Guide CQP Instructeur Fitness

A l'intention des organismes de formation

Version 8 du 19 octobre 2023

CQP
INSTRUCTEUR
FITNESS

LE CQP, UN DIPLOME DE BRANCHE 3

LA BRANCHE DU SPORT 3
LA DELEGATION DES CQP 3
PRESENTATION DU CQP INSTRUCTEUR FITNESS 4

REFERENTIELS 6

A - OPTION COURS COLLECTIFS 10
B - OPTION MUSCULATION ET PERSONAL TRAINING 13
DEROULEMENT DES JURYS NATIONAUX 18
OBLIGATION DES ORGANISMES DE FORMATION VIS A VIS DES DELEGATAIRES 18

POLITIQUE DE FORMATION POUR LE CQP INSTRUCTEUR FITNESS 19

REFERENTIEL DE FORMATION ET DE CERTIFICATIONS 20

LES VOLUMES HORAIRES 20
LES PREREQUIS A L'ENTREE EN FORMATION 21
LES EXIGENCES PREALABLES A LA MISE EN SITUATION PROFESSIONNELLE (EPMSP) 23
QUALIFICATIONS REQUISES 25
MODALITES D'EVALUATION 26
LE TUTORAT 30
TABLEAU DES EQUIVALENCES 31

CONDITIONS DE MISE EN ŒUVRE DE LA FORMATION ET PRECISIONS PAR RAPPORT AUX DEMANDES D'HABILITATION 32

CAHIER DES CHARGES D'HABILITATION ET DE MISE EN ŒUVRE DE LA FORMATION DU CQP INSTRUCTEUR FITNESS 33

PREAMBULE 33
MODALITES PRATIQUES ET FONCTIONNEMENT DES DEMANDES D'HABILITATION 34
CONTENU OBLIGATOIRE DE LA PROPOSITION 34
MODALITES D'ENVOI ET DE TRAITEMENT DES DEMANDES D'HABILITATION 37
OUVERTURE D'UNE SESSION 37
ACCREDITATIONS EUROPEACTIVE 38

PROCEDURE SIMPLIFIEE DE RENOUVELLEMENT 44

Le CQP, un diplôme de branche

La branche du sport [1]

L'affiliation des structures du sport à la Convention Collective 2511 (ou aux 5 conventions collectives spécifiques au sport professionnel) définit le périmètre social des activités de la branche du sport, créée en 2005. La branche se compose à près de 70% d'employeurs exerçant à titre principal les activités des clubs de sport (NAF 93.12Z). La branche se caractérise par une hausse significative du nombre de salariés sur les dernières années. En 2014, on recense près de 81 000 emplois principaux dans la branche (source : DADS salariés) et près de 89 000 en 2017 (source : Uniformation), contre environ 55 000 en 2000. En l'espace de 15 ans, on compte ainsi plus de 1,5 fois plus de salariés intervenant dans la branche. L'évolution du nombre de structures s'inscrit également sur une tendance nettement haussière (de 15 500 en 2010 à 23 000 en 2017). Si cette forte hausse est en partie liée à la constitution récente de la branche, qui se traduit en une affiliation progressive des structures relevant du champ d'application de la Convention Collective du sport, la progression des activités sportives (augmentation continue du nombre de pratiquants...) et la professionnalisation du secteur sont les principaux facteurs d'explication de cette croissance exceptionnelle. Le différentiel entre les flux d'emploi entrants et sortants (+6 000 en année pleine sur l'exercice 2014) traduit la dynamique favorable de l'emploi à l'œuvre dans la branche. Il apparait par ailleurs que la croissance des activités sportives dans l'ensemble de l'économie est principalement captée par les structures de la branche : alors qu'elles employaient la moitié des moniteurs et éducateurs sportifs en 1990, principal métier exercé dans la branche, elles en emploient désormais les deux-tiers.

La délégation des CQP

Une politique de branche

Le Certificat de Qualification Professionnelle (CQP) est un choix paritaire de certification que réalise une branche professionnelle afin de répondre à des besoins sectoriels en qualification. Il est délivré sous la responsabilité de la CPNEF de la branche. Le CQP atteste d'une qualification immédiatement opérationnelle et s'acquiert à l'issue d'une formation, par VAE, par équivalence ou par reconnaissance. Ils répondent à diverses situations professionnelles. Ils font l'objet d'une inscription au RNCP (Répertoire national des certifications professionnelles), figurent au sein des classifications des conventions collectives et sont pour certain inscrit à l'annexe II - 1 du code du Sport. Le 6 mars 2003, les partenaires sociaux signent l'accord national professionnel relatif à la mise en œuvre des CQP dans la branche sport. Le Journal Officiel du 6 juillet 2008 atteste de la création des six premiers CQP par la branche professionnelle du Sport. [2] Désormais, la branche du sport s'est dotée d'un organisme certificateur (OCS), c'est lui qui a la propriété des CQP.

---

[1] Rapport de la branche professionnelle du sport (CPNEF Sport – Uniformation) – avril 2018
[2] Texte issu du site internet www.cpnef-sport.com

La branche du sport a fait le choix de déléguer l'organisation de ses CQP. C'est ainsi que pour chaque CQP créé, les instances paritaires nomment un ou des délégataire(s). Pour le CQP Instructeur Fitness, deux organisations ont été reconnues par la branche du sport: la Fédération Nationale du Fitness et Active-FNEAPL

Présentation du CQP Instructeur Fitness

Les délégataires du CQP Instructeur Fitness ont fait le choix d'une gestion nationale harmonisée au sein de la plateforme de gestion associative : GESTICERT. Un site internet dédié a été créé par GESTICERT : www.cqp-fitness.fr, ce site est un site d'informations générales vers le grand public et possède un espace pro pour poser des questions et déposer les demandes d'habilitation.

La création du CQP Instructeur Fitness correspond à un contexte caractérisé notamment par :
- un développement des activités de remise en forme et de sport bien-être
- un accroissement de la pratique des Français
- développement de l'entraînement individualisé
- une pénurie de diplômés en particulier en cours collectifs
- des qualifications existantes mal adaptées au contexte professionnel
- une situation post crise sanitaire qui a renforcé la pénurie de main d'œuvre

Cette situation professionnelle fait référence au poste type de travail « Animateur/initiateur sportif».

L'instructeur fitness travaille en autonomie dans la ou les options choisie(s).

Les profils d'emploi repérés sont adossés aux appellations suivantes : instructeur de fitness en groupe, instructeur de fitness en musculation et personal training, professeur de fitness, conseiller sportif, éducateur sportif, moniteur sportif, coach sportif, coach personnel, présentateur en fitness, coach en plateau musculation, professeur de musculation.

Les principales missions pour le poste de travail sont :

Pour l'option cours collectifs :

- Assurer des cours collectifs en musique
- Démontrer des techniques et gestuelles stimulant des qualités physiques dans les trois grandes catégories de cours (Renforcement musculaire, Cardio-vasculaire, flexibilité et mobilité)
- Garantir la sécurité des pratiquants

Pour l'option musculation et personal training

- Assurer l'animation du plateau musculation
- Proposer des programmations d'entraînements adaptés aux objectifs du public concerné

- Assurer des cours de musculation et/ou renforcement musculaire en petits groupes
- Suivre individuellement une personne dans un programme de mise en forme
- Garantir la sécurité des pratiquants

Au regard des activités identifiées pour le titulaire du CQP Instructeur Fitness (poste type de animateur/initiateur sportif), des compétences sont associées et regroupées par Unités de compétences.

Référentiels d'activités, de compétences et d'évaluation du CQP Instructeur Fitness

REFERENTIELS

« *Les certifications professionnelles enregistrées au répertoire national des certifications professionnelles permettent une validation des compétences et des connaissances acquises nécessaires à l'exercice d'activités professionnelles. Elles sont définies notamment par un* ***référentiel d'activités*** *qui décrit les situations de travail et les activités exercées, les métiers ou emplois visés, un* ***référentiel de compétences*** *qui identifie les compétences et les connaissances, y compris transversales, qui en découlent et un* ***référentiel d'évaluation*** *qui définit les critères et les modalités d'évaluation des acquis.* » Article L.6113-1 du Code du Travail créé par LOI n°2018-771 du 5 septembre 2018 -art. 31 (V)

REFERENTIEL D'ACTIVITES *décrit les situations de travail et les activités exercées, les métiers ou emplois visés*	**REFERENTIEL DE COMPETENCES** *identifie les compétences et les connaissances, y compris transversales, qui découlent du référentiel d'activités*	**REFERENTIEL D'EVALUATION** *définit les critères et les modalités d'évaluation des acquis*	
		MODALITÉS D'ÉVALUATION	**CRITÈRES D'ÉVALUATION**
Unité de compétences 1 (UC1) : **Maîtriser les règles de sécurité et les dispositifs pour agir en cas d'accident dans une structure de fitness**			
A.1.1 Intervention en cas d'accident en utilisant notamment les dispositifs médicaux d'aide aux secours.	C.1.1.1 Évaluer la situation d'accident en vue de réaliser les gestes de premiers secours. C.1.1.2 Utiliser un défibrillateur en cas de malaise cardiaque d'une personne dans la structure de fitness. C.1.1.3 Repérer les principales traumatologies bénignes liées aux activités du fitness dans un but de prévention et de premiers secours en cas d'accident.	Épreuve 1 : Dossier écrit et épreuve orale 30' + 20' questionnement Créer un événement dans le club pour promouvoir la structure et trouver de nouveaux clients. Partie 1: présentation de la structure et de ses caractéristiques en terme de sécurité et de réglementation propre aux Établissement Recevant du Public Commission d'évaluation composée de deux évaluateurs :	**Qualité de la présentation :** -Le dossier comprend une présentation de la structure et de ses caractéristiques en termes de sécurité et relative aux Établissements Recevant du Public Le candidat • exécute les gestes de premier secours • Décrit l'utilisation d'un défibrillateur
A.1.2 Connaissances des règles de sécurité et maîtrise des dispositifs règlementaires dans un établissement recevant du public (ERP).	C.1.2.1 Appliquer les règles d'un établissement recevant du public C.1.2.2 Organiser une veille sur la réglementation d'une structure de		

	fitness pour connaitre les obligations légales en termes de responsabilité civile et pénale.	un évaluateur de l'organisme de formation et un évaluateur externe issu du secteur professionnel du fitness Épreuve 2 : épreuve de secourisme (5' de mise en situation et 15' d'oral) Commission d'évaluation composée de deux évaluateurs : un évaluateur de l'organisme de formation et un évaluateur externe assermenté secourisme	• Détaille les différentes traumatologies • Décrit précisément les caractéristiques et les obligations ERP de sa structure • Identifie les enjeux de responsabilité civile et pénale à travers des exemples issus de sa structure professionnelle • Justifie ses connaissances à l'oral • Argumente ses propos à l'oral Propose des ajustements et/ou remédiation lors de l'oral
Unité de compétences 2 (UC2) : **Accueillir les publics dans une structure de fitness**			
A.2.1 Accueil d'un adhérent dans une structure de fitness pour le conseiller dans ses pratiques	C.2.1.1 Adapter son attitude afin de prendre en compte les besoins d'un adhérent C.2.1.2 Décrypter les profils de communication en vue de mieux répondre à la demande d'un adhérent C.2.1.3 Adopter un comportement en respectant les règles déontologiques et éthiques du métier C.2.1.4 Conseiller un adhérent et mettre en valeur l'offre de services et les prestations associées à la structure de fitness	Évaluation sur dossier. A partir des heures en situation professionnelle tout au long de la formation, constitution d'un dossier : - - livret pédagogique de suivi de l'alternance (tel que fourni dans le dossier d'habilitation) comportant la grille d'observation complétée par le tuteur. - - fiche de visite en structure professionnelle complétée par un référent de formation (tel que	• Le candidat : • Identifie les publics • Comprend leurs attentes et besoins au sein de la structure • Choisit les démarches adaptées en fonction du public • Met en place une stratégie d'accueil adhérent • Utilise une communication adaptée à l'adhérent • Identifie les processus de motivation individuelle • Analyse les besoins des différents publics
A.2.2 Analyse des besoins et motivation des différents publics en appliquant les règles déontologiques	C.2.2.1 Repérer les attentes et les motivations des différents publics en prenant en compte leurs caractéristiques. C.2.2.2 Identifier les caractéristiques des différents publics afin de leurs		

	proposer des activités de fitness adaptées.	fourni dans le dossier d'habilitation) Commission d'évaluation composée de deux évaluateurs : un évaluateur de l'organisme de formation et un évaluateur externe issu du secteur professionnel du fitness	• Prend en compte les caractéristiques des différents publics • Propose une offre de service adaptée lors de l'arrivée d'un nouvel adhérent • Adopte les codes vestimentaires du métier et de la structure • Respecte les règles déontologiques et éthiques du métier • Prend en compte la gestion de conflit et la notion de citoyenneté et d'incivilités • Identifie la règlementation nécessaire et garanti l'intégrité physique et morale des publics • Corrige les techniques dangereuses
	C.2.2.3 Veiller à préserver l'intégrité physique et morale des publics dans le cadre de la pratique du fitness.		
Unité de compétences 3 (UC3) : **Identifier les fondamentaux scientifiques et nutritionnels nécessaires à la conduite de l'exercice professionnel du fitness en toute sécurité**			
A.3.1 - Compréhension des rôles des os et des articulations - Compréhension des rôles des muscles et leurs actions - Identification des causes d'un traumatisme ou d'un accident lié à une mauvaise position	C.3.1 Utiliser ses connaissances en anatomie et biomécanique afin de les mobiliser dans les différentes pratiques du fitness	Épreuve QCM de 60 questions en 60 minutes 20 questions en anatomie 20 questions en physiologie 20 questions en nutrition L'épreuve de QCM est réalisée sous surveillance d'un formateur. Les candidats se connectent sur la plateforme informatique	Le candidat : • identifie le rôle des os et articulations • identifie le rôle des muscles • identifie les causes d'un traumatisme • identifie le rôle des organes de la circulation • identifie les systèmes énergétiques
A.3.2.1 - Identification du rôle des organes de la circulation - Mobilisation des connaissances dans les qualités physiques pour l'application à la physiologie de l'exercice A.3.2.2	C.3.2.1 Utiliser ses connaissances en physiologie afin de les mobiliser dans les différentes pratiques du fitness		

- Adaptation les stratégies d'échauffement, de retour au calme et de récupération en fonction des séances proposées - Identification du rôle des systèmes nerveux et endocriniens A.3.2.3 - Adaptation des grands principes de l'entraînement aux bénéfices de la pratique de l'adhérent	C.3.2.2 Mettre à profit les filières énergétiques afin d'adapter une séance de fitness C.3.2.3 Identifier les signes indiquant le surentraînement afin de modifier la séance prévue	commune des délégataires sur le site www.cqp-fitness.fr Les questions tombent de façon aléatoire et différenciée pour chaque candidat. 6 questions seront spécifiques aux compétences 3.2.2 et 3.2.3 dans le QCM physiologie. Le candidat doit répondre à 15 des 20 questions dans les trois domaines (anatomie, physiologie, nutrition) pour valider l'unité de compétences. De plus, il doit également doit répondre positivement à 4 des 6 questions spécifiques aux compétences 3.2.2 et 3.2.3 Le résultat est donné à l'organisme de formation par les délégataires via la plateforme de gestion commune.	• identifie les qualités physiques • identifie les principes généraux de l'échauffement • identifie les principes généraux de la récupération • Adapte les grands principes de l'entraînement pour l'activité physique • Identifie le rôle des nutriments • Identifie les principes énergétiques de l'alimentation • Identifie les facteurs de surpoids • Identifie les actions pour remédier au surpoids • Identifie le rôle de l'hydratation • Identifie les pratiques alimentaires dangereuses • Identifie les conduites dopantes • Identifie les effets néfastes de certaines pratiques ou produits
C.3.3.1 - Compréhension du rôle des différents nutriments dans les métabolismes aérobie et anaérobie - Maîtrise de la balance apport/dépense énergétique - Identification des facteurs de surpoids, les régimes et actions pour y remédier - Utilisation des principes de l'hydratation avant, pendant et après l'exercice - Prévention des pratiques alimentaires dangereuses et des conduites dopantes - Identification des effets de pratiques et/ou substances sur l'hygiène de vie (tabac, alcool, cannabis, …)	C.3.3.1 Utiliser ses connaissances en nutrition afin de les mobiliser dans les différentes pratiques du fitness		
Unité de compétences 4 (UC4) : **Utiliser les fondamentaux du marketing et de la communication à des fins de promotion et de développement d'une structure de fitness**			
A.4.1 - Réalisation d'un état des lieux dans une structure de fitness - Identification des forces et des faiblesses d'une structure de fitness - identification des leviers pour la diversification des activités - Veille sur les nouvelles tendances dans le domaine du fitness	C.4.1 Analyser et diagnostiquer l'activité d'une structure de fitness afin de la pérenniser.	Dossier écrit et épreuve orale 30' + 20' questionnement Créer un événement dans le club pour promouvoir la structure et	Le candidat : • utilise un outil de présentation • analyse le contexte actuel de la remise en forme • identifie les nouvelles tendances • analyse le contexte de sa structure

A.4.2 Identification de la zone de chalandise de la structure de fitness Veille et suivi de l'activité des structures locales concurrentielles Prospection de nouveaux publics cibles	C.4.2 Mobiliser des techniques en marketing afin de développer la structure de fitness	trouver de nouveaux clients ou adhérents. Commission d'évaluation composée de deux évaluateurs : un évaluateur de l'organisme de formation et un évaluateur externe issu du secteur professionnel du fitness	• identifie les forces et faiblesses de sa structure • présente la zone de chalandise et la concurrence pour sa structure • présente un projet permettant d'accroitre l'attractivité de la structure (fidélisation, nouveaux prospects) • propose une stratégie de communication • propose des exemples d'utilisation des réseaux sociaux et de l'E-marketing • propose une méthode pour évaluer les résultats • argumente ses propos à l'oral • propose des ajustements lors de l'oral
A.4.3 Mise en place des actions de fidélisation Mise en œuvre des actions pour attirer des nouveaux prospects Mesure de la satisfaction de la clientèle Identification des mesures correctives pour pallier les insatisfactions des adhérents	C.4.3. Utiliser des stratégies commerciales pour développer et fidéliser sa base adhérents		
A.4.4 Utilisation des outils de présentation Organisation d'une campagne de promotion sur les réseaux sociaux et avec l'E-marketing Adoption des techniques et méthodes de marketing direct Proposition d'une stratégie d'évaluation des résultats de ces actions de promotion	C.4.4. Mettre en œuvre un plan de communication en choisissant des supports adaptés		

<table>
<tr><td colspan="4">Unité de compétences 5A (UC5a) : Choisir et mettre en œuvre une pédagogie adaptée en cours collectifs pour une pratique des publics en toute sécurité</td></tr>
<tr><td>A5a.1
Adaptation du cours aux situations et au public
Définition des objectifs en cours collectifs
Evaluation son action pédagogique
Identification les séquences chorégraphiques d’une séance de cours collectifs
Repérage des différents blocs de travail pour le découpage d’une séance de cours collectifs
Conception d’une progression pédagogique
Construction d’un cycle pédagogique afin de favoriser la progression des pratiquants
Utilisation des trois grands domaines en cours collectifs (Cardio-vasculaire, Renforcement musculaire, flexibilité et mobilité)
Identification des nouvelles tendances en cours collectifs</td><td>C.5a.1. Concevoir des séances adaptées en cours collectifs en veillant à répondre aux attentes des publics accueillis</td><td rowspan="2">Évaluation technique et pédagogique avec fiches distinctes pour chaque activité A5A et A5B

- 45’ de passage pédagogique et technique suivi d’un oral de 15’ (animer un groupe d’au minimum 8 personnes)
- préparation d’une fiche de 3 séances sur les grands domaines (Cardio-vasculaire, Renforcement musculaire, flexibilité et mobilité)
- Animation d’une séance avec 3X 15’ pour présenter une partie de la séance dans chacun des trois grands domaines

Au maximum un cours pré-chorégraphié sur les trois domaines

La commission d’évaluation devra être composée obligatoirement de 3 évaluateurs :
- un évaluateur de l’organisme de formation
- un coach sportif externe au centre de formation qualifié en fitness
- un employeur (gérant, responsable de salle, manager des coachs)</td><td rowspan="2">Le candidat :
• aménage l’espace de pratique
• donne des consignes adaptées à la situation pédagogique
• les consignes sont claires et précises
• donne des consignes de sécurité et de placement
• sait organiser ses consignes
• sait motiver et encourager
• utilise sa voix de façon adaptée (intensité, contraste)
• exécution
• observe constamment ses pratiquants
• corrige les pratiquants
• montre une attitude respectueuse envers ses pratiquants
• propose des variantes et des options
• sait animer la fin d’un cours
• prends en compte l’avis des pratiquants
• maîtrise la pédagogie dans le domaine cardio
• maîtrise la pédagogie dans le domaine renfo
• maîtrise la pédagogie dans le domaine flexibilité et mobilité</td></tr>
<tr><td>A5a.2

Mise en œuvre de l’ensemble des consignes pour une séance de cours collectifs
Utilisation des techniques de communication efficientes
Utilisation de sa voix afin de favoriser l’efficience de la séance pour le groupe et l’individualisation
Utilisation de la musique pour son animation de cours collectifs en rythme
Utilisation des variations d’intensité
Communication des informations en percevant les avis du pratiquant à la fin d’un cours</td><td>C.5a.2. Animer une séance en cours collectifs en utilisant des techniques de communication efficientes et en respectant une construction musicale.</td></tr>
</table>

A.5a.3. Observation de ses pratiquants afin de repérer les difficultés et/ou les mauvaises postures Correction des mauvaises postures afin d'éviter toute problématique traumatologique à court et moyen terme Propose des variantes face à un problème postural ou pathologique	C.5a.3. Assurer l'évolution des pratiquants en toute sécurité pendant une séance en cours collectifs		
Unité de compétences 6A (UC6a) : **Utiliser des techniques en cours collectifs appropriées pour une pratique des publics en toute sécurité**			
A.6a.1. Utilisation des différents rythmes et phrasés en fonction des objectifs de la séance de cours collectifs Utilisation des supports musicaux adaptés aux différentes pratiques de cours collectifs Utilisation d'une chorégraphie en musique adaptée aux différentes pratiques de cours collectifs Place ses mouvements en musique dans un cours personnalisé ou préconçu Connaissance de la réglementation en matière de droits d'utilisation de la musique dans une structure de fitness	C.6a.1. Utiliser les techniques de la relation musique et mouvement afin de rendre une séance en cours collectif dynamique et attractive	Évaluation technique et pédagogique avec fiches distinctes pour chaque UC - 45' de passage pédagogique et technique suivi d'un oral de 15' (animer un groupe d'au minimum 8 personnes) - préparation d'une fiche de 3 séances sur les grands domaines (CARDIO - RENFO – FLEXIBILITÉ ET MOBILITÉ) - Animation d'une séance avec 3X 15' pour présenter une partie de la séance dans chacun des trois grands domaines Au maximum un cours pré-chorégraphié sur les trois domaines	Le candidat : • évolue en rythme • montre des amplitudes efficaces en toute sécurité • montre des alignements posturaux sécuritaires • démontre une posture correcte • sait faire varier les intensités • réalise des amplitudes de mouvement en relation avec les séquences • conserve sa technique sur toute la durée du cours • connaît sa chorégraphie • argumente ses choix techniques à l'oral
A.6a.2. Démonstration des techniques pour un cours libre de type cardio-vasculaire Démonstration des techniques pour un cours préconçu de type cardio-vasculaire	C.6a.2. Mettre en œuvre les techniques spécifiques pour assurer des séances en cours collectifs de type cardio-vasculaire		
A.6a.3. Démonstration des techniques pour un cours libre de type renforcement musculaire Démonstration des techniques pour un cours préconçu de type renforcement musculaire	C.6a.3. Mettre en œuvre les techniques spécifiques pour assurer des séances en cours collectifs de type renforcement musculaire		

A.6a.4. Démonstration des techniques pour un cours libre de type flexibilité et mobilité Démonstration des techniques pour un cours préconçu de type flexibilité et mobilité	C.6a.4. Mettre en œuvre les techniques spécifiques pour assurer des séances en cours collectifs de type flexibilité et mobilité	La commission d'évaluation devra être composée obligatoirement de 3 évaluateurs : - un évaluateur de l'organisme de formation - un coach sportif externe au centre de formation qualifié en fitness - un employeur (gérant, responsable de salle, manager des coachs)	
A.6a.5. Démonstration d'une posture sécuritaire en toute circonstance Correction d'un défaut de posture pouvant entraîner des pathologies immédiates ou lié à la répétition	C.6a.5. Adopter une posture sécuritaire afin de préserver l'intégrité physique des adhérents suivant les techniques utilisées lors des séances en cours collectifs		

B - OPTION MUSCULATION ET PERSONAL TRAINING

Unité de compétences 5B (UC5b) : **Choisir et mettre en œuvre une pédagogie adaptée en musculation et personal training pour une pratique des publics en toute sécurité**			
A.5a.1. Collecte des informations et les données de santé du pratiquant Conception d'un programme individualisé en utilisant des méthodes d'entraînement permettant la progression du pratiquant Animation d'une séance individuelle en fonction des caractéristiques du pratiquant Planification des exercices sûrs et efficaces en fonction d'objectifs définis par le pratiquant	C.5b.1. Concevoir un plan d'entraînement individualisé en musculation pour un pratiquant afin d'assurer sa progression en fonction de ses objectifs personnels.	Évaluation technique et pédagogique avec fiches distinctes pour chaque Activité A5B et A6B Épreuve 1 : 5' de démonstration et 20' d'encadrement d'une séance d'entraînement fonctionnel en petit groupe (5 personnes sur 5 ateliers).que le candidat choisit. Le candidat fait une première fois le parcours	Le candidat : • diagnostique les besoins et attentes du pratiquant • Collecte les informations sur le pratiquant • fixe des objectifs adaptés • propose un plan d'entraînement adapté • insère la séance dans un cycle d'entraînement • Observe le ou les pratiquants

Gestion les intensités et les exercices en lien avec les objectifs du pratiquant Communication des informations en percevant les avis du pratiquant à la fin d'un cours Utilisation des nouvelles technologies liées à l'entraînement Adoption d'un comportement éthique et déontologique conforme au métier de personal trainer		entier avec une démonstration de chaque mouvement sur 5 répétitions (évaluation de la technique). Puis 2 rotations des 5 ateliers pour les 5 encadrés. 15' de retour à l'oral Épreuve 2 : encadrement d'un pratiquant Tirage au sort d'un profil de pratiquant: préparation de la séance. 30' de préparation. Puis 30' de séance Le candidat débute en expliquant aux évaluateurs les questions qu'il poserait au pratiquant. Il amène ensuite son cobaye sur 3 exercices de sa séance choisis par les évaluateurs. Ce sont les évaluateurs qui demandent au candidat de passer à l'exercice suivant. La prestation est suivie d'un oral de 15'	• corrige les postures • assure la sécurité • prépare l'environnement et l'utilisation du matériel • Gère les intensités • Propose des exercices sûrs et efficaces • Adapte sa séance en fonction du ou des clients • donne des consignes de réalisation • Démontre les exercices correctement • Donne des informations sur les groupes musculaires impliqués • Sensibilise aux règles d'hygiène • Sensibilise aux règles de rangement • Adopte un comportement conforme à l'éthique et à la déontologie ORAL • Identifie les forces et faiblesses de sa séance • Analyse l'écart entre le prévu et le réalisé • Evalue son public • Propose des remédiation et/ou ajustements à sa séance • Situe sa séance dans un cycle
A.5b.2. Conception d'une séance d'entraînement fonctionnel en petit groupe Animation d'une séance en petit groupe en fonction des caractéristiques de chacun Planification des exercices sûrs et efficaces en fonction d'objectifs définis avec les pratiquants Gestion des intensités en adaptant individuellement au sein du petit groupe Communication des informations en percevant les avis du pratiquant à la fin d'un cours	C.5b.2. Concevoir et animer des séances d'entraînement fonctionnel en petit groupe en fonction des caractéristiques de chacun		
A.5b.3. Réglage d'une machine et ses variables spécifiques Donne des consignes posturales Communication des informations sur les groupes musculaires impliqués dans chaque exercice Information sur les adaptations nécessaires en fonction des personnes Sensibilisation à l'hygiène et au rangement pour la pérennité des équipements et le respect des autres pratiquants	C.5b.3. Assurer l'animation d'un plateau de musculation en veillant à l'intégrité physique des pratiquants et au respect du matériel.		
A.5b.4.	C.5b.4. Adopter une posture sécuritaire afin de préserver l'intégrité physique des adhérents		

Observation de son ou ses pratiquants afin de repérer les difficultés et/ou les mauvaises postures Correction des mauvaises postures afin d'éviter toute problématique traumatologique à court et moyen terme Proposition des variantes face à un problème postural ou pathologique Aménagement de l'espace en toute sécurité	pendant un cours de musculation individualisé ou en petit groupe	La commission d'évaluation devra être composée obligatoirement de 3 évaluateurs : - un évaluateur de l'organisme de formation - un coach sportif externe au centre de formation qualifié en fitness - un employeur (gérant, responsable de salle, manager des coachs)	
Unité de compétences 6B (UC6b) : **Utiliser des outils et des techniques en musculation et personal training pour une pratique des publics en toute sécurité**			
A.6b.1 Utilisation des poids libres assis Utilisation des poids libres debout Utilisation des machines guidées Utilisation des techniques et outils adaptés aux débutants	C.6b.1 Mettre en œuvre le matériel et les techniques de musculation adaptés aux besoins des pratiquants	Évaluation technique et pédagogique avec fiches distinctes pour chaque Activité A5B et A6B Épreuve 1 : 5' de démonstration d'une séance d'entraînement fonctionnel en petit groupe (5 personnes sur 5 ateliers).que le candidat choisit. Le candidat fait une première fois le parcours entier avec une démonstration de chaque mouvement sur 5 répétitions (évaluation de la technique).	Le candidat : • Utilise correctement les poids libres assis • Utilise correctement les poids libre debout • Utilise correctement les machines guidées • Maîtrise les techniques et les outils pour les situations observées • est constant dans sa gestuelle • conserve sa technique sur toute la durée du cours
A.6b.2 Identification de différents matériels utilisés pour les entraînements fonctionnels Analyse des principales fonctions humaines pour construire des banques d'exercices Utilisation des techniques permettant d'agir sur les déficiences du ou des individus Mise en œuvre des outils et des techniques afin de proposer des exercices d'entraînement fonctionnel	C.6b.2 Mettre en œuvre le matériel et les techniques de musculation adaptés pour des entraînements fonctionnels en petit groupe		

A.6b.3 Démonstration d'une posture sécuritaire en toute circonstance Correction d'un défaut de posture pouvant entraîner des pathologies immédiates ou à la répétition Gestion du matériel en toute sécurité	C.6b.3 Veiller à la bonne utilisation du matériel et des techniques pour des séances de musculation ou d'entraînement fonctionnel en toute sécurité	Épreuve 2 30' de préparation et 30' d'encadrement en personal training Tirage au sort d'un profil de pratiquant. Débute sa séance en expliquant aux évaluateurs les questions qu'il poserait au pratiquant Le candidat. Il amène ensuite son cobaye sur 3 exercices de sa séance choisis par les évaluateurs. Ce sont les évaluateurs qui demandent au candidat de passer à l'exercice suivant. 15' de retour à l'oral	• sait réaliser correctement chaque mouvement • montre des amplitudes efficaces en toute sécurité • montre des alignements posturaux sécuritaires • Gère le matériel en toute sécurité • Sait corriger le pratiquant ORAL • Connaît les règles du travailleur indépendant • Identifie les techniques du business • Maîtrise les outils de communication
A.6b.4 Rédaction d'un document contractuel de consentement mutuel Identification des règles du travailleur indépendant Mise en œuvre des techniques du business pour une gestion efficiente en matière commerciale et financière d'une activité de personal trainer Utilisation des méthodes pour la communication sur son activité de personal trainer	C.6b.4 Mettre en œuvre des techniques et méthodes pour assurer le business du personal trainer en matière commerciale et financière		

		La commission d'évaluation devra être composée obligatoirement de 3 évaluateurs : - un évaluateur de l'organisme de formation - un coach sportif externe au centre de formation qualifié en fitness - un employeur (gérant, responsable de salle, manager des coachs)	

Déroulement des jurys nationaux

Les partenaires sociaux organisent très régulièrement des jurys pour valider les résultats aux différents CQP de la branche. Lors de ces jurys, sont réunis un représentant des employeurs, un représentant des salariés ainsi que le délégataire du CQP. C'est donc le délégataire FNDF-Active-FNEAPL qui présentera les résultats de vos sessions de formation. Il sera donc impératif que tous les documents demandés soient déposés sur la plateforme de gestion pour que les jurys puissent se dérouler en toute conformité.

Les pièces à fournir le jour du jury :

- Tous les éléments attestant que le candidat a bien les prérequis
- Toutes les fiches d'évaluation remplie et signée conformément à la procédure

Obligation des organismes de formation vis à vis des délégataires

Les délégataires du CQP Instructeur Fitness habilitent des organismes de formation selon le cahier des charges décrit ci-après. Les organismes de formation doivent organiser la formation conformément au contenu des dossiers d'habilitation et dans le respect du règlement national du CQP Instructeur Fitness. Par ailleurs, l'habilitation étant annuelle, les organismes de formation doivent fournir aux délégataires les éléments demandés ci-après dans le paragraphe « procédure simplifiée de renouvellement ».

Politique de formation pour le CQP Instructeur Fitness

La FNDF et Active-FNEAPL souhaitent développer ensemble les dispositifs du CQP IF en tant que délégataires de la branche sport et de son organisme certificateur du sport (OCS). L'objectif commun étant de couvrir les besoins en emploi du secteur et de participer au développement des structures sur l'ensemble du territoire. En effet, nous partageons le constat qu'à l'heure actuelle, les formations existantes ne couvrent pas les besoins du secteur fitness. Ce manque de coachs, en particulier dans le domaine des cours collectifs est préjudiciable au développement des activités et donc à la mise en place d'une offre touchant davantage de pratiquants, pour une France en bonne santé.

Pour organiser les CQP IF, nos deux organisations souhaitent procéder à des campagnes d'habilitation en direction des organismes de formation pour piloter ensemble ce dispositif et au sein d'une plateforme de gestion commune : GESTICERT et son site internet www.cqp-fitness.fr. A la fois pour standardiser et rationaliser les processus, mais aussi pour ne pas créer une concurrence qui ne serait pas propice au développement serein du CQP IF.

Les volumes horaires

NB : les durées indiquées sont des durées minimales. En fonction des publics et/ou des dispositifs de formation, ces durées peuvent être augmentées. Toutefois, les délégataires souhaitent qu'il puisse y avoir une offre de formation attractive financièrement avec des parcours types selon les volumes indiqués.

La durée de la formation du **CQP Instructeur Fitness option Cours Collectifs** s'élève à **415 heures** dont **265 heures** en centre et **150 heures** minimum en situation professionnelle. Ce volume horaire est minoré au regard des unités de compétences d'ores et déjà obtenus par le candidat, ou peut l'être au regard des allègements de formation établis lors du positionnement.

La durée de la formation du **CQP Instructeur Fitness option Musculation et Personal Training** s'élève à **415 heures** dont **265 heures** en centre et **150 heures** minimum en situation professionnelle. Ce volume horaire est minoré au regard des unités de compétences d'ores et déjà obtenus par le candidat, ou peut l'être au regard des allègements de formation établis lors du positionnement.
Dans le cas des parcours de formation proposant les deux options du **CQP Instructeur Fitness, Cours Collectifs, Musculation et Personal Training** La durée de la formation du CQP Animateur Fitness s'élève à **690 heures** dont **440 heures** en centre et **250 heures** minimum en situation professionnelle. Ce volume horaire est minoré au regard des unités de compétences d'ores et déjà obtenus par le candidat, ou peut l'être au regard des allègements de formation établis lors du positionnement.

Volumes horaires CQP Instructeur Fitness

Unités communes aux deux options		
Unité de compétence 1	Sécurité	7 h
Unité de compétence 2	Accueil	15h
Unité de compétence 3	Sciences et nutrition	40h
Unité de compétence 4	Marketing et communication	28h
Unités de compétences spécifiques à chaque option		
Unité de compétence 5 CC	Pédagogie spécifique CC	50h
Unité de compétence 5 MPT	Pédagogie spécifique MPT	50h
Unité de compétence 6 CC	Technique spécifique CC	125h
Unité de compétence 6 MPT	Technique spécifique MPT	125h
Stage pour une option	Mise en application	150h
Stage pour deux options	Mise en application	250h
	TOTAL pour une option	415h
	TOTAL pour deux options	690h

Les prérequis à l'entrée en formation

Le candidat au CQP Instructeur Fitness doit répondre aux exigences à l'entrée dans le processus de formation. Le délégataire est garant de la vérification de ces exigences. Les prérequis sont les suivants :
Le candidat au CQP Instructeur Fitness doit répondre aux exigences à l'entrée dans le processus de formation. Le délégataire est garant de la vérification de ces exigences. Les prérequis sont les suivants :

1- Être titulaire d'une pièce administrative justifiant de l'identité du candidat

Le candidat doit présenter l'une des pièces suivantes en cours de validité (original ou photocopie lisible recto/verso). :

- Carte nationale d'identité française ou étrangère
- Passeport français ou étranger
- Permis de conduire français sécurisé délivré depuis le 16 septembre 2013 suivant le décret du 09 novembre 2011.
- Carte de combattant délivrée par les autorités françaises
- Carte d'identité ou carte de circulation délivrée par les autorités militaires françaises
- Carte de séjour temporaire, carte de résident, certificat de résidence de ressortissant algérien, carte de ressortissant d'un État membre de l'Union européenne ou de l'Espace

économique européen, conformément à la réglementation des étrangers, ces titres doivent être à jour concernant l'adresse déclarée.

Cas particulier d'un mineur ou d'un incapable majeur :

- Pièce justificative d'identité du mineur ou de l'incapable majeur (si la pièce d'identité ne peut être présentée, un livret de famille ou un extrait d'acte de naissance est accepté),
- Pièce justificative d'identité de son représentant (père ou mère disposant de l'autorité parentale/jugement de tutelle + pièce d'identité de la personne désignée tuteur),

2- Être titulaire d'une attestation de premiers secours conformément à la réglementation en vigueur fixant le Référentiel National de Compétences de Sécurité Civile relatif à l'unité d'enseignement « *prévention et secours civiques de niveau 1* » ou équivalent à cette attestation.
3- Certificat médical de non contre-indication à la pratique et à l'encadrement des activités physiques et sportives.
4- Avoir 18 ans lors du jury de certification.
5- Avoir satisfait aux tests techniques dans la ou les options choisies (ou posséder leur équivalence, voir article 20 du règlement du CQP Instructeur Fitness).

Pour ces tests de prérequis, la commission d'évaluation est composée d'au moins deux évaluateurs dont au minimum un externe à l'organisme de formation. Les évaluateurs doivent posséder au minimum un diplôme de niveau 3 permettant l'encadrement contre rémunération du fitness dans le domaine qui est évalué ainsi qu'une expérience professionnelle d'au moins deux ans.
L'évaluation des prérequis techniques est réalisée suivant les modalités suivantes :

CQP Instructeur Fitness option : Cours Collectifs
Un suivi de cours collectifs : une épreuve de 45' comprenant 3 parties (15' partie cardio coordination et endurance (STEP ou sans STEP), 15' renforcement musculaire avec barre et poids, 15' partie flexibilité et mobilité (stretching). L'objet de l'épreuve est de s'assurer de la base technique des candidats dans les trois grandes catégories de cours collectif ainsi que de leur coordination rythme et musique.

CQP Instructeur Fitness option : Musculation et Personal Training
Une épreuve de démonstration avec 5 répétitions sur 5 mouvements de musculation :
-Squat : 100% du poids de corps pour les hommes, 60% du poids de corps pour les femmes (hanches à hauteur des genoux, fémur parallèle au sol, mise en place d'un élastique à toucher avec le postérieur)
- Développé Couché : 80% du poids de corps pour les hommes, 40% du poids de corps pour les femmes (toucher poitrine sans rebond).
- soulevé de terre : 80% du poids de corps pour les hommes, 40% du poids de corps pour les femmes
- fentes : 20kg pour les hommes et 10kg pour les femmes
- Épaulé-jeté : 20kg pour les hommes et 10kg pour les femmes

Évaluation de la technicité et des placements.

Critères de réussites : pour chacun des 5 mouvements, minimum 3 réussites sur 5

Les exigences préalables à la mise en situation professionnelle (EPMSP)

Idéalement et en fonction du ruban pédagogique, dans les deux premières semaines de formation, les exigences préalables à la mise en situation professionnelle (EPMSP) sont organisées par l'organisme de formation.

Le délégataire est garant, au regard de la spécificité de l'activité en matière de sécurité, des exigences préalables particulières auxquelles le candidat doit répondre.

Elles sont définies dans le présent règlement comme suit :

Il est procédé à la vérification de ces Exigences préalables à la mise en situation professionnelle lors de la mise en place d'une séance de découverte de l'activité dans l'option choisie, en sécurité, d'une durée de vingt minutes suivies d'un entretien de dix minutes :

• Une épreuve pédagogique : le stagiaire encadre un pratiquant. Il est évalué par **2 évaluateurs** au sein de l'organisme de formation sur la gestion de la séance au regard de la sécurité du pratiquant.

Durée de l'épreuve : 20 minutes suivie d'un oral de 10 minutes : le stagiaire fait un retour sur la séance pédagogique et répond aux questions des évaluateurs.

Les modalités d'évaluation des exigences préalables mises en œuvre par l'organisme de formation sont les suivantes :

- Organiser des situations dans le temps et l'espace adaptées aux spécificités et attentes du public
- Assurer la sécurité du site, des pratiquants et sa propre sécurité
- Démontrer, en toute sécurité, les exercices et gestes techniques du CQP visé
- Transmettre l'éthique et les valeurs du sport.

Une fiche d'évaluation est complétée à cette occasion et l'organisme de formation édite une attestation de réussite aux exigences préalables à la mise en situation professionnelle. Sans cette attestation, le stagiaire ne peut pas exercer de fonctions d'encadrement dans sa structure professionnelle.

Dispense des exigences préalables à la mise en situation professionnelle : les qualifications permettant au candidat d'être dispensé de ces exigences sont mentionnées à l'article 20 du règlement national « dispenses et équivalences ».

NB : Un candidat en échec peut être évalué plusieurs fois jusqu'à obtention de ses EPMSP.

Obtention de la carte professionnelle suite aux EPMSP

L'activité Fitness, encadrée par le titulaire du CQP Instructeur Fitness relève du cadre réglementé des activités physiques et sportives au sens du code du sport. En conséquence, toute personne désirant exercer la fonction d'Instructeur Fitness contre rémunération, doit en faire préalablement la déclaration au préfet du département dans lequel elle compte exercer son activité à titre principal. (R. 212-85 du code du sport).

Après obtention des EPMSP, le stagiaire doit faire sa demande le stagiaire doit se déclarer en tant qu'animateur de loisir sportif stagiaire sur le site EAPS avec les pièces suivantes :

- Attestation de réussite aux EPMSP (document réalisé par l'organisme de formation)
- Carte d'identité ou passeport Valide
- Photo d'identité aux normes
- Convention de stage signée par toutes les parties
- Certificat Médical de moins d'un an.

Le stagiaire se connecte ensuite sur le site du ministère pour faire sa déclaration :

https://eaps.sports.gouv.fr/

Qualifications requises pour les formateurs, évaluateurs et tuteurs

- **Le ou la responsable de la formation** au CQP Instructeur Fitness doit être à minima titulaire d'un titre ou diplôme relevant du domaine professionnel correspondant à la finalité du CQP Instructeur Fitness et d'un niveau au moins équivalent au présent CQP, il(elle) doit justifier d'une expérience dans la formation professionnelle d'un minimum de **2** années.
- **Les formateurs** au CQP Instructeur Fitness doivent être à minima titulaire d'un titre ou diplôme relevant du domaine activité de la forme et d'un niveau au moins équivalent, au présent CQP, ils doivent justifier d'un minimum de **2** années d'exercice d'une activité professionnelle en relation avec les activités de la forme.

  Lorsqu'ils interviennent sur des contenus non techniques et que les stagiaires ne sont pas en situation pédagogique spécifique au domaine des activités de la forme, les formateurs doivent justifier par leurs diplômes, titres et/ou expériences, leurs compétences dans les thématiques enseignées.

- **- Les évaluateurs** doivent être à minima titulaire d'un titre ou diplôme relevant du domaine professionnel des activités de la forme et d'un niveau au moins équivalent au présent CQP, ils doivent justifier d'un minimum de **2** années d'exercice d'une activité professionnelle et de formation en relation avec les activités de la forme.

  Dans le cadre des unités de compétence 5 et 6 spécifiques à chaque option, le binôme évaluateur est complété par un employeur du secteur des activités de la forme (gérant ou manager) qui n'est pas soumis aux mêmes exigences de qualification. Par contre ils doivent justifier d'un minimum de 2 années d'exercice aux fonctions de directions ou de management dans une structure proposant des activités de la forme.

- **- Les tuteurs** doivent être volontaires et justifier d'une expérience d'au moins 2 année dans une qualification en rapport avec l'objectif de professionnalisation visé. Les titres et diplômes permettant d'exercer la fonction de tuteur sont à minima équivalents au niveau du CQP Instructeur Fitness.

Pour rappel, la présence obligatoire de deux évaluateurs définis ci-dessus est requise pour les exigences préalables à l'entrée en formation, pour les Exigences Préalables à la Mise en Situation Professionnelle et pour les épreuves d'évaluation des unités compétences du CQP Instructeur Fitness.

A noter que le ou la responsable de la formation, ainsi que tous formateurs (formateurs ou intervenants extérieurs) ne peuvent pas être évaluateurs sur les épreuves d'évaluation des compétences dès lors qu'ils sont intervenus dans le parcours de formation du candidat.

Par ailleurs, l'avis du tuteur est porté au dossier demandé pour l'unité de compétence 2, cependant ce dernier ne peut pas être l'évaluateur de l'élève qu'il tutore.

Modalités d'évaluation

Deux séquences d'évaluation sont prévues, une évaluation initiale puis le cas échéant une évaluation de rattrapage. Les organismes de formation doivent organiser les deux séquences d'évaluation en amont des jurys nationaux. Autrement dit, le jury national ne souhaite pas voir de candidats qui auraient passé les évaluations initiales avec des échecs tant que l'épreuve de rattrapage n'est pas réalisée. Une seule séquence de ces évaluations est possible pour une session : une initiale et éventuellement son rattrapage. Une absence pour quelque motif que ce soit sur les dates prévues entraîne l'échec aux UC présentées. Un stagiaire ayant été absent et qui veut se représenter doit se réinscrire officiellement pour une nouvelle session.

Unités de compétences communes aux deux options « Cours Collectifs » et « Musculation et Personal Training » :

Intitulé de l'Unité de Compétence 1 (UC1) : Maîtriser les règles de sécurité et les dispositifs pour agir en cas d'accident dans une structure de fitness

Modalités d'évaluation de l'UC 1 :

Épreuve 1 : Dossier écrit et épreuve orale 30' + 20' questionnement (épreuve conjointe avec UC4)

Créer un événement dans le club pour promouvoir la structure et trouver de nouveaux clients.
Partie 1: présentation de la structure et de ses caractéristiques en terme de sécurité et de réglementation propre aux Établissement Recevant du Public
Commission d'évaluation composée de deux évaluateurs : un évaluateur de l'organisme de formation et un évaluateur externe issu du secteur professionnel du fitness

Épreuve 2 : épreuve de secourisme (5' de mise en situation et 15' d'oral)
Commission d'évaluation composée de deux évaluateurs : un évaluateur de l'organisme de formation et un évaluateur externe assermenté secourisme

Intitulé de l'Unité de Compétence 2 (UC2) : Accueillir les publics dans une structure de fitness

Modalités d'évaluation de l'UC 2 :

Évaluation sur dossier.
A partir des heures en situation professionnelle tout au long de la formation, constitution d'un dossier :

- Livret pédagogique de suivi de l'alternance (tel que fourni dans le dossier d'habilitation) comportant la grille d'observation complétée par le tuteur.

- Fiche de visite en structure professionnelle complétée par un référent de formation (tel que fourni dans le dossier d'habilitation)

Commission d'évaluation composée de deux évaluateurs : un évaluateur de l'organisme de formation et un évaluateur externe issu du secteur professionnel du fitness

Intitulé de l'Unité de compétence 3 (UC3) : : **Identifier les fondamentaux scientifiques et nutritionnels nécessaires à la conduite de l'exercice professionnel du fitness en toute sécurit**

Modalités d'évaluation de l'UC 3 :

Epreuve QCM de 60 questions en 60 minutes

20 questions en anatomie
20 questions en physiologie
20 questions en nutrition

L'épreuve de QCM est réalisée sous surveillance d'un formateur. Les candidats se connectent sur la plateforme informatique commune des délégataires sur le site www.cqp-fitness.fr
Les questions tombent de façon aléatoire et différenciée pour chaque candidat.
Le candidat doit répondre à 15 des 20 questions dans les trois domaines (anatomie, physiologie, nutrition) pour valider l'unité de compétences.
Le résultat est donné à l'organisme de formation par les délégataires via la plateforme de gestion commune.

Intitulé de l'Unité de Compétences 4 (UC4) : Utiliser les fondamentaux du marketing et de la communication à des fins de promotion et de développement d'une structure de fitness

Modalités d'évaluation de l'UC 4 :

Dossier écrit et épreuve orale 30' + 20' questionnement (épreuve conjointe avec UC1)

Créer un événement dans le club pour promouvoir la structure et trouver de nouveaux clients ou adhérents.

Commission d'évaluation composée de deux évaluateurs : un évaluateur de l'organisme de formation et un évaluateur externe issu du secteur professionnel du fitness

Unités de Compétences spécifiques à chaque option :

Option Cours Collectifs :

Intitulé de l'Unité de Compétences 5 (UC5) : Choisir et mettre en œuvre une pédagogie adaptée en cours collectifs pour une pratique des publics en toute sécurité

Modalités d'évaluation de l'UC 5 option cours collectifs :

Évaluation technique et pédagogique avec fiches distinctes pour chaque activité A5A et A5B

- 45’ de passage pédagogique et technique suivi d’un oral de 15’ (animer un groupe d’au minimum 8 personnes)
- préparation d’une fiche de 3 séances sur les grands domaines (Cardio-vasculaire, Renforcement musculaire, flexibilité et mobilité)
- Animation d’une séance avec 3X 15’ pour présenter une partie de la séance dans chacun des trois grands domaines

Au maximum un cours pré-chorégraphié sur les trois domaines

La commission d’évaluation devra être composée obligatoirement de 3 évaluateurs :

- un évaluateur de l’organisme de formation
- un coach sportif externe au centre de formation qualifié en fitness
- un employeur (gérant, responsable de salle, manager des coachs)

Intitulé de l’Unité de Compétences 6 (UC6) : Utiliser des techniques en cours collectifs appropriées pour une pratique des publics en toute sécurité

Modalités d’évaluation du bloc 6 option cours collectifs :

Évaluation technique et pédagogique avec fiches distinctes pour chaque UC

- 45’ de passage pédagogique et technique suivi d’un oral de 15’ (animer un groupe d’au minimum 8 personnes)
- préparation d’une fiche de 3 séances sur les grands domaines (CARDIO - RENFO – FLEXIBILITÉ ET MOBILITÉ)
- Animation d’une séance avec 3X 15’ pour présenter une partie de la séance dans chacun des trois grands domaines

Au maximum un cours pré-chorégraphié sur les trois domaines

La commission d’évaluation devra être composée obligatoirement de 3 évaluateurs :

- un évaluateur de l’organisme de formation
- un coach sportif externe au centre de formation qualifié en fitness
- un employeur (gérant, responsable de salle, manager des coachs)

Option Musculation et Personal Training :

Intitulé de l'unité de compétence 5 (UC5) : Choisir et mettre en œuvre une pédagogie adaptée en musculation et personal training pour une pratique des publics en toute sécurité

Modalités d'évaluation de l'UC 5 option musculation et personal training:

Évaluation technique et pédagogique avec fiches distinctes pour chaque Activité A5B et A6B

Épreuve 1 :
5' de démonstration et 20' d'encadrement d'une séance d'entraînement fonctionnel en petit groupe (5 personnes sur 5 ateliers).que le candidat choisit. Le candidat fait une première fois le parcours entier avec une démonstration de chaque mouvement sur 5 répétitions (évaluation de la technique).
Puis 2 rotations des 5 ateliers pour les 5 encadrés.
15' de retour à l'oral

Épreuve 2 : encadrement d'un pratiquant
Tirage au sort d'un profil de pratiquant: préparation de la séance. 30' de préparation.
Puis 30' de séance
Le candidat débute en expliquant aux évaluateurs les questions qu'il poserait au pratiquant. Il amène ensuite son cobaye sur 3 exercices de sa séance choisis par les évaluateurs. Ce sont les évaluateurs qui demandent au candidat de passer à l'exercice suivant. La prestation est suivie d'un oral de 15'

La commission d'évaluation devra être composée obligatoirement de 3 évaluateurs :
- un évaluateur de l'organisme de formation
- un coach sportif externe au centre de formation qualifié en fitness
- un employeur (gérant, responsable de salle, manager des coachs)

Intitulé de l'unité de compétence 6 (UC6) : Utiliser des outils et des techniques en musculation et personal training pour une pratique des publics en toute sécurité

Modalités d'évaluation de l'UC 6 option musculation et personal training:

Évaluation technique et pédagogique avec fiches distinctes pour chaque Activité A5B et A6B

Épreuve 1 :
5’ de démonstration d’une séance d’entraînement fonctionnel en petit groupe (5 personnes sur 5 ateliers).que le candidat choisit. Le candidat fait une première fois le parcours entier avec une démonstration de chaque mouvement sur 5 répétitions (évaluation de la technique).

Épreuve 2

30’ de préparation et 30’ d’encadrement en personal training
Tirage au sort d’un profil de pratiquant. Débute sa séance en expliquant aux évaluateurs les questions qu’il poserait au pratiquant
Le candidat. Il amène ensuite son cobaye sur 3 exercices de sa séance choisis par les évaluateurs. Ce sont les évaluateurs qui demandent au candidat de passer à l’exercice suivant.

15’ de retour à l’oral portant sur les épreuves 1 et 2

La commission d’évaluation devra être composée obligatoirement de 3 évaluateurs :
- un évaluateur de l’organisme de formation
- un coach sportif externe au centre de formation qualifié en fitness
- un employeur (gérant, responsable de salle, manager des coachs)

Le tutorat

Pour chaque salarié en cours de formation au **CQP Instructeur Fitness,** l’employeur choisit un tuteur pédagogique parmi les personnes qualifiées de l’entreprise. Cette personne doit être volontaire et justifier d’une expérience de deux ans dans une qualification en rapport avec l’objectif de professionnalisation visé. Les titres et diplômes permettant d’exercer la fonction de tuteur sont à minima les diplômes de niveau 3 dans l’une ou les deux options du CQP Instructeur Fitness identifiés en annexe II du code du sport dans la catégorie « activités de la forme » (liste non exhaustive : le CQP ALS AGEE pour l’option cours collectifs, le BPJEPS AF dans l’option concernée, le BPJEPS AGFF dans la mention concernée, le BEES 1° MDF, le BEES HACUMESE pour la musculation, le DEUST MDF, la Licence Pro STAPS MD). L’employeur peut assurer lui-même le tutorat dès lors qu’il remplit les conditions de qualification et d’expérience requises, dans la limite de deux salariés en cours de formation CQP.

<u>Les missions du tuteur pédagogique sont les suivantes :</u>

- Accueillir, aider, informer et guider le tuteuré ;
- Organiser avec les salariés intéressés son activité dans la structure et contribuer à l’acquisition des savoir-faire professionnels ;
- Veiller au respect de l’emploi du temps du tuteuré ;
- Assurer la liaison avec l’organisme ou le service chargé des actions d’évaluation, de formation et d’accompagnement à l’extérieur de la structure ;
- Participer à l’évaluation du suivi de formation.

Lorsque le stagiaire ne relève pas d’un contrat de travail, un tuteur pédagogique est nommé dans les conditions définies par le délégataire.

Tableau des équivalences

Peuvent donner droit à équivalence et à dispense d'épreuves des prérequis à l'entrée, des exigences préalables à la MSP ou des Unités de compétences constituant le **CQP Instructeur Fitness** les diplômes suivants:

Titres ou diplômes	Pré-requis à l'entrée	Pré-requis à l'entrée option	Exigences Préalables à la MSP	UC1	UC2	UC3	UC4	UC 5 CC	UC5 MPT	UC6 CC	UC6 MPT
Tous BEES 1°, 2° et 3°			X	X	X						
Tous BPJEPS du champ sport			X	X	X						
Tous CQP de la branche sport en face à face			X	X	X						
CQP ALS AGEE	X		X	X	X			X			
Licence STAPS entraînement			X	X	X	X					
Licence STAPS éducation et motricité			X	X	X	X					
DEUST MDF	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
BPJEPS AGFF Mention C ou BPJEPS AF option A	X		X	X	X	X	X	X		X	
BPJEPS AGFF Mention D ou BPJEPS AF option B		X	X	X	X	X	X		X		X

Conditions de mise en œuvre de la formation et précisions par rapport aux demandes d'habilitation

Introduction et fondamentaux

Seuls les organismes de formation habilités par les délégataires peuvent délivrer la formation au **CQP Instructeur Fitness**.
L'habilitation est accordée après vérification de la conformité avec le cahier des charges d'habilitation établi par les délégataires. Ce cahier des charges est défini en annexe de la convention de délégation et explicité ci-après. Les qualifications requises pour le responsable de formation, les formateurs référents, les intervenants extérieurs, les tuteurs pédagogiques et les évaluateurs y sont précisées.
Dans ce cahier des charges il est mentionné au point 2.1.1 la qualification et l'expérience que doivent posséder les formateurs ainsi que les évaluateurs et tuteurs pédagogiques :

L'habilitation est accordée pour une durée d'un an, elle pourra être reconduite par une procédure simplifiée de renouvellement intégrant l'ensemble des informations utiles à la mise en œuvre de la formation et à son évolution au maximum pour la durée d'enregistrement du CQP au RNCP.

Pour chaque session de formation organisée, l'organisme de formation habilité adressera au délégataire tous les documents mentionnés dans le cahier des charges d'habilitation.

Aucune communication laissant entendre l'organisation d'une formation au CQP Instructeur Fitness n'est autorisée avant obtention de l'habilitation officielle.

CAHIER DES CHARGES D'HABILITATION ET DE MISE EN ŒUVRE DE LA FORMATION du CQP Instructeur Fitness

Préambule

Le présent cahier des charges a pour objectif l'habilitation par GESTICERT, la structure de gestion des délégataires FNDF et Active-FNEAPL, des organismes de formation et des formateurs pour la mise en œuvre de la formation du CQP Instructeur Fitness en délégation de la branche professionnelle du sport qui possède un organisme certificateur (OCS) dont le présent CQP est la propriété.
Tout organisme désirant mettre en place une formation conduisant à ce CQP Instructeur Fitness devra préalablement être habilité par GESTICERT.

L'habilitation est accordée pour une année de formation au CQP Instructeur Fitness, elle pourra être reconduite par une procédure simplifiée de renouvellement au maximum sur la durée d'enregistrement du CQP au RNCP.

L'organisme de formation doit avoir déclaré son activité de formation professionnelle conformément aux dispositions des articles L.6351-1 et R.6385-1 et suivants du Code du travail.
L'organisme de formation doit respecter dans sa proposition et dans la mise en œuvre ultérieure de la formation, le règlement du CQP Instructeur Fitness et communiquer à la structure de gestion des délégataires GESTICERT toute modification validée dans le cadre de la proposition. En complément du règlement, un guide de formation est édité par les délégataires afin de préciser les attendus des délégataires pour l'organisation des actions de formation ainsi que pour les bilans à transmettre en fin de formation et pour le suivi des cohortes.

Pour la mise en œuvre de cette formation, au regard des exigences du référentiel de certification :

- Lister le matériel, les équipements et les sites nécessaires et disponibles.
- Faire référence aux modalités de formation ou d'évaluation spécifiques attendues par le délégataire. Dans le cadre de sa délégation de mise en œuvre de la formation, le délégataire peut demander à assister aux sessions de formation et d'évaluation mises en place par l'organisme de formation afin de s'assurer notamment de la qualité des formations délivrées et du respect du processus d'évaluation.
- L'organisme de formation s'engage à ne pas déléguer la mise en œuvre de formation dans sa totalité. Toutes les collaborations envisagées devront être soumises à contractualisation (sous-traitance, cotraitance, prestation de services…). Étant entendu que les délégataires plafonnent à 30% du volume horaire de face à face pédagogique la sous-traitance. Le total sous-traitance, co-traitance et prestation de service ne peut pas excéder 30%.

Modalités pratiques et fonctionnement des demandes d'habilitation

Les demandes d'habilitation seront réalisées à partir de l'espace « organismes de formation » du site internet de GESTICERT : www.cqp-fitness.fr où les éléments seront téléchargés au format pdf.

Contenu obligatoire de la proposition

Le dossier répondant au cahier des charges d'habilitation et de mise en œuvre de la formation préparant au CQP Instructeur Fitness doit comporter les éléments suivants :

A/ Présentation, pièces officielles et documents à fournir (**Sur un PDF unique**)

- Plaquette de présentation numérisée de l'organisme et des formations dispensées
- Fiche signalétique de l'organisme de formation (raison sociale, nom commercial, adresse légale, adresse du ou des site(s) de formation, SIRET à jour, nom de l'interlocuteur légal et fonction, téléphone / mail).
  Attention un numéro SIRET erroné ne permettra pas de prononcer l'habilitation. Vous pouvez vérifier sur ce lien :
  https://annuaire-entreprises.data.gouv.fr/
- Attestation d'obtention du Référentiel National Qualité QUALIOPI
- Copie de la déclaration d'organisme de formation sur laquelle figure le n° de déclaration
- Accréditation de l'Organisme de formation pour délivrer les standards de compétences européens du fitness sur les deux options : Fitness en groupe et personal training. Renseignements auprès de europeactive (Pour la première demande d'habilitation, une attestation sur l'honneur d'engagement d'inscription dans la démarche suffira)
- Trois derniers bilans pédagogiques et financiers
- Règlement intérieur de l'OF
- CV du responsable pédagogique
- Modèle du livret de suivi du stagiaire
- Modèle de convention avec les entreprises supports de l'alternance
- Certificat d'habilitation signé valant engagement de l'organisme de formation et certificat d'habilitation des formateurs (Demandé par la branche du sport, voir modèle ci-après)
- Tout autre document ou élément jugé utile.

B/ Sur un **document PDF unique** le mémoire d'habilitation comprenant obligatoirement dans l'ordre et avec cette numérotation :

1) Analyse d'opportunité sur la mise en œuvre de la formation au regard du contexte géographique de pratique et d'emploi
2) Moyens humains d'accueil, d'information et d'accompagnement des stagiaires
3) Présentation de l'équipe pédagogique et des évaluateurs pour la formation : Nom, statut, fonction dans la structure, qualifications, expérience dans la formation et l'encadrement. Ces formateurs doivent justifier de trois années d'expérience professionnelle à temps complet dans les cinq dernières années dans la discipline qu'ils enseignent. (Joindre obligatoirement les CV des formateurs)
4) Présentation des sous-traitants le cas échéant : Dénomination sociale, statut, coordonnées, matériel fourni, qualifications en lien avec les interventions, interventions visées, nombre d'heures, conventions. Étant entendu que dans le cadre de la formation au CQP Instructeur Fitness, 70% de la formation doit être assurée par

l'organisme de formation habilité, la sous-traitance ne doit pas excéder 30% du volume total de la formation.

5) Référentiel de la formation : contenus, références aux Unités de compétences, nombre d'heures, dates, lieux (préciser les lieux de pratique), intervenants
6) Nombre prévisionnel de stagiaires minimum et maximum.

   NB : Une session ne pourra pas excéder 25 stagiaires par Unités de compétences, y compris dans le cas des parcours à double option, 5 stagiaires pourront être placés en liste d'attente et rappelé dans les deux premières semaines qui suivent le démarrage de la formation sous réserve de la mise en place d'une méthodologie de rattrapage des cours déjà effectués.
7) Planning prévisionnel de la formation (chaque session) comprenant la formation en centre et la formation en situation professionnelle
8) Actions envisagées pour la réussite du tutorat
9) Liste des tuteurs envisagés et qualifications
10) Principes de fonctionnement de l'alternance
11) Une liste de quatre employeurs (gérants ou managers de club) avec **coordonnées complètes** disposés à participer au processus de certification du CQP
12) Description des infrastructures et du matériel pédagogique en lien avec la formation (quantité, variété et conformité)
13) Coordonnées de la personne en charge de la gestion des dossiers d'accessibilité des personnes en situation de handicap (conformément à la loi n°2005-102 du 11 février 2005 pour « l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées » et à l'article 4 du présent règlement).

C/ Participation à la constitution de l'épreuve nationale « sciences et nutrition » **sur un pdf unique**

- Une proposition de 150 questions susceptibles d'être intégrées à l'épreuve de l'UC 3 sous forme de QCM. Chacune des questions doit donner lieu à un choix multiple de réponse (de 2 à 4 choix) **mais avec obligatoirement une seule réponse juste par question.**

La répartition des questions sera de 50 en anatomie et biomécanique, 50 en physiologie et 50 en nutrition. Ces questions doivent couvrir le champ du référentiel de compétence du bloc 3 et seront étudiées par la commission scientifique du CQP Instructeur Fitness.

Lors de la demande d'habilitation, l'organisme de formation verse par virement la première cotisation annuelle de 2000€ sur le compte bancaire de GESTICERT :

Crédit Mutuel

RELEVE D'IDENTITE BANCAIRE

Identifiant national de compte bancaire - RIB

Banque	Guichet	N° compte	Clé	Devise
10278	**07344**	**00020740301**	**38**	**EUR**

Domiciliation
CCM DECINES

Identifiant international de compte bancaire

IBAN (International Bank Account Number)
FR76 1027 8073 4400 0207 4030 138

BIC (Bank Identifier Code)
CMCIFR2A

Domiciliation
CCM DECINES
112 AVENUE JEAN JAURES
69150 DECINES CHARPIEU
04 37 70 39 38

Titulaire du compte (Account Owner)
GESTICERT
1 RUE DE THOU
69001 LYON

Remettez ce relevé à tout organisme ayant besoin de connaître vos références bancaires pour la domiciliation de vos virements ou de prélèvements à votre compte.Vous éviterez ainsi des erreurs ou des retards d'exécution.

PARTIE RESERVEE AU DESTINATAIRE DU RELEVE

Le virement doit préciser la dénomination de l'organisme de formation dans le libellé. Aucune habilitation ne pourra être prononcée sans le versement de cette cotisation. **L'accusé de réception d'une demande d'habilitation n'est envoyé qu'après réception de la cotisation sur le compte bancaire de GESTICERT.**

Dans le cas des organismes multisites, la cotisation s'élèvera à 2000€ de base comprenant le site principal + 600€ par site supplémentaire. Si la comptabilité de l'organisme de formation exige la facture en amont du versement, en faire la demande au moment du dépôt d'habilitation.

Les demandes multisite

NB : Un organisme multisite signifie plusieurs sites de formation avec un seul numéro de déclaration d'activité.

Dans le cadre d'une demande multisite, pour chaque site l'organisme de formation doit nous fournir :

- une note d'opportunité pour présenter les enjeux localement
- les éléments concernant le responsable pédagogique
- les éléments concernant l'équipe pédagogique
- les éléments concernant les locaux
- la liste de tuteurs avec leur qualification adéquate
- la liste des 4 employeurs susceptibles d'évaluer les UC 5 et 6
- le ruban pédagogique précisant les dates de démarrage et de fin ainsi que le nombre de sessions visées
- une cotisation de 600€ X nombre de site (Si vous souhaitez la facture en amont, vous nous le précisez)

Dans le cas d'une décision de non-habilitation 50% de la somme sera restituée à l'organisme de formation.

La cotisation doit être renouvelée de date à date. Pour assurer la continuité en cas de demande de renouvellement, il est important d'anticiper le délai de deux mois minimum. (Exemple, si votre première habilitation a été prononcée le 15 octobre, la demande de renouvellement devra être réalisée avant le 15 août accompagnée de la cotisation annuelle).

NB : lors du démarrage de la session, une somme de 50€ par stagiaire déclaré sera facturée par GESTICERT à l'organisme de formation. A la fin de la session, l'OCS (Organisme Certificateur de la branche du Sport) demande 50€ par stagiaire à certifier pour le passage en Jury national. L'engagement dans la démarche des standards de compétences européens et l'accréditation europeactive engagent l'organisme de formation à inscrire chaque stagiaire diplômé dans le répertoire EREPS (30€ par stagiaire). (Voir le tableau de récapitulatif financier plus bas)

Important : Tous les documents relatifs au CQP Instructeur Fitness doivent obligatoirement comporter les logos du centre de formation, de la FNDF et d'Active-FNEAPL. Les fiches d'évaluation seront fournies par l'organisme certificateur de la branche du sport (OCS)et seront au nom de l'OCS. Aucune modification du document n'est acceptée. Ces fiches seront fournies postérieurement à l'habilitation.

Modalités d'envoi et de traitement des demandes d'habilitation

Les demandes d'habilitation doivent être transmises par voie dématérialisée sur le site www.cqp-fitness.fr à partir de l'onglet « espace pro », les éléments doivent être fourni dans l'ordre de la rubrique « contenu obligatoire de la proposition ». La plateforme de gestion accuse réception par mail de votre demande dans les 30 jours ouvrés qui suivent la demande (sauf en période estivale où ce délai est porté à 60 jours). L'accusé de réception est envoyé après réception d'un dossier sur la plateforme et vérification du versement de la cotisation sur le compte bancaire de GESTICERT. A compter de la date d'accusé de réception, les délégataires donnent une réponse dans un délai de deux mois. Dans le cas où les délégataires demandent des précisions complémentaires, le délai de deux mois s'applique à nouveau à la réponse à partir de la date d'envoi.

Le dossier d'habilitation comporte trois parties. Pour chaque partie, un seul PDF est accepté. Il est donc obligatoire de regrouper tous vos documents pour chaque partie en un seul PDF. Si plus de trois PDF, la demande ne pourra pas être traitée.

Rappel : Une demande d'habilitation complète doit être réalisée pour chaque numéro de déclaration d'activité d'organismes de formation, même si l'enseigne commerciale est la même. Sont considérés comme organisme de formation multisite, uniquement ceux qui ont un seul numéro de déclaration d'activité.

Pour toute question sur les habilitations, merci de remplir le formulaire qui se trouve sur le site www.cqp-fitness.fr

Les demandes par d'autres voie de communication ne seront pas traitées.

Ouverture d'une session

Les organismes de formation doivent déclarer leur volonté d'ouvrir une session 1 mois avant le démarrage de la formation à l'aide de la fiche type de déclaration de session fournie dans le kit documentaire envoyé au moment de l'habilitation.

- Les dates de début et de fin
- Le lieu
- Les volumes horaires du face à face pédagogique
- Les volumes horaires de stage et le rythme de l'alternance
- Les dates prévisionnelles d'évaluation
- Pour les nouveaux formateurs ne figurant pas sur l'habilitation, fournir le CV du formateur ainsi que la fiche d'engagement vis-à-vis de la branche du sport.

Au démarrage de la formation, dans les deux semaines qui suivent l'ouverture de la session, l'organisme de formation envoie le formulaire Excel dédié, à la suite de cet envoi, GESTICERT fait parvenir la facture correspondant au nombre de stagiaires par option multiplié par 50€. L'intitulé du virement doit faire apparaître le nom de l'OF.

Attention en l'absence des déclarations et du versement des sommes correspondantes, la session de formation sera considérée comme nulle.

Accréditations europeactive

L'accréditation europeactive est une partie importante de notre dispositif de formation. En effet, cette accréditation va permettre une meilleure fluidité de l'emploi dans l'ensemble des pays européens. Par ailleurs, cette accréditation s'accompagne de toute une stratégie de formation continue qui va s'appuyer sur les organismes accrédités. En effet, en vous engageant dans cette démarche, vous vous engagez à inscrire chacun de vos stagiaires diplômés dans le répertoire EREPS. Ce répertoire qui permet de reconnaître la qualité des coachs dans toute l'Europe, implique l'obligation pour le coach de réaliser 10 heures de formation continue chaque année. A la fin de la session de formation, l'organisme finance la première inscription de chaque stagiaire certifié, ensuite chaque coach aura la liberté de s'inscrire dans la démarche. La volonté des délégataires est de s'inscrire dans un cercle vertueux de la formation tout au long de la vie.

Conditions et entrée dans le dispositif (Tarification susceptible d'évoluer – gestion propre par europeactive)

L'organisme de formation s'inscrit sur le site d'europeactive. Le processus d'accréditation concernant le CQP Instructeur Fitness coûte pour la première accréditation :

- Une base de 1000€
- 300€ par option

L'accréditation est valable 2 ans. Pour la renouveler les coûts sont de :

- Une base de 500€
- 100€ par option

En outre, l'organisme de formation s'engage à inscrire et uniquement pour la première inscription chaque stagiaire certifié dans le répertoire EREPS pour un coût de 30€ par stagiaire.
Toutes les facturations relatives à l'accréditation europeactive sont réalisées directement par europeactive.

Synthèse des éléments financiers pour votre organisme de formation

Rubrique	Montants à engager
Adhésion site principal	2000 Euros
Adhésion site secondaire avec le même numéro de déclaration d'activité	600 Euros par site
Accréditation EuropeActive	1600 Euros pour 2 ans lors de la première accréditation (pour 2 options) Puis 700€ tous les deux ans + 30 Euros par stagiaire pour l'inscription au Répertoire européen des éducateurs sportifs (EREPS)
Instruction des dossiers ouverture de session	50 Euros par participant inscrit
Frais de certification à l'OCS	50 Euros par participant à certifier

2 – Eléments d'attendus du cahier des charges

2.1 – Attendus généraux au regard de la définition du CQP dans la branche sport

Extrait de l'Accord du 6 mars 2003

Conscients des enjeux de la formation professionnelle pour la branche, les parties affirment leur volonté de développer des formations débouchant sur des qualifications sanctionnées par une certification.

Les partenaires sociaux rappellent que les titulaires de certificats de qualification professionnelle (CQP) ont vocation à répondre aux besoins non couverts par les titulaires de diplômes ou de titres d'Etat.

Cet accord fixe les conditions de mise en œuvre de CQP dans la branche sport. Les CQP seront positionnés dans la grille de classification des emplois mentionnés dans la Convention collective nationale du sport.

Extraits de l'accord CNOSF / Branche Sport du 16 novembre 2009 sur la création et le suivi des Certificats de qualification professionnelle

Préambule

Les partenaires sociaux de la branche sport et les membres du CNOSF, conscients de l'enjeu économique, social et éducatif du sport dans le développement d'une société moderne s'entendent pour assurer conjointement et chacun dans leur responsabilité, la professionnalisation de l'enseignement, de l'encadrement, de l'animation des APS ou l'entrainement et des métiers périphériques (techniques, administratifs…), dans le respect des dispositions du code du sport, du code du travail, de la CCNS et des orientations propres à chacune des parties, en lien avec l'ensemble des dispositifs publics chargés de la formation professionnelle.

Pour mener à bien cet objectif, ils s'accordent pour faire des certificats de qualification professionnelle (CQP) un outil au service de tous : facilitant l'insertion dans le monde professionnel du sport, renforçant le rôle des fédérations en matière de formation et de mise en œuvre des certifications professionnelles de la branche et ouvrant aux certifications professionnelles d'Etat.

L'objet de l'accord qui suit consiste à organiser conjointement les conditions de réussite de ce processus dans un temps restreint, susceptible de satisfaire l'ensemble des parties.

Article 1

Les CQP sont des certifications délivrées sous la responsabilité de la branche professionnelle du sport et attestent d'une qualification immédiatement opérationnelle, liée aux activités physiques et sportives et à leur culture.

A cet effet, les deux parties conviennent d'unir leurs efforts pour que ces certifications et les formations permettant leur accès soient créées dans des délais et conditions satisfaisantes pour répondre au développement de l'emploi et au bénéfice des personnes formées.

Article 2

Les deux parties conviennent de l'établissement d'une demande de création de CQP sur un ou plusieurs des éléments suivants :

- Besoins non couverts par les titulaires de diplômes ou de titres d'Etat.
- Ou pour pourvoir à des emplois à caractère occasionnel, saisonnier, secondaire, accessoire …
- Ou tout autre critère validé par les parties après la signature du présent accord.

Article 3

Les parties s'engagent à ce que les CQP favorisent une réponse pertinente du point de vue des exigences professionnelles spécifiques et correspondent à un effort de qualification proportionné vis-à-vis des niveaux et volumes d'emplois que le certifié peut en attendre.

Article 4

Les parties s'engagent à contribuer à ce que toutes les certifications professionnelles soient ouvertes par équivalence, par VAE, par la formation, par l'apprentissage et pour les métiers des Activités Physiques et Sportives, aux détenteurs de certifications notamment fédérales.

Article 5

Les parties contribueront à rechercher une cohérence forte entre les besoins en emploi, les besoins de certifications exprimés, et le calibrage des propositions d'ouverture de formation finançables. Ils conviennent également d'offrir la plus grande transparence des structures et lieux de formation au bénéfice des formés. Les parties s'engagent à mettre en œuvre une cartographie des certifications et favoriser l'émergence d'un catalogue de formation national annuel.

2.2 – Attendus particuliers au regard de l'habilitation des formateurs

Les formateurs (*sont entendus par formateurs : le responsable de formation, les formateurs, les évaluateurs, les tuteurs ou encore les accompagnateurs pédagogiques*) doivent justifier d'une qualification minimum, s'engager par signature au respect du présent règlement et s'efforcer d'œuvrer à sa bonne application.

2.2.1 – Qualifications minimum requises.

Le ou la responsable de la formation au CQP Instructeur Fitness ou d'un titre ou diplôme *a minima* équivalent, et justifier d'une expérience de formation d'éducateurs sportifs d'au moins 3 années.

Les formateurs au CQP « Instructeur Fitness.», quand ils sont intervenants sur la technique et la sécurité, doivent être titulaires d'un diplôme au minimum de niveau 3 permettant l'encadrement du Fitness contre rémunération et d'une expérience d'encadrement du Fitness et de formation sur une période de 3 années.

Lorsqu'ils interviennent sur des contenus non techniques et que les stagiaires ne sont pas en situation pédagogique spécifique au fitness, les formateurs doivent démontrer par leurs diplômes, titres et expériences, leurs compétences dans les thématiques enseignées.

Les tuteurs doivent être titulaires d'un diplôme au minimum de niveau 3 permettant l'encadrement du fitness.

Les évaluateurs doivent être titulaires d'un diplôme au minimum de niveau 4 permettant l'encadrement du fitness contre rémunération et d'une expérience significative dans l'enseignement du fitness et la formation de cadres.

2.2.2 – Engagement requis pour être formateurs.

Pour être habilités à former au CQP « Instructeur Fitness », les formateurs qualifiés conformément au paragraphe premier ci-dessus, s'engagent par signature au respect du présent règlement ainsi qu'à sa meilleure application, en particulier lors des phases d'évaluation certificative des candidats. Ils s'engagent à exercer leur appréciation en fonction des critères prévus au règlement en toute objectivité. Ils s'interdisent de certifier des membres de leur famille ainsi que leurs plus proches amis qu'ils orientent pour ce faire vers un autre évaluateur.

Les défauts flagrants ou répétés d'appréciation de niveau technique ou pédagogique, ainsi que le non-respect du présent règlement peuvent donner lieu à des sanctions allant de la suspension temporaire d'habilitation (prononcée à titre conservatoire) au retrait temporaire – ou définitif pour les cas de récidive aggravée – d'habilitation. Ces sanctions sont prononcées en première instance par la commission des litiges ou de recours du délégataire figurant à l'annexe 11.

Les recours contre une décision de la commission des litiges – ou de recours – du délégataire s'exercent auprès de la CPNEF sport. Les OPCO du secteur sont informés des décisions de suspension et de retrait d'habilitation des formateurs.

2.3 – Outils d'évaluation

Positionnement
Préparation du projet de formation du stagiaire.
Cet outil peut être présenté sous forme de questionnaire permettant aux candidats d'apporter une réflexion sur son parcours et ses acquis.
Il doit être en lien avec l'outil construit pour l'entretien de positionnement.

Entretien de positionnement
L'efficacité de cet entretien passe par l'élaboration d'un outil de type "fiche de positionnement". Celui-ci doit avoir fait l'objet en amont d'une réflexion permettant de cibler les questions qui feront émerger les éléments du parcours de chaque candidat et de guider l'entretien. Il doit permettre une prise de note synthétique par le formateur.
Une grille d'entretien peut également être élaborée et remise à chaque stagiaire pour préparer au mieux l'entretien de positionnement.

Fiches d'évaluation
Cet outil est construit pour vérifier les compétences associées à chaque bloc de compétences visées par la qualification du CQP « Instructeur Fitness ». Les fiches d'évaluation présentes en annexe 8 du règlement du CQP Instructeur Fitness sont les seules à pouvoir être utilisées.

Dans le cadre du CQP IF, les grilles sont formalisées avec le logo de l'OCS qui est le certificateur vis-à-vis de France Compétences. Cela fait partie des obligations strictes exigées par France Compétences. Seul le logo du certificateur officiel (L'OCS pour le CQP IF) doit apparaître. Si des modifications de ces fiches se révélaient nécessaires, elles pourront faire l'objet d'une mise à jour ultérieurement. Vos remontées de terrain seront importantes.

Les fiches de prérequis suivent les mêmes règles. Tous ces documents seront contrôlés lors du Jury final et vérifié par GESTICERT en amont.

Toutes les grilles sont remises aux organismes une fois habilités.

Le livret de formation
C'est un outil interactif qui doit être construit de manière à favoriser les échanges entre les différents partenaires. Il doit également permettre de faire un suivi du parcours du candidat. Chaque organisme de formation construit son propre outil de suivi.
Le stagiaire a en charge de faire renseigner par les formateurs ou le tuteur ce livret de formation.

2.4 – Conseils et recommandations à l'attention des tuteurs

Les formes de l'alternance sont multiples et ne peuvent se résoudre à un modèle unique, cependant il semble souhaitable de privilégier la forme de l'alternance intégrative également appelée alternance réelle interactive.
Cette forme de mise en œuvre demande un travail en amont et en aval, car il associe l'organisme de formation et l'entreprise. Il existe une convergence totale et opérationnelle entre les différents acteurs de la formation.
L'organisme de formation et l'entreprise se concertent sur :
- les objectifs de la formation en alternance ;
- les contenus de formation ;
- les référentiels de certification.

Les modalités associant l'entreprise et le centre de formation devront être clairement explicitées.

Le tuteur a pour objectif d'apporter une aide tout au long de la formation. Il a pour mission d'accompagner l'apprenant dans le métier de « Instructeur Fitness ». Il veillera à la régulation du dispositif, l'implication du stagiaire et tentera d'apporter des réponses aux difficultés rencontrées par celui-ci.

Le présent cahier des charges a pour objectif l'habilitation par la plateforme de gestion des délégataires FNDF et Active-FNEAPL des organismes de formation et des formateurs pour la mise en œuvre de la formation du CQP Instructeur Fitness

Tout organisme désirant mettre en place une formation conduisant à ce CQP Instructeur Fitness devra préalablement être habilité par la structure de gestion commune de la FNDF et Active-FNEAPL qui ont délégation de la CPNEF sport pour la mise en œuvre de la certification.

L'habilitation est accordée pour une année de formation au CQP Instructeur Fitness, elle pourra être reconduite par une procédure simplifiée de renouvellement au maximum sur la durée d'enregistrement du CQP au RNCP.

L'organisme de formation doit avoir déclaré son activité de formation professionnelle conformément aux dispositions des articles L.6351-1 et R.6385-1 et suivants du Code du travail.

L'organisme de formation doit respecter dans sa proposition et dans la mise en œuvre ultérieure de la formation, le règlement du CQP Instructeur Fitness et communiquer à la structure de gestion des délégataires toute modification validée dans le cadre de la proposition. En complément du règlement, un guide de formation est édité par les délégataires afin de préciser les attendus des délégataires pour l'organisation des actions de formation ainsi que pour les bilans à transmettre en fin de formation et pour le suivi des cohortes.

Pour la mise en œuvre de cette formation, au regard des exigences du référentiel de certification :

- Lister le matériel, les équipements et les sites nécessaires et disponibles.
- Faire référence aux modalités de formation ou d'évaluation spécifiques attendues par le délégataire. Dans le cadre de sa délégation de mise en œuvre de la formation, le délégataire peut demander à assister aux sessions de formation et d'évaluation mises en place par l'organisme de formation afin de s'assurer notamment de la qualité des formations délivrées et du respect du processus d'évaluation.
- L'organisme de formation s'engage à ne pas déléguer la mise en œuvre de formation dans sa totalité. Toutes les collaborations envisagées devront être soumises à contractualisation (sous-traitance, cotraitance, prestation de services…). Étant entendu que les délégataires plafonnent à 30% du volume horaire de face à face pédagogique la sous-traitance. Le total sous-traitance, co-traitance et prestation de service ne peut pas excéder 30%. Un auto-entrepreneur est considéré comme un sous-traitant.

Procédure simplifiée de renouvellement

Chaque organisme de formation est habilité pour une année calendaire. Le dossier de renouvellement devra être envoyé sur contact@cqp-fitness.fr en un seul pdf deux mois au plus tard avant la date d'échéance de l'habilitation. Seront vérifiés en parallèle la validité du certificat QUALIOPI ainsi que l'accréditation EuropeActive. Le certificat de renouvellement de QUALIOPI devra être joint le cas échéant.

Le dossier de renouvellement devra comporter 4 rubriques :

- Le bilan chiffré et analytique des sessions achevées
  - Typologie détaillée des stagiaires
  - Analyse qualitative sur le déroulé de la formation
- Le taux de satisfaction stagiaire
  - Synthèse des enquêtes stagiaires
- Le planning prévisionnel de sessions
  - Le rythme et le nombre de sessions
  - Le ruban pédagogique
- L'analyse quantitative et qualitative de la mise en emploi des stagiaires à l'issu de la formation (Ceci à titre estimatif, cela ne se substitue pas à l'enquête officielle diligentée par la branche du sport)
  - Nombre de stagiaires ayant répondu
  - Situation de travail visée (Salarié, indépendant, autre)
  - Typologie de l'emploi (temps partiel, temps complet)

Lors du premier renouvellement si les sessions ne se sont pas achevées, le dossier pourra être accepté même s'il est incomplet. Les données complètes seront alors fournies lors du renouvellement suivant.

Très important : le renouvellement de toutes les certifications par France Compétences repose sur une analyse de l'insertion professionnelle. Les partenaires sociaux de la branche du sport mettent à disposition des outils d'enquête et d'analyse pour l'ensemble des CQP. Aussi, en tant qu'OF vous n'aurez pas à réaliser vous-même ces enquêtes, par contre vous devez vous assurer qu'un maximum de vos stagiaires réponde à ces enquêtes car un taux de retour insuffisant peut influencer la décision de France Compétences. Nous vous demandons donc de sensibiliser vos stagiaires sur ce sujet dès leur entrée en formation, mais également en fin de formation, en particulier les diplômés qui seront les seuls concernés par l'enquête de suivi. L'enquête a lieu à 6 mois et à 2 ans, étant entendu qu'une promotion pour la branche du sport est constituée de l'ensemble des stagiaires ayant été certifiés sur l'année civile. Ainsi, la promotion 2023 sera interrogée en Juin 2024 une première fois et en Janvier 2025, une deuxième fois. (Eu égard à l'enregistrement sur 3 ans, nous sommes en train de réfléchir à pouvoir abaisser ces délais pour interroger les stagiaires plus tôt, nous vous tiendrons informé)

Nous connaîtrons précisément les taux de retour pour chaque organisme de formation. Vous serez relancé au moment où il sera procédé à l'enquête et nous vous demanderons expressément de favoriser au maximum les retours de vos stagiaires. Lors de la formation, en particulier lors du bilan de fin de formation, il vous ait demandé de sensibiliser vos stagiaires à l'importance de cette enquête. Pour faciliter cette communication, les délégataires vous mettrons à disposition un petit document explicatif qui sera distribué aux stagiaires.

IMPORTANT : Les organismes de formation dont le taux de retour stagiaire serait inférieur à 60% ne seront pas renouvelés pour leur habilitation.

Fédération Nationale des Entreprises des Activités Physiques de Loisirs

HABILITATION DES FORMATEURS
PREPARANT AU CQP « Instructeur Fitness »

A adresser à la plateforme de gestion Active-FNEAPL-FNDF par délégation de la CPNEF sport (www.cqp-fitness.fr)

Je soussigné (e) :
Nom :..... Prénom : .....
Fonction : .....
Adresse : ....
....
Code Postal :..... Commune : .....
Téléphone : ..... Télécopie : .....
Téléphone cellulaire : ..... Courriel : .....
N° de licence (s'il y a lieu) :.....
Certifications et qualifications :..... .....
....

M'engage à :

- ☐ Respecter le règlement du CQP « Instructeur Fitness » ;
- ☐ Mettre en œuvre la formation telle que décrite dans le règlement et le guide de formation du CQP Instructeur Fitness ;
- ☐ Rendre compte à l'organisme délégataire du déroulement des formations ;
- ☐ Répondre favorablement à toute demande d'information complémentaire ou d'évaluation sur site émanant des délégataires, agissant en tant que délégué pour la mise en œuvre de la certification ;
- ☐ Suspendre ou arrêter toute action de formation à la première injonction des délégataires ou de la CPNEF sport en application de l'annexe 4 du règlement du CQP « Instructeur Fitness » (cahier des charges d'habilitation et de mise en œuvre de la formation).

FAIT à ..... Le .....

Signature précédée de la mention manuscrite « lu et approuvé »

Fédération Nationale des Entreprises des Activités Physiques de Loisirs

MODELE D'HABILITATION DE L'ORGANISME DE FORMATION ET DE MISE EN ŒUVRE DE LA FORMATION CQP Instructeur Fitness

A adresser à la plateforme de gestion Active-FNEAPL-FNDF par délégation de la CPNEF sport (www.cqp-fitness.fr)

Je soussigné (e) :

Nom :…….. Prénom : ..... ……Fonction : .....

Représentant légal de l'organisme suivant :

Nature de l'organisme (barrer mention inutile) :

Établissement public de formation Organisme de formation privé

Autre, précisez : …….

Numéro d'enregistrement de l'organisme de formation conformément aux articles L.6351-1 et R.6385-1 et suivants du Code du travail : ……

Adresse : ....

....

Code Postal :..... Commune : .....

Téléphone : ..... Courriel :

……@.....

Sollicite l'habilitation comme organisme de formation au CQP « Instructeur Fitness» et m'engage, dûment mandaté(e) pour ce faire par l'organisme que je représente, à :

- ☐ Respecter le règlement du CQP « Instructeur Fitness»
- ☐ Transmettre toutes les modifications apportées à la proposition établie lors de l'habilitation de l'organisme de formation,
- ☐ Informer en temps utiles les délégataires des sessions de formation projetées (projets annuels de formation et modifications éventuelles en cours d'année) ;
- ☐ Transmettre aux délégataires la liste des formateurs impliqués dans les formations au CQP accompagnée de leur attestation individuelle d'habilitation ou, à défaut, de leur demande d'habilitation ;
- ☐ Rendre compte aux délégataires du déroulement des formations (bilan des sessions telles que décrites dans le guide) ;
- ☐ Répondre favorablement à toute demande d'information complémentaire ou d'évaluation sur site émanant des délégataires, agissant en tant que délégué pour la mise en œuvre de la certification ;
- ☐ Transmettre aux délégataires un suivi de cohortes des certifiés telles que décrites dans le guide ;
- ☐ Suspendre ou arrêter toute action de formation à la première injonction des délégataires ou de la CPNEF Sport en application de l'annexe 4 du présent règlement (cahier des charges d'habilitation et de mise en œuvre de la formation).

FAIT à ..... Le .....

Signature précédée de la mention manuscrite « lu et approuvé »