

Instructeur de cours collectifs de fitness

Tourisme - Loisirs Coordination et encadrement



> **Durée**

1 an

> **Tranche d'âge**

18 à 25 ans

25 ans et +

> **Finalité**

Diplôme

> **Pratique en entreprise / Alternance**

Oui

> **Métier en pénurie**

Non

L'instructeur de cours collectifs fitness:

- > accueille les clients dans la salle ou au comptoir d'accueil

- > vise le bien-être physique, l'effort physique et le renforcement musculaire, à l'exception des activités de soins et de revalidation médicale
- > présente un programme de cours collectif construit avec ou sans support musical qui doit permettre au client d'atteindre ses objectifs
- > guide les clients du club de fitness à réaliser les exercices de fitness (condition physique) selon les règles de sécurité des personnes
- > réalise les premiers soins si besoin
- > veille si besoin à l'utilisation adéquate des machines
- > participe à la politique commerciale du club de fitness
- > fidélise la clientèle et l'incite à pratiquer régulièrement les activités de fitness proposées par le club.

> **Point(s) fort(s)**

Sur le terrain

Dynamique

> **Finalité**

Diplôme de Coordination et d'encadrement

Conditions d'accès

Conditions générales

Consultez les conditions générales d'accès à la formation pour adultes (<https://www.ifapme.be/formations-pour-adultes>).

Conditions d'admission particulières liées à cette formation

Est admis aux cours, l'auditeur qui satisfait à l'obligation scolaire et qui répond à l'une des conditions générales d'accès à la formation pour adultes,

ET

L'auditeur devra être titulaire d'une attestation de réussite des cours généraux du moniteur sportif « Initiateur » et des cours généraux du moniteur sportif « Educateur » organisés par l'ADEPS.

Aptitudes

Conditions matérielles de l'exercice de l'activité d'instructeur de cours collectifs fitness:

- > Travail effectué à l'intérieur, à l'extérieur
- > Travail en semaine et aussi le week-end
- > Travail en journée et en soirée
- > Horaire flexible entre 7 et 23h, avec périodes plus chargées correspondant aux pics de fréquentation de l'espace salle de fitness
- > Eventuellement support musical

L'instructeur de cours collectifs de fitness doit pouvoir s'adapter aux exigences de la clientèle. Les qualités d'écoute et d'empathie sont essentielles pour la pratique de ce métier.

Programme

Cours professionnels:

1ère Chef d'entreprise

- > X61/25 La communication verbale et non verbale (16h)
- > X61/25 La déontologie appliquée au fitness (4h)
- > X61/25 Le fitness et ses avantages (8h)
- > X61/25 Les notions de sécurité, d'hygiène, d'ergonomie, d'organisation du travail et de protection de l'environnement (8h)
- > X61/25 Techniques vente, psychologie de la vente politique commerciale (12h)
- > X61/25 Gestion de conflits (4h)
- > X61/25 Informatique (4h)
- > X61/25 Bilans et tests d'évaluation (12h)
- > X61/25 Education à la santé et à la nutrition (12h)
- > X61/25 Notions physiologiques de l'activité physique (24h)
- > X61/25 Préparation et présentation d'une séance (16h)
- > X61/25 Animation d'une séance et correction (20h)
- > X61/25 Gérer les accidents : prévention, traumatologie, urgence, 1ers soins (28h)



Site principal des Isnes - G1

 Rue Saucin, 66 5032 Gembloux (Les Isnes)

 081 58 53 63

Secrétariat : du lundi au jeudi de 8h à 17h et le vendredi de 8h à 16h

 081 58 53 64

 centre.gembloux@ifapme.be

Type d'inscription

Au Centre/lieu de formation

Dispenses partielles

Consultez votre centre pour en savoir plus.

Bon à savoir

Inscription possible jusqu'au 30 octobre de l'année académique concernée.