

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

Vivalley Center

13 Chemin du Marquage

62800 LIEVIN

www.so-performeo.fr

SIRET 819 343 724 00038

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

- | | |
|-----------------------|------------------|
| • CARLIER Pierre-Yves | • JULIEN Loïc |
| • MACKÉ Aurore | • LOORIUS Julie |
| • MICHEL Arthur | • BERNA Arthur |
| • BESSE Alexandra | • RUSSELL Sigrid |

TARIFS

- 7800 € pour une option
- 8840 € pour les deux options

DATES

- AVESNES SUR HELPES : 24/09/25 au 26/06/26
- AMIENS: 24/09/2025 au 26/06/2026
- SAINT QUENTIN : 25/09/25 au 26/06/26
- SOISSON : 01/10/25 au 26/06/26
- LILLE : 08/10/25 au 26/06/26
- DUNKERQUE : 15/10/25 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, 30% de la Formation se déroulent en Distanciel.

PROGRAMME

- | | |
|---------------------------|------------------------------|
| • Anatomie et Physiologie | • Planification de Cycles |
| • Gestion de projet | • Anatomie Fonctionnelle |
| • Professionnalisation | • Sciences de l'Entraînement |
| • Séminaire métier | • 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 & Animations de Séances.