

BPJEPS Activités de la Forme

Options "*Haltérophilie - Musculation*" &/ou "*Cours Collectifs*"

OBJECTIF :

Être capable d'Encadrer des Publics dans le domaine des Activités de la Forme

PERFORMEO

125 rue Emile Zola
Résidence de France
62400 BETHUNE

www.so-performeo.fr
SIRET 819 343 724 00020

PRÉREQUIS

- Être Titulaire du SST, AFGSU, PSC1 ou AFPS à jour de recyclage.
- Satisfaire aux épreuves physiques (TEP) en application du texte du 05/09/2016 modifié.
- Certificat Médical de moins d'un an.

INTERVENANTS

- DUQUESNOY Audrey
- CARLIER Pierre-Yves
- MACKÉ Aurore
- MICHEL Arthur
- BESSE Alexandra
- JULIEN Loïc
- LEDUC Lucie
- RUSSELL Sigrid
- RAMET Sébastien

TARIFS

- 6900 € pour une option
- 7820 € pour les deux options

DATES

- LILLE : 12/03/25 au 28/11/25
- AMIENS : 18/03/25 au 28/11/25
- AMIENS : 24/09/25 au 26/06/26
- LILLE : 08/10/25 au 26/06/26

ORGANISATION DE LA FORMATION

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 h de stage)
- Pour deux options : 980 Heures (680 h en OF et 300 h de stage)

Pour la partie OF, 25% de la Formation se déroulent en Distanciel.

PROGRAMME

- Anatomie et Physiologie
- Gestion de projet
- Professionnalisation
- Séminaire métier
- Planification de Cycles
- Anatomie Fonctionnelle
- Sciences de l'Entraînement
- Animation de Séances
- Certifications

Option Haltérophilie- Musculation :

- 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 :

- Découverte de la pratique
- Spécificités de la pratique dans le domaine de la conception de séances et de l'animation
- Certification option

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Alternance de Séances Théoriques & Pratiques
- Utilisation d'une Plateforme Digitale d'Enseignements à Distance
- Séances Pratiques en Structure

SUIVI & ÉVALUATION DES RÉSULTATS

- Livret des Stagiaires & du Tuteur, Visites en Structures.
- Certifications : UC1 & 2 Concevoir un projet, UC3 Concevoir un cycle, UC4 Démonstrations Techniques & Animation de Séances.