



# FORMATION ANIMATEURS SPORTIFS EN LORRAINE

## PREFORMATION « Métier d'Animateurs de Loisir Sportif »

### Objectifs :

- **Obtenir une qualification** et un premier niveau de diplôme avec un **CQP ALS AGEÉ** (Animateur de Loisirs Sportifs Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression)
  - ✓ Sensibiliser, faire découvrir, initier la pratique d'activités de loisirs sportifs
  - ✓ Exercer son activité en toute autonomie tout en restant sous la responsabilité de son employeur
  - ✓ Poursuivre sa formation vers le BPJEPS AGFF et APT (équivalence UC2-5)
- **Passer le PSC1** - Protection Civile
- **Améliorer son niveau en Français** (remise à niveau, orthographe, vocabulaire, syntaxe...)
- **Améliorer son niveau en Informatique** (Office)
- **Préparer les tests d'entrée** au BPJEPS AGFF (fitness, musculation, secteur remise en forme...)
- **Effectuer un Bilan de Compétences**
- **Jours de formation : Lundi et Jeudi**

### Profils :

- Praticants des associations sportives ou clubs de forme (toutes disciplines, fitness, musculation)
- Entraîneurs, éducateurs sportifs, préparateurs physiques

**Octobre 2014 à Juin 2015**



## BPJEPS AGFF\*

### « Métiers d'Animateurs Sportifs Fitness et Musculation, Préparateur Physique, Coach Sportif »

### Objectifs :

- **Obtenir le BPJEPS AGFF** (Diplôme d'Etat de niveau IV) délivré par le Ministère des Sports, permettant l'exercice des métiers suivants :
  - Animateur Sportif Fitness
  - Animateur Sportif Musculation
  - Préparateur Physique
  - Coach Sportif
- La formation se déroule obligatoirement en alternance chaque semaine : 2 jours en centre de formation et en structure d'accueil la fin de semaine (association sportive, club de forme...)
- **Jours de formation : Lundi et Jeudi**
- Valider les **10 Unités Capitalisables** qui composent le BPJEPS

### Testes d'entrée en formation :

- **Exigences Préalables** : Suivi de cours collectif, tests de musculation (développé couché, squat et traction) et endurance (test Luc Léger)
- **Tests de sélection** : Animation de séances en musculation et fitness, test Vam Eval, écrit et oral professionnel de motivation

\* Sous réserve de renouvellement d'habilitation auprès de la DRJSCS de Lorraine

**Septembre 2015 à Juin 2016**

Contact afin d'assister à une réunion d'information : [contact.metz@lecesa.com](mailto:contact.metz@lecesa.com)

Lieu de déroulement de la formation : CESA METZ - Centre de formation du FC Metz - Allée Saint Symphorien - 57000 METZ

[www.lecesa.com](http://www.lecesa.com)