



TESTS D'ENTREE AU BPJEPS AGFF AU CESA

✓ Validation de l'inscription aux tests

Afin de valider votre inscription, vous devez envoyer par mail à contact.metz@lecesa.com les pièces suivantes, **avant le 10 mai 2014** :

- Copie de votre pièce d'identité
- Copie de l'attestation de réussite au PSC1
- Copie de l'attestation de participation à la Journée d'Appel Préparation Défense (JAPD) - uniquement pour les personnes de moins de 25 ans
- Copie de vos justificatifs d'équivalences (Exigences préalables et UC), si vous en disposez
- Certificat Médical qui doit être établi à partir **du 23 mars**

⇒ NB : L'alternance est obligatoire pour la formation BP AGFF. Vous devez donc attester d'une structure d'accueil pour votre alternance avant la fin des tests d'entrée en formation

✓ Tests d'entrée en formation

A- Exigences Préalables

1. Mention C : suivi de cours collectif de 50 minutes (niveau débutant à intermédiaire)
2. Mention D :
 - i. Test Luc Léger (Femmes : palier 7 ; Hommes : palier 8)
 - ii. Test de musculation (3 disciplines au choix : Culturisme, Haltérophilie, Force Athlétique)

B- Tests de sélection

1. Animation de séance en parquet fitness (5 minutes)
 - i. Au choix LIA ou STEP, animation de séance avec 4 pratiquants
 - A préparer :
 - o Musique (sur CD ou clé usb)
 - o Fiche de préparation de séance (progression, schémas...)
2. Prise en charge individualisée (10 minutes)
 - i. Au choix parmi les 4 sujets proposés en annexes
 - ii. Présentation du sujet, de son analyse, et de la séance proposée
 - iii. Animation de la séance sur le plateau musculation avec 1 pratiquant
 - A préparer :
 - o Fiche de préparation de séance (modèle en annexes)
3. Entretien oral (5 minutes)
 - i. 1 sujet tiré au sort parmi 4 proposés en annexes
 - Présentation d'un argumentaire pendant 5 minutes, avec support autorisé
 - A préparer :
 - o 4 argumentaires de 5 minutes
4. Entretien de motivation (5 minutes)
 - i. le/la candidat(e) devra démontrer sa motivation à entrer en formation. Il/elle présente son CV et son projet professionnel
 - A préparer :
 - o CV
5. Ecrit (1 heure)
 - i. Un sujet à traiter relatif au secteur de la mise en forme
 - ii. Une attention particulière sera portée sur la structure de la rédaction
- f. VAM EVAL
 - i. Test d'endurance à paliers progressifs