



PROF DE FITNESS

Le professeur de fitness suit la même formation qu'un coach sportif mais choisit le mention Cours Collectifs

Son rôle tient principalement à dispenser des cours collectifs et favoriser le développement de la pratique sportive par des stages de remise en forme.

Le prof de fitness doit faire preuve d'endurance physique. En moyenne il peut donner 15 heures de cours par semaine où il devra faire les cours comme ses clients. C'est un métier où la bonne humeur et la forme physique doit être présentes tous les jours

Les

compétences :

comprendre les besoins des clients, sens des responsabilités, adaptabilité, bon relationnel, bonne condition physique

Les structures :

salle de fitness, à son compte chez le particulier, les hôtels ou entreprises

Formation :

**BPJEPS AF
Mention Cours
Collectifs**

**Diplôme reconnu
par le ministère
des sports
(DRJSCS)**

INFORMATION AU

04 99 58 80 41

Pour vous accompagner
dans votre projet

marie.peyrache@mucformation.fr

BPJEPS Activés de la forme mention Haltérophilie / Musculation

Conditions d'entrée :

- Avoir 18 ans
- Certificat médical de non contraindication à la pratique sportive
- PSC1

Tests de sélection :

TEP: Test d'endurance Luc Léger (Niveau 7 atteint pour les femmes, Niveau 9 atteint pour les hommes)

Epreuve de démonstration technique de 60 min (échauffement, STEP, renforcement musculaire).
Etre capable de mémoriser et reproduire un enchaînement simple

Épreuves de sélection: une épreuve écrite (rédaction d'une dissertation d'une heure), une épreuve orale (20 minutes pour présenter son projet professionnel, sa motivation à suivre la formation, sa connaissance du diplôme et du secteur...).

Programme de formation :

- Encadrer tout public, dans tout lieu et toute structure
- Mettre en œuvre un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure
- Concevoir une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme
- Mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage dans l'option « cours collectifs »

La pédagogie : Cours théorique, mise en situation professionnelle, groupe de travail, cours individualisé, formateurs qualifiés, outils numériques collaboratifs

Les lieux de formation : Nîmes

Les financements :

Nîmes : PRF, Compte Personnel de Formation, contrat de professionnalisation, AGEFIPH, financement individuel, PEC