
PROGRAMME DE FORMATION

BPJEPS Activités Physiques et Sportives de la Forme

Mention : Éducateur Sportif – RNCP 41752

Organisme de formation : **Pyrénées Sport Formation**

Certification professionnelle de niveau 4 enregistrée au RNCP 41752.

Objectifs de la formation

La formation BPJEPS Activités Physiques et Sportives de la Forme vise à former des éducateurs sportifs capables d'encadrer en autonomie des activités de fitness, de musculation et de sport santé auprès de différents publics.

Le titulaire du diplôme est capable de :

- concevoir et animer des séances et cycles d'activités physiques adaptées aux objectifs des pratiquants ;
- encadrer des activités de fitness et de musculation en sécurité ;
- accompagner les pratiquants dans une démarche de progression, de remise en forme ou de bien-être ;
- participer au développement et à la valorisation des activités de la structure ;
- construire et conduire des projets d'animation sportive.

Public concerné

Formation accessible à tout type de public :

- apprentis ;
- salariés ;
- demandeurs d'emploi ;
- personnes en reconversion professionnelle ;
- sportifs souhaitant se professionnaliser dans l'encadrement des activités de la forme.

Une attention particulière est portée à l'accueil des personnes en situation de handicap.

Pré requis

- Être âgé de 18 ans minimum ;
- Être titulaire du PSC ou équivalent ;
- Présenter un certificat médical de non contre-indication ;
- Réussir les TEP et les exigences réglementaires d'entrée en formation conformément à l'arrêté du 29 juillet 2025.

Organisation de la formation

Durée totale en centre : 678 heures

- BC1 : 150 h
- BC2 : 75 h
- BC3 : 453 h

Alternance

Formation organisée en alternance entre :

- centre de formation ;
- structure d'accueil professionnelle.

Période de formation

Septembre 28/9/2026 au 26 août 2027 selon le planning d'alternance établi par Pyrénées Sport Formation.

Contenu de la formation

BC1 – Concevoir et mettre en œuvre des projets d'animation

150 heures

- Méthodologie de projet
- Analyse des publics et des besoins
- Fonctionnement des structures sportives
- Construction et planification d'un projet
- Outils numériques et suivi administratif
- Développement durable et responsabilité écologique
- Travail en équipe et communication professionnelle
- Évaluation et bilan de projet

Compétences visées

- Concevoir un projet d'animation sportive ;
- Organiser et suivre sa mise en œuvre ;
- Évaluer les actions réalisées.

BC2 – Valoriser les activités et projets de la structure

75 heures

- Techniques de communication
- Accueil et fidélisation des publics
- Outils de promotion et réseaux sociaux
- Création de supports de communication
- Valorisation des activités de fitness et musculation
- Communication adaptée aux différents publics

Compétences visées

- Informer et mobiliser les publics ;
- Promouvoir les activités de la structure ;
- Adapter sa communication aux besoins des pratiquants.

BC3 – Concevoir, conduire et évaluer des séances APSF

453 heures

Dominante fitness et musculation

- Anatomie et physiologie appliquées
- Sécurité et réglementation
- Musculation et techniques de charge
- Cardio-training
- Renforcement musculaire
- Fitness et cours collectifs
- Préparation physique

- Sport santé et adaptation des pratiques
- Coaching individuel et small group training
- Construction de cycles d'entraînement
- Évaluation des pratiquants
- Pédagogie et conduite de séance
- Prévention des blessures
- Mise en situation professionnelle

Compétences visées

- Concevoir des séances adaptées aux publics ;
- Encadrer des activités physiques en sécurité ;
- Évaluer la progression des pratiquants ;
- Adapter les contenus pédagogiques aux objectifs et capacités des publics.

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques ;
- Mises en situation pédagogiques ;
- Travaux pratiques ;
- Études de cas ;
- Analyse de pratique ;
- Alternance en structure professionnelle ;
- Accompagnement individualisé.

Modalités d'évaluation

Les certifications sont organisées conformément au référentiel RNCP 41752 :

- dossier de projet et entretien ;
- présentation d'actions de valorisation ;
- conception de cycles de séances ;
- mise en situation professionnelle ;
- entretien avec jury.

Débouchés professionnels

Le titulaire du BPJEPS APSF peut exercer en :

- salles de fitness ;
- associations sportives ;
- structures de remise en forme ;
- coaching sportif ;
- structures sport santé ;
- collectivités territoriales ;
- activité indépendante.

Certification visée

BPJEPS spécialité « Educateur Sportif »

Mention « Activités Physiques et Sportives de la Forme »

RNCP 41752 – Niveau 4.