

## PRESENTATION de la FORMATION

### Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport (BPJEPS) Session 2019-2020

Créé en 2001, le BPJEPS (niveau 4) atteste de la possession des compétences professionnelles indispensables à **l'exercice du métier d'animateur, de moniteur, et d'éducateur sportif.**

Conformément à l'Arrêté du 27 avril 2016, le BPJEPS est délivré au titre d'une spécialité ; d'une mention ; d'une option.

⇒ **Spécialité Educateur sportif, Mention Activités de la Forme (AF), Option Cours collectif (CC) et/ou Haltérophilie et musculation (HM)**

Textes de référence : l'arrêté du 5 septembre 2016 et ses annexes.

#### ► **Le métier :**

L'éducateur sportif d'activités de la forme exerce en autonomie son activité professionnelle, en utilisant les supports techniques liés aux activités de la forme dans la limite des cadres réglementaires :

- il est responsable au plan pédagogique,
- il assure la sécurité des tiers et des publics dont il a la charge,
- il a la responsabilité du projet d'activité qui s'inscrit dans le projet de la structure.

#### ► **Le secteur d'activité accessible par le détenteur du diplôme :**

1. L'éducateur sportif d'activités de la forme exerce ses fonctions au sein :

- de structures privées du secteur marchand,
- de structures associatives,
- d'autres structures employeurs : collectivités territoriales, comités d'entreprise, structures de vacances organisées...
- au titre de salarié et/ou au titre de travailleur indépendant.

Ces structures proposent une pratique selon différentes modalités pour tout âge et tout public, et une amplitude d'accueil importante.

2. Description de l'emploi :

Les profils d'emploi repérés sont adossés aux appellations suivantes : professeur de fitness, conseiller sportif, éducateur sportif, moniteur, coach, entraîneur...

3. Description des activités :

Ces activités sont classées autour de deux fonctions non hiérarchisées :

- fonction conduite d'un projet d'animation,
- fonction participation à la vie, à l'organisation et à la gestion de la structure.

Dans chaque fonction sont décrites :

- les activités conduites par tous les titulaires de la mention quelle que soit la situation professionnelle concernée,
- les activités spécifiques à chacune des 2 options suivantes :

- **option « cours collectifs » :**

- activités des cours collectifs, avec ou sans musique ;
- activités cardio-vasculaires à partir de techniques telles que LIA, STEP, aérobic... ;
- activités de renforcement et d'étirement musculaires.

- **option « haltérophilie, musculation » :**

- activités de l'haltérophilie ;
- activités de la musculation (machines, barres, haltères... ) ;
- activités de cardio-training (ergomètres ... ) ;
- activités de récupération (étirements, relaxation...).

► **Les conditions d'accès à la formation :**

- Etre âgé de 18 ans.
- Un certificat médical de non contre-indication à la pratique des activités de la forme datant de moins de un an à l'entrée en formation.
- Une attestation de formation aux premiers secours : AFPS, PSC1, PSE1 ou PSE2, AFGSU, SST(en cours de validité).
- Une attestation de recensement et/ou un certificat individuel de participation à l'appel de préparation à la défense (PAPD) pour les candidats de nationalité française âgés de moins de 25 ans.
- Une attestation de réussite aux tests d'exigences préalables à l'entrée en formation (précisées en annexe IV de l'arrêté du 5 septembre 2016).
- Satisfaire aux épreuves de sélection.

## ► **Les exigences préalables à l'entrée en formation : le 01 juillet 2019**

Les épreuves sont en fonction des options.

### **Option : «Cours collectif» :**

- épreuve n° 1 : test navette « Luc Léger » : palier 7 (réalisé) pour les femmes et palier 9 (réalisé) pour les hommes.
- épreuve n° 2 : le(la) candidat(e) réalise une épreuve de démonstration technique de 60 minutes au total, comprenant dix minutes d'échauffement collectif, vingt minutes de passage en STEP à un rythme de 128 à 132 battements par minute dont deux minutes de retour au calme, vingt minutes de passage en renforcement musculaire, 10 minutes de retour au calme sur 5 étirements. Le(la) candidat(e) reproduit les éléments techniques simples, ajuste sa prestation en fonction d'indications verbales ou gestuelles données. Il/elle est capable de mémoriser et de reproduire un enchaînement simple.

La trame des enchaînements de l'épreuve n°2 figure en annexe

### **Option : «haltérophilie et musculation» :**

- épreuve n° 1 : test navette « Luc Léger » : palier 7 (réalisé) pour les femmes et palier 9 (réalisé) pour les hommes.
- épreuve n° 2 : le(la) candidat(e) réalise une épreuve de démonstration technique composée des exercices figurant dans le tableau en annexe.

## ► **Les épreuves de sélection : le 02 juillet 2019**

Les objectifs des épreuves de sélection sont :

- Vérifier la capacité des candidats à comprendre, à analyser et à s'exprimer à l'oral et à l'écrit.
- Vérifier la motivation des candidats et leurs implications dans le milieu professionnel ou associatif (notion de projet personnel et de projet professionnel).
- Vérifier les connaissances des candidats dans les domaines scientifiques (anatomie, physiologie, psychologie).

### **Epreuves :**

- Un oral relatif à la présentation du candidat, à l'exposé de ses motivations, en fonction de son projet de formation et projet professionnel (10 minutes).
- Un écrit relatif au domaine de la remise en forme (30 minutes).
- Un QCM relatif aux sciences biologiques et humaines en lien avec l'activité physique (30 minutes).

## ► **Le positionnement : du 03 au 05 juillet 2019**

Le positionnement est l'analyse de la situation du candidat ayant réussi les épreuves avant son entrée en formation, d'une part, aux compétences requises par le référentiel de certification du diplôme et d'autre part, à ses acquis (expérience bénévole ou salarié, acquis divers). Un parcours individuel de formation est alors proposé par le CREPS.

## ► **Les dates de la formation : du 02 septembre 2019 au 26 juin 2020**

## ► L'organisation de la formation :

- La formation est organisée en 4 unités capitalisables (U.C.) et s'appuie sur une alternance : centre de formation/structures de stage (stage de mise en situation pédagogique).
- Le diplôme BP JEPS est obtenu par la capitalisation de 4 unités capitalisables.

<p style="text-align: center;"><b>UC 1</b> <b><u>ENCADRER TOUT PUBLIC DANS TOUT LIEU ET TOUTE STRUCTURE</u></b></p>	<p style="text-align: center;"><b>UC transversales identiques pour tous les BP JEPS</b></p>
<p>OI 1-1 : EC de communiquer dans les situations de la vie professionnelle OI 1-2 : EC de prendre en compte les caractéristiques des publics dans leurs environnements dans une démarche d'éducation à la citoyenneté OI 1-3 : EC de contribuer au fonctionnement d'une structure</p>	
<p style="text-align: center;"><b>UC 2</b> <b><u>METTRE EN ŒUVRE UN PROJET D'ANIMATION S'INSCRIVANT DANS LE PROJET DE LA STRUCTURE</u></b></p>	<p style="text-align: center;"><b>UC communes identiques pour les deux options du BP JEPS « AF »</b></p>
<p>OI 2-1 : EC de concevoir un projet d'animation OI 2-2 : EC de conduire un projet d'animation OI 2-3 : EC d'évaluer un projet d'animation</p>	
<p style="text-align: center;"><b>UC 3</b> <b><u>CONCEVOIR UNE SEANCE, UN CYCLE D'ANIMATION OU D'APPRENTISSAGE DANS LE CHAMP DES ACTIVITES DE LA FORME</u></b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Option « Cours collectifs »</b></p>
<p>OI 3-1 : Concevoir la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage OI 3-2 : Conduire la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage OI 3-3 : Evaluer la séance, le cycle d'animation ou d'apprentissage</p>	
<p style="text-align: center;"><b>UC 4a</b> <b><u>MOBILISER LES TECHNIQUES DE LA MENTION DES ACTIVITES DE LA FORME POUR METTRE EN OEUVRE UNE SEANCE OU UN CYCLE D'APPRENTISSAGE DANS L'OPTION « COURS COLLECTIFS »</u></b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Option « Haltérophile et musculation »</b></p>
<p>OI 4-1 : Conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option OI 4-2 : Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option OI 4-3 : Garantir des conditions de pratique en sécurité</p>	
<p style="text-align: center;"><b>UC 4b</b> <b><u>MOBILISER LES TECHNIQUES DE LA MENTION DES ACTIVITES DE LA FORME POUR METTRE EN OEUVRE UNE SEANCE OU UN CYCLE D'APPRENTISSAGE JUSQU'AU 1er NIVEAU DE COMPETITION FÉDÉRALE DANS L'OPTION «HALTÉROPHILIE, MUSCULATION»</u></b></p>	
<p>OI 4-1 : Conduire une séance ou un cycle en utilisant les techniques de l'option OI 4-2 : Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option OI 4-3 : Garantir des conditions de pratique en sécurité</p>	

## Le calendrier de la formation :

- ✓ Exigences préalables à l'entrée en formation : **le 1<sup>er</sup> juillet 2019**
- ✓ Epreuves de sélection : **le 02 juillet 2019**
- ✓ Positionnement : **du 03 au 05 juillet 2019**
- ▶ ✓ Date de formation : **du 02 septembre 2019 au 26 juin 2020**
- ✓ Durée de formation en centre
  - 673 heures, pour l'option « Haltérophilie / Musculation »
  - 662 heures, pour l'option « Cours Collectifs »
  - 884 heures pour 2 options

Remarques : 80h sont à déduire pour les titulaires d'un BPJEPS (UC transversales 1&2)

- ✓ Durée de formation en structure de stage :
  - 500 heures
  - 250 heures, si titulaire d'une option du BPJEPS AF

## ▶ Le coût de la formation :

Frais d'inscription aux TEP : **30 € repas compris (60 € si inscription sur deux options)**

Frais d'inscription à la formation : **25€**

Frais pédagogiques (9 € de l'heure de formation en centre) :

- 6057 € pour l'option « Haltérophilie / Musculation »
- 5958 € pour l'option « Cours Collectifs »
- 7956 € pour 2 options

Le coût de la formation est fonction du nombre d'heures définies dans le parcours individualisé de formation.

Possibilité d'hébergement et de restauration au sein du CREPS.

Financement possible de votre formation : Voir tableau ci-joint et/ou renseignements auprès du service administratif.

## FINANCEMENT DES FORMATIONS

Pour de plus amples renseignements, n'hésitez pas à vous adresser au secrétariat des formations

<b>Vous êtes</b>	<b>Cadre de prise en charge</b>	<b>Prise en charge</b>	<b>Dossier éligible</b>	<b>Sélection</b>	<b>Observations</b>
<b>Demandeur d'emploi</b>	Convention Conseil Régional du Centre Val de Loire	Totale des frais pédagogiques.  Rémunération possible après étude du dossier par l'Agence de Paiement de la Région Centre	Nombre limité	Après étude du dossier	
<b>Salarié du secteur privé ou public.</b>	Congé Individuel de Formation  Compte Personnel de Formation	Totale ou partielle des frais pédagogiques.		Selon accord de l'employeur et des OPCA	Demande à faire entre 6 mois et 1 an avant le début de la formation
<b>Jusqu' à 25 ans et demandeur d'emploi d'au moins 26 ans</b>	Contrat de professionnalisation	Totale des frais pédagogiques et Rémunération en fonction de l'âge			Avoir un employeur
<b>Jusqu'à 25 ans et sous conditions d'éligibilité</b>	Dispositif SESAME	Montant plafonné à 3000 €		Après étude de dossier	Renseignements DDCCS(PP) *du département de résidence

- DDCCS (PP) : Direction départementale de la cohésion sociale et de la protection de la population

**Les rubans pédagogiques qui suivront seront donnés à titre indicatif, et seront susceptibles d'être modifiés.**

BPJEPS Activités de la Forme 2019-2020  
Option Cours collectifs et Haltérophilie / Musculation

RUBAN PEDAGOGIQUE



Monthly schedule grid for 2019. Columns represent months from June to December. Rows represent dates. Cells contain activity codes (UC3AF, UC4a, UC4b, UC4c, UC1/2/3) or labels like 'Stage' or 'TEP'. Days are color-coded by activity type.

Monthly schedule grid for 2020. Columns represent months from January to June. Rows represent dates. Cells contain activity codes (UC4a, UC4b, UC4c, UC1/2/3) or labels like 'Stage', 'SEC 1 UC1/2 Initiale', or 'SEC 3 Initiale'. Days are color-coded by activity type.

**UC4 CC** option cours collectifs  
**UC4 HM** option haltérophilie / musculation  
**Stage SEC2** Certification en stage  
**Rattrapage**

**RUBAN PEDAGOGIQUE**

juin-2019			juillet-2019			août-2019			septembre-2019			octobre-2019			novembre-2019			décembre-2019		
jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure
										Matin	Après-midi		Matin	Après-midi		Matin	Après-midi		Matin	Après-midi
sam. 1			lun. 1	TEP		jeu. 1			dim. 1			mar 1	UC 1/2/3	UC 1/2/3	ven. 1		Stage	dim 1		
dim. 2			mar. 2	Test de sélection		ven. 2			lun. 2	UC 1/2/3	UC 1/2/3	mer 2	UC3AF	UC3AF	sam. 2			lun 2		
lun. 3			mer. 3			sam. 3			mar. 3	UC 1/2/3	UC 1/2/3	jeu 3	UC3AF	UC3AF	dim. 3			mar 3		Stage
mar. 4			jeu. 4	Positionnement		dim. 4			mer. 4	UC 1/2/3	UC 1/2/3	ven 4	UC3AF	UC3AF	lun. 4	UC3AF	UC 1/2/3	mer 4		Stage
mer. 5			ven. 5			lun. 5			jeu. 5	UC 1/2/3	UC 1/2/3	sam 5			mar. 5	UC 1/2/3	UC 1/2/3	jeu 5		
jeu. 6			sam. 6			mar. 6			ven. 6	UC 1/2/3	UC 1/2/3	dim 6			mer. 6	UC3AF	UC3AF	ven 6		
ven. 7			dim. 7			mer. 7			sam. 7			lun 7	UC3AF	UC 1/2/3	jeu. 7	UC3AF	UC3AF	sam 7		
sam. 8			lun. 8			jeu. 8			dim. 8			mar 8	UC 1/2/3	UC 1/2/3	ven. 8	UC3AF	UC3AF	dim 8		
dim. 9			mar. 9			ven. 9			lun. 9	UC 1/2/3	UC 1/2/3	mer 9	UC3AF	UC3AF	sam. 9			lun 9	UC3AF	UC 1/2/3
lun. 10			mer. 10			sam. 10			mar. 10	UC 1/2/3	UC 1/2/3	jeu 10	UC3AF	UC3AF	dim. 10			mar 10	UC 1/2/3	UC 1/2/3
mar. 11			jeu. 11			dim. 11			mer. 11	UC 1/2/3	UC 1/2/3	ven 11	UC3AF	UC3AF	lun. 11			mer 11	UC4a	UC4a
mer. 12			ven. 12			lun. 12			jeu. 12	UC 1/2/3	UC 1/2/3	sam 12			mar. 12	UC4a	UC4a	jeu 12	UC4a	UC4a
jeu. 13			sam. 13			mar. 13			ven. 13	UC 1/2/3	UC 1/2/3	dim 13			mer. 13	UC4a	UC4a	ven 13	UC4a	UC4a
ven. 14			dim. 14			mer. 14			sam. 14			lun 14	UC3AF	UC 1/2/3	jeu. 14	UC4a	UC4a	sam 14		
sam. 15			lun. 15			jeu. 15			dim. 15			mar 15	UC 1/2/3	UC 1/2/3	ven. 15	UC4a	UC4a	dim 15		
dim. 16			mar. 16			ven. 16			lun. 16	UC3AF	UC 1/2/3	mer 16	UC3AF	UC3AF	sam. 16			lun 16	UC3AF	UC 1/2/3
lun. 17			mer. 17			sam. 17			mar. 17	UC 1/2/3	UC 1/2/3	jeu 17	UC3AF	UC3AF	dim. 17			mar 17	UC 1/2/3	UC 1/2/3
mar. 18			jeu. 18			dim. 18			mer. 18	UC3AF	UC3AF	ven 18	UC3AF	UC3AF	lun. 18	UC3AF	UC 1/2/3	mer 18		
mer. 19			ven. 19			lun. 19			jeu. 19	UC3AF	UC3AF	sam 19			mar. 19	UC 1/2/3	UC 1/2/3	jeu 19		Stage
jeu. 20			sam. 20			mar. 20			ven. 20	UC3AF	UC3AF	dim 20			mer. 20			ven 20		
ven. 21			dim. 21			mer. 21			sam. 21			lun 21			jeu. 21		Stage	sam 21		
sam. 22			lun. 22			jeu. 22			dim. 22			mar 22			ven. 22			dim 22		
dim. 23			mar. 23			ven. 23			lun. 23	UC3AF	UC 1/2/3	mer 23			mer 23			lun 23		
lun. 24			mer. 24			sam. 24			mar. 24	UC 1/2/3	UC 1/2/3	jeu 24			dim. 24			mar 24		Stage
mar. 25			jeu. 25			dim. 25			mer. 25	UC3AF	UC3AF	ven 25			lun. 25	UC3AF	UC 1/2/3	mer 25		Stage
mer. 26			ven. 26			lun. 26			jeu. 26	UC3AF	UC3AF	sam 26			mar. 26	UC 1/2/3	UC 1/2/3	jeu 26		
jeu. 27			sam. 27			mar. 27			ven. 27	UC3AF	UC3AF	dim 27			mer. 27	UC4a	UC4a	ven 27		
ven. 28			dim. 28			mer. 28			sam. 28			lun 28			jeu. 28	UC4a	UC4a	sam 28		
sam. 29			lun. 29			jeu. 29			dim. 29			mar 29			ven. 29	UC4a	UC4a	dim 29		
dim. 30			mar. 30			ven. 30			lun. 30	UC3AF	UC 1/2/3	mer 30			sam. 30			lun 30		
			mer. 31			sam. 31			mer. 31			jeu 31						mar 31		

janvier-2020			février-2020			mars-2020			avril-2020			mai-2020			juin-2020		
jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure
	Matin	Après-midi		Matin	Après-midi		Matin	Après-midi		Matin	Après-midi		Matin	Après-midi		Matin	Après-midi
mer. 1			sam 1			dim 1			mer 1	UC4a	UC4a	ven. 1		Stage	lun 1		
jeu. 2		Stage	dim 2			lun 2			jeu 2	UC4a	UC4a	sam. 2			mar 2		Stage
ven. 3			lun 3	UC4a	UC4a	mar 3		Stage	ven 3	UC4a	UC4a	dim. 3			mer 3		
sam. 4			mar 4	UC4a	UC4a	jeu 4			dim 4			sam 4			lun. 4		
dim. 5			mer 5	UC4a	UC4a	jeu 5			dim 5			mar. 5		Stage	ven 5		
lun. 6	UC3AF	UC 1/2/3	jeu 6	UC4a	UC4a	ven 6			lun 6			mer. 6			sam 6		
mar. 7	UC 1/2/3	UC 1/2/3	ven 7	UC4a	UC4a	sam 7			mar 7			jeu. 7			dim 7		
mer. 8	UC4a	UC4a	sam 8			dim 8			jeu 9		Stage	mer 8			lun 8		
jeu. 9	UC4a	UC4a	dim 9			lun 9	UC3AF	UC3AF	ven 10			jeu 9			mar 9		Stage
ven. 10	UC4a	UC4a	lun 10			mar 10	UC3AF	UC3AF	dim 10			ven 10			mer 10		
sam. 11			mar 11			jeu 12	UC3AF	UC3AF	sam 11			dim 11			jeu 11		
dim. 12			mer 12			ven 13	UC3AF	UC3AF	dim 12			lun 12			ven 12		
lun. 13	UC3AF	UC3AF	jeu 13			sam 14			lun 13			mer. 13	SEC 1 UC1/2 Initiale	Stage	sam 13		
mar. 14	UC3AF	UC3AF	ven 14			dim 15			mar 14			jeu. 14			dim 14		
mer. 15			sam 15			lun 16	UC4a	UC4a	mer 15		Stage	ven. 15			lun 15		
jeu. 16		Stage	dim 16			mar 17	UC4a	UC4a	jeu 16			sam. 16			mar 16		
ven. 17			lun 17			mer 18	UC4a	UC4a	ven 17			dim. 17			mer 17	SEC 1 IUC1/2 Rattrapage	Stage
sam. 18			mar 18			jeu 19	UC4a	UC4a	sam 18			lun. 18			jeu 18		
dim. 19			mer 19			ven 20	UC4a	UC4a	dim 19			mar. 19	SEC 3 Initiale	Stage	ven 19		
lun. 20	UC3AF	UC 1/2/3	jeu 20			sam 21			lun 20			mer. 20			sam 20		
mar. 21	UC 1/2/3	UC 1/2/3	ven 21			dim 22			mar 21		Stage	jeu. 21			dim 21		
mer. 22	UC3AF	UC3AF	sam 22			lun 23			mer 22			ven. 22			lun 22		
jeu. 23	UC4a	UC4a	dim 23			mar 24		Stage	jeu 23			sam. 23			mar 23	SEC 3 UC4a / 4b Rattrapage	Stage
ven. 24	UC4a	UC4a	lun 24			mer 25			mar 24			dim. 24			mer 24		
sam. 25			mar 25			jeu 26			sam 25			lun. 25			jeu 25		
dim. 26			mer 26			ven 27			dim 26			mar. 26	SEC 3 Initiale	Stage	ven 26		
lun. 27	UC3AF	UC3AF	jeu 27			sam 28			lun 27			mer. 27			sam 27		
mar. 28	UC 1/2/3	UC 1/2/3	ven 28			dim 29			mar 28		Stage	jeu. 28			dim 28		
mer. 29	UC3AF	UC3AF	sam 29			lun 30	UC4a	UC4a	mer 29			ven. 29			lun 29		
jeu. 30						mar 31	UC4a	UC4a	jeu 30			sam. 30			mar 30		
ven. 31												dim. 31					

UC4 CC option cours collectifs

Stage SEC2 Certification en stage

Rattrapage



**RUBAN PEDAGOGIQUE**

juin-2019			juillet-2019			août-2019			septembre-2019			octobre-2019			novembre-2019			décembre-2019			
jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	
			lun. 1	TEP		jeu. 1			dim. 1	Matin	Après-midi		Matin	Après-midi		Matin	Après-midi	dim. 1			
sam. 1			mar. 2	Test de sélection		ven. 2			lun. 2	UC 1/2/3	UC 1/2/3	mar. 1	UC 1/2/3	UC 1/2/3	ven. 1			Stage	lun. 2	UC4b	UC4b
dim. 2			mer. 3			mer. 3			mar. 3	UC 1/2/3	UC 1/2/3	mer. 2	UC3AF	UC3AF	dim. 2				mar. 3	UC4b	UC4b
lun. 3			jeu. 4	Positionnement		dim. 4			mer. 4	UC 1/2/3	UC 1/2/3	jeu. 3	UC3AF	UC3AF	dim. 3				mer. 4	UC4b	UC4b
mar. 4			ven. 5			lun. 5			jeu. 5	UC 1/2/3	UC 1/2/3	ven. 4	UC3AF	UC3AF	lun. 4	UC3AF	UC 1/2/3		jeu. 5	UC4b	UC4b
mer. 5			sam. 6			mar. 6			ven. 6	UC 1/2/3	UC 1/2/3	sam. 5			mar. 5	UC 1/2/3	UC 1/2/3		mer. 6	UC4b	UC4b
jeu. 6			dim. 7			mer. 7			dim. 7			dim. 6			mer. 6	UC3AF	UC3AF		jeu. 7	UC4b	UC4b
ven. 7			lun. 8			jeu. 8			dim. 8			lun. 7	UC3AF	UC 1/2/3	ven. 8	UC3AF	UC3AF		dim. 8		
sam. 8			mar. 9			ven. 9			lun. 9	UC 1/2/3	UC 1/2/3	mar. 8	UC 1/2/3	UC 1/2/3	ven. 8	UC3AF	UC3AF		lun. 9	UC3AF	UC 1/2/3
dim. 9			mer. 10			sam. 10			mar. 10	UC 1/2/3	UC 1/2/3	mer. 9	UC3AF	UC3AF	dim. 9				mar. 10	UC 1/2/3	UC 1/2/3
lun. 10			jeu. 11			dim. 11			mer. 11	UC 1/2/3	UC 1/2/3	jeu. 10	UC3AF	UC3AF	dim. 10				mer. 11	UC 1/2/3	UC 1/2/3
mar. 11			ven. 12			lun. 12			jeu. 12	UC 1/2/3	UC 1/2/3	ven. 11	UC3AF	UC3AF	lun. 11				jeu. 12		Stage
mer. 12			sam. 13			mar. 13			ven. 13	UC 1/2/3	UC 1/2/3	sam. 12			mar. 12			Stage	ven. 13		
jeu. 13			dim. 14			mer. 14			sam. 14			dim. 13			mer. 13				jeu. 14		
ven. 14			lun. 15			jeu. 15			dim. 15			lun. 14	UC3AF	UC 1/2/3	jeu. 14				ven. 15		
sam. 15			mar. 16			ven. 16			lun. 16	UC3AF	UC 1/2/3	mar. 15	UC 1/2/3	UC 1/2/3	dim. 15				lun. 16	UC3AF	UC 1/2/3
dim. 16			mer. 17			sam. 17			mar. 17	UC 1/2/3	UC 1/2/3	jeu. 17	UC3AF	UC3AF	dim. 17				mar. 17	UC 1/2/3	UC 1/2/3
lun. 17			jeu. 18			dim. 18			mer. 18	UC3AF	UC3AF	mer. 18	UC3AF	UC3AF	lun. 18	UC3AF	UC 1/2/3		mer. 18	UC4b	UC4b
mar. 18			ven. 19			ven. 19			jeu. 19	UC3AF	UC3AF	jeu. 19	UC3AF	UC3AF	mar. 19	UC 1/2/3	UC 1/2/3		jeu. 19	UC4b	UC4b
mer. 19			sam. 20			mar. 20			ven. 20	UC3AF	UC3AF	sam. 19			mer. 20	UC4b	UC4b		ven. 20	UC4b	UC4b
jeu. 20			dim. 21			mer. 21			sam. 21			dim. 20			jeu. 21	UC4b	UC4b		mer. 21		
ven. 21			lun. 22			jeu. 22			dim. 22			lun. 21			ven. 22	UC4b	UC4b		sam. 21		
sam. 22			mar. 23			ven. 23			lun. 23	UC3AF	UC 1/2/3	mar. 22			dim. 22			Stage	dim. 22		
dim. 23			mer. 24			sam. 24			mar. 24	UC 1/2/3	UC 1/2/3	mer. 23			jeu. 24				lun. 23		
lun. 24			jeu. 25			dim. 25			mer. 25	UC3AF	UC3AF	jeu. 24			ven. 25				mar. 24		Stage
mar. 25			ven. 26			lun. 26			jeu. 26	UC3AF	UC3AF	ven. 25			dim. 25				jeu. 26		
mer. 26			sam. 27			mar. 27			ven. 27	UC3AF	UC3AF	sam. 26			lun. 26	UC3AF	UC 1/2/3		mer. 27		
jeu. 27			dim. 28			mer. 28			sam. 28			dim. 27			mar. 27	UC 1/2/3	UC 1/2/3		jeu. 27		
ven. 28			lun. 29			jeu. 29			dim. 29			lun. 28			ven. 28			Stage	mer. 28		
sam. 29			mar. 30			ven. 30			lun. 30	UC3AF	UC 1/2/3	mar. 29			dim. 29				ven. 29		
dim. 30			mer. 31			sam. 31			jeu. 31			mer. 30			sam. 30				lun. 30		

janvier-2020			février-2020			mars-2020			avril-2020			mai-2020			juin-2020		
jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure	jour	centre	structure
	Matin	Après-midi		Matin	Après-midi		Matin	Après-midi		Matin	Après-midi		Matin	Après-midi		Matin	Après-midi
mer. 1			sam. 1			dim. 1			mer. 1			ven. 1			lun. 1		
jeu. 2		Stage	dim. 2			lun. 2			jeu. 2		Stage	sam. 2			mar. 2		
ven. 3			lun. 3			mar. 3			ven. 3			dim. 3			mer. 3		Stage
sam. 4			mar. 4		Stage	mer. 4			jeu. 4			sam. 4			lun. 4		
dim. 5			jeu. 5			jeu. 5			dim. 5			mar. 5			ven. 5		
lun. 6	UC3AF	UC 1/2/3	ven. 6			ven. 6			lun. 6	UC4b	UC4b	mer. 6			sam. 6		
mar. 7	UC 1/2/3	UC 1/2/3	mer. 7			mer. 7			mar. 7	UC4b	UC4b	jeu. 7			dim. 7		
mer. 8			sam. 8			sam. 8			mer. 8	UC4b	UC4b	ven. 8			lun. 8		
jeu. 9		Stage	dim. 9			lun. 9	UC3AF	UC3AF	jeu. 9	UC4b	UC4b	sam. 9			mar. 9		
ven. 10			lun. 10	UC4b	UC4b	mar. 10	UC3AF	UC3AF	ven. 10	UC4b	UC4b	dim. 10			mer. 10		Stage
sam. 11			mar. 11	UC4b	UC4b	mer. 11	UC3AF	UC3AF	sam. 11			lun. 11			jeu. 11		
dim. 12			mer. 12	UC4b	UC4b	jeu. 12	UC3AF	UC3AF	dim. 12			mar. 12	SEC 1 UC1/2	Initiale	ven. 12		
lun. 13	UC3AF	UC3AF	jeu. 13	UC4b	UC4b	ven. 13	UC3AF	UC3AF	lun. 13			mer. 13			sam. 13		
mar. 14	UC3AF	UC3AF	ven. 14	UC4b	UC4b	sam. 14			mar. 14			jeu. 14			dim. 14		
mer. 15	UC4b	UC4b	sam. 15			dim. 15			mer. 15			ven. 15			lun. 15		
jeu. 16	UC4b	UC4b	dim. 16			lun. 16			jeu. 16			sam. 16			mar. 16	SEC 1 IUC1/2	Rattrapage
ven. 17	UC4b	UC4b	lun. 17			mar. 17			ven. 17			dim. 17			mer. 17		
sam. 18			mer. 18			mer. 18			sam. 18			lun. 18			jeu. 18		
dim. 19			jeu. 19			jeu. 19			dim. 19			mar. 19	SEC 3	Initiale	ven. 19		
lun. 20	UC3AF	UC 1/2/3	ven. 20			ven. 20			lun. 20			mer. 20			sam. 20		
mar. 21	UC 1/2/3	UC 1/2/3	mer. 21			sam. 21			mar. 21			jeu. 21			dim. 21		
mer. 22	UC3AF	UC3AF	sam. 22			dim. 22			mer. 22			ven. 22			lun. 22		
jeu. 23			dim. 23			lun. 23	UC4b	UC4b	jeu. 23			sam. 23			mar. 23	SEC 3 UC4a / 4b	Rattrapage
ven. 24			lun. 24			mar. 24	UC4b	UC4b	mer. 24			dim. 24			mer. 24		
sam. 25			mer. 25			mer. 25	UC4b	UC4b	sam. 25			lun. 25			jeu. 25		
dim. 26			jeu. 26			jeu. 26	UC4b	UC4b	dim. 26			mar. 26	SEC 3	Initiale	ven. 26		
lun. 27	UC3AF	UC3AF	ven. 27			ven. 27	UC4b	UC4b	lun. 27			mer. 27			sam. 27		
mar. 28	UC 1/2/3	UC 1/2/3	sam. 28			sam. 28			mar. 28			jeu. 28			dim. 28		
mer. 29	UC3AF	UC3AF	sam. 29			dim. 29			mer. 29			ven. 29			lun. 29		
jeu. 30	UC4b	UC4b				lun. 30			jeu. 30			sam. 30			mar. 30		
ven. 31	UC4b	UC4b				mar. 31		Stage				dim. 31					

**UC4 HM** option haltérophilie / musculation

**Stage SEC2** Certification en stage

**Rattrapage**

## ANNEXE IV

### *EXIGENCES PREALABLES A L'ENTREE EN FORMATION*

Les exigences préalables ont pour but de vérifier les compétences du candidat à suivre le cursus de formation lui permettant d'accéder à la mention « activités de la forme » du brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (BPJEPS) spécialité « éducateur sportif ».

**Les exigences préalables à l'entrée en formation du BP JEPS spécialité « éducateur sportif » mention « activités de la forme » sont les suivantes :**

Le(la) candidat(e) doit :

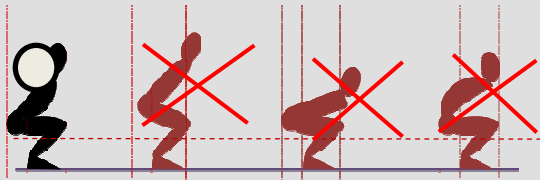
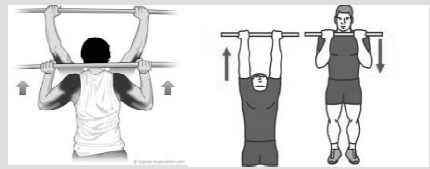
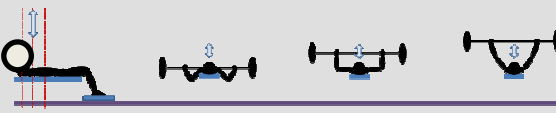
- être titulaire de l'une des attestations de formation relative au secourisme suivante :
    - « prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC1) ou « attestation de formation aux premiers secours » (AFPS) ;
    - « premiers secours en équipe de niveau 1 » (PSE 1) en cours de validité ;
    - « premiers secours en équipe de niveau 2 » (PSE 2) en cours de validité ;
    - « attestation de formation aux gestes et soins d'urgence » (AFGSU) de niveau 1 ou de niveau 2 en cours de validité ;
    - « certificat de sauveteur secouriste du travail (SST) » en cours de validité.
  
  - présenter un certificat médical de non contre-indication de la pratique des « activités de la forme » datant de moins d'un an à la date de l'entrée en formation ;
  
  - être capable de réaliser les tests techniques suivants :
- **tests techniques d'entrée en formation pour l'option « cours collectifs » :**
- épreuve n° 1 : test navette « Luc Léger » : palier 7 (réalisé) pour les femmes et palier 9 (réalisé) pour les hommes.
  
  - épreuve n° 2 : le(la) candidat(e) réalise une épreuve de démonstration technique de 60 minutes au total, comprenant dix minutes d'échauffement collectif, vingt minutes de passage en STEP à un rythme de 128 à 132 battements par minute dont deux minutes de retour au calme, vingt minutes de passage en renforcement musculaire, 10 minutes de retour au calme sur 5 étirements. Le(la) candidat(e) reproduit les éléments techniques simples, ajuste sa prestation en fonction d'indications verbales ou gestuelles données. Il/elle est capable de mémoriser et de reproduire un enchaînement simple. La trame des enchaînements de l'épreuve n°2 figure en annexe IV-A.

➤ **tests techniques d'entrée en formation pour l'option « haltérophilie, musculation » :**

- épreuve n° 1 : test navette « Luc Léger » : palier 7 (réalisé) pour les femmes et palier 9 (réalisé) pour les hommes.
- épreuve n° 2 : le(la) candidat(e) réalise une épreuve de démonstration technique composée des exercices\* figurant dans le tableau suivant :

Exercice	FEMME		HOMME	
	répétition	pourcentage	répétition	pourcentage
<b>SQUAT</b>	5 répétitions	75 % poids du corps	6 répétitions	110 % poids du corps
<b>TRACTION en pronation ou en supination au choix du candidat</b>	1 répétition	menton>barre nuque barre  prise de main au choix : pronation ou supination	6 répétitions	menton>barre nuque barre  prise de main au choix : pronation ou supination
<b>DEVELOPPE COUCHE</b>	4 répétitions	40 % poids du corps	6 répétitions	80 % poids du corps

Exercice	Schéma	Critères de réussite
<b>SQUAT</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exécuter le nombre requis de mouvement</li> <li>- Alignement tête-dos-fessiers</li> <li>- Dos droit et naturellement cambré sans hyperlordose excessive</li> <li>- Hanches à hauteur des genoux</li> <li>- tête droite et regard à l'horizontal</li> <li>- Pieds à plat</li> </ul>
<b>TRACTION en pronation ou en supination au choix du candidat</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exécuter le nombre requis de mouvement</li> <li>- Si prise en pronation amener la barre au contact de la nuque ou sous le menton à chaque mouvement</li> <li>- Si prise en supination amener la barre en dessous du menton à chaque mouvement</li> </ul>
<b>DEVELOPPÉ COUCHE</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exécuter le nombre requis de mouvement</li> <li>- Barre en contact de la poitrine sans rebond</li> <li>- Alignement tête-dos-cuisses</li> <li>- Fléchissement des genoux pour préserver un dos droit en contact avec le banc</li> <li>- Axe du couloir de la barre entre la partie supérieure de la poitrine et la ligne inférieure des épaules</li> <li>- Les bras sans hyper extension doivent être tendus et marquer un temps d'arrêt franc au sommet sous peine d'annulation du mouvement.</li> </ul>

\* 10 minutes de récupération minimum entre chaque mouvement et entre chaque exercice.

**Dispense des tests techniques à l'entrée en formation :** les qualifications permettant au candidat d'être dispensé des tests techniques à l'entrée en formation sont mentionnées en annexe VI « dispenses et équivalences ».

**ANNEXE IV A**

**Trame des enchaînements de l'épreuve n°2 - option « cours collectifs »**


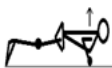



**Trame D'échauffement, Step, renforcement et étirement TEP**






<b>Type de cours, niveau et durée</b>	<b>Échauffement, cour de STEP, renforcement musculaire et étirement, Total 30 min</b>
---------------------------------------	---

<b>Objectif de la séance</b>	Évaluation TEP
------------------------------	----------------

N° DU BLOC	Bloc final (avec changement de pieds)	Compte	Changement de pieds	Approche ou orientations	Coordination	Durée par bloc	Cumul durée (en min)
Echauffement	<b>Echauffement à la convenance de l'intervenant :</b> Activation cardio vasculaire, préparation générale et spécifique, préparation ostéo articulaire, musculo tendineuse, évaluation du niveau du groupe motivation	Mouvement de la CV dans tous les plans, enchaînement de LIA+ex de la base squat, fentes, antépulsion des bras, rotation.....					10 minutes
1 <sup>er</sup> bloc	1 basic +1 mambo cha cha 1 chassé sur le step + 1 mambo 3 genoux L step (en bout) 1 basic à cheval + 1 basic retour face	8 temps 8 temps 8 temps 8 temps	Sur le mambo cha cha sur le chassé Sur les 3 genoux L step	Face Face En bout Début en bout puis retour en face	Bras simples sur les 3 genoux L step	9 minutes	
2 <sup>ème</sup> bloc	1 basic + 1 traversée + 3 genoux ciseaux 1 traversée+ 2 dégagés sur le step +1 V step	16 temps 16 temps	Lors des 3 genoux ciseaux	Début face/fin dos Début dos et revient face avec le basic Traversée avant les dégagés	Bras simples sur les 2 dégagés et sur le V step	9 minutes	
Retour au calme						2 minutes	
					<b>Temps cumulé</b>	<b>30 minutes</b>	

Type de cours et durée	Cours de renforcement musculaire avec des éléments imposés : Squat/Fentes/Pompes/Gainages, 20 minutes de renfo et 10 minutes de retour au calmes .TOTAL 30 minutes. Évaluation posture et souplesse
------------------------	---

N° et nom de l'exercice	Croquis	Objectif et séquences	Placement de base et mouvement	Précision rythmiques	Durée (w/repos)	Temps	Cumul temps en minute	Critère de réussite
1) Squat		Séquence de squat à répéter 3 fois	Flexion des hanches, genoux, chevilles puis retour en position de départ	Rythmique à la convenance de l'intervenant	5 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1min30 x 3 séquences soit 4 min 30	4 min 30	-Respecte le rythme -Respecte l'exécution du mouvement -Respecte la posture
2) Pompes		Séquence de pompes à répéter 3 séries	Flexion des coudes, alignement coudes épaules. En planches pour les hommes et genoux pour les femmes	Rythmique à la convenance de l'intervenant	3 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1 minute x séquences soit 3 min	7 min 30	
3) Fentes à droite		Séquence de fentes à répéter 3 séries	Flexions des hanches, genoux puis retour en position de départ	Rythmique à la convenance de l'intervenant	5 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1min30 x 3 séquences soit 4 min 30	12 min	
4) Gainage		Séquence de gainage à répéter 3 séries	Planche frontale	Isométrie	3 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1 minute x séquences soit 3 min	15 min	
5) Fentes à gauche		Séquence de fentes à répéter 3 séries	Flexions des hanches, genoux puis retour en position de départ	Rythmique à la convenance de l'intervenant	5 blocs de travail /1 bloc de récupération par séquence	1min30 x 3 séquences soit 4 min 30	19 min 30	

Retour au calme avec 5 étirements							
1) Flexion du buste		Evaluation souplesse chaîne postérieure et maintien de la posture	Position assise, jambes tendues en avant, flexion du buste		2 min	2 min	<b>Respect de la posture</b>
2) Flexion du buste		Evaluation souplesse adducteur et chaîne postérieure	Position assise, jambes tendues en ouverture, flexion du buste		2 min	4 min	
3) Chien tête en bas		Evaluation posturale et souplesse	Angles tronc/ jambe à 90°, jambe et bras tendus, tête alignée main au sol		2 min	6 min	
4) Planche debout position unipodale (pied droit au sol)			Planche debout, position unipodale, alignement bras tête tronc jambe		4 min	10 min	
5) Planche debout unipodale (pied à gauche au sol)		Planche debout, position unipodale, alignement bras tête tronc jambe					
				<b>Total</b>	<b>60 minutes</b>		

		Dispense du test technique préalable à l'entrée en formation	Dispense du test de vérification préalable à la mise en situation professionnelle	UC 1	UC 2	UC 3 mention « activités de la forme » Conduire une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme	UC 4 a) option « cours collectifs » Mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage dans l'option cours collectifs	UC 4 b) option « haltérophilie, musclature » Mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage jusqu'au 1 <sup>er</sup> niveau de compétition fédérale dans l'option « haltérophilie, musclature »
1	Sportif de haut niveau en haltérophilie inscrit ou ayant été inscrit sur la liste ministérielle mentionnée à l'article L. 221-2 du code du sport	X option « haltérophilie, musclature »						
2	Sportif de haut niveau en force athlétique inscrit ou ayant été inscrit sur la liste ministérielle mentionnée à l'article L. 221-2 du code du sport	X option « haltérophilie, musclature »						
3	BP AGFF* mention A « activités gymniques acrobatiques » ou mention B « activités gymniques d'expression »	X option « cours collectifs »	X	X	X			
4	BP AGFF* mention C « forme en cours collectifs »	X option « cours collectifs »	X	X	X	X	X	
5	BP AGFF* mention D « haltère, musclature et forme sur plateau »	X option « haltérophilie, musclature »	X	X	X	X		X
6	Trois au moins des quatre UC transversales du BPJEPS* en 10 UC (UC1, UC 2, UC3, UC4)			X	X			
7	UC5+UC6+UC8 du BPJEPS AGFF* mention C					X		
8	UC5+UC6+UC8 du BPJEPS AGFF* mention D					X		
9	UC5+UC6+UC9 du BPJEPS AGFF* mention C					X		
10	UC5+UC6+UC9 du BPJEPS AGFF* mention D					X		
11	UC5+UC8+UC9 du BPJEPS AGFF* mention C						X	
12	UC6+UC8+UC9 du BPJEPS AGFF*						X	

		Dispense du test technique préalable à l'entrée en formation	Dispense du test de vérification préalable à la mise en situation professionnelle	UC 1	UC 2	UC 3 mention « activités de la forme » Conduire une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme	UC 4 a) option « cours collectifs » Mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage dans l'option cours collectifs	UC 4 b) option « haltérophilie, musculation » Mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage jusqu'au 1 <sup>er</sup> niveau de compétition fédérale dans l'option « haltérophilie, musculation »
	mention C							
13	UC5+UC8+UC9 du BPJEPS AGFF* mention D							X
14	UC6+UC8+UC9 du BPJEPS AGFF* mention D							X
15	BEES des métiers de la forme	X quelle que soit l'option	X	X	X	X	X	X
16	BEES expression gymnique et des disciplines associées	X option cours collectifs	X	X	X	X	X	
17	BEES d'aptitude à l'enseignement de la culture physique et du culturisme	X option haltérophilie, musculation	X	X	X	X		X
18	BEES haltérophilie, force athlétique, culturisme, musculation, éducative, sportive et d'entretien	X option haltérophilie, musculation	X	X	X	X		X
19	CQP ALS* option « activités gymniques d'entretien et d'expression »	X uniquement pour l'option « cours collectifs »		X				
20	Brevet fédéral animateur des activités gymniques cardiovasculaires délivré par la FFG*	X uniquement pour l'option « cours collectifs »						
21	Brevet fédéral animateur des activités gymniques d'entretien délivré par la FFG*	X uniquement pour l'option « cours collectifs »						
22	Brevet fédéral initiateur fédéral gymnastique aérobic délivré par la FFG*	X uniquement pour l'option						



		Dispense du test technique préalable à l'entrée en formation	Dispense du test de vérification préalable à la mise en situation professionnelle	UC 1	UC 2	UC 3 mention « activités de la forme » Conduire une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme	UC 4 a) option « cours collectifs » Mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage dans l'option cours collectifs	UC 4 b) option « haltérophilie, musculation » Mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage jusqu'au 1 <sup>er</sup> niveau de compétition fédérale dans l'option « haltérophilie, musculation »
		« cours collectifs »						
23	Brevet fédéral instructeur des activités gymniques délivré par la FFG*	X uniquement pour l'option « cours collectifs »						
24	Brevet fédéral « BF1A » activités physiques d'expression délivré par l'UFOLEP*	X uniquement pour l'option « cours collectifs »						
25	Brevet fédéral animateur délivré par la FSCF*	X uniquement pour l'option « cours collectifs »						
26	Brevet fédéral animateur de remise en forme délivré par la FFHMFAC*	X uniquement pour l'option « haltérophilie, musculation »						
27	Brevet fédéral initiateur ou assistant animateur régional délivré par la FFHMFAC* ou la FFHM* jusqu'au 18 janvier 2018	X uniquement pour l'option « haltérophilie, musculation »						
28	Brevet fédéral 1 initiateur délivré par la FFHM à partir du 19 janvier 2018	X uniquement pour l'option « haltérophilie, musculation »						
29	Brevet fédéral moniteur ou assistant animateur national délivré par la FFHMFAC* ou la FFHM* jusqu'au 18 janvier 2018	X uniquement pour l'option « haltérophilie, musculation »						X

		Dispense du test technique préalable à l'entrée en formation	Dispense du test de vérification préalable à la mise en situation professionnelle	UC 1	UC 2	UC 3 mention « activités de la forme » Conduire une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme	UC 4 a) option « cours collectifs » Mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage dans l'option cours collectifs	UC 4 b) option « haltérophilie, musculature » Mobiliser les techniques de la mention des activités de la forme pour mettre en œuvre une séance ou un cycle d'apprentissage jusqu'au 1 <sup>er</sup> niveau de compétition fédérale dans l'option « haltérophilie, musculature »
30	Brevet fédéral 2 moniteur FFHM* ou « coach haltero » à partir du 19 janvier 2018	X uniquement pour l'option « haltérophilie, musculature »						X
31	Brevet fédéral entraîneur ou entraîneur expert délivré par FFHMFAC* ou par la FFHM* jusqu'au 18 janvier 2018	X uniquement pour l'option « haltérophilie, musculature »						X
32	Brevet fédéral 3 entraîneur délivré par la FFHM* à partir du 19 janvier 2018	X uniquement pour l'option « haltérophilie, musculature »						X
33	Brevet fédéral 3 entraîneur délivré par la FFForce*	X uniquement pour l'option « haltérophilie, musculature »						