



## BPJEPS Activités de la Forme Options « Haltérophilie - Musculation » & « Cours Collectifs ».

### **OBJECTIFS :**

être capable d'encadrer des publics dans le domaine des Activités de la Forme

### **Prérequis :**

- Être titulaire du SST, AFGSU, PSC1 ou AFPS à jour de recyclage.
- Satisfaire aux épreuves physiques en application du texte du 05/09/2016 modifié

### **Durée :**

La formation est basée sur le principe de l'alternance et représente un total de :

- Pour une option : 900 Heures (600 h en OF et 300 heures de stage)
- Pour deux options : 900 Heures (688 h en OF et 300 heures de stage)

### **Intervenants :**

BEJMA Rémi  
CARLIER Pierre-Yves  
DRUON Jean-François  
DUQUESNOY Audrey

### **Moyens Pédagogiques :**

Alternance de séances théoriques et pratiques  
Utilisation d'une plateforme digitale avec  
d'enseignements à distance  
Séance pratiques en structure

### **Suivi et évaluation des résultats :**

Suivi du stagiaire sur la plateforme digitale  
Questionnaires de formation continue  
Visites en structure  
Certifications des UC

### **Tarif :**

6900 € pour une option  
7820 € pour les deux options

### **Session :**

Du 23 septembre 2021 au 30 juin 2022

### **Programme :**

Positionnement : 4 heures  
Réunions informations / évaluations formatives : 19 heures  
Anatomie et physiologie générales : 30 heures  
Gestion de projet : 125 heures  
Professionnalisation : 16 heures  
Séminaire métier : 76 heures  
Planification de cycle : 32 heures  
Anatomie fonctionnelle : 84 heures  
Animation de séance : 116 heures  
Certifications : 16heures

Option Haltérophilie : 88 heures  
Découverte de la pratique  
Spécificités de la pratique dans le domaine de la conception de séances et de l'animation  
Certification option

Option Cours Collectifs : 88 heures  
Découverte de la pratique  
Spécificités de la pratique dans le domaine de la conception de séances et de l'animation  
Certification option

Date de dernière mise à jour : 02/11/2020



ARENA STADE COUVERT - Chemin des Manufactures 62800 LIEVIN

[www.so-performeo.fr](http://www.so-performeo.fr)

SIRET 819 343 724 00012