

CQP instructeur fitness - option B**Financement**Formation professionnelle continue
Non conventionnée / sans dispositif**Organisme responsable et contact**INSED FITNESS SCHOOL
De Carvalho Martinhita Christophe
06.12.04.59.04
insedformation@gmail.com**Accès à la formation****Publics visés :**Demandeur d'emploi
Jeune de moins de 26 ans
Personne handicapée
Salié(e)
Actif(ve) non salarié(e)**Sélection :**Tests
Entretien
Inscription directe ou par un conseiller
en insertion professionnelle**Niveau d'entrée requis :**

Sans niveau spécifique

Conditions d'accès :A minima, les candidats et candidates doivent avoir au moins 18 ans avant les évaluations finales de fin de formation et doivent : - Être titulaire d'un diplôme de secourisme : SST ; PSC1, AFGSU, - Fournir avant l'entrée en formation un certificat médical de non contre-indication à la pratique du Fitness en cours collectifs et/ou de la musculation - Satisfaire aux tests physiques organisés par les organismes de formation. Pour plus d'information, consulter notre site internet pour avoir plus d'information : <https://www.school.insed.fr>**Prérequis pédagogiques :**

Non renseigné

Contrat de professionnalisation possible ?

Non

Objectif de la formation

Le développement du fitness est continu depuis une décennie: ces quatre dernières années, la fréquentation des salles de fitness a progressé de 20%. Face à la demande croissante, les salles de fitness ont des difficultés à recruter leurs personnels. Le marché du fitness a besoin de cette certification. Le CQP Instructeur Fitness est un diplôme RNCP reconnu au niveau européen. L'objectif de cette formation est de vous permettre d'exercer le métier de coach sportif.

Contenu et modalités d'organisation

La formation comporte un tronc commun avec 4 unités de compétences et des contenus spécifiques à l'option Musculation et Personal Training avec 2 unités de compétences. Les 6 blocs de compétences doivent être validés pour obtenir le titre « CQP Instructeur Fitness ». Les programmes sont plus spécifiquement liés à ces activités. Ils sont centrés sur la pédagogie et les techniques propres à l'option Musculation et Personal Training : techniques de musculation, pédagogie des cours en small group, renforcement musculaire, cardio, animer une séance d'entraînement ou un cours en small group...

Commentaires sur la durée hebdomadaire

Parcours de formation personnalisable ?

Parcours personnalisable en fonction des diplômes déjà obtenus.

Oui

Type de parcours

Individualisé

Validation(s) Visée(s)**CQP instructeur fitness option musculation et personal training - Niveau 3 : CAP, BEP (Niveau 3 européen)****MON COMPTE FORMATION** Éligible au CPF**Et après ?**

Suite de parcours

Non renseigné**Calendrier des sessions**

| Numéro Carif | Dates de formation | Ville | Organisme de formation | Type d'entrée | CPF | Modalités |
|--------------|-----------------------------|---------------|------------------------|---------------|----------------------|-----------|
| 00375060 | du 02/10/2023 au 27/12/2023 | Bordeaux (33) | INSED FITNESS SCHOOL | | MON COMPTE FORMATION | FPC |
| 00404806 | du 02/01/2024 au 26/03/2024 | Floirac (33) | INSED FITNESS SCHOOL | | MON COMPTE FORMATION | FPC |
| 00428304 | du 02/04/2024 au 28/06/2024 | Floirac (33) | INSED FITNESS SCHOOL | | MON COMPTE FORMATION | FPC |

| | | | | | |
|-----------------|--------------------------------|--------------|---------------------------------|-------------------------------------|------------|
| 00486343 | du 02/09/2024 au 29/11/2024 | Bidart (64) | INSED FITNESS SCHOOL | MON COMPTE FORMATION | FPC |
| 00438652 | du 02/09/2024 au 29/11/2024 | Floirac (33) | INSED FITNESS SCHOOL | MON COMPTE FORMATION | FPC |
| 00486314 | du 06/01/2025 au 07/04/2025 | Floirac (33) | INSED FITNESS SCHOOL | MON COMPTE FORMATION | FPC |
| 00512185 | du 06/01/2025 au 07/04/2025 | Bayonne (64) | INSED FITNESS SCHOOL | MON COMPTE FORMATION | FPC |
| 00532482 | du 14/04/2025 au 28/07/2025 | Floirac (33) | INSED FITNESS SCHOOL | MON COMPTE FORMATION | FPC |
| 00532483 | du 14/04/2025 au 28/07/2025 | Bayonne (64) | INSED FITNESS SCHOOL | MON COMPTE FORMATION | FPC |
| 00569549 | du 09/01/2025 au 11/04/2025 | Floirac (33) | INSED FITNESS SCHOOL | MON COMPTE FORMATION | FPC |