



DEVIENS ANIMATEUR FITNESS

LE DIPLÔME



CQP INSTRUCTEUR DE FITNESS OPTION COURS COLLECTIFS

Certification professionnelle d'Etat - Niveau 3 - Code RNCP 40595



LES MISSIONS

- ✓ Assurer des cours collectifs en musique
- ✓ Démontrer des techniques et gestuelles stimulant des qualités physiques dans les trois grandes catégories de cours (renforcement musculaire, cardio-vasculaire, flexibilité et mobilité)
- ✓ Garantir la sécurité des pratiquants
- ✓ Participer aux actions de prospection de nouveaux clients et aux actions de fidélisation des clients

LES MÉTIERS

- ✓ Instructeur de fitness en groupe
- ✓ Professeur de fitness
- ✓ Animateur sportif

Salarié ou indépendant

- Salles de remise en forme,
- Clubs sportifs,
- Entreprises,
- Associations,
- A domicile.

POURSUITE DE PARCOURS PROPOSÉ



- Éducateur Sportif / Coach Musculation & Personal Training
- Chargé de Marketing / Communication / Évènementiel Sportif
- Manager / Responsable de structure sportive

FAIS DE TA PASSION TON MÉTIER

LES + DE LA FORMATION

- Un **suivi** administratif, financier et pédagogique personnalisés
- Des **formateurs** compétents et qualifiés
- Des **méthodes pédagogiques** variées : Pratique, théorie, formation à distance, travaux de groupe, mise en pratique sur publics supports, immersion dans des événements, évaluations formatives et sommatives...
- Des **infrastructures** variées et de qualité
- Un **réfèrent** handicap



DES VALEURS HUMAINES, UN SAVOIR-FAIRE, UNE PASSION



78% de réussite



90% d'insertion pro dont 44% ont poursuivi une formation



100% recommandent



84% satisfaits

CQP INSTRUCTEUR DE FITNESS OPTION COURS COLLECTIFS

PUBLIC VISÉ

- À partir de 18 ans révolus
- Sportif fitness accompli
- Salarié en reconversion ou souhaitant avoir une activité secondaire
- Pas de prérequis scolaire

EFFECTIF

de 8 à 25 stagiaires



ADMISSION

Conditions d'accès :

- Formé au secourisme (PSC ou équivalent)
- Apte à la pratique et à l'encadrement des activités physiques et sportives
- Réussir les prérequis technique et oral

Prérequis :

• Technique :

Suivi d'un cours collectif : épreuve de 45 min comprenant 3 parties :

- cardio coordination et endurance,
- renforcement musculaire avec barre et poids,
- flexibilité et mobilité (stretching).

• Oral :

Présentation du projet de formation en cohérence avec le parcours personnel, l'expérience dans l'option Cours Collectifs et la capacité de projection vers une situation professionnelle

INSCRIPTION

Dossier d'inscription à télécharger sur :
www.sport-leman.com

STATUT ET FINANCEMENT

Inscription :

- Sous statut de stagiaire de la formation professionnelle ou,
- Salarié dans le cadre du développement de compétences

Frais :

- Frais d'inscription en formation et aux tests techniques : 100€ non remboursables
- Frais pédagogiques : nous consulter

Plusieurs possibilités s'offrent à vous pour financer votre formation.
Contactez-nous pour un accompagnement individualisé dans vos démarches.

NOS LIEUX DE FORMATIONS



FORMATION 280H

4 mois de formation :
de août 2026 à décembre 2026

En semaine pendant les vacances scolaires
Le week end en dehors des vacances

BC1 : Préparer et animer des séances d'initiation et de découverte de fitness en cours collectifs

- Animation
- Pédagogie
- Réglementation
- Sciences
- Handicap

BC3 : Organisation, information et communication autour de ses activités d'animation et d'encadrement physique et sportif

- Communication
- Marketing

BC4 : Conduite de son parcours professionnel dans le domaine des activités physiques et sportives

- Juridique
- Social
- Veille

BC5 : Participer aux actions de marketing et de vente pour l'acquisition et la fidélisation des adhérents dans une structure de fitness

- Audit
- Marketing

STAGE 210H

DES VALEURS HUMAINES, UN SAVOIR-FAIRE, UNE PASSION