



Quel diplôme
Pour devenir :

PROFESSEUR DE FITNESS

DE MUSCULATION / MONITEUR DE GYM / COACH SPORTIF /
PRÉPARATEUR PHYSIQUE ?



BPJEPS* ACTIVITÉS GYMNiques DE LA FORME ET DE LA FORCE

➔ VERS QUELS MÉTIERS ?

Le professeur de fitness, de musculation intervient le plus souvent en centre de remise en forme du secteur commercial ou associatif, pour encadrer des séances collectives ou individuelles, avec ou sans musique, visant l'activation cardio-vasculaire, le renforcement musculaire, la détente, la préparation physique. Ce professionnel dispense des conseils personnalisés, initie à des techniques sportives (*haltérophilie*). Il se tient informé de l'évolution des pratiques nouvelles sous l'effet des modes.

Le coach sportif encadre les mêmes activités mais sur des séances individuelles et exerce à son compte.

Le moniteur de gym encadre les activités gymniques acrobatiques ou d'expression avec ou sans engin en général pour des licenciés de clubs sportifs.

Le préparateur physique intervient dans l'entraînement de sportifs (*planification, mise en oeuvre et suivi*).

En dehors de l'animation des cours, les professionnels peuvent assurer des activités d'accueil du public, de commercialisation, de suivi clientèle.

Le public encadré :
Il intervient auprès de personnes de tout âge, de toute personne faisant l'objet de préconisation particulière en rapport avec un handicap ou un problème de santé.



ORGANISATION DE LA FORMATION

- La formation, proposée par un organisme habilité, **se déroule en alternance**.
- Chaque stagiaire doit être accueilli ou salarié dans une structure en lien avec sa mention, et sous la responsabilité d'un tuteur qualifié, afin de développer les compétences professionnelles visées.
- L'organisation et la durée de la formation sont variables en fonction des organismes (en moyenne 600h en centre, 500h en structure, réparties sur 10 à 24 mois).

La formation s'articule autour de :

- **10 Unités Capitalisables (UC) ;**
 - > **Les UC 7, 8 et 9** représentent la mention,
 - > **4 mentions sont possibles** : Activités gymniques acrobatiques - Activités gymniques d'expression - Forme en cours collectifs - Halteres, musculation et forme sur plateau. Un candidat peut en choisir une ou plusieurs en fonction de son projet professionnel.
- **trois grands domaines de compétences** :
 - > **contribuer** au fonctionnement de la structure,
 - > **encadrer** tout type de public en sécurité,
 - > **concevoir et conduire** des cycles d'initiation et d'apprentissage.

LES CONDITIONS D'ACCÈS

- **Une à trois épreuves physiques** selon la mention (Les titulaires d'un diplôme fédéral sont dispensés de ces épreuves).
- **Une attestation de formation aux premiers secours et un certificat médical** de non contre-indication à la pratique sportive datant de moins de trois mois.
- **Épreuves de sélection** de l'organisme de formation : écrite, orale et/ou physique.

RÉGLEMENTATION

LES CONDITIONS ET LES LIMITES D'EXERCICE POUR UN TITULAIRE DU BPJEPS AGFF

- Initiation et découverte des activités de sa mention.

POSSIBILITÉ D'OBTENIR UNE QUALIFICATION COMPLÉMENTAIRE :

- > **Unité Capitalisable Complémentaire** (exemple : gymnastique acrobatique, direction d'un accueil collectif de mineurs).
- > **Certificat de Spécialisation** (exemple accompagnement et intégration des personnes en situation de handicap, activités athlétiques).

INSCRIPTION

- Début des formations généralement en septembre.
- Sélections réalisées plusieurs semaines en amont.
- Dossier d'inscription à retirer directement auprès des organismes de formation.

ATTENTION : les démarches pour la prise en charge financière de la formation doivent être largement anticipées.

FINANCEMENT

Les aides au financement dépendent du statut du stagiaire.

- > **Salarié** : Organismes Paritaires Collecteurs Agréés (OPCA).
- > **Demandeur d'emploi** : Pôle emploi, Conseil Régional, financements privés.
- > **Apprentis** : en fonction des formations (réservé aux jeunes de moins de 26 ans).

D'autres aides sont possibles, renseignez-vous auprès des organismes de formation.

➔ POUR EN SAVOIR PLUS :

Offre de formation régionale : www.centre.drjscs.gouv.fr
Réglementation des diplômes / offre de formation nationale : www.sports.gouv.fr