



INSTITUT
DES MÉTIERS
DE LA FORME

Institut des métiers de la forme (IMF)

Organisme de formation et Centre de formation des apprentis

24 rue de Chazelles 75017 PARIS

Tel : 01 43 70 05 33

Mail : contact@ecole-imf.fr

Site internet : www.ecole-imf.fr

Numéro de déclaration d'activité auprès de la Préfecture de PARIS : 11754098575

Numéro UAI : 0756115P

SIRET : 398 991 042 00100 - N°TVA : FR25 398991042

Siège social : 62 rue Jouffroy d'Abbans 75017 PARIS

PROGRAMME DE FORMATION BPJEPS

session mars 2026

(Art L 6353-1 Code du travail)

Intitulé formation :

BP JEPS (brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport) Spécialité **Éducateur Sportif**, Mention **Activités de la forme**, option A « Cours collectifs », et/ou B « Haltérophilie/Musculation ».

Formation certifiante, code RNCP37106

Organisme certificateur : Ministère des sports et des jeux olympiques et paralympiques

Date enregistrement certification : 25/11/2022

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rncp/37106/>

Objectifs / Compétences visées :

- Encadrer tout public dans tout lieu et toute structure (Communiquer dans sa vie professionnelle / Prendre en compte les caractéristiques des publics / Contribuer au fonctionnement d'une structure)
- Mettre en œuvre un projet d'animation (Concevoir un projet / Mettre en œuvre un projet / Evaluer un projet)
- Concevoir et conduire une séance ou un cycle Cours collectifs (Concevoir la séance ou le cycle / Conduire la séance ou le cycle / Evaluer la séance ou le cycle)
- Concevoir et conduire une séance ou un cycle Musculation / Haltérophilie (Concevoir la séance ou le cycle / Conduire la séance ou le cycle / Evaluer la séance ou le cycle)
- Mobiliser les techniques de l'activité et les connaissances pour mettre en œuvre une séance en cours collectifs (Garantir les conditions de pratique en sécurité / Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option)
- Mobiliser les techniques de l'activité et les connaissances pour mettre en œuvre une séance Musculation / Haltérophilie (Garantir les conditions de pratique en sécurité / Maîtriser et faire appliquer les règlements de l'option)

Public :

Cette formation s'adresse à **tous les publics** à partir de 18 ans.

Le financement peut être personnel et/ou pris en charge par un CIF (Transition Pro), un OPCO (par l'intermédiaire d'un contrat d'apprentissage) ou un co-financeur (région, France Travail, entreprise privée...). La formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Nous contacter pour toute demande d'informations. Référente du public en situation de handicap : Céline KERMANACH : 06 24 23 47 33).

L'IMF ne propose pas de solution de restauration ou d'hébergement.

Prérequis :

Pour accéder à la formation, il faut :

- >Être âgé de 18 ans révolus à la date des certifications (et de 16 ans révolus à l'entrée en formation).
- >Avoir obtenu son diplôme **PSC** (formation Premiers secours citoyen) ou équivalent
- >Avoir réussi ses **TEP AF** (tests d'exigence préalable activités de la forme) en cours collectifs et/ou haltérophilie/musculation auprès d'un centre TEP habilité par la DRJSCS (<http://foromes.calendrier.sports.gouv.fr/#/tep>)
- >Être **retenu suite à des tests de sélection propres à l'IMF**
- >**Avoir un casier judiciaire vierge selon l'article L212-9 du Code du sport**
- >Avoir des papiers d'identité en cours de validité : CNI ou Passeport ou Titre de séjour permettant de travailler.
- >Pour les français de moins de 25 ans à la date de début de formation : avoir son attestation de participation à la JDC (journée défense et citoyenneté)
- >Avoir Certificat médical de moins d'un an, d'aptitude à "la pratique et l'enseignement des activités de remise en forme en cours collectifs et/ou musculation"

Aucune autre connaissance particulière préalable n'est obligatoire.

Positionnement à l'entrée en formation :

Le centre de formation intervient auprès de l'apprenant pour vérifier et adapter les objectifs de la formation aux publics formés :

- >Rendez-vous individuel téléphoniques ou physiques
- >Mails personnalisés
- >Réunions d'information mensuelle gratuites et ouvertes à tous
- >Tests d'entrée en sélection pour évaluer le niveau physique de l'apprenant et l'adaptation du profil aux objectifs de la formation.
- >Entretien individuel de positionnement lors de l'inscription pour prendre en compte le parcours et les diplômes déjà validés. Mise à jour du volume horaire de formation et du tarif si nécessaire.

Equivalences et passerelles :

Il existe pour ce diplôme des équivalences par UC. Il y a également des possibilités d'équivalences pour les tests TEP et pour les EPMSP en début de formation.

Vous retrouvez ces informations dans le document « EQUIVALENCES » joint à ce programme.

Nous contacter pour toute question.

Employabilité et poursuites d'études :

A l'issue de la formation 100% de nos diplômés qui cherchent dans le domaine du Fitness trouvent une activité.

La poursuite et/ou le complément de formation est également possible en fonction du parcours intégral passé de l'apprenant (liste non exhaustive) :

- >BTS diététique
- >DU Sport et Santé
- >BPJEPS AAN : maître-nageur sauveteur
- >Formations professionnelles continues qualifiantes : coaching mental, pilates, Yoga, Cross Fit, Cycling...
- >DEJEPS puis DESJEPS spécialité animation socio-éducative ou culturelle
- >DEJEPS puis DESJEPS perfectionnement sportif

Durée et horaires :

La formation en alternance (organisme de formation et structure d'accueil) se déroulera **entre le 12 mars 2026 et le 17 décembre 2026**

Durée totale de la formation :

41 semaines

	DOUBLE OPTION	MONO
OPTION MUSCU		
Formation (cours théoriques et pratiques) :		
Heures de formation auprès de l'IMF	728 h	600 h
<i>Dont FOAD</i>	<i>(84 h)</i>	<i>(128h)</i>
Structure d'accueil (prévisionnel stage en entreprise) :		
Heures de présence en club	616 h	748 h
<i>En contrat d'apprentissage ou stage</i>		
Soit un total de :	1 344 h	1 348 h
(hors certifications)		

Horaires partie formation :

Les horaires des cours prévus sont :

Double option : de 9h30 à 18h30 les lundis et mardis et de 14h30 à 18h30 les jeudis (sous réserve de modifications)

Mono option muscu : de 9h30 à 14h30 les lundis et mardis et de 09h30 à 18h30 les jeudis (sous réserve de modifications)

Horaires partie structure d'accueil :

Les heures à effectuer en structure d'accueil sont à répartir du lundi au dimanche en accord avec le responsable, en dehors des heures de formation, en laissant toujours un jour off dans la semaine sans IMF et sans club de sport.

Méthodes mobilisées : moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

La pédagogie se répartie entre les cours théoriques en salle de formation où les apprenants sont assis (50% du temps total de formation environ) et les cours de pratique physique cours collectifs et musculation (50% restant).

Il y aura des heures de formation à distance synchrone pour suivre le cours avec le formateur et des heures asynchrones avec du travail à domicile.

Notre démarche est la suivante :

- >Présentation des éléments théoriques simples
- >Utilisation du paper-board
- >Présentation power-point sur vidéo-projecteur et diffusion de vidéos si nécessaire.
- >travail sur support pédagogique mis à disposition des apprenants : book de formation
- >Bibliographie distribuée.
- >Apports méthodologiques illustrés d'exemples
- >Echange et débat par de la participation active et l'expérimentation des apprenants (jeux de rôles...)
- >Exercices de mise en situation
- >Examens blancs réguliers

La formation théorique :

Elle se déroulera à l'IMF, 24 rue de Chazelles 75017 PARIS

Les apprenants seront dans une salle de cours théoriques comprenant 25 places assises, tables, paper-board, tableau effaçable, vidéoprojecteur.

Des supports papiers seront distribués ou mis à disposition en ligne.

La formation pratique :

Elle se déroulera également à l'IMF, 24 rue de Chazelles 75017 PARIS dans une salle de fitness comprenant le matériel fitness nécessaire (bâtons, haltères, élastiques, step, sono, miroir) et le matériel musculation : plateau d'haltérophilie, machines musculation, machines cardio.

Les formateurs intervenants sont* :

NOM	PRENOM	DIPLÔMES
KERMANACH	Céline	>BEES métiers de la forme
BOURGEOIS	Kenny	>Master 1 >Ostéopathe DO >Licence STAPS Entraînement sportif >Brevet d'Etat HACUMESE >Crossfit >Diplôme FISAF Personal trainer >Instructeur Lutte-contact et Grappling
PERRIGAULT	Hervé	>DU Diététique et maladies de la nutrition >Diplôme thérapie manuelle >Diplôme d'État Masseur Kinésithérapeute
NIEL	Romain	>Master STAPS >Doctorat en sciences de la vie et de la santé >DEUST et BPJEPS APT
BEILLEAU	Aude	>BEES Métiers de la Forme >Les Mills >Pilates >Diététique
MOROT	Laure	>Maîtrise AES >DESS droit et gestion RH >Responsable formation Sport Santé
TANVET-ABADIA	Julien	>Brevet fédéral haltérophilie et force athlétique >DU préparation physique >BP JEPS AGFF >Cross Fit...

**Sous réserve de modifications et en fonction des options choisies*

Contenu et support pédagogique en double option :

MATIERES ENSEIGNEES	HEURES*
Heures transversales : Réglementation professionnelle, psychologie, publics, anatomie et physiologie	208h
Pédagogie « musculation » et haltérophilie (option B)	252h
Pédagogie « cours collectifs » (option A)	268h
TOTAL	728h

Modalités d'évaluation et suivi des apprenants pendant et à l'issu de la formation

Les apprenants sont suivis pendant la formation grâce aux outils suivants :

>En début de formation : auto positionnement sur les compétences attendues, puis **évaluation par le formateur** et tuteur selon la grille des compétences attendues avec **les EPMS** (tests d'exigence préalable à la mise en situation pratique en cours collectifs et en musculation).

>**Interrogations orales** tout au long de la formation pendant les cours

>**Interrogations écrites** tout au long de la formation pendant les cours et **QCM** pour valider les compétences visées

>**Carnet de suivi de l'apprenant** à remplir par l'apprenant et le tuteur sur les missions effectuées sur la partie pratique de la formation en structure d'accueil.

>**Élection de 2 délégués et conseil de classe** à mi-parcours pour échanger avec les apprenants et prendre en compte leur retour.

>**Mises en situation pédagogiques** (situations individuelles et par groupe, préparation de séances, animation et analyse de séances)

>**Deux périodes d'évaluations formatives** (QCM, cours collectifs, haltéro/musculation)

>**Oraux blancs** pour UC1 et UC2

>**Emargements à signer en ligne par demi-journée**

>Envoi d'un **récapitulatif mensuel de l'état de présence des apprenants, aux structures d'accueil** (et aux financeurs en faisant la demande : France Travail, OPCA...)

>**Questionnaire de satisfaction** de fin de formation.

>**Certifications officielles** : UC1, UC2, UC3 et UC4.

Pour les certifications finales par UC, les apprenants sont jugés selon des grilles de certification. Ces grilles sont expliquées et transmises aux apprenants dès le démarrage de la formation.

En fin de formation les apprenants reçoivent :

>Une attestation de fin de formation rappelant notamment le nombre d'heures.

>Un état récapitulatif des UC validées

>Un ou deux diplômes en fonction de la réussite aux certifications officielles (et un certificat européen Europe Active si les 2 diplômes sont validés).

Indicateurs

Nombre d'apprenants lors de la dernière session (en 1 classe)	21
Taux moyen abandon formation (11 sessions depuis 2013)	7%
Taux moyen de réussite à l'examen (11 sessions depuis 2013)	88%
Taux moyen réussite des apprentis (4 sessions depuis 2020)	88%
% moyen d'apprenants satisfaits de la formation (11 sessions depuis 2013)	95%
Taux moyen rupture contrats apprentissages (4 sessions depuis 2020)	7%
% d'apprenants estimant avoir atteint une note minimale de 7/10 sur les 14 objectifs de compétences attendues en fin de formation (sur la dernière session)	89%

Plus d'infos et d'indicateurs liés à l'apprentissage sur : « BP JEPS spécialité Educateur sportif »
<https://www.inserjeunes.education.gouv.fr/diffusion/metier?metier=MET.783>

Référents de l'organisme de formation, chargée des relations avec les apprenants

Responsable pédagogique :

Celine KERMANACH celine.kermanach@ecole-imf.fr 01.43.70.05.33 / 06.24.23.47.33

Coordinatrice cours collectifs :

Aude BEILLEAU

Coordinateur haltérophilie/musculation :

Kenny BOURGEOIS

Administratif :

Quentin ALLAIN-LAUNAY quentin.allain-launay@ecole-imf.fr 01.43.70.05.33

Institut des métiers de la forme (IMF)

24 rue de Chazelles 75017 PARIS

Tel : 01 43 70 05 33

Numéro de déclaration d'activité auprès de la Préfecture de PARIS : 11754098575

SIRET : 398 991 042 00100 - N°TVA : FR25 398991042

Siège social : 62 rue Jouffroy d'Abbans 75017 PARIS