

# LES INSCRIPTIONS

Les dossiers d'inscription sont à retirer sur place ou envoyés par e-mail sur demande.

## PRÉREQUIS

- Satisfaire aux épreuves de sélection,
- Être titulaire du PSC1 ou SST en cours de validité, ou diplôme équivalent,
- 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.

## SÉLECTIONS

- **Tests d'Exigences Préalables à l'entrée en formation (TEP)** : test d'endurance et démonstration technique.
- **Tests de sélection de SPE FORMATION** : épreuve écrite et entretien

## DISPENSES ET ÉQUIVALENCES

Nous consulter.

Les personnes reçues bénéficient d'un positionnement permettant de mettre en place un parcours individualisé de formation.

## FINANCEMENTS

- Contrat d'apprentissage
- Contrat de professionnalisation
- CPF ou CPF Transition Professionnelle
- En autofinancement + aide au financement SESAME
- RÉGION
- Pôle Emploi

Nous proposons une étude personnalisée concernant le financement de votre formation.



## CONTACT

**SPE FORMATION**  
6 rue de la Pantarelle  
12000 Rodez

05 65 68 30 13  
Email : [contact@spe-formation.com](mailto:contact@spe-formation.com)

[www.spe-formation.com](http://www.spe-formation.com)



Projet cofinancé par le Fond Social Européen

**BPJEPS** BREVET PROFESSIONNEL DE  
LA JEUNESSE, DE L'ÉDUCATION  
POPULAIRE ET DU SPORT

DEVENEZ  
PROFESSEUR DE FITNESS  
COACH SPORTIF

## ACTIVITÉS DE LA FORME

Options  
**Cours Collectifs**  
**Haltérophilie, Musculation**



**SPE FORMATION**  
Organisme de Formation - CFA

# LE MÉTIER

L'éducateur sportif dans les activités de la forme exerce en autonomie. Il est responsable de son action au plan pédagogique, technique et organisationnel. Il pourra occuper des postes de conseiller sportif spécialisé dans l'animation de cours collectifs, dans l'accompagnement personnel, éducateur sportif, moniteur, coach, entraîneur, responsable d'équipe d'animation, mais aussi participer au fonctionnement de la structure et mettre en place des projets.

# LE DIPLÔME



Diplôme d'Etat de niveau 4 reconnu par le Ministère chargé des Sports. Il atteste des compétences à encadrer et conduire des actions d'animation dans le domaine des activités de la forme en autonomie et en sécurité. Le titulaire du BPJEPS AF est un éducateur spécialiste dans le secteur de la remise en forme et du fitness. Il répond aux besoins de la clientèle dans le domaine des activités individuelles telles que le cardio-training, la musculation, le renforcement musculaire, les étirements et parfois la balnéo-détente et dans l'animation des cours collectifs STEP, LIA ou cours à concept (Les Mills, Pilates, Zumba, ...)

# LA FORMATION

Elle respecte le principe de l'alternance avec 798 heures de formation en centre et 434 heures en entreprise : formation par capitalisation de 4UC permettant d'acquérir les compétences professionnelles dans le domaine des activités de la forme. Elle se déroulera dans les locaux de SPE Formation à Rodez.

# LE CONTENU



## UNITÉS CAPITALISABLES TRANSVERSALES

### UC1 : ENCADRER TOUT PUBLIC DANS TOUT LIEU ET TOUTE STRUCTURE

- communiquer dans les situations de la vie professionnelle.
- prendre en compte les caractéristiques des publics dans leurs environnements dans une démarche d'éducation et de citoyenneté.
- contribuer au fonctionnement d'une structure.

### UC2 : METTRE EN OEUVRE UN PROJET D'ANIMATION S'INSCRIVANT DANS LE PROJET DE LA STRUCTURE

- concevoir, conduire et évaluer un projet d'animation.

## UNITÉS CAPITALISABLES DE MENTION

### UC3 : CONDUIRE UNE SÉANCE, UN CYCLE D'ANIMATION OU D'APPRENTISSAGE DANS LE CHAMP DES « ACTIVITÉS DE LA FORME »

- concevoir, conduire et évaluer la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage.

### UC4 a) : COURS COLLECTIFS : **mobiliser les techniques de la mention des « activités de la forme » pour mettre en oeuvre une séance ou un cycle d'apprentissage**

- conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option.
- maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option.
- garantir des conditions de pratique en sécurité.

### UC4 b) : HALTÉROPHILIE, MUSCULATION : **mobiliser les techniques de la mention des « activités de la forme » pour mettre en oeuvre une séance ou un cycle d'apprentissage jusqu'au 1<sup>er</sup> niveau de compétition fédérale**

- conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option.
- maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option.
- garantir des conditions de pratique en sécurité.



# LES OPTIONS

## COMPÉTENCES SPÉCIFIQUES

### « COURS COLLECTIFS »

- Encadrer et conduire des actions d'animation en cours collectifs.
- Activités des cours collectifs
- Activités cardio-vasculaires
- Activités de renforcement et d'étirement musculaires

## COMPÉTENCES SPÉCIFIQUES

### « HALTÉROPHILIE MUSCULATION »

- Encadrer et conduire des actions d'animation en haltérophilie et musculation jusqu'au premier niveau de compétition fédérale en haltérophilie, musculation.
- Activités de l'haltérophilie
- Activités de la musculation ( machines, barres, altères ... )
- Activités de cardio-training (ergomètres)
- Activités de récupération ( étirements , relaxation ... )

# LE CALENDRIER

## SÉLECTIONS

Fin juin - Début juillet

## FORMATION

De septembre à juin

