

CQP **INSTRUCTEUR FITNESS (IF)** **EN 1 AN**

MAJ le 04/01/2025

- 📁 Inscription avant : le 31 Juillet 2025
- 👤 Sélection : le 22 Août 2025
- 🏃 Début de formation : Septembre 2025
- 🏃 Fin de formation : Mai 2026



L'éducateur sportif instructeur fitness conçoit et guide des programmes d'exercices, donne des conseils sur la nutrition et motive les clients à atteindre leurs objectifs de remise en forme dans divers environnements comme les salles de sport ou les centres communautaires.

Conditions d'accès

- ✓ Avoir 18 ans lors du jury de certification
- ✓ Être titulaire du PSC
- ✓ Satisfaire aux tests de sélection de notre organisme de formation

**Référente formation :
Christelle CASTAGNETTI**

c.castagnetti@adps-formation.com



Lieu de formation : ADPS Formation
84 boulevard Leon Jouhaux 63100 Clermont-Ferrand

CQP IF

- UC 1 : Maîtriser les règles de sécurité et les dispositifs pour agir en cas d'accident dans une structure de fitness
- UC 2 : Accueillir les publics dans une structure de fitness
- UC 3 : Identifier les fondamentaux scientifiques et nutritionnels nécessaires à la conduite de l'exercice professionnel du fitness en toute sécurité
- UC 4 : Utiliser les fondamentaux du marketing et de la communication à des fins de promotion et de développement d'une structure de fitness
- UC 5a : Choisir et mettre en oeuvre une pédagogie adaptée en cours collectifs pour une pratique des publics en toute sécurité
- UC 5b : Choisir et mettre en oeuvre une pédagogie adaptée en musculation et personal training pour une pratique des publics en toute sécurité
- UC 6a : Utiliser des techniques en cours collectifs appropriées pour une pratique des publics en toute sécurité
- UC 6b : Utiliser des techniques en musculation et personal training appropriées pour une pratique des publics en toute sécurité



Conditions Financières



- ➔ Heures en OF facturées à 10,50€/heure
- ➔ Facturation en fonction du positionnement établi par le formateur
- ➔ Pas de frais d'inscription

Financements



- ➔ Contrat de professionnalisation
- ➔ Formation professionnelle continue
- ➔ Financement personnel
- ➔ Autres : nous contacter



ADPS Formation

