

CQP

ANIMATEUR LOISIR SPORTIF OPTION AGEÉ

Eligible CPF, OPCO
& Pôle Emploi



Devenir animateur loisir sportif pour encadrer contre rémunération dans des salles de sports, des associations ou des collectivités, en tant que salarié ou indépendant.

AGEE : Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression.

Apprend à animer les 4 familles d'activités : Cardio, renforcement musculaire, expression corporelle et techniques douces dans un même CQP !

Depuis 2022 la formation s'est enrichie avec désormais des cours sur la communication, la prévention des violences dans le sport ou encore la planification annuelle.

Deviens animateur sportif en 6 mois !

FORMA⁹
CFA & institut de formation

 Fédération
Sportive
et Culturelle
de France

CQP Animateur de Loisir Sportif, option "Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression" CQP ALS AGEE



Organisation de la formation

- 1/ Formation en alternance (164h en OF + certifications / Min 80h en structure)
- 2/ Durée entre 5 et 7 mois en fonction des programmations
 - 80 heures minimum en situation professionnelle dans une structure de stage (association, salle de remise en forme, MJC, collectivités...)
 - 161 heures de formation hors certifications réparties en 3 blocs de compétences
 - Bloc 1: Préparation et animation de cycles de séances de loisirs sportifs
 - Bloc 2: Organisation, information et communication autour de ses activités d'animation et d'encadrement des APS
 - Bloc 3: Conduite de son parcours professionnel dans le domaine des APS
- 3/ Modules de Formation sur les week ends (voir dates sur le site)
- 4/ En externat (Ni hébergement ni restauration)
- 5/ Temps de formation en présentiel et en distanciel



Activités de l'option AGEE

4 familles d'activité :

- 1/ Les techniques cardio (exemples : STEP, LIA, ZumbaR, HIIT, Tabata, ...)
- 2/ Les techniques douces (exemples : gym douce, stretching, étirements, Pilates, Yoga, Taï Chi, Chi Gong, gym posturale, ...)
- 3/ Le renforcement musculaire (exemples : CAF, cross training, renforcement musculaire généralisé, Body PumpR, Body SculptR, Cross FitR, HIIT, Tabata, ...)
- 4/ Les techniques d'expression (Exemples : expression corporelle, danse, mime, improvisation, théâtre,...)



Contact

Pour plus d'informations : www.forma-institut.fr
Sandra CHAIGNEAU : sandra.chaigneau@fscf.asso.fr
06 03 11 14 00



Information

Le CQP ALS est un diplôme de la branche professionnelle du sport, il concerne des personnes ayant besoin d'une reconnaissance institutionnelle et d'une qualification professionnelle leur permettant d'exercer contre rémunération.



Prérequis à l'entrée en formation

- 1/ Être âgé de 16 ans révolus à l'entrée en formation
- 2/ Être âgé de 18 ans à la date des certifications
- 3/ Être titulaire du diplôme PSC1 (ou équivalent : AFPS, BNS, SST...)
- 4/ Être titulaire d'un certificat médical de non-contre-indication à la pratique et à l'animation des APS



Conditions d'accès à la formation

- 1/ Dossier de candidature complet
- 2/ Structure d'alternance et tuteur
- 3/ Validation du test technique préalable à l'entrée en formation
- 4/ Validation du financement
- 5/ Positionnement réalisé et accepté



Coût

Tarif financement individuel: 2295€
Tarif financement avec CPF ou avec prise en charge: 2705 €
Frais de candidature: 80 € (non remboursables)



CQP Animateur de Loisir Sportif, option "Activités Gymniques d'Entretien et d'Expression" CQP ALS AGEE



Organisation de la formation par bloc :

BLOCS	MODULES	PROPORTION (H)
BLOC 1	<ul style="list-style-type: none">• Identification des caractéristiques et des besoins des pratiquants• Anatomie / physiologie• Construction d'une séance ou d'un cycle de séances• Règlementation• Activités et techniques AGEE	<ul style="list-style-type: none">• 11h• 10h• 10h• 4h• 84h
BLOC 2	<ul style="list-style-type: none">• Comprendre le fonctionnement de sa structure• Planifier et rendre compte de ses activités• Communiquer avec le public• Prévention des violences et des discriminations	<ul style="list-style-type: none">• 21h
BLOC 3	<ul style="list-style-type: none">• L'environnement professionnel de l'animateur de loisir sportif• Droit du travail• Piloter son parcours professionnel	<ul style="list-style-type: none">• 21h