

PRÉ FORMATION BPJEP AF

Optimisez vos chances d'entrée en formation



Les+ de notre formation

🎓 99% de réussite à l'issue de la formation en 2019

Un programme de formation intégrant les dernières évolutions du métier.

Une équipe d'experts qui vous accompagne.

Pré-requis

Certificat médical de non contre-indication à la pratique et encadrement des activités physiques.

Etre en bonne condition physique le jour de la formation.

Public concerné

Toute personne âgée d'au moins 18 ans, se destinant à la formation BPJEPS AF et qui souhaite intégrer une classe préparatoire.

OBJECTIFS

Pour accéder à la formation BPJEPS AF, il est indispensable d'obtenir les **TEP (tests d'exigence préalable à l'entrée en formation)** et **tests d'entrée en formation**. Peps Formations vous propose d'optimiser vos chances d'entrée en formation grâce à nos modules de préformation.

Comment ?

- En améliorant ses connaissances dans le milieu professionnel du fitness.
- En atteignant le niveau de compétences requis pour décrocher les TEP du BPJEPS option activités de la forme.
- En se préparant aux tests d'entrée en formation
- En connaissant le contenu du diplôme pour bien choisir ses orientations
- En maîtrisant les notions de base en anatomie physiologie qui serviront de support pour la formation BPJEPS AF.
- En préparant sa communication à orale et à l'écrite (préparation aux tests d'entrée)

Soutenue par un réseau de partenaires sportifs



Programme de formation

La formation comporte 3 parties (modules) parmi lesquels : un module commun et deux spécifiques au choix « **mention A Cours Collectifs CC** » et « **Mention B Musculation Haltérophilie HM** ». Selon vos besoins, il est possible de choisir : Module commun + Module HM ou le Module commun + Module CC.



Module commun

- Détails sur l'ensemble des épreuves techniques et protocole (test Luc Léger, épreuve musculation, épreuve suivi de cours collectifs) et les attendus.
- Élaboration de son projet professionnel avec l'aide de l'équipe pédagogique.
- Trouver une structure de stage et un financement.
- Connaître le contenu du diplôme pour bien choisir ses orientations
- Notions de base en anatomie physiologie qui serviront de support pour la formation BPJEPS AF. Communication orale et écrite (préparation aux tests d'entrée).



Module spécifique Musculation Haltérophilie

- Zoom sur les techniques de la mention des activités Musculation Haltérophilie.
- Mise en pratique.
- Identification de son niveau initial : condition physique & niveau technique.
- Programme personnalisé dans le but d'atteindre le niveau exigé pour des TEP : Épreuve Navette du Luc Léger & épreuve de musculation



Module Spécifique Collectifs

- Zoom sur les techniques de la mention des activités « mention A Cours Collectifs »
- Mise en pratique. Relation musique mouvement .
- Identification de son niveau initial : condition physique & niveau technique.
- Programme personnalisé dans le but d'atteindre le niveau exigé pour les TEP : Épreuve Navette du Luc Léger & épreuve du suivi cours collectifs

Équipe

Une équipe pluridisciplinaire dotée d'experts guidés par la passion du sport, de la forme et de la recherche dans les domaines de la :

- ✓ Préparation physique
- ✓ Fitness/remise en forme
- ✓ Musculation/haltérophile
- ✓ Santé

Durée et dates



2 Jours 25h*



3 sessions Juillet -Août- Septembre



180 Euros

***Dont 8 heures en FOAD**

Lieux de formation

Notre centre de formation est habilité dans deux départements.

Nous avons une session de formation dans chacun

de ces deux départements :

Calvados → **CAEN**

Seine-Maritime → **ROUEN**

Directrice : Dupont Sandrine

Adresse siège : 7 rue Charles Peguy 1400 Caen

Adresse lieu formation Caen : 8 rue de la folie Caen 1400 Caen

Adresse lieu formation Rouen

Contact : contact@pepsformations.fr

Formations.peps@gmail.com

📞 **06 59 52 29 05**

