

CQP IF OPTION COURS COLLECTIFS ET/OU MUSCULATION PERSONAL TRAINING

🕒 280 heures

💶 3 980,00 € - 7 485,00 € TTC

👥 Equipe pédagogique

Public concerné

Ouvert à tous

Objectifs pédagogiques

Pour l'option cours collectifs :

- ✓ Assurer des cours collectifs en musique.
- ✓ Démontrer une bonne technique et garantir la sécurité des pratiquants.

Pour l'option musculation et personal training :

- ✓ Suivre individuellement une personne et lui établir un programme d'entraînement adapté.
- ✓ Assurer l'animation du plateau musculation et garantir la sécurité des pratiquants.

Pré-requis

Etre âgé au minimum de 18 ans

Moyens pédagogiques

Pédagogie :

- Des moyens pédagogiques et techniques variés mis en oeuvre pour chacun des participants (salle de formation, manuel de formation, matériel informatique etc...).
- Mise en situation réelle sur différents publics.
- Nos formateurs sont des professionnels spécialistes de la formation, reconnus pour leur savoir et leur pédagogie.
- Alternance tutorée.

D'exécution :

Alternance d'exercices pratiques et théoriques en présentiel. – Suivi de l'exécution de l'action

Suivi de l'exécution :

- ✓ Fiche d'émargement au début de chaque demi-journée
- ✓ Attestation de présence

Évaluation et certification :

- ✓ Validation de ce module par la réussite d'un Test écrit et mise en situation d'enseignement pour la validation de formation
- ✓ Remise d'un certificat de réussite en fin de formation
- ✓ Le CQP IF n'ouvre pas l'accès à d'autres diplômes
- ✓ Il n'existe pas de passerelle avec d'autres diplômes

Programme

CQP IF BLOC 1

Préparer et animer des séances d'initiation et de découverte de
« fitness en cours collectifs »

CQP IF BLOC 1-2 Anatomie/Physiologie

CQP IF BLOC 1-2 Nutrition

CQP IF BLOC 2

Préparer et animer des séances d'initiation, de découverte de
« fitness en musculation et personal training »

CQP IF BLOC 3

Organiser, informer et communiquer autour des activités du
fitness

CQP IF BLOC 4

Conduire son parcours professionnel dans les activités du fitness

CQP IF BLOC 5

Participer aux actions de marketing et de vente pour l'acquisition
et la fidélisation des adhérents



SAS TF FormationCapital 2000€ - RCS NANTERRE - SIRET 943 243 659 00019 - APE 8559A

Déclaration d'activité de formation enregistrée sous le numéro 119 2288 9592