BPJEPS Activités de la Forme Cours Collectifs et Haltérophilie Musculation spécialité Alimentation du sportif

Financement

Formation professionnelle continue
Non conventionnée / sans dispositif

Organisme responsable et contact

EURO FITNESS FEDERATION
HERNANDEZ MANON
07.86.41.51.80
administration@euro-fitness-
federation.eu

Accès à la formation

Publics visés :

Demandeur d'emploi
Jeune de moins de 26 ans
Personne handicapée
Salarié(e)
Actif(ve) non salarié(e)

Sélection :

Dossier
Tests
Entretien

Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

Conditions d'accès :

Les conditions d'accès à la formation sont : - d'être âgé(e) de 18 ans à la fin de formation - d'être titulaire d'une attestation de formation relative au secourisme, - de satisfaire aux Tests d'Exigences Préalables (TEP) à l'entrée en formation, communs à tous les organismes de formation, - de satisfaire aux tests de sélection mis en place par Euro Fitness Fédération. Avoir transmis le dossier d'inscription dans les délais impartis: - un règlement pour les frais administratifs, - une photocopie d'une pièce d'identité en cours de validité (recto/verso), - une attestation sur l'honneur de non condamnation en respect du Code du Sport (Article L 212-9), - une attestation de recensement ou un certificat individuel de participation à la journée de défense et citoyenneté pour les personnes de moins de 25 ans, - la photocopie des diplômes justifiant des dispenses ou des équivalences, - la photocopie d'une attestation de formation relative au secourisme en cours de validité (AFPS, PSC1, PSE1, PSE2, AFGSU niveau 1 ou niveau 2, SST), - un certificat médical de non contre-indication à la pratique et à l'encadrement des activités de la forme, d'haltérophilie et de musculation datant de moins de 12 mois, - une attestation d'assurance individuelle ou de responsabilité civile couvrant les accidents personnels, les activités durant les épreuves de sélection et en cas d'admission durant la formation (activités sportives, déplacements, etc.), - pour les personnes en situation de handicap, l'avis d'un médecin agréé par la Fédération Française Handisport ou par la Fédération Française de Sport Adapté ou désigné par la commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées sur la nécessité d'aménager le cas échéant la formation ou les épreuves certificatives selon la certification visée, - un curriculum vitae

Prérequis pédagogiques :

Le candidat devra avoir validé les TEP (tests d'exigences préalables à l'entrée en formation): Option « Cours Collectifs » : - épreuve n° 1 : Test navette « Luc Léger » : palier 7 (réalisé) pour les femmes et palier 9 (réalisé) pour les hommes, - épreuve n° 2 : Le (la) candidat(e) réalise une épreuve de démonstration technique de 60 minutes au total, comprenant 10 minutes d'échauffement collectif, 20 minutes de passage en STEP à un rythme de 128 à 132 battements par minute dont 2 minutes de retour au calme, 20 minutes de passage en renforcement musculaire, 10 minutes de retour au calme sur 5 étirements. Le (la) candidat(e) reproduit les éléments techniques simples, ajuste sa prestation en fonction d'indications verbales ou gestuelles données. Il (Elle) est capable de mémoriser et de reproduire un enchaînement simple. Le protocole des tests pour l'option est présenté dans l'annexe IV liée à l'arrêté du 5 septembre 2016. Option « Haltérophilie, Musculation » : -épreuve n° 1 : Test navette « Luc Léger » : palier 7 (réalisé) pour les

femmes et palier 9 (réalisé) pour les hommes, -épreuve n° 2 : Le (la) candidat(e) réalise une épreuve de démonstration technique composée des exercices : squat, traction et développé couché (10 minutes de récupération minimum entre chaque mouvement et chaque exercice). Le protocole des tests pour l'option est présenté dans l'annexe IV liée à l'arrêté du 5 septembre 2016. Le candidat sera alors soumis aux tests de sélection: Le (la) candidat(e) sera convoqué (e) pour la rédaction d'un écrit dans lequel il (elle) s'exprimera sur différentes thématiques sportives et son parcours personnel. Observables : Soins apportés à la présentation structure et plan de la rédaction construction des phrases (sujet, verbe, complément, ponctuation, etc.), orthographe et grammaire. Le (la) candidat(e) s'entretiendra enfin pendant 15 à 20 minutes avec le jury pour exposer ses motivations personnelles et répondre aux questions posées par le jury. Observables : Exposé des motivations, attitudes du candidat, expression orale. Une attention particulière est apportée au projet professionnel du (de la) candidat(e).

Contrat de professionnalisation possible ?

Oui

Objectif de la formation

Le Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport, spécialité « Educateur Sportif », mention « Activités de la Forme », diplôme de niveau IV, confère à son titulaire les compétences relatives à l'encadrement de différents publics à travers la prise en charge de pratiquants sur plateau de musculation et l'animation de cours collectifs en musique. L'éducateur sportif exerce en autonomie son activité d'animation, en utilisant les supports techniques liés à ses activités, dans des cadres réglementaires. Il est responsable au plan pédagogique et assure la sécurité des tiers et des publics dont il a la charge. Il peut exercer sa profession dans des structures commerciales, associatives ou bien en tant que travailleur indépendant auprès d'une clientèle particulière. L'objectif de la formation est de permettre au stagiaire de développer ses connaissances, ses compétences et ses savoir-faire pour encadrer en toute sécurité Intégrer les compétences spécifiques liées à l'encadrement du functional training, de l'haltérophilie, de la musculation. Mais également être capable de faire une analyse complète et un accompagnement de l'alimentation du sportif.

Contenu et modalités d'organisation

Unité Capitalisable (UC) 1 : Encadrer tout public dans tout lieu et toute structure Objectif d'Intégration (OI) 1.1 : Communiquer dans les situations de la vie professionnelle OI 1.2 Prendre en compte les caractéristiques des publics dans leurs environnements dans une démarche d'éducation à la citoyenneté OI 1.3 Contribuer au fonctionnement d'une structure UC 2 Mettre en œuvre un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure OI 2.1 Concevoir un projet d'animation OI 2.2 Conduire un projet d'animation OI 2.3 Evaluer un projet d'animation UC 3 Concevoir une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des Activités de la Forme OI 3.1 Concevoir la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage OI 3.2 Conduire la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage OI 3.3 Evaluer la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage UC 4B Mobiliser les techniques de la mention des Activités de la Forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage jusqu'au 1er niveau de compétition fédérale dans l'option « Haltérophilie, Musculation » OI 4B.1 Conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option OI 4B.2 Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option OI 4B.3 Garantir des conditions de pratique en sécurité OIC FT 1 Encadrer des pratiquants en small group OIC FT 2 Animer les nouvelles activités émergentes du cross training OIC FT 3 Maîtriser les techniques du functional training OIC FT 4 Utiliser les outils et le matériel spécifique à la discipline OIC NS 1 Définir les besoins en macro et micronutrition OIC NS 2 Analyser les habitudes alimentaires et l'équilibre alimentaire OIC NS 3 Adapter les apports nutritionnels OIC NS 4 Conseiller et orienter le sportif sur son comportement alimentaire

Commentaires sur la durée hebdomadaire
Parcours de formation personnalisable ?

Selon le parcours sportif et diplômé du candidat
Oui Type de parcours Individualisé

Validation(s) Visée(s)

BPJEPS spécialité éducateur sportif mention activités de la forme option cours collectifs - Niveau 4 : *Baccalauréat (Niveau 4 européen)*
BPJEPS spécialité éducateur sportif mention activités de la forme option haltérophilie, musculation - Niveau 4 : *Baccalauréat (Niveau 4 européen)*

MON COMPTE FORMATION Éligible au CPF

Et après ?

Suite de parcours

Evolution en salle de fitness en tant que salarié, statut auto-entrepreneur, création d'entreprise Concours de la fonction publique

Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00344310	du 20/09/2023 au 21/06/2024	Bordeaux (33)	EURO FITNESS FEDERATION		MON COMPTE FORMATION	FPC
00424737	du 15/01/2024 au 17/12/2024	Bordeaux (33)	EURO FITNESS FEDERATION		MON COMPTE FORMATION	FPC
00424769	du 15/01/2024 au 17/12/2024	Bordeaux (33)	EURO FITNESS FEDERATION		Non éligible	Contrat pro
00447886	du 18/09/2024 au 20/06/2025	Bordeaux (33)	EURO FITNESS FEDERATION		MON COMPTE FORMATION	FPC
00447887	du 18/09/2024 au 20/06/2025	Bordeaux (33)	EURO FITNESS FEDERATION		Non éligible	Contrat pro

00523540du 13/01/2025 au
16/12/2025

Bordeaux (33)

**EURO FITNESS
FEDERATION****MON
COMPTE
FORMATION**

FPC

00523755du 13/01/2025 au
16/12/2025

Bordeaux (33)

**EURO FITNESS
FEDERATION**Non
éligibleContrat
pro**00580311**du 17/09/2025 au
19/06/2026

Bordeaux (33)

**EURO FITNESS
FEDERATION**Non
éligibleContrat
pro**00580310**du 17/09/2025 au
19/06/2026

Bordeaux (33)

**EURO FITNESS
FEDERATION****MON
COMPTE
FORMATION**

FPC