



*Devenez coach sportif, professeur de fitness*

**BREVET PROFESSIONNEL**

**ACTIVITÉS DE LA FORME**

Option A : Cours Collectifs

Option B : Musculation / Haltérophilie



2 JOURS À L'ÉCOLE  
3 JOURS EN ENTREPRISE



FORMATION CERTIFIANTE  
PILATES OFFERTE



PLATEFORME  
PÉDAGOGIQUE



RÉGION ACADÉMIQUE  
NOUVELLE-AQUITAINE  
Délégation régionale académique  
à la jeunesse, à l'engagement et aux sports



UNE FORMATION  
HABILITÉE DRAJES

TAUX RÉUSSITE  
SUPÉRIEUR À 93%

## COMPÉTENCES

Le titulaire du BJEPS APSF est un coach sportif spécialiste dans le secteur de la remise en forme, et de l'entretien physique dans un objectif de santé et de bien-être. En tant que professionnel des activités de la forme et de la force. Il prodigue des conseils sur la pratique de la musculation et l'hygiène de vie. Il propose et dispense des activités physiques et sportives sous forme de cours collectifs en suivant les objectifs, le profil et l'âge du client.

### Liste des compétences à maîtriser en fin de formation :

- savoir encadrer des groupes et conduire des actions d'animation dans les spécialités du diplôme
- participer à l'organisation et à la gestion des activités
- participer au fonctionnement de la structure organisatrice des activités
- participer aux actions de communication et de promotion de la structure employeur
- participer à l'entretien et à la maintenance du matériel et des locaux

## DÉBOUCHÉS

- coach sportif, personal trainer
- professeur de fitness dans un centre de remise en forme, dans un centre de thalassothérapie, dans une association sportive, dans un village vacances
- préparateur physique dans un club sportif, sur un plateau de musculation en salle de remise en forme, en centre de thalassothérapie, en association
- manager d'équipe en salle de remise en forme
- gérant de salle de sport

## INSCRIPTION

Vous trouverez toutes les dates, les modalités d'inscription et les détails des tests de sélection sur [www.fisl.fr](http://www.fisl.fr)

## DÉROULEMENT DE LA FORMATION



### FORMATION EN ALTERNANCE

d'octobre à juin  
2 jours par semaine au centre FISL  
3 jours par semaine en structure  
professionnelle



### DURÉE DE LA FORMATION

700 h/an (selon habilitation)  
POUR LE BPJEPS TOTAL

### DURÉE DU STAGE

environ 500 h/an minimum



### COÛT HORAIRE

8,00 €/h

La durée et le coût complet de la formation dépendent de l'individualisation du parcours lors du positionnement



### LIEUX DE FORMATION

Saint-georges-de-didonne (17)

## CONDITIONS D'ACCÈS

- > Être titulaire du PSC1
- > Présenter un certificat médical de non contre-indication
- > Avoir un bon niveau de pratique des activités de la forme
- > **Valider** les Exigences Préalables à l'Entrée en Formation (EPEF) de la DRAJES
  - Test Luc Léger
  - Épreuve de suivi de cours collectifs
  - Épreuve de musculation (développé couché, squat, traction)
- > **Valider**
  - les tests d'aptitudes du centre FISL
  - Entretien de motivation

### SOYEZ PRÊT !

Montrez votre niveau sportif, nous avons mis en place des tests d'aptitude, le but est de nous montrer ou vous en êtes au niveau sportif, avant les tests officiels.

Faites nous votre meilleure perf !  
Le but n'est pas de vous juger mais d'améliorer vos performances pour réussir les tests de sélection. Suite aux tests d'aptitude un bilan et un suivi personnalisé vous seront remis par les formateurs du centre de formation. Renseignements sur [www.FISL.FR](http://www.FISL.FR)

## FORMATION DIPLÔMANTE

habileté DRJSCS

[contact@fisl.fr](mailto:contact@fisl.fr) | [www.fisl.fr](http://www.fisl.fr) | 06 37 26 58 84

4 BIS RUE AMPÈRE - 17100 SAINT-GEORGES-DE-DIDONNE