



BP JEPS AGFF (18 Mois)

(Activités Gymniques de la Force et de la Forme)

Mention C : « Forme en cours collectifs »
Mention D : « Haltères/musculation et forme sur plateau »

La validation de ce diplôme confère au titulaire la capacité d'encadrer un large éventail d'activités du champ de la forme et de la force, dans des structures diversifiées, auprès de nombreux publics.

Ce diplôme remplace et regroupe, les BEES métiers de la forme, culture physique et culturisme (CPC). Cette nouvelle qualification permet à des passionné(e)s de se professionnaliser dans un secteur extrêmement dynamique et porteur d'emploi.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Mettre en place une formation permettant aux futurs professionnels de maîtriser tous les paramètres liés au domaine des activités de la forme et de la force.

Nous proposons 2 mentions :

- « Mention C » Forme en cours collectif (Fitness)
- « Mention D » Forme sur plateau (musculation),
- le candidat a au choix ou selon ses capacités, la possibilité de préparer l'une ou l'autre des deux mentions ou les 2 mentions.

Nous dispensons également un fort contenu en gymnastique douce (Yoga, Tai-Chi, Qi-Gong, Pilates, Sophrologie et autres gymnastiques de relaxation et de récupération)

Nous avons la possibilité de construire un parcours de formation adapté et individualisé :

- Pour les professionnels justifiant d'une expérience reconnue dans les métiers de l'animation sportive
- Pour les personnes déjà en poste et souhaitant valider leurs acquis par l'obtention d'un diplôme

***UC 10 : Animer des séances de gymnastiques douces, de récupérations et de relaxations et autres disciplines similaires.**

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">- Acquérir les compétences dans le domaine de l'encadrement et l'enseignement des AGFF- Développer sa connaissance des AGFF- Renforcer ses aptitudes d'animation, sa connaissance du secteur professionnel- Préparer à une insertion dans la vie professionnelle- Acquérir des connaissances en Gymnastique douce, de récupération, de relaxation et activité similaire |
|---|



APTITUDES REQUISES

- Avoir 18 ans
- Etre titulaire du PSC1
- Justifier d'une réelle motivation pour l'animation, l'encadrement, l'enseignement

ORGANISATION DE LA FORMATION

Contenu de la formation	Durée	Lieu(x)
<ul style="list-style-type: none"> - Communication - Connaissance des publics - Mise en œuvre de projet - Connaissances des structures - Préparation et animation de séances - Connaissances techniques - Création et mise en œuvre d'actions éducatives - Connaissance des AGFF - Gym douce (Tai Chi, Qi gong, Sophrologie, Pilates, EAD) 	<p>18 mois</p> <p>1100 h en formation</p> <p>1600 h en entreprise</p>	<p>Lyon, Meyzieu, Villeurbanne</p>
<p>Mise en place d'animation de Gymnastique douce, de récupération, de relaxation et activité similaire</p>		

Modalités de l'alternance

Les temps de formation en centre seront articulés autour des temps d'activités professionnelles

Nous souhaitons proposer un calendrier permettant une réelle mise en situation pratique des stagiaires avec de nombreux temps en structure d'alternance.

CONDITIONS D'ENTREE

Les conditions d'accès à la formation

Exigences préalables à l'entrée en formation

Les exigences préalables ont pour objectif de vérifier les capacités du candidat à suivre le cursus de formation et lui permettre d'accéder à la spécialité « activités gymniques, de la forme et de la force » du brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport. Elles sont spécifiques à chaque mention et sont définies ainsi :



Mention « forme en cours collectifs »

- 1- EC de reproduire des éléments techniques simples,
- 2- EC d'ajuster sa prestation en fonction d'indications verbales ou gestuelles données,
- 3- EC de mémoriser un enchaînement simple.

Mention « haltères/musculation et forme sur plateau »

- 1- EC de réaliser une performance dans une technique choisie,
- 2- EC de démontrer différentes techniques dans le respect du placement corporel,
- 3- EC d'exécuter une prestation mettant en évidence des qualités d'endurance aérobie.

STATUT ET COUT

Plusieurs financements sont possibles : contrat d'apprentissage, de professionnalisation, période de professionnalisation, CUI...

Nous invitons les candidats à se mettre en recherche d'une structure d'accueil dès leur projet validé.

SUITES DU PARCOURS

- Formations complémentaires (Gym douce, EAD, Pilates, UCC ACM, CS Escalade, BNSSA ...),
- DESJEPS « gestion de structure »

DEBOUCHES POSSIBLES

Educateur sportif dans une association ou une entreprise commerciale, préparateur physique...

- Emploi dans des associations sportives, entreprises privées, des comités d'entreprise, des collectivités territoriales, des centres de vacances et de loisirs.
- Possibilités d'accès à des concours de la fonction publique (catégorie B et/ou C)

❖ Renseignements et inscriptions

UCPA FORMATION
95, rue Villon
69008 Lyon

Votre contact :
Nathalie DREVET
04 72 78 04 59
ndrevet@ucpa.asso.fr



