

FORMA 
CFA & institut de formation



CATALOGUE DE FORMATION



2025-2026

Notre offre de formation



- ▶▶▶ BPJEPS APT (Activités Physiques pour Tous)
- ▶▶▶ CQP animateur Loisir Sportif option AGEE ou JSJO
- ▶▶▶ CQP TSARE option gym, twirling, GRS
- ▶▶▶ Sport Santé
- ▶▶▶ Pilates



ENCADRER

- ▶▶▶ Assurer sa mission de tutrice/tuteur
- ▶▶▶ Formatrice/formateur occasionnel.le
- ▶▶▶ Evaluatrice/Evaluateur des diplômes du sport et de l'animation

Catalogue 2025/2026



- ▶▶▶ Prévenir et agir contre les Violences et Harcèlements Sexuels et Sexistes
 - Les fondamentaux
 - Devenir une personne ressource
 - Référent.es
 - Animer des sensibilisations

▶▶▶ Prévenir et agir contre le Harcèlement moral

▶▶▶ Discrimination de genre



DEVELOPPER

- ▶▶▶ Utiliser LinkedIn dans son contexte professionnel
- ▶▶▶ Gérer ses tâches et optimiser son temps

+ formations sur mesure

Formations diplômantes en alternance et en apprentissage de niveau IV (RNCP) pour toute personne désireuse de développer des compétences afin de devenir éducateur sportif pour encadrer tous les publics dans le champ des Activités de la Forme ou Activités Physiques pour Tous. Ces formations peuvent être financées suivant votre profil par France Travail, votre OPCO et/ou votre CPF.



BPJEPS Activités Physiques Pour Tous

Formation de 10 à 12 mois
(602h en OF et 500h en structure)

Mixte : Présentiel + distanciel

Devenez animatrice ou animateur sportif pour encadrer tous les publics dans le champ des **activités physiques pour tous**. Le BPJEPS vous permettra d'organiser et animer des séances d'activités physiques pour tous, initier tous les publics, faire découvrir différentes activités sportives et mettre en place un projet de développement

Prochaine session (Ouverte à l'apprentissage)

Angers : Toutes les rentrées de septembre

[Plus d'informations sur la formation](#)

ANIMER⁹ / CQP ALS

Devenir animateur loisir sportif en **23 jours** de formation réparti sur 6 mois ! Et encadrer contre rémunération dans les salles de sports, les associations sportives ou les collectivités, en tant que salarié.e ou indépendant.e. Ce diplôme est inscrit au RNCP de niveau IV. Ces formations peuvent être financées suivant votre profil par France Travail, votre OPCO et/ou votre CPF.



CQP Animateur Loisir Sportif option AGEE

Formation de 23 jours sur 6 à 8 mois
(156h en OF + min 80h en stage)

Présentiel + distanciel

Devenez animatrice ou animateur sportif dans le monde du **fitness**.

Les 4 familles d'activités réunies dans un **même diplôme** : cardio, renforcement musculaire, techniques douces et expression corporelle.

Prochaines sessions

Paris du 05/12/2025 au 31/05/2025

Lyon du 21/02/2026 au 11/07/2026

Paris session en mars 2026 à venir

[Plus d'informations sur la formation](#)



CQP Animateur Loisir Sportif option JSJO

Formation de 23 jours sur 6 à 8 mois
(156h en OF + min 80h en stage)

Présentiel + distanciel

Devenez animatrice ou animateur sportif dans 4 domaines sportifs : jeux de raquette, jeux de ballons, jeux traditionnels et jeux émergents, pour des publics loisirs de tous âges.

En 2025, cette formation est proposée uniquement pour des structures en intra, il n'est **pas possible de s'inscrire en individuel**.

[Plus d'informations sur la formation](#)



ANIMER⁹ / CQP TSARE

Le CQP TSARE (Technicien des Secteurs Acrobatique, Rythmique et d'Expression) est un diplôme de la branche professionnelle du sport, inscrit au RNCP. Ce diplôme vous permet d'exercer contre rémunération en tant qu'entraîneur.neuse dans le secteur des gymnastiques acrobatiques. Cette formation peut être financée suivant votre profil par France Travail, votre OPCO et/ou votre CPF.



CQP TSARE

Formation en 10 mois
(217h en OF + min 120h en stage)

Présentiel + distanciel

Le CQP TSARE est une formation qui permet de devenir entraîneur.neuse dans le secteur gymnique avec 3 options différentes :

- Gymnastique
- Twirling bâton
- GR

Cette formation est la porte d'entrée dans dans la filière professionnelle de l'entraînement gymnique.

Prochaine session :

Grenoble : 03/01/2026 au 10/10/2026

[Plus d'informations sur la formation](#)

ANIMER / Formations qualifiantes



Pilates Matwork 1 Formation de 4 jours Présentiel à Paris

Cette formation à destination des professionnels du sport (diplômé CQP, BPJEPS ou STAPS) permet d'enseigner la **méthode Pilates** à un public de niveau **débutant**. Elle vous permettra d'encadrer des séances en ayant acquis les connaissances théoriques et techniques (posture/mouvement) du Pilates.

Prochaine session

Paris : 13 juin 2026 au 05 juillet 2026

[Plus d'informations sur la formation](#)



Pilates Matwork 2 Formation de 3 jours Présentiel à Paris

Cette formation à destination des professionnels du sport (diplômé CQP, BPJEPS ou STAPS) permet d'enseigner la **méthode Pilates** à un public de niveau **intermédiaire avec du petit matériel**. Elle vous permettra d'encadrer des séances en ayant acquis les connaissances théoriques et techniques avec petit matériel du Pilates.

Prochaines sessions

Paris : 31 octobre au 02 novembre 2025

Paris : 10 au 12 juillet 2026

[Plus d'informations sur la formation](#)

Sport Santé Formation de 6 jours

2 jours en visio + 3 jours présentiel + e-learning



Cette formation à destination des professionnels du sport (diplômé CQP, BPJEPS ou STAPS) permet d'appréhender des **publics fragilisés** et de mettre en œuvre des **séances spécifiques** qui respectent leurs capacités fonctionnelles.

Prochaines sessions

Blagnac : 28/09/2025 au 02/11/2025

Marseille : 23/01 au 22/03/2026

[Plus d'informations sur la formation](#)



Les fondamentaux en matière de Violences et Harcèlements Sexuels et Sexistes (VHSS)

Formation de 7h (1 jour)

Présentiel ou distanciel

Les formations contre les VHSS sont à destination de **tous** les professionnels et bénévoles quelque soit le domaine d'activité. Les objectifs de la journée : comprendre les phénomènes de violences sexuelles et sexistes, leurs conséquences et les moyens de lutter contre. **Concrète et interactive** elle permet à chacun de trouver des réponses et des ressources adaptées à **son** contexte professionnel.

Formations 100% distanciel **tous les mois**

[Plus d'informations sur la formation](#)



Devenir référent.e VHSS

3 jours

Présentiel ou distanciel

Cette formation comprend "les fondamentaux" + une journée dédiée aux **obligations légales** avec un audit réglementaire de votre structure et à la mise en place d'un **plan de prévention** efficace + une journée dédiée à l'**enquête interne obligatoire en cas de signalement** (cadre légal, bonnes pratiques et mises en situation).

Formation 100% distanciel

24/11/2025 au 15/12/2025

[Plus d'informations sur la formation](#)

Agir contre les VHSS, devenir personne ressource

2 jours - Présentiel ou distanciel

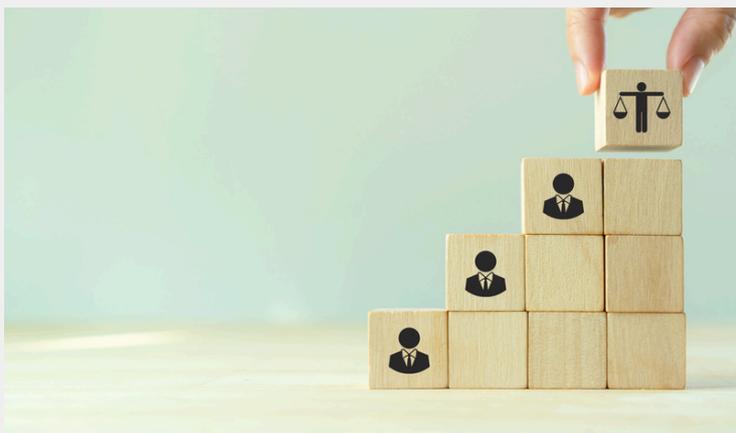


Cette formation comprend "les fondamentaux" + réagir de façon adaptée face aux situations de VHSS en participant au déploiement des actions mises en oeuvre dans sa structure auprès de ses collègues et/ou d'une équipe.

Formations 100% distanciel

- du 22/09/2025 au 13/10/2025
- 24/11/2025 au 15/12/2025

[Plus d'informations sur la formation](#)



Prévenir et agir contre le Harcèlement moral 6 heures

Présentiel ou distanciel

Cette session est à destination de tous les managers mais également des membres de la direction, des Ressources Humaines, des membres du CSE. Elle a pour objectifs d'analyser et de comprendre les phénomènes de **harcèlement moral** et d'en comprendre le cadre légal et les obligations de la structure. Elle permet de mettre en œuvre des **facteurs de protection efficaces**.

Cette formation se veut interactive et concrète et permettra à chacun.e d'obtenir des réponses et des ressources adaptées à son contexte professionnel.

Prochaines sessions en 100% distanciel

- 11 décembre 2025
- 26 mars 2026

Cette formation est également possible en intra-structure, 100% personnalisée, pour un groupe de 3 personnes minimum.

[Plus d'informations sur la formation](#)



Prévenir la discrimination de genre 4 heures

Présentiel ou distanciel

Sous forme d'atelier cette formation permet l'échange et les interactions pour aborder la notion **du genre** et les discriminations qui peuvent lui être liées.

Les objectifs de cette demi-journée : Définir, comprendre, analyser pour savoir en parler et prévenir toutes formes de discriminations de sexe et de genre dans sa structure et obtenir des ressources pour aller plus loin.

Prochaine session en 100% distanciel

- 08 décembre 2025 (matinée)

Cet atelier peut être proposé en présentiel dans vos locaux ou en distanciel pour votre structure pour des groupes de 8 à 20 personnes.

[Plus d'informations sur la formation](#)

Pour plus d'informations sur ces formations de l'univers "Prévenir" contactez directement notre coordinatrice VHSS

Justine FAVART :
justine.favart@forma-institut.fr

DEVELOPPER ,



Utiliser LinkedIn dans son contexte professionnel

3 heures - Distanciel

Si vous pensez que LinkedIn est une plateforme qui ne sert qu'à trouver un emploi, inscrivez vous vite à cette formation ! En effet LinkedIn est aujourd'hui un réseau professionnel qui peut être **un outil redoutable** pour plusieurs objectifs : trouver des clients ou des adhérent.es, faire gagner sa structure en visibilité et en crédibilité, recruter des talents, rencontrer des partenaires ou encore assurer une veille efficace de son secteur d'activité.

Prochaines sessions

100% distanciel : 4 février 2025

[Plus d'informations sur la formation](#)



Gérer ses tâches et optimiser son temps

3 heures - Distanciel

Que vous soyez salarié ou indépendant, si vous voulez **gagner en efficacité** et être capable de gérer plusieurs dossiers et/ou tâches complexes cette formation vous permettra en une demi journée de mieux comprendre votre cerveau et de découvrir des démarches pour mieux gérer vos tâches. Repartez avec des **outils concrets** pour optimiser votre temps.

Prochaines sessions

100% distanciel : 21 janvier 2025

[Plus d'informations sur la formation](#)

Ces 2 formations sont possibles en intra-structure en version 100% adaptées à vos besoins.



Assurer sa mission du tuteur/trice 4 heures

Vous êtes ou allez être tutrice ou tuteur d'un.e alternant.e, nous vous proposons une demi-journée en petit groupe pour bien cerner votre **rôle**, assurer le suivi, construire un dialogue sain et remplir votre obligation de formation.

Prochaines sessions

Une session début 2026

[Plus d'informations sur la formation](#)



Formateur/trice occasionnel.le 5 jours

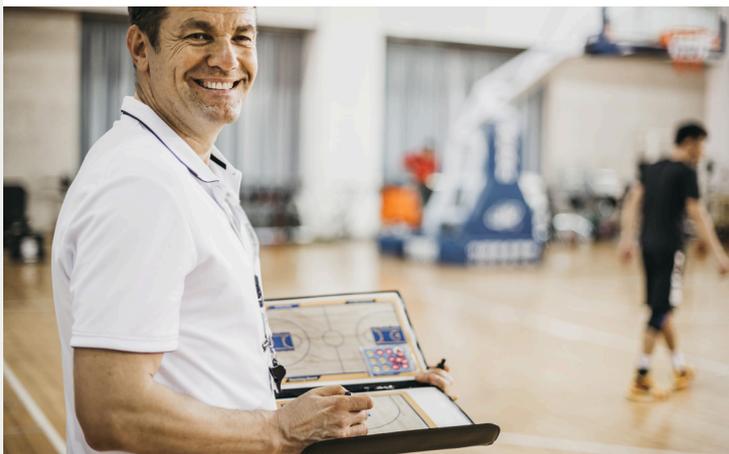
4 jours de formation pour apprendre à créer et conserver une **dynamique de groupe** favorable aux apprentissages, analyser les **processus d'apprentissage**, adapter ses méthodes pédagogiques à son groupe et aux individus, utiliser des supports et des outils pertinents et adopter une **posture** de formateur qui facilite les apprentissages et les échanges.

Prochaines sessions

Paris : 10, 11 octobre et 16 novembre 2025

[Plus d'informations sur la formation](#)

Evaluateur/trice des diplômes du sport 6 heures



Vous êtes un.e professionnel.le du sport diplômé.e d'un CQP ou d'un BPJEPS ou de STAPS et vous souhaitez assurer des missions d'évaluation lors des certifications des formations **BPJEPS APT** ou **AF** et/ou **CQP ALS**.

Cette formation vous permettra de maîtriser les référentiels et grilles de certifications et la posture d'évaluateur/trice.

Prochaines sessions

- 24 et 25 octobre 2025
- 20 et 21 février 2026

[Plus d'informations sur la formation](#)

FORMATIONS PERSONNALISEES



Entreprise, association : mettre en place des formations sur-mesure

Vous avez identifié un **besoin** pour votre structure ? Vous avez compris qu'il faudrait passer par de la formation pour y répondre mais vous ne savez pas exactement quels objectifs, quels contenus ni le temps nécessaire ? Nous vous **accompagnons** dans l'évaluation de **vos besoins** et dans la construction de **plan de formation sur-mesure**, l'ingénierie des différents temps et l'animation lorsque nous avons les ressources adéquates parmi nos 50 formateurices

Vous avez des problématiques **qualité ou gestion des risques psychosociaux**, notre équipe "Audit & Conseils" peut venir réaliser pour vous un audit précis et vous proposer ensuite des pistes de réflexions et/ou des actions précises sur les volets formation, gestion et management.

Pour plus d'informations vous pouvez contacter Guillaume GARREAU :
guillaume.garreau@forma-institut.fr

[Plus d'informations sur les formations sur-mesure](#)



Organisme de formation du sport : se faire habilitier pour le CQP ALS

En tant que délégataire du CQP ALS, nous avons la capacité d'**habilitier des organismes de formation** à organiser des sessions de formation CQP ALS. Nous étudions attentivement votre dossier, puis nous vous accompagnons tout au long de la mise en œuvre de votre projet, tout en garantissant l'évaluation et la certification des actions de formation.

Pour plus d'informations vous pouvez contacter Sandra CHAIGNEAU:
sandra.chaigneau@forma-institut.fr
06.03.11.14.00

[Plus d'informations](#)

À PROPOS DE NOUS

NOTRE HISTOIRE

FORMA' est l'institut de formation de la Fédération Sportive et Culturelle de France (FSCF). Depuis 13 ans, nous proposons des formations professionnelles dans le domaine du sport et de la culture et des audits et formations sur mesure pour répondre aux besoins des entreprises.

NOS VALEURS

Accompagnement : Nous accompagnons chaque apprenant lors d'entretiens de positionnement tout au long des formations et nous restons au contact de nos anciens stagiaires pour leur permettre de continuer à développer leur compétences dans un parcours professionnel cohérent et adapté.



Bienveillance : Etre bienveillant envers nos apprenants, toujours, et également envers nos formateurs, nos partenaires et envers nous même : la qualité de vie au travail est un pilier de notre organisation.

Excellence : Dans nos formations, tout est fait pour encourager, pousser, accompagner l'apprenant dans sa démarche de formation pour permettre à chacun de développer ses compétences, améliorer sa posture et gagner en employabilité.



Expertise : Nous travaillons avec de nombreux partenaires institutionnels comme la branche du sport, les ministères ou des comités olympiques.

Exigence : Chez FORMA' nous souhaitons que chaque personne qui en a le projet et les aptitudes puisse entrer en formation, et nous nous efforçons de mettre le cadre qui permet la réussite de toutes et tous.



CONTACT

Sandra CHAIGNEAU

Conseillère en formation
Sandra.chaigneau@forma-institut.fr
06.03.11.14.00



www.forma-institut.fr



[@forma_institut](https://www.instagram.com/forma_institut)



[FORMA' institut](https://www.linkedin.com/company/forma-institut)

Justine FAVART

Coordinatrice formations VHSS
justine.favart@forma-institut.fr
09.78.25.42.64