



Centre de formation, de reconversion et d'insertion professionnelle pour sportifs

## BPJEPS AF

Brevet Professionnel de la Jeunesse de l'Éducation Populaire et des Sports spécialité :

**Activités Gymniques de la Forme et de la Force**



## PRÉSENTATION

Le BPJEPS AF option « cours collectifs » et « Haltérophilie, Musculation » est un diplôme d'Etat de niveau IV (BAC), délivré par le Directeur Régional de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale. Ce diplôme permet l'encadrement de différents publics lors de leur pratique sportive sur un plateau de musculation et/ou l'animation de cours collectifs avec ou sans musique

## QUELLE MENTION CHOISIR ?



### L'option cours collectif

Elle prépare aux métiers d'animateur de cours collectifs, professeur de fitness dans une salle de remise en forme, une association, un club sportif, la fonction publique et en tant que travailleur indépendant etc...



### L'option Haltérophilie, musculation

Elle prépare aux métiers d'animateur sur un plateau de musculation dans une salle de remise en forme, une association sportive, la fonction publique et en tant que travailleur indépendant etc...

Elle permet la construction de programmes personnalisés visant le maintien, l'entretien et le développement de la condition physique.

## CONDITIONS D'ACCÈS

- Pas de niveau scolaire minimum requis
- Etre âgé de 18 ans le jour de la validation des exigences minimales préalables à la mise en situation pédagogique
- Etre titulaire de l'AFPS ou PSC1 ou PSE1 ou PSE2 ou AFGSU ou SST
- Fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique des AF datant de moins d'un an.
- Satisfaire aux Exigences Préalables à l'Entrée en Formation et aux tests de sélection de l'ABS

## SELECTION DES CANDIDATS

### □ Vérification des exigences préalables à l'entrée en formation

Cours collectifs

**Epreuve 1 : LUC LEGER** palier 7 pour les femmes, palier 9 pour les hommes  
Suivi de cours collectifs en musique 60 mn  
STEP + Renforcement musculaire + Etirements

Haltérophilie  
Musculature

**Epreuve 1 : LUC LEGER** palier 9 pour les hommes, palier 7 pour les femmes  
**Epreuve 2 :** Epreuve technique :  
SQUAT + TRACTION + DEVELOPPE COUCHE

Ces tests sont communs à tous les organismes de formation et valables 3 ans

### □ Tests de sélection propres à l'Académie Basque du Sport

Cours collectifs

**Epreuve 1 : LUC LEGER** palier maximum  
Suivi de cours collectifs en musique STEP/ LIA  
d'un niveau et d'une intensité supérieurs

Haltérophilie  
Musculature

**Epreuve 1 : LUC LEGER** palier maximum  
**Epreuve 2 :** Nombre de répétition maximal

- Un entretien de motivation avec un jury
- Un écrit

## CALENDRIER DE FORMATION



- Durée de la formation : 10 mois de mi septembre à début juillet
- Les inscriptions sont ouvertes à partir du mois de mars et la limite de dépôt des dossiers d'inscriptions est mi juin.
- Les tests de sélection se déroulent 2 mois et demi avant l'entrée en formation
- La formation se déroule en alternance :  
21 h de cours en face à face et 14h de stage par semaine

## COÛT DE LA FORMATION

### Frais pédagogiques :

Les 2 options : 5700 €

1 seule option : 4700€

**Frais d'inscription :** 50 €

**Adhésion à l'association :** 5 €

### Possibilités de financements

**CIF :** Congé individuel de formation

**PRF :** Plan régional de formation

**OPCA :** A voir avec l'employeur

**PERSONNEL :** facilités de paiements

## CONTACT

Responsable de formation : Lucie LARRIESTE



: 05 59 01 30 88



: [lucielarrieste@academiebasquedusport.fr](mailto:lucielarrieste@academiebasquedusport.fr)



: [www.academiebasquedusport.fr](http://www.academiebasquedusport.fr)