

Instructeur fitness H/F

Tous les métiers sont mixtes



Formation accessible aux personnes en situation de handicap

CQP INSTRUCTEUR FITNESS

Options A (Cours collectifs) et B (Musculatation et Personal training)

Certificat de niveau 3 (RNCP)
Formation non éligible à l'apprentissage
Profession réglementée

DURÉE DE FORMATION

Deviens coach sportif en 6 mois :

Option A (5 mois) ou B (4 mois)

Option A et B (6 mois)

MÉTIERS VISÉS

Instructeur, coach sportif,
moniteur...

ILS RECRUTENT

Salles de remise en forme,
associations et clubs sportifs, centres
de soins, centres de vacances...

OBJECTIFS

- Accueillir les publics dans une structure de fitness,
- Utiliser les fondamentaux du marketing et de la communication à des fins de promotion et de développement d'une structure de fitness,
- Conduire une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans un programme de mise en forme,
- Mobiliser les techniques de la musculatation ou des cours collectifs pour mettre en oeuvre une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage.

LA FORMATION

MODALITÉS DE FORMATION : *présentiel / distanciel.*

UC 1 : Maîtriser les règles de sécurité et les dispositifs pour agir en cas d'accident dans une structure de fitness

UC 2 : Accueillir les publics dans une structure de fitness

UC 3 : Identifier les fondamentaux scientifiques et nutritionnels nécessaires à la conduite de l'exercice professionnel du fitness en toute sécurité

UC 4 : Utiliser les fondamentaux du marketing et de la communication à des fins de promotion et de développement d'une structure de fitness

UC 5A : Choisir et mettre en œuvre une pédagogie adaptée en cours collectifs pour une pratique des publics en toute sécurité

UC 5B : Choisir et mettre en œuvre une pédagogie adaptée en musculation et personal training pour une pratique des publics en toute sécurité

UC 6A : Utiliser des techniques en cours collectifs appropriées pour une pratique des publics en toute sécurité

UC 6B : Utiliser des outils et des techniques en musculation et personal training pour une pratique des publics en toute sécurité

PUBLIC CONCERNÉ

Tous publics

Étudiants, demandeurs d'emploi, reconversion professionnelle, bénévoles d'associations, personnes en situation de handicap...

PRÉ-REQUIS ET MODALITÉS D'ACCÈS

- Être âgé de 18 ans au jour de la certification
- Avoir validé un moyen de financement pour la formation,
- Produire un certificat médical (disponible sur notre site internet),
- Être titulaire d'un diplôme de secourisme,
- Satisfaire aux tests d'entrée en formation

ÉVALUATION

- Après un parcours de formation complet,
- Par certification des 6 UC.

TARIFS

Coût de la formation : 15€ / heure

- Option A ou B : **3 975€ ***
- Options A et B : **6 600€ ***

Financements possibles :

CPF, Pôle emploi, OPCO, AGEFICE / FIFPL, financement personnel, contrat de professionnalisation...

* Allègements possibles selon profil

BESOIN D'INFOS ?

FORMASAT

02. 38. 49. 88. 10

Développeur de l'alternance

06. 72. 16. 69. 97

Réfèrent handicap

02. 38. 49. 35. 94

LE CQP

L'ACCESSIBILITÉ À LA FORMATION
POUR TOUS...

#EMPLOIS
#FORMATIONPRO

