Instructeur de fitness

RÉF | 7888

OBJECTIF ET CONTENU

Objectif

Au terme de cette formation en alternance dont la majeure partie se déroule en entreprise, vous serez capable de :

- Réaliser un accueil global;
- Poursuivre l'accueil pour une prise en charge personnalisée du pratiquant;
- Composer un programme d'entrainement dans un cadre standardisé;
- Présenter un programme d'entrainement;
- Surveiller la salle;
- Fidéliser les pratiquants et participer à la gestion courante du club de fitness;
- Réaliser les premiers soins en cas d'incident/accident;
- Encadrer une équipe.

Programme

- **Cours professionnels :**

  La communication verbale et non verbale; La déontologie appliquée au fitness; Le fitness et ses avantages; Les notions de sécurité, d'hygiène, d'ergonomie, d'organisation du travail et de protection de l'environnement; Techniques de vente, psychologie de la vente et Politique commerciale; Gestion de conflits; Informatique; Bilans et tests d'évaluation du pratiquant; Education à la santé et à la nutrition; Notions physiologiques de l'activité physique; Création d'un programme d'exercices; L'encadrement de la pratique du fitness; Gérer les accidents : prévention, traumatologie, urgence, premiers soins.

- **Pratique professionnelle :**

  En complément des cours, il est fortement conseillé de conclure une **convention de stage** avec un patron-formateur, supervisée par un **délégué à la tutelle** qui est chargé de tous les aspects administratifs et qui veille au bon déroulement de la formation pratique en entreprise. N'hésitez pas à le contacter pour une information ou un conseil.

Cette formule en alternance (cours + pratique professionnelle au quotidien) est rémunérée et aboutit souvent à l'engagement du stagiaire au sein de l'entreprise qui l'a accueilli.

Un stage d'observation de 40 heures est obligatoire pour les candidats qui ne peuvent prouver une occupation dans le métier via une convention de stage ou un contrat de travail.

Pour plus d'informations, visitez le site de l'organisme.

Certification(s) visée(s)

Diplôme de coordination et d'encadrement.

Type de formation

Alternance PME

ORGANISATION

Durée

1 an

Horaire

En soirée et/ou le samedi. Mais dans certains cas, des cours peuvent être donnés en journée.

Début

Septembre

Coût

325 € par an - Coût réduit : Gratuit pour chercheur d'emploi bruxellois inoccupé à temps plein (attestation A15 de moins de 2 mois obtenue via votre compte My Actiris) ou personne émargeant au CPAS (attestation de prise en charge par le CPAS) -

CONDITION D'ADMISSION

Prérequis administratifs

Avoir 18 ans accompli au 31/12 de l'année d'inscription ou avoir satisfait à l'obligation scolaire à cette date **ET** répondre à l'une des conditions ci-après:

OU 4ème année réussie en secondaire général, technique ou artistique;

OU CESI;
OU 6ème année secondaire professionnelle réussie (soit le CE6P, soit le CQ6P);
OU Certificat d'apprentissage;
OU Examen d'admission.

En outre, avant la fin de sa formation d'instructeur fitness, l'apprenant devra présenter une attestation de réussite des cours généraux de moniteur sportif "Initiateur" et des cours généraux du moniteur sportif "Educateur" organisés par l'ADEPS.

Les ressortissants étrangers hors union européenne doivent satisfaire aux exigences légales de séjour en Belgique.

Remarques

Il est éventuellement possible de conclure une convention de stage entre le 1er janvier et le 30 avril pour les candidats non inscrits pour l'année académique en cours, mais ayant déjà un patron formateur en vue.
Le but est de permettre aux candidats de démarrer leur formation sans attendre le début de l'année académique suivante.
Pour ce faire, il y a lieu de contacter le délégué à la tutelle qui :
- S'assurera que le candidat est dans les conditions pour suivre la formation choisie
- Fera signer une promesse d'inscription aux cours pour l'année académique suivante.
Les chercheurs d'emploi indemnisés s'informeront préalablement des implications inhérentes à leur statut.

EN PRATIQUE

Pour s'informer et postuler

Consultez les modalités d'inscription sur le site de l'organisme. La période d'inscription se situe entre début mai et le 31 octobre.

Pour s'informer uniquement

Rencontrez un délégué à la tutelle pour toutes questions relatives aux stages (voir les permanences).

Organisme

Efp - Sfpme : Chef d'Entreprise
Rue de Stalle 292b
1180 Uccle
Tél: efp 0800 85 210
http://www.efp-bxl.be

Pour connaître les dernières informations publiées, consultez cette fiche sur Dorifor.be © Bruxelles Formation