



Le Certificat de Qualification Professionnelle Instructeur Fitness

Option Musculation et Personal Training

Formation courte et certifiante de 3 mois pour travailler dans le domaine des Activités de la Forme

Êtes-vous un adepte passionné des activités physiques et sportives axées sur la remise en forme (musculation) ? Obtenez une certification de premier niveau qui vous ouvrira les portes d'une carrière dans les clubs sportifs !

Les objectifs de la formation

- Assurer l'animation d'un plateau de musculation
- Démontrer des techniques et gestuelles stimulant des qualités physiques
- Proposer des programmations d'entraînements adaptés aux objectifs du public concerné
- Assurer des cours de musculation et/ou renforcement musculaire
- Suivre individuellement une personne dans un programme de mise en forme
- Garantir la sécurité des pratiquants

Programme de la formation

Modules transverses

- UC1 : Maîtriser les règles de sécurité et les dispositifs pour agir en cas d'accident dans une structure de fitness
- UC2 : Accueillir les publics dans une structure de fitness
- UC3 : Identifier les fondamentaux scientifiques et nutritionnels nécessaires à la conduite de l'exercice professionnel du fitness en toute sécurité
- UC4 : Utiliser les fondamentaux du marketing et de la communication à des fins de promotion et de développement d'une structure de fitness

Modules option « Musculation et Personal Training » :

- UC5 : Choisir et mettre en œuvre une pédagogie adaptée en musculation et Personal Training pour une pratique des publics en toute sécurité
- UC6 : Utiliser des outils et des techniques en musculation et Personal Training pour une pratique des publics en toute sécurité

Coût de la scolarité 2023/2024

- Financement personnel :
1 option : 3 790€
- Financement par un organisme :
1 option : 14,30€/h

Planning de formation

- Option « Musculation et Personal Training »
Début le 11 septembre 2023 et fin le 29 décembre 2023

Lieux de formation

- Chasseneuil-du-Poitou

Rythme d'alternance

- L'alternance se déroule sur 2 jours/semaine en organisme de formation et 3 jours/semaine en structure d'accueil

Prérequis

- Avoir 18 ans lors du jury de certification
- Être titulaire du PSC1
- Présenter un certificat médical de non contre-indication à la pratique des « Activités de la Forme » datant de moins d'un an à la date d'entrée en formation
- Satisfaire les tests de sélection de GYMCHAFT ACT IN CAMPUS

Certificat de Qualification Professionnel Instructeur Fitness (CQP IF), pour quoi faire ?

Le titulaire du CQP Instructeur Fitness exerce ses fonctions au sein de structures publiques ou privées dans le champs des activités du fitness dont notamment :

- des collectivités locales ;
- des associations sportives ;
- des clubs de remise en forme
- des établissements d'activités physiques et sportives divers intégrant les activités physiques ou sportives comme activités de prévention pour la santé et les conduites à risque ;
- d'une façon générale, dans toute structure promouvant les activités physiques ou sportives (structures de vacances, bases de loisir, hôtellerie de plein air, comités d'entreprise, centres de formation, structures culturelles ou de loisirs ...).

A l'issue de ce CQP, les BPJEPS et DEJEPS sont des poursuites de parcours possibles.



Les + proposés par GYMCHAFT ACT'IN CAMPUS :

Nous vous proposons une formation clé en main comprenant :

- Le passage du PSC1 en entrée ou en cours de formation
- Mise à disposition d'une structure après l'obtention du diplôme permettant d'exercer les activités professionnelles
- Une suivi à 6 mois post formation (groupe d'accompagnement dédié)
- Formation sur l'entreprenariat (incluant une aide à la création d'entreprise)

Plus d'informations au
06.42.96.31.13 / 06.99.43.29.16
contact@campusgmc.com



Le Certificat de Qualification Professionnelle Instructeur Fitness

Option Cours Collectifs

Formation courte et certifiante de 3 mois pour travailler dans le domaine des Activités de la Forme

Êtes-vous un adepte passionné des activités physiques et sportives axées sur la remise en forme (cours collectifs) ?
Obtenez une certification de premier niveau qui vous ouvrira les portes d'une carrière dans les clubs sportifs !

Les objectifs de la formation

- Assurer l'animation d'un plateau de musculation
- Démontrer des techniques et gestuelles stimulant des qualités physiques
- Proposer des programmations d'entraînements adaptés aux objectifs du public concerné
- Assurer des cours de musculation et/ou renforcement musculaire
- Suivre individuellement une personne dans un programme de mise en forme
- Garantir la sécurité des pratiquants

Programme de la formation

Modules transverses

- UC1 : Maîtriser les règles de sécurité et les dispositifs pour agir en cas d'accident dans une structure de fitness
- UC2 : Accueillir les publics dans une structure de fitness
- UC3 : Identifier les fondamentaux scientifiques et nutritionnels nécessaires à la conduite de l'exercice professionnel du fitness en toute sécurité
- UC4 : Utiliser les fondamentaux du marketing et de la communication à des fins de promotion et de développement d'une structure de fitness

Modules option « Cours Collectifs » :

- UC5 : Choisir et mettre en œuvre une pédagogie adaptée en cours collectifs pour une pratique des publics en toute sécurité
- UC6 : Utiliser techniques en cours collectifs appropriées pour une pratique des publics en toute sécurité

Coût de la scolarité 2023/2024

- Financement personnel :
1 option : 3 790€
- Financement par un organisme :
1 option : 14,30€/h

Planning de formation

- Option « Cours Collectifs »
Début le 11 septembre 2023 et fin le 29 décembre 2023

Lieux de formation

- Chasseneuil-du-Poitou

Rythme d'alternance

- L'alternance se déroule sur 2 jours/semaine en organisme de formation et 3 jours/semaine en structure d'accueil

Prérequis

- Avoir 18 ans lors du jury de certification
- Être titulaire du PSC1
- Présenter un certificat médical de non contre-indication à la pratique des « Activités de la Forme » datant de moins d'un an à la date d'entrée en formation
- Satisfaire les tests de sélection de GYMCHAFT ACT IN CAMPUS

Certificat de Qualification Professionnel Instructeur Fitness (CQP IF), pour quoi faire ?

Le titulaire du CQP Instructeur Fitness exerce ses fonctions au sein de structures publiques ou privées dans le champs des activités du fitness dont notamment :

- des collectivités locales ;
- des associations sportives ;
- des clubs de remise en forme
- des établissements d'activités physiques et sportives divers intégrant les activités physiques ou sportives comme activités de prévention pour la santé et les conduites à risque ;
- d'une façon générale, dans toute structure promouvant les activités physiques ou sportives (structures de vacances, bases de loisir, hôtellerie de plein air, comités d'entreprise, centres de formation, structures culturelles ou de loisirs ...).

A l'issue de ce CQP, les BPJEPS et DEJEPS sont des poursuites de parcours possibles.



Les + proposés par GYMCHAFT ACT'IN CAMPUS :

Nous vous proposons une formation clé en main comprenant :

- Le passage du PSC1 en entrée ou en cours de formation
- Les tests d'entrée
- La formation
- Une salle de sport partenaire pour les heures à réaliser en entreprise
- Une suivi à 6 mois post formation

Plus d'informations au
06.42.96.31.13 / 06.99.43.29.16
contact@campusgmc.com