



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](http://www.centre.drjscs.gouv.fr)  
Réglementation des diplômes / offre de formation nationale : [www.sports.gouv.fr](http://www.sports.gouv.fr)