



# BREVET PROFESSIONNEL ACTIVITÉS GYMNIQUES DE LA FORCE ET DE LA FORME



“ **Donnez du rythme  
à votre projet professionnel !** ”

## NOS FORCES :

- ★ **100% de nos stagiaires diplômés trouvent un emploi !**
- ★ **Une formation qualifiante et professionnalisante, soutenue par un réseau de partenaires**
- ★ **Une véritable formation professionnelle intégrant les dernières évolutions du métier**
- ★ **Un programme complet avec des formateurs qualifiés et expérimentés**

## OBJECTIFS :

Former des professionnels directement opérationnels :

- Autonomes dans l'accueil et la prise en charge d'un ou plusieurs pratiquants.
- Capables de participer au fonctionnement de votre structure tout en promotionnant leur secteur d'activité.
- Disposant des outils pour conduire des séances d'initiation, d'animation, d'entraînement et de perfectionnement dans les activités de la forme.

## DÉBOUCHÉS :

Devenez **éducateurs diplômés** dans des structures variées : les centres de forme, les centres de thalassothérapie, le tourisme de loisirs, mais aussi dans les associations.

Vous pouvez aussi être **coach sportif, préparateur physique** ou encore **créer votre propre club**.

## MODALITÉS D'INSCRIPTION :

Les tests ont lieu en mai.

Les dossiers d'inscription sont à retirer au secrétariat de l'IRSS au plus tard 2 mois avant les tests.

Coût des tests : 60 euros

## DÉROULEMENT DE L'ANNÉE :

Formation de septembre à juin.

### Durée de la formation :

Environ 630 h/an / 2 jours en formation à l'IRSS.

### Durée du stage :

De 550h à 850h/an / 3 jours en structure de stage.

Alternance sur chaque semaine.

Coût horaire de la scolarité :

7,50 €/h en financement individuel personnel.

9,15 €/h en financement aidé (CIF, contrat de professionnalisation, période de professionnalisation...).

*La durée et le coût complet de la formation dépendent de l'individualisation du parcours qui sera défini lors du module de positionnement.*

### Lieux de la formation :

Cholet, Nantes et Rennes

## CONDITIONS D'ACCÈS :

- Être titulaire du PSC 1.
- Avoir un bon niveau de pratique des activités de la forme.
- Tests d'exigences préalables (Ministère Jeunesse et Sport) :
  - Épreuve de suivi des cours collectifs.
  - Épreuve de musculation (développé couché, squat, traction).
  - Test de Luc Léger.

## TESTS IRSS :

- Écrit de culture générale (1h30).
- Entretien de motivation (15mn).
- Épreuves physiques (cours collectif, musculation).

“ Un secteur d'activité qui recrute ! ”



### CHOLET

SIÈGE ADMINISTRATIF  
26, rue Nationale  
49300 CHOLET

Tél. 02 41 62 19 97  
Fax 02 41 58 16 02

### NANTES

Beaulieu  
10 bis rue René Viviani  
44200 NANTES

Tél. 02 40 48 68 68  
Fax 02 40 48 05 17

### RENNES

19, rue du Bignon  
35000 RENNES

Tél. 02 99 22 88 12  
Fax 02 99 26 95 51