

Prompt

ChatGPT для тренера по плаванию

**50 готовых
промптов**

для соцсетей, клиентов
и продаж

ChatGPT

YandexGPT

GigaChat

Стас Ростов

Стас Ростов

**ChatGPT для тренера по
плаванию: 50 готовых промптов
для учеников, групп и расписания**

«Автор»

2026

Ростов С.

ChatGPT для тренера по плаванию: 50 готовых промптов для учеников, групп и расписания / С. Ростов — «Автор», 2026

50 готовых промптов для тренеров по плаванию: дети и взрослые, обучение с нуля и постановка техники, индивидуальные занятия и мини-группы, аренда дорожек в бассейнах. Объявления, ответы на заявки, запись, абонементы, расписание, общение с родителями, отзывы и учёт. Что внутри: Объявления и поиск учеников; Ученики и родители; Цены, абонементы и расписание; Отзывы, учёт и рост; 5 примеров готовых ответов нейросети: объявление на Авито, подтверждение записи, расчёт цены группового занятия, ученик заболел и другие; шпаргалка из 13 фраз, чтобы быстро поправить ответ. Каждый промпт выделен рамкой: скопируйте, замените на свои и отправьте. Работает в ChatGPT, YandexGPT, GigaChat, Claude и других нейросетях.

Содержание

Как пользоваться набором	6
Содержание	7
Объявления и поиск учеников (1–12)	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Стас Ростов

**ChatGPT для тренера по плаванию:
50 готовых промптов для
учеников, групп и расписания**

ChatGPT для тренера по плаванию: 50 готовых промптов для учеников, групп и расписания

Как пользоваться набором

50 готовых промптов для тренеров по плаванию: дети и взрослые, обучение с нуля и постановка техники, индивидуальные занятия и мини-группы, аренда дорожек в бассейнах. Объявления, ответы на заявки, запись, абонементы, расписание, общение с родителями, отзывы и учёт. Промпты работают в ChatGPT, YandexGPT, GigaChat и Claude.

1. Начните с промпта №39: он соберёт описание вашей работы. Вставляйте его перед другими промптами, чтобы тексты звучали вашим голосом.

2. Замените всё в [квадратных скобках] на свои данные: город, бассейны, возраст учеников, форматы, цены, абонементы, правила переноса.

3. Правьте ответ диалогом: «короче», «вежливее», «добавь цену».

Важно. Требования к медицинской справке, допуску к воде, правила посещения и безопасности на воде уточняйте по правилам бассейна, где вы работаете, и у его администрации, а не у нейросети. Вопросы здоровья учеников — самочувствие, болезни, травмы, противопоказания — решает врач: направляйте к нему, а при угрозе жизни звоните 112. Методику и нагрузку сверяйте со своей подготовкой и программами: нейросеть может ошибиться. Условия абонементов и возврата денег сверяйте с законом о защите прав потребителей или с юристом. Не вставляйте в нейросеть ФИО, даты рождения, телефоны и сведения о здоровье учеников и их родителей.

Содержание

Объявления и поиск учеников (1–12)

1. Объявление на Авито · 2. Заголовки под запросы · 3. Объявления под отдельные форматы · 4. Карточка в Яндекс Картах и 2ГИС · 5. Фото и видео для портфолио · 6. Пост «Что взять на первое занятие» · 7. Сообщение для родительского чата · 8. Сезонные поводы · 9. Предложение для бассейна или фитнес-клуба · 10. Чем я лучше случайного тренера · 11. Видео для соцсетей · 12. Ключевые слова

Ученики и родители (13–26)

13. Первый ответ на заявку · 14. Цена без деталей · 15. Знакомство с новым учеником · 16. Подтверждение записи · 17. Отчёт родителю за месяц · 18. Перенос занятия · 19. Ребёнок боится воды · 20. Ученик заболел · 21. Возврат за пропуск · 22. Перевод в другую группу · 23. План обучения · 24. Памятка для родителей · 25. Отказ от ученика · 26. Скрипт телефонного звонка

Цены, абонементы и расписание (27–38)

27. Расчёт цены группового занятия · 28. Прайс-лист · 29. Абонементы · 30. Аренда дорожек · 31. Правила абонемента · 32. Возражение «дорого» · 33. Допродажи · 34. Почему не научиться за 2 занятия · 35. Предоплата и оплата · 36. Закупка инвентаря · 37. Расписание на неделю · 38. Повышение цен

Отзывы, учёт и рост (39–50)

39. Описание тренера · 40. Просьба об отзыве · 41. Ответ на хороший отзыв · 42. Ответ на плохой отзыв · 43. Отзывы в контент · 44. Журнал учеников · 45. Повторные клиенты · 46. Открытое занятие для родителей · 47. Обучение второго тренера · 48. Конкуренты · 49. План роста · 50. Разбор месяца

Примеры готовых ответов · Как получать ответы лучше · Бонус: шпаргалка «как поправить ответ»

Объявления и поиск учеников (1–12)

1. Объявление на Авито. Ты эксперт по продвижению спортивных услуг. Напиши объявление о тренере по плаванию в [город, бассейны или районы]. Кого учу: [дети с N лет, взрослые с нуля, постановка техники]. Форматы и цены: [индивидуальное занятие N минут от N #, мини-группа до N человек, абонементы]. Аренда дорожки и вход в бассейн [входят в цену / оплачиваются отдельно], справка [по правилам бассейна], опыт [лет]. Структура: заголовок до 50 знаков, 2 первые строки о главной пользе, список форматов с ценами, призыв написать возраст ученика и что он уже умеет в воде. До 1500 знаков.

2. Заголовки под запросы. Напиши 12 заголовков объявлений под запросы: «тренер по плаванию для ребёнка», «научиться плавать взрослому», «индивидуальные занятия плаванием», «техника кроля», «плавание [район]». До 50 знаков, с конкретикой (возраст, цена, район), без «лучший тренер».

3. Объявления под отдельные форматы. Составь 5 отдельных объявлений под мои форматы: [дети с нуля / взрослые с нуля / техника кроля / подготовка к соревнованиям / мини-группа]. В каждом: для кого, длительность занятия, цена от, где занимаемся. По 700 знаков.

4. Карточка в Яндекс Картах и 2ГИС. Напиши описание для Яндекс Карт и 2ГИС: кого учу, форматы, в каких бассейнах занимаемся, что нужно для записи [справка по правилам бассейна], часы связи. До 1000 знаков, первые 2 строки самые важные.

5. Фото и видео для портфолио. Составь план из 8 кадров для объявления и соцсетей: бассейн и дорожка, инвентарь, тренер на бортике, ученики в процессе (только со спины или с письменного согласия, детей — с согласия родителей), прогресс «первое занятие и через месяц». Для каждого кадра: что он показывает. Съёмку согласую с правилами бассейна.

6. Пост «Что взять на первое занятие». Напиши пост: что взять с собой [мой список], какая справка нужна [требования бассейна], когда приходить [за сколько минут], как настроить ребёнка [мои советы]. До 1200 знаков, по пунктам. Сверю с правилами бассейна.

7. Сообщение для родительского чата. Напиши сообщение для чата школы, детского сада или района [название], где разрешена реклама: кто я, кого учу, где занимаемся, ближайшие свободные места [данные], пробное занятие [условия, если есть]. До 500 знаков, без навязчивости.

8. Сезонные поводы. Предложи 6 поводов на [месяцы]: научиться плавать до лета и поездки на море, начало учебного года, подарочный сертификат к Новому году, каникулы, взрослым — новый год с новой привычкой. Для каждого: идея и текст до 300 знаков. Скидки только из моих условий: [какие готов дать].

9. Предложение для бассейна или фитнес-клуба.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.