乐部作为宣传和组织体育活动的阵地，为促进素质教育的实施、培养青少年体育人才、

一、正式比赛

今年我们参加了首届亚足联“中国展望——南京项目”的城市联赛，虽然，我们每年都要参加地方足协组织的相关业余联赛。但是，此次“城市联赛”严谨的管理，参赛队伍的质量和比赛的激烈程度都大大的强于以往。接近专业比赛的氛围大大激励了大家，面对强敌敢打敢拼，努力争胜，克服了年龄偏大、人员不整、水平差异较大的诸多不利因素，最终超额完成赛前既定目标，取得了第三名的好成绩。而且，吴与伦比在因伤缺席几轮的情况下，以绝对优势一举夺得联赛的“最佳射手”更加可喜可贺。

激烈比赛加强了龙德的凝聚力，增进了相互间的友谊，通过比赛结交了更多爱好足球的朋友和兄弟球队，季军的成绩进一步地提升龙德在业余足球圈中的知名度和影响力。这些都给龙德的发展提供了良好的契机。我们将面对机遇，深化细化俱乐部的运作，积极消化暴露出的问题，将俱乐部的建设带向新的高度，迎接明年新一届的城市联赛。

二、训练和练习赛

今年在联赛的间歇期间，应兄弟球队和大家的需要组织了多场友谊和队内比赛，取得了良好的效果。随着更多的交流，增进了各队之间的了解和友谊，为南京业余足球的发展和构建更加广泛和谐的业余交流圈贡献了一份力量;此类比赛，以赛代练，保持和提高了大家的状态，为“城市联赛”取得佳绩打下良好的基础;更加重要的是，缓解了追求成绩还是提倡娱乐的矛盾，练习

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！