



BPJEPS Activités de la Forme options « Cours Collectifs » et « Haltérophilie – Musculation » Coach sportif (F/H)

 CREPS de La Réunion


Entrez dans l'enseignement supérieur



Le brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (BPJEPS) est un diplôme d'état de niveau 4 délivré par la délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports (DRAJES) de la Réunion.

L'éducateur sportif des « activités de la forme » est un véritable spécialiste du secteur de la remise en forme. Il réalise l'encadrement autonome en toute sécurité des pratiques individuelles telle que le cardio-training, la musculation, associées à l'activité professionnelle de coaching, et l'animation des cours collectifs à dominante « aérobie » tels que le step, le low impact aérobic ou les cours à concept (Les Mills, Pilates, Zumba, ...). Les évolutions de la pratique des activités de la forme et la diversification des publics tendent vers une prise en compte particulière de la pratique « santé » et/ou un encadrement sous formes individualisées ou en petits groupes (en club, à domicile ou en plein air, cross fit, running, urban training).

Certification inscrite au RNCP : Fiche n° 37106 - BPJEPS - Brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport spécialité « éducateur sportif » mention « activités de la forme » (francecompetences.fr)

Profil du candidat

Candidat qui pratique les activités de la forme en centre de remise en forme.

Grande motivation pour devenir coach sportif polyvalent des activités de la forme.

L'inscription est recommandée dans l'option A (cours collectifs) et dans l'option B (haltérophilie, musculation) pour réussir une bonne insertion professionnelle à l'issue de la formation.

Pour s'inscrire à la formation, il faut respecter les conditions d'accès mentionnées ci-dessous.

Conditions d'accès

- Être âgé de 18 ans à l'ouverture,
- Présenter un certificat médical de non contre-indication à la pratique des "Activités de la Forme" datant de moins d'un an à la date de l'entrée en formation.
- A minima, être titulaire du certificat de compétence Premiers Secours Citoyen (P.S.C.) ou du "certificat de sauveteur secouriste du travail (S.S.T.) en cours de validité,
- Justifier d'un niveau de pratique personnelle en activités de la forme dans l'option "cours collectifs"
- Justifier d'un niveau de pratique personnelle en activités de la forme dans l'option "haltérophilie-musculation"
- Satisfaire aux validations d'exigences préalables (VEP) ainsi qu'aux tests de sélection.

Exigences Préalables

- **Epreuve 1** : Test navette « Luc Léger » pour les options A (cours collectifs) et B (Haltérophilie – Musculation).
- **Epreuve 2** : Démonstration technique d'une durée de 60 minutes dans l'option A (cours collectifs).
- **Epreuve 3** : Démonstration technique dans l'option B (haltérophilie, musculation). composée de 3 exercices de Musculation : le squat, les tractions et le développé couché.

Description détaillée des épreuves et des barèmes dans la fiche d'information.

Date des épreuves "TEP PARCOURSUP" : période du 21 avril 2025 au 02 mai 2025

Date des épreuves "TEP HORS PARCOURSUP" : A définir

---> La session de TEP est réservée exclusivement aux candidats souhaitant s'inscrire et suivre la formation au CREPS de la Réunion.

Tests de sélection

Si le nombre des candidats ayant validé les TEP est supérieur au nombre de places disponibles (8 à 16), des tests de sélection seront organisés conformément à la réglementation en vigueur.

 **Décret n° 2022-1426 du 10 novembre 2022 relatif à la sélection complémentaire**

1. Les épreuves communes de la mention AF

- Epreuve d'animation, communication notée sur 20.
- Epreuve écrite sur table notée sur 20.
- Epreuve orale sur la base d'un dossier notée sur 20.

2. Les épreuves spécifiques aux deux options

- Epreuve physique et technique dans l'option A notée sur 20
- Epreuve physique et technique dans l'option B notée sur 20

Dates des épreuves de sélection : **juin 2025 (dates à définir)**

Les modalités

- Remplir le dossier d'inscription en ligne du CREPS de la Réunion et fournir les documents demandés.

Textes officiels, habilitation, fédérations

Les textes officiels

 Arrêté du 27 juillet 2022

 Arrêté du 2 novembre 2022

L'habilitation

 Décision habilitation

Les fédérations

 <https://www.ffhaltero.fr/>

 <https://www.ffforce.fr/>

Objectifs de la formation

A la fin de la formation, le stagiaire sera capable :

- d'encadrer tout public dans tout lieu et toute structure ;
- de mettre en œuvre un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure ;
- de conduire une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme ;
- de mobiliser les techniques de l'option "cours collectifs" ou "haltérophilie, musculation" pour mettre en œuvre une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage. »

Compétences attendues

Les compétences attendues sont :

- Participation au fonctionnement de la structure des activités de la forme ;
- Conception et réalisation d'un projet d'animation dans le champ des activités de la forme ;
- Conduite de séances, de cycles d'initiation, de découverte, d'animation sportive ou d'apprentissage des activités de la forme ;
- Encadrement de cours collectifs en assurant la sécurité des pratiquants, des tiers et de lui-même lors des séances d'animation ou d'apprentissage ;
- Encadrement de l'haltérophilie, musculation en assurant la sécurité des pratiquants, des tiers et de lui-même lors des séances d'animation ou d'apprentissage.

Débouchés, perspectives

L'emploi se trouve principalement dans le secteur marchand et majoritairement au sein de centres de fitness, franchises ou structures indépendantes. Il se trouve également en nombre plus réduit dans le secteur associatif au sein d'associations sportives uni-sport ou omnisports. Depuis 2009, l'exercice du métier en auto-entreprise est en développement. Le métier est souvent exercé à temps plein ou en cumul de plusieurs temps partiels réalisés auprès de plusieurs employeurs et dans différents secteurs.

Le titulaire du BP JEPS spécialité « éducateur sportif » mention « activités de la forme » exerce le métier adossé aux appellations suivantes : professeur de fitness, conseiller sportif, éducateur sportif, moniteur, coach, entraîneur.

Plusieurs types d'emploi sont occupés : conseiller sportif spécialisé dans l'animation de cours collectifs ; conseiller sportif spécialisé dans l'accompagnement personnel ; présentateur en fitness ; responsable d'équipe d'animation.

 [Suite des parcours, perspectives, évolution.](#)

Equivalences reconnues

(ANNEXE VI de l'arrêté du 27 juillet 2022, modifiant l'arrêté du 05 septembre 2016 modifié portant création de la mention "Activités de la Formation" du Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport spécialité "Educateur Sportif", mention "Activités de la Forme".

 [Equivalences et dispenses.](#)

Positionnement (PIF)

Suite à l'admission du candidat, un temps d'échange avec le coordonnateur de la formation permettra à ce

dernier, selon les acquis et/ou les expériences du stagiaire, de définir les dispenses, les allègements et/ou les renforcements pour l'élaboration du parcours individuel de formation.

Exigences Préalables de la Mise en Situation Professionnel (EPMSP)

Les exigences préalables à la mise en situation professionnelle des personnes en cours de formation prévues à l'article R. 212-10-20 du code du sport sont les suivantes :

- être capable d'évaluer les risques objectifs liés à la pratique des "activités de la forme" ;
- être capable d'anticiper les risques potentiels pour le pratiquant ;
- être capable de maîtriser le comportement et les gestes à réaliser en cas d'incident ou d'accident
- être capable de mettre en œuvre une séquence pédagogique d'animation aux "activités de la forme".

Elles sont vérifiées et attestées par l'organisme de formation généralement avant l'immersion du stagiaire en entreprise. L'épreuve consiste à la mise en place par le candidat d'une séquence pédagogique d'animation en sécurité dans les activités de la forme d'une durée de vingt minutes maximum suivie d'un entretien d'une durée de quinze minutes maximum.

Durée de la formation

Formation BPJEPS mention AF option A (CC) et l'option B (HM) : 1 350 heures.

820 heures en centre - 530 heures en structure (dont 50 heures en club d'haltérophilie).

Coût de la formation BP JEPS 2 options : 8 200 €

Formation BPJEPS mention AF option A (CC) : 1230 heures.

700 heures en centre - 530 heures en structure.

Coût de la formation BP JEPS 1 option : 7 000 €

Formation BP JEPS mention AF l'option B (HM) : 1230 heures

700 heures en centre - 530 heures en structure (dont 50 heures en club d'haltérophilie).

Coût de la formation BP JEPS 1 option : 7 000 €

Contenus de la formation

Module 1 (UC 1) : l'encadrement de tout public dans tout lieu et toute structure.

- Communication professionnelle
- Caractéristiques des publics
- Structures juridiques
- Environnement professionnel

Module 2 (UC 2) : la mise en œuvre d'un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure.

- Projet d'animation en structure
- Méthodologie de projet
- Diagnostic
- Mise en œuvre
- Evaluation

Module 3 (UC 3) : la conduite d'une séance, d'un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme.

- Anatomie
- Physiologie
- Nutrition
- Activités cours collectifs (step, renforcement musculaire, stretching) avec support musical, niveaux débutants à avancés
- Activités musculation, cardio-training, développement des qualités physiques, prise de masse musculaire, perte de poids, renforcement musculaire, sport santé bien être (Sport Santé sur Ordonnance "coach muscu santé"), réathlétisation.

** Pour les 2 options, les contenus de l'UC 3 sont identiques.*

Module 4 (UC 4) :

UC 4 A, option CC :

Les techniques de l'option en « Cours Collectifs » pour mettre en œuvre une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage : **Les Mills, Pilates, Sport Santé.**

UC 4 B, option HM :

Les techniques de l'option en « Haltérophilie–Musculation » pour mettre en œuvre une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage préparant à un premier niveau de compétition fédérale : **L'haltérophilie (BF1), Kettlebell, Sport Santé.**

Formation en centre et en entreprise : l'alternance

La formation se déroule en alternance d'une part, en centre d'autre part, en structures professionnelles partenaires. La formation en alternance est une association de deux systèmes, le système scolaire et le monde du travail. On doit passer d'une logique d'enseignement des connaissances à une logique de construction des savoirs, des savoirs faire, des savoirs être permettant l'acquisition de compétences. L'apprenant n'est pas un élève « classique » mais un futur professionnel en formation cherchant à développer des compétences dans le secteur de la remise en forme.

- En centre, les méthodes pédagogiques de formation en centre s'appuient sur des cours magistraux/des travaux en ateliers/des cas pratiques en lien avec les professionnels du secteur sur des domaines précis : pédagogie individuelle et collective, anatomie, physiologie, nutrition, méthodologie de projet, réglementation des APS, techniques freestyles fitness, concepts Les Mills et LEADERFIT, haltérophilie, musculation, réathlétisation, CrossFit, kettlebell.

- En structure ou en entreprise d'accueil, la formation permet un passage de l'observation à la conception de projets, à la prise de responsabilités progressives jusqu'à l'autonomie des tâches. Le travail de chacun des stagiaires est conduit avec son tuteur, acteur principal de la formation individualisée du stagiaire en entreprise. Les apprentissages avec le tuteur consistent principalement en la conception, la mise en œuvre et l'évaluation du projet d'animation, la conduite des séances d'animation et/ou d'entraînement dans les 2 options en prise directe avec les publics spécifiques du secteur des activités de la forme.

Modalités pédagogiques (théorie, pratique)

Techniques pédagogiques :

- Etude de cas, exposé, classe inversée ;
- Travaux de groupe ;
- Techniques d'apprentissage : cours collectifs, haltérophilie, musculation, cardio-training ;
- Tests de performance ;
- Evaluations formatives, Quizz.

Moyens et outils :

- Vidéoprojecteur.
- Ordinateur portable.
- Matériels techniques et pédagogiques d'apprentissage (parquet, plateau de musculation, d'haltérophilie, de cardio-training, step, tapis de sol, barres, haltères, kettlebell, ...).

Chaque stagiaire bénéficie d'un accès à la plateforme Moodle et bénéficie des possibilités suivantes :

annonces, zone de dépôt de documents, contenus à disposition, parcours de formation, quizz, ...).

Des évaluations formatives sont proposées tout au long de la formation pour situer les stagiaires sur les compétences acquises.

Qualification du coordinateur

La coordination pédagogique de la formation option “cours collectifs” est assurée par une personne qui doit être titulaire, a minima, d’une certification professionnelle de niveau 4 et justifier d’au moins trois années d’expériences professionnelles dans le champ des activités des cours collectifs et une année d’expérience de formateur.

La coordination pédagogique de la formation option “haltérophilie, musculation” est assurée par une personne qui doit être titulaire, a minima, d’une certification professionnelle de niveau 4 et justifier d’au moins trois années d’expériences professionnelles dans le champ de l’haltérophilie, musculation et une année d’expérience de formateur.

« Sont dispensés de ces exigences, les personnels techniques et pédagogiques relevant du ministère chargé des sports et les professeurs ou enseignants d’éducation physique et sportive du ministère de l’éducation nationale.

Coordinateur pédagogique : Charles SOUPRAYEN

- Professeur de sport ;
- Brevet d’état des métiers de la forme.

Qualifications des formateurs

Les qualifications des formateurs permanents sont conformes à l’annexe II-2-1 du code du sport.

Qualification des tuteurs

Les tuteurs doivent être titulaires, a minima, d’une certification professionnelle de niveau 4 dans le champ des activités physiques et sportives et justifier d’au moins deux années d’expérience dans le champ de l’option choisie, “cours collectifs” ou “haltérophilie, musculation”.

Certification : situations d’évaluation certificatives

SEC 1 (UC 1, UC 2) : Production et soutenance d’un projet d’animation contextualisé et réalisé. Le stagiaire assoit sa présentation à l’aide d’un support multimédia pour sa soutenance orale.

SEC 2 (UC 3) : Présentation d’un cycle d’animation ou d’apprentissage par le candidat parmi les deux

supports d'activités de la forme : Cours collectifs (CC) ou Haltérophile, musculation (HM).

SEC 3 (UC 4 A et UC 4 B)

UC4 A (CC) : épreuve de démonstration technique et conduite de séance pédagogique.

UC4 B (HM) : épreuve de démonstration technique et conduite de séance pédagogique ou d'entraînement.

Qualification des évaluateurs

Les évaluateurs de l'unité capitalisable 3 (UC3) "conduire une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme" doivent être titulaires d'une qualification a minima de niveau 4 et justifier d'une expérience professionnelle au minimum de deux ans dans la mention des activités de la forme.

Les évaluateurs de l'unité capitalisable 4A (UC4A) "mobiliser les techniques de l'option « cours collectifs » pour mettre en œuvre une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage" et de l'unité capitalisable 4B (UC4B) "mobiliser les techniques de l'option « haltérophilie, musculation »" doivent être titulaires d'une qualification a minima de niveau 4 et justifier d'une expérience professionnelle au minimum de deux ans dans l'option choisie, "cours collectifs" ou "haltérophilie, musculation". «

Sont dispensés de ces exigences, les personnels techniques et pédagogiques relevant du ministère chargé des sports et les professeurs ou enseignants d'éducation physique et sportive du ministère de l'éducation nationale. »

Taux de réussite et taux de satisfaction

- Taux de réussite en 2024 est de 100 % en option CC.
- Nombre de stagiaires diplômés : 10 diplômés sur 10 dans l'option CC.
- Taux de réussite en 2024 est de 86 % en option HM.
- Nombre de stagiaires diplômés : 12 diplômés sur 14 dans l'option HM.
- Taux de satisfaction en 2024 en option CC : 100 % (10 stagiaires).
- Taux de satisfaction en 2024 en option HM : 86 % (14 stagiaires).
- Taux d'insertion professionnelle en 2023 est de 91 %.

Mobilisation du Compte Personnel de Formation

 [Lien pour le B.P. JEPS Activités de la Formation options Cours Collectifs et Haltérophilie/Musculation](#)

 [Lien pour le B.P. JEPS Activités de la Forme option Haltérophilie/Musculation](#)

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Accessibilité aux personnes en situation de handicap sous réserve de réussite aux épreuves de sélection.

Accueil de personnes porteuses de handicap : toute demande fera l'objet d'une étude personnalisée avec le référent handicap de l'établissement Mickaël GUIGNE : 02 62 94 71 86 - mickael.guigne@creps-reunion.sports.gouv.fr

Vous pouvez également consulter notre site <https://www.creps-reunion.fr/formation.presentation> à la section Accessibilité et Handicap.

S'informer, s'inscrire

L'information et/ou l'inscription se réalise en ligne.

La fiche descriptive de la formation peut être imprimée ou téléchargée en PDF sur le site internet onglet SSA Littoral (en haut à droite de la page).

L'inscription sera enregistrée au CREPS de la Réunion, dès réception du dossier complet.

Accueil, restauration hébergement

Prendre contact avec le service accueil pour la réservation.

1 - Site de Saint Denis :

24 Route Philibert Tsiranana – 97495 Sainte Clotilde

02.62.94.71.10 ou 11

accueil@creps-reunion.sports.gouv.fr

Coordonnées GPS : N -20.8898031, E 55.4705324

Vous arrivez en avion :

- Sortie aéroport Saint-Denis Gillot
- Prendre direction Saint-Denis RN2
- Aux feux, à gauche rue Léopold Rambaud
- 1ère à droite rue des Deux Canons

- Aux feux à droite avenue Maréchal De Lattre de Tassigny
- Au rond-point à gauche, rue “Route Digue”
- Sur la route Digue, 1ère à droite CROS/CREPS tout droit au fond.

2 - Site de Saint Paul :

47 Boulevard du Front de Mer – 97460 Saint Paul

02.62.22.53.66

accueil@creps-reunion.sports.gouv.fr

Coordonnées GPS : N -21.001981, E 55.276638

Vous arrivez en avion :

- Depuis Gillot direction Saint-Denis
- Direction Le Port par la route du littoral
- Direction Saint-Paul
- Sur la RN1 sortie Savannah
- Au rond-point tout droit
- Direction Saint-Paul centre
- Après le pont première rue à droite direction front de mer
- Au rond-point à gauche route du front de mer
- 200 m sur la droite après la médiathèque



DATES CLÉS

Session de Formation en cours

septembre 2024 (02/09/2024 -
02/07/2025)

Période d'inscription

Du 20/01/2025 au 01/06/2025

Session de Formation

septembre 2025 (01/09/2025 -
01/07/2026)

 **Complétude avant 01/06/2025**



FINANCEMENT

- ✓ Auto-Financement
- ✓ Compte Personnel de Formation (CPF)
- ✓ Conseil Régional
- ✓ Contrat d'apprentissage
- ✓ France Travail
- ✓ OPCO (AFDAS, Transitions Pro, AGEFICE, FIFPL etc...)
- ✓ Parcoursup
- ✓ Prise en charge totale ou partielle par un organisme (club, fédération, association...)

Frais de dossier : 30 €

Frais techniques (TEP) : 100 €

Heures centre : 820

Heures structure : 530

Tarif Formation : 8200 €

Les conditions générales de vente sont consultables sur notre site internet.

Nb : Les frais d'inscription et les frais techniques ne sont pas remboursables.

BPJEPS AF CC et HM : 8 200 €

BPJEPS AF CC : 7 000 €

BPJEPS AF HM : 7 000 €



CREPS de La Réunion

24 Route Philibert Tsiranana
- 97495 Sainte Clotilde

SECRÉTARIAT

Annelise LE MOAL

 02 62 94 71 98

 annelise.lemoal@creps-reunion.sports.gouv.fr

COORDINATION

Charles SOUPRAYEN

 06 93 93 92 38

 charles.souprayen@creps-reunion.sports.gouv.fr